

CAO Maceda
Porto Centro

Plano Anual de Atividades 2013

1. Introdução

O presente documento tem como objetivo a apresentação das atividades que serão desenvolvidas no Centro de Atividades Ocupacionais da Maceda, no decorrer do ano civil de 2013, sistematizando de forma simples a descrição das atividades, local e data de realização das mesmas, bem como o número máximo de clientes por atividade e calendário anual de realização das atividades. Deste documento fazem parte os seguintes elementos:

- Metodologia de realização do PAA (Plano Anual de Atividades);
- Atividades Regulares;
- Atividades Não Regulares;
- Calendário Anual de Atividades;
- Mensagem da Equipa Técnica.

2. Metodologia

O Plano Anual de Atividades (PAA) foi realizado pela Equipa Técnica do Centro de Atividades Ocupacionais da Maceda (CAO MC).

O PAA foi elaborado com base nos seguintes elementos:

- Resultados de monitorizações e avaliações do Plano Anual de Atividades de 2012;
- Planos Individuais (PI's);
- Recursos disponibilizados pelos parceiros;
- Recursos disponíveis na comunidade;
- Opiniões formuladas pelos clientes;
- Opiniões formuladas pelos responsáveis legais;
- Opiniões formuladas pelos voluntários da UO Porto Centro;
- Opiniões dos Ajudantes de Ação Direta do Centro de Atividades Ocupacionais da Maceda;
- Atividades executadas no âmbito dos serviços prestados ao cliente;
- Cumprimento dos objetivos do serviço.

Para a recolha das opiniões de todas as partes interessadas foram realizadas reuniões com os clientes, responsáveis legais e voluntários. Para o levantamento das opiniões dos Ajudantes de Ação Direta do CAO Maceda, foi-lhes passado o impresso “Contributos para avaliação – AAD”, que foram, posteriormente, analisados pela equipa técnica.

Deste modo, foram recolhidas as opiniões de 17 clientes, 10 responsáveis legais, 1 voluntário e 11 colaboradores, as quais foram tratadas e das quais se elaborou o presente Plano Anual de Atividades.

Para o presente Plano Anual de Atividades foram introduzidas algumas novidades, nomeadamente:

- Atividade de carpintaria realizada conjuntamente com o CAO Delfim Maia;
- Definição das temáticas para as oficinas;
- Reunião trimestral com clientes do CAO Maceda para avaliação dos serviços prestados.

3. Atividades Regulares

As atividades regulares (Fig.1) têm como objetivo promover a participação e o envolvimento em atividades adequadas à fase da vida dos nossos clientes. Esta participação é definida pelo Plano Individual, elaborado em conjunto pela equipa técnica e pelo cliente/família, tendo como objetivo principal estabelecer um programa de participação em atividades que favoreçam a aquisição e/ou manutenção de competências para o desempenho de papéis em diversos contextos, promovendo a satisfação, a valorização e o crescimento pessoal dos nossos clientes.

| Atividades Regulares | |
|--|---|
| Relacionadas com a participação no lazer | Oficina de Música I Oficina de Música II Oficina de Música III Jardinagem Oficina de Dança Capoeira |
| Relacionadas com a participação no trabalho e relacionadas com a participação em atividades da vida diária instrumentais | Carpintaria Oficina II Oficina III Jornal IVD Produção Criativa Teatral Desenvolvimento de competências de Matemática e Português Introdução à Informática |
| Relacionadas com a saúde e bem-estar individual | Educação Física Adaptada Futebol Adaptado Snoezelen Hidroterapia Natação Adaptada Oficina I |
| Relacionadas com a participação social | Passeios Expressão Dramática Oficina Clown Noites recreativo-culturais |
| Relacionadas com as atividades da vida diária | Alimentação Mobilidade e transporte Higiene Pessoal |

Fig. 1. Caracterização das atividades regulares desenvolvidas no Centro de Actividades Ocupacionais

Oficinas de Música I/II/III

Local de realização: CAO Maceda – Sala de Bem-Estar

Período de realização: 3ª feira das 15h às 16h; 5ª feira das 14h30 às 15h30; 6ª feira das 14h30 às 15h30

Capacidade máxima prevista de participantes: 20

Descrição e objetivo da atividade: As oficinas são ateliês de construção de instrumentos musicais e objetos sonoros e a aplicação musical dos mesmos. Pensadas especialmente para serem uma introdução prática e sensorial à música, utilizando métodos pedagógicos modernos, inovadores e sobretudo atraentes. Este ensino permite aproveitar todas as aptidões que os clientes possuem e/ou podem vir a desenvolver. Na construção de repertório e composição pretende-se alargar os horizontes da sala das oficinas e através da prática instrumental e coral, apresentar ao vivo sempre que possível o repertório apreendido e o trabalho de composição realizado.

São objetivos das oficinas desenvolver a socialização e a comunicação bem como a percepção auditiva (escutar, reconhecer e reproduzir sons), desenvolver a interpretação e interação a partir da escuta de todos os instrumentos, despertar o desenvolvimento do sentido rítmico, favorecer a expressão corporal desenvolvendo a psicomotricidade e precisão rítmica, exercitar a expressão corporal e musical bem como desenvolver a percepção rítmica, melódica e harmónica, a memória e a estética musical.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professor de Música (colaborador externo) e 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Jardinagem

Local de realização: CAO Maceda – Jardins e salas

Período de realização: 3ª feira das 14h às 16h30 e 6ª feira das 9h30 às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: Esta atividade destina-se a clientes com competências para desempenhar tarefas com o mínimo de ajuda, e com capacidades de aprendizagem que lhes permitam adquirir e/ou desenvolver novas competências. Pretende-se promover o máximo de autonomia dos nossos clientes em atividades da vida diária instrumentais e proporcionar-lhes um maior número de oportunidades de participação em atividades de lazer. Algumas das atividades que se pretendem

desenvolver são: plantação e manutenção de plantas de interior e exterior, que posteriormente poderão vir a ser utilizadas para a decoração do espaço físico do CAO, plantação de ervas aromáticas (que poderão ser utilizadas noutras atividades como a culinária e os trabalhos manuais), plantação de árvores de fruta e atividades de concertação ambiental. Este ano tentar-se-á estender a parceria do CAO Delfim Maia com a Junta de Freguesia de Paranhos, ao CAO Maceda, de forma a criar também uma horta pedagógica.

Responsável pelas propostas e dinamização: 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Oficina Dança

Local de realização: Refeitório CAO DM

Período de realização: 6.ª feira das 10h00 as 16h00

Capacidade máxima prevista de participantes: 2

Descrição e objetivo da atividade: A Atividade de Dança é realizada no âmbito do serviço de Atendimento, Acompanhamento e Animação para pessoas com deficiência (CAAAPD) da APPC.

A Dança é o reencontro com o corpo no espaço é um dos principais objetivos. Será que nos conhecemos? A dança criativa desenvolve a maleabilidade dos corpos que se intercepta e se constroem num espaço e a um ritmo próprio.

Tendo como objetivos:

- Promover uma melhor noção de corpo enquanto elemento individual;
- Permitir a descoberta do espaço próprio e do espaço partilhável;
- Descobrir o tempo e o fluxo;
- Permitir a relação destes quatro fatores individuais: O corpo num espaço próprio, num espaço partilhável, num tempo e portador de um determinado fluxo de movimento;
- Estimular a perceção e reconquista da sensibilidade pelos processos físicos, emocionais e cognitivos;
- Desenvolver a concentração;
- Fomentar a criatividade;
- Promover a entreaajuda;
- Fomentar o espírito crítico;
- Melhorar a qualidade de vida.

Responsável pelas propostas e dinamização: Professor de Dança e 1 AAD

Técnico responsável pela organização: Animadora Cultural.

Capoeira

Local de realização: Gimnovilla

Período de realização: 4ª feira das 14h às 15h

Capacidade máxima prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: Nos dias de hoje a capoeira mantém a sua força característica, porém o seu universo foi ampliado, sendo praticada pelas mais variadas pessoas em todo o mundo, unindo movimento de corpo e música como uma manifestação brasileira de dança, jogo e 'arte-luta' de raízes africanas. Como atividade física, envolve exercícios aeróbicos (que ajudam o condicionamento cardiovascular e queimam gordura) e anaeróbicos (atuando no desenvolvimento dos músculos), proporcionando flexibilidade, força muscular e resistência física.

Responsável pelas propostas e dinamização: Professor de Capoeira e 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Carpintaria

Local de realização: Oficina carpintaria CRPCP

Período de realização: 2ª feira das 14h às 16h30; 3ª feira das 9h30 às 16h30; 5ª feira das 14h às 16h30; e 6ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade máxima prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: A atividade tem como objetivo a capacitação e experiência dos clientes do Centro de Atividades Ocupacionais na arte da marcenaria/carpintaria, promovendo um ambiente que permite a aquisição de competências, de modo a manter um padrão de participação ocupacional, bem como a oportunidade de desenvolvimento de um sentido de eficácia e satisfação.

As metas a alcançar na atividade são:

- Identificação de matérias-primas, materiais, ferramentas e maquina-ferramentas;
- Realização de medições e traçagens;
- Realizar operações de transformação;
- Realizar operações de limpeza e manutenção de ferramentas e maquina-ferramentas;
- Conhecimento de regras de higiene e segurança na oficina.

Esta atividade é desenvolvida em conjunto com o Centro de Actividades Ocupacionais de Delfim Maia.

Responsável pelas propostas e dinamização: Clientes e 1 AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Oficinas I, II e III

Local de realização: Salas do CAO

Período de realização: diariamente

Capacidade máxima prevista de participantes: 30

Descrição e objetivo da atividade: Nas **oficinas I, II e III** são realizadas as atividades de estimulação sensorial, trabalhos manuais/expressão plástica, e espaço temático. O termo **oficina** foi escolhido para transmitir a ideia de atividades com carácter produtivo refletindo as alterações organizacionais implementadas. Esta mudança prende-se com os seguintes objetivos:

- (1) facilitar a realização de propostas de atividades pelos AAD's;
- (2) permitir aos nossos clientes uma atenção mais específica para as suas necessidades;
- (3) aumentar a perceção do trabalho produzido e a aquisição de competências de realização dos trabalhos de sala.

Neste modelo de funcionamento os clientes deixam de frequentar todas as salas, começando a ter uma oficina de referência onde realizam trabalhos especificamente propostos para eles. Assim, na mesma oficina, podem ocorrer duas situações: o mesmo trabalho pode ser realizado por todos os clientes ou cada cliente pode realizar trabalhos individuais. Os AAD's terão de fazer a proposta dos trabalhos a realizar naquela oficina durante um determinado período de tempo, que será depois ajustado junto da equipa técnica.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: 7 AAD's

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Jornal

Local de realização: Escola Superior de Educação – NAID

Período de realização: 2ª e 5ª feira das 9h30 às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 7

Descrição e objetivo da atividade: Esta atividade tem como objetivo a elaboração de um jornal, e utiliza como principal ferramenta a informática. O título e as temáticas a serem abordadas são definidos pelo grupo à medida que vão trabalhando neste projeto. A responsabilidade da periodicidade da edição do jornal, assim como o formato em que será editado ficará igualmente a cargo dos clientes. São realizadas reuniões semanais em que todos os clientes que participam nesta atividade, assim como a responsável pela dinamização e o Técnico responsável pela orientação, trocam informações acerca do trabalho desenvolvido durante a semana anterior e fazem a programação da semana seguinte.

Responsável pelas propostas e dinamização: 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Independência na Vida Diária (IVD)

Local de realização: CRPCP - Apartamento

Período de realização: 4ª feira das 9h30 às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 8

Descrição e objetivo da atividade: Esta atividade destina-se a clientes com competências para desempenhar tarefas com o mínimo de ajuda, e com competências de aprendizagem que lhes permitam adquirir e/ou desenvolver novas competências. Pretende-se promover o máximo de autonomia dos nossos clientes em atividades da vida diária instrumentais e proporcionar-lhes um maior número de oportunidades de participação em atividades de lazer.

Responsável pelas propostas e dinamização: 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Produção Criativa Teatral

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia - Refeitório

Período de realização: 2.ª, 3.ª, 4.ª feira das 10h00 às 16h00. Em véspera de apresentação de espetáculos poderá haver ensaios extra.

Capacidade máxima prevista de participantes: 3

Descrição e objetivo da atividade: A Atividade Produção Criativa Teatral é realizada no âmbito do serviço de Atendimento, Acompanhamento e Animação para pessoas com deficiência (CAAAPD) da APPC. Esta atividade tem como objetivos específicos:

- Estabelecer um núcleo de pesquisa e investigação teórico/prático que fomente a criação artística;
- Possibilitar aos participantes do grupo a pesquisa e execução dos múltiplos elementos da linguagem cénica, como: direção, indumentária, cenografia, sonoplastia, iluminação, interpretação, entre outros;
- Procurar novos caminhos e significados para a criação cénica;
- Pesquisar diferentes formas artísticas, bem como sua transposição para a cena;
- Encontrar formas de ampliar a percepção do espectador por meio da fruição artística;
- Promoção de oficinas, workshops, intervenções e apresentações artísticas, a experiência e o trabalho desenvolvido.

Responsável pelas propostas e dinamização: Animadora Cultural+3AAD's

Técnico responsável pela organização: Animadora Cultural

Desenvolvimento de competências de Matemática e Português

Local de realização: Sala de Informática do CAO

Período de realização: 2ª feira das 10h00 às 16h30 e 4ª feira das 10h00 às 12h00

Capacidade máxima prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: Dotar os clientes envolvidos de competências ao nível da matemática e português que lhes permitam ter maior autonomia em determinadas áreas da sua vida diária.

Responsável pelas propostas, dinamização e monitorização: Voluntária UO Porto Centro

Introdução à Informática

Local de realização: CAO Maceda - Sala de Informática

Período de realização: 4ª feira das 14h às 16h30

Capacidade máxima prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: Esta atividade surgiu no sentido de colmatar as necessidades apresentadas pelos clientes e/ou significativos, relativamente à utilização de computadores. Assim sendo, tem como objetivo ministrar conhecimentos básicos ao nível da utilização de equipamentos informáticos (ex. computador).

Responsável pelas propostas e dinamização: 1 AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Educação Física Adaptada

Local de realização: Villa Urbana – Ginásio do Gimnovilla

Período de realização: 2ª feira das 15h às 16h

Capacidade máxima prevista de participantes: 7

Descrição e objetivo da atividade: A Educação Física Adaptada é uma atividade física desenvolvida com o intuito de promover a coordenação motora, consciência corporal, lateralidade, orientação espacial, através de um programa de atividades e exercícios adequados aos interesses e necessidades dos clientes.

A Educação Física Adaptada incorpora também uma componente de competição desportiva, dentro da modalidade de Boccia, promovendo a participação de todos os clientes que manifestam esse interesse, nos campeonatos nacionais.

Responsável pelas propostas e dinamização: Professor de Educação Física (colaborador externo) e 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Futebol Adaptado

Local de realização: Ala Nun'álvares em Gondomar

Período de realização: 3ª feira das 11h às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 7

Descrição e objetivo da atividade: O Futebol Adaptado é uma atividade desenvolvida com o intuito de promover a coordenação motora, consciência corporal, lateralidade, orientação espacial, através de um programa de atividades e exercícios adequados aos interesses e necessidades dos clientes.

Responsável pelas propostas e dinamização: Professor de Educação Física (colaborador externo) e 1 AAD

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Snoezelen

Local de realização: CRPCP – Sala de Snoezelen

Período de realização: 3ª feira das 11h às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 2

Descrição e objetivo da atividade: O Conceito da sala de Snoezelen proporciona conforto, através do uso de estímulos controlados, e oferece uma grande quantidade de estímulos sensoriais, que podem ser usados de forma individual ou combinada dos efeitos da música, notas, sons, luz, estimulação táctil e aromas. O ambiente multissensorial permite estimular os sentidos primários tais como o toque, o paladar, a visão, o som, o cheiro, sem existir necessidade de recorrer às capacidades intelectuais mas sim às capacidades sensoriais dos indivíduos. A sala de Snoezelen é uma sala multissensorial que tem como objetivo a estimulação sensorial e/ou a diminuição dos níveis de ansiedade e de tensão, promovendo a saúde e o bem-estar dos participantes envolvidos através de terapias não diretivas.

Responsável pelas propostas e dinamização: 1 AAD e Terapeuta Ocupacional

Técnico responsável pela monitorização: Terapeuta Ocupacional

Hidroterapia

Local de realização: Villa Urbana – Piscina do Gimnovilla

Período de realização: 4ª feira das 11h às 12h

Capacidade prevista de participantes: 4

Descrição e objetivo da atividade: É uma atividade terapêutica, onde se utilizam técnicas de relaxamento específicas (Watsu) e métodos de tratamento em meio aquático para resolução de problemas (Halliwick; Terapia Específica na Água – WST; Método dos Anéis de Bad Ragaz).

Assim, Watsu ou Water Shiatsu é uma técnica de Hidroterapia profundamente relaxante. Os movimentos são combinados com pressões em pontos de acupuntura oriental e massagem Zen-Shiatsu, enquanto o corpo flutua numa água com a temperatura de 35 graus. O Watsu utiliza a leveza do corpo na água para libertar a coluna vertebral, mobilizando articulações e alongamentos musculares suaves.

O método de Halliwick é baseado nos princípios da hidrodinâmica e no desenvolvimento humano, onde é dada a máxima importância à independência do indivíduo no meio aquático, sendo a segurança um dos primeiros objetivos. Neste método são utilizadas atividades para facilitar padrões de movimento com variação no nível de dificuldade. A conquista da capacidade será alcançada num programa de dez pontos, como uma sequência de aprendizagem motora e usa o sistema de terapia específica na água para resolução de problemas. Além disto, através do método o

cliente melhora a sua capacidades nas atividades funcionais pois há uma melhora no equilíbrio, estabilidade postural e controlo motor.

Os clientes tornam-se mentalmente ajustados a água, adquirem capacidade de restauração do equilíbrio, controlo da cabeça e respiração (requisitos básicos para independência na água).

Enquanto o cliente se torna mentalmente ajustado e fisicamente equilibrado, vários aspetos psicológicos e físicos asseguram que a confiança e a autoestima adquiridas na piscina sejam levadas para a vida em solo.

O terapeuta utiliza atividades para facilitar os padrões de movimento com cuidadosas considerações do nível de dificuldades das atividades e da quantidade de apoio fornecido.

Durante a aprendizagem do método de Halliwick não são utilizados flutuadores ou qualquer outra ajuda de flutuação artificial. O cliente terá que aprender a dar o máximo do seu próprio desenvolvimento e a descobrir como controlar o seu equilíbrio natural.

Após a aprendizagem dos dez pontos de Halliwick, são utilizadas técnicas de aprendizagem da natação normal, iniciando o trabalho das técnicas desportivas dos estilos Crawl, Costas, Bruços e Mariposa com pequenas concessões a técnica formal, e sempre respeitando a individualidade e a capacidade de cada cliente.

A partir daqui, o terapeuta pode utilizar recursos diversos (pranchas, rolos, flutuadores entre outros) para auxiliar na aprendizagem das técnicas desportivas dos vários estilos de natação.

O método dos anéis de Bad Ragaz é uma versão aquática da Facilitação Propriocetiva Neuromuscular (PNF), melhorando a função muscular através de padrões de movimento e utilizando a resistência proporcionada pelo terapeuta. Presume-se que a utilização das extremidades (MMII, MMSS) como alavancas ativará os músculos do tronco e que o feedback do terapeuta deflagrará uma adequada resposta muscular.

Responsável pelas propostas e dinamização: Terapeuta Ocupacional e 3 AAD's

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Natação Adaptada

Local de realização: Villa Urbana – Piscina do Gimnovilla

Período de realização: 2ª feira das 9h30 às 12h; 5ª feira das 10h às 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 10

Descrição e objetivo da atividade: A utilização de um meio envolvente facilitador faz com que as atividades aquáticas sejam cada vez mais uma atividade de eleição para

os portadores de deficiência. A Natação Adaptada surge como um excelente reforço às terapias tradicionais, permitindo não só a adaptação ao meio aquático, mas também, o desenvolvimento de capacidades motoras, cognitivas e sociais.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professor de Educação Física (colaborador externo) e 3/4 AAD's

Técnico responsável pela monitorização: Professor de Educação Física e Terapeuta Ocupacional

Passeios

Local de realização: A definir pelo grupo

Período de realização: Semanalmente numa frequência de duas vezes por semana

Capacidade máxima prevista de participantes: 25

Descrição e objetivo da atividade: Pretende-se com esta atividade proporcionar aos clientes do CAO um espaço de recreação na comunidade. Caracteriza-se por uma atividade em que os nossos clientes terão oportunidade de realizar saídas ao exterior, com o objetivo sócio recreativo e cultural. Os passeios serão programados semanalmente de acordo com as escolhas e interesses manifestados pelos clientes.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD's e clientes

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Oficina Expressão Dramática

Local de realização: CAO DM - Refeitório

Período de realização: 5ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade máxima prevista de participantes: 1

Descrição e objetivo da atividade: A Atividade de Expressão Dramática é realizada no âmbito do serviço de Atendimento, Acompanhamento e Animação para pessoas com deficiência (CAAAPD) da APPC.

São objetivos principais desta atividade o movimento, a espontaneidade, a sociabilidade e o relaxamento, estimulação cognitiva através do jogo, da recreação e o prazer do indivíduo. Procura-se desenvolver a capacidade de observação e tolerância em grupo, a expressão corporal, desenvolvendo o potencial expressivo e de criação

Responsável pelas propostas e dinamização: Animadora Cultural e 2 AAD's

Técnico responsável pela organização: Animadora Cultural

Oficina de Clown

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia (CAO DM)

Período de realização: 5ª e 6ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade máxima prevista de participantes: 1

Descrição e objetivo da atividade: A Atividade de Oficina de Clown é realizada no âmbito do serviço de Atendimento, Acompanhamento e Animação para pessoas com deficiência (CAAAPD) da APPC.

O objetivo primordial é promover apresentações pedagógicas que sensibilizem o público infantil a ter contacto com a diferença e aprender a aceitá-la como algo de “normal” no seu futuro. Outro objetivo, este relativo ao ator em si, é fazer com que o indivíduo aprenda a aperceber-se da comicidade que o rodeia e que existe nele mesmo, levando a que este aprenda a rir-se de si mesmo melhorando assim a sua qualidade de vida.

Responsável pelas propostas e dinamização: 2 AAD's

Técnico responsável pela organização: Animadora Cultural

Noites Recreativo Culturais

Local de realização: A definir por cada grupo

Período de realização: Frequência trimestral

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objetivo da atividade: Na última sexta-feira de cada trimestre (com algumas exceções na programação) são realizadas saídas noturnas, no sentido de proporcionar, aos clientes do CAO a participação num maior número de atividades possíveis na comunidade, como por exemplo, idas ao Teatro, ao Cinema, ao Futebol, e outras.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: AAD's

Técnico responsável pela organização: Equipa Técnica

Acolhimento Temporário

Local de realização: Exterior (a definir pela Equipa Técnica)

Período de realização: Período de cinco dias úteis consecutivos

Capacidade máxima prevista de participantes: 5

Descrição e objetivo da atividade: Esta atividade tem como objetivo proporcionar aos nossos clientes novas oportunidades de socialização, de exploração, consolidação

de relações interpessoais e intergrupais e de conhecimento de novos lugares. Embora seja uma atividade considerada como de lazer, engloba a participação em várias áreas da vida, permitindo a vivência de um período de alterações de rotinas e de contextos onde os nossos clientes poderão explorar e tomar consciência das suas reais competências. Cada acolhimento é constituído um grupo de 5 ou 6 clientes que serão acompanhados por AAD's (de acordo com as necessidades dos utentes) e por um elemento da equipa técnica do CAO.

Responsável pela organização, orientação e dinamização: Elemento da Equipa Técnica

4. Actividades Não Regulares

As actividades não regulares (Fig.2) têm como objetivo enriquecer o leque de experiências relacionadas com a participação social, que o Centro de Actividades Ocupacionais pode oferecer aos seus clientes. A sua proposta é realizada anualmente, procurando introduzir algumas alterações e ajustes de acordo com as avaliações realizadas no ano anterior. De seguida será realizada uma descrição mais específica das Actividades que propomos realizar em 2013.



Fig.2. Caracterização das actividades não-regulares desenvolvidas no Centro de Actividades Ocupacionais.

ATIVIDADES SAZONAIS

Têm como objetivo promover a participação dos nossos clientes em atividades comumente realizadas em épocas específicas do ano, tais como:

- **PRAIAS**

Este ano, propomo-nos a realizar as saídas para a praia no período da manhã e da tarde, sendo que os clientes irão usufruir da praia no período da manhã e do espaço da Colónia de Férias da Aguda no período da tarde. O almoço será fornecido pela instituição e realizar-se-á no espaço da Colónia de Férias.

- **FESTIVIDADES DE NATAL**

Esta atividade pretende proporcionar aos nossos clientes a possibilidade de adquirirem presentes de Natal para os seus familiares e amigos, sem que estes tenham que recorrer à ajuda dos mesmos para o fazer. Está prevista a participação de todos os clientes do CAO, e aproveitando os passeios regulares a partir do mês de Novembro. A organização desta atividade foi modificada, para evitar custos desnecessários como as refeições dos funcionários e alterações das rotinas do serviço sem que fosse alterado seu o objetivo. Os nossos clientes passam a ter a oportunidade de realizar as compras de Natal nos passeios semanais, durante o mês de Dezembro. Nesta altura do ano muitas vezes os clientes preferem ir a sítios cobertos como os Centros Comerciais e podem associar a essa saída as compras de Natal.

ATIVIDADES TEMÁTICAS

O objetivo geral das atividades temáticas realizadas anualmente prende-se com a necessidade da divulgação das ações desenvolvidas no CAO, assim como a exploração de possibilidades de desenvolvimento de outras atividades e a promoção de novas experiências aos nossos clientes.

- **FEIRA DE PÁScoa**

Dar a conhecer e estimular a compra dos artigos elaborados nas atividades produtivas para a Época da Páscoa.

▪ **FEIRA DE NATAL**

Dar a conhecer e estimular a compra dos artigos elaborados nas atividades produtivas para a Época de Natal.

ATIVIDADE COMEMORATIVAS DE ÉPOCAS FESTIVAS

A participação nestas atividades é facultativa, respeitando as crenças e valores culturais dos nossos clientes. Os objetivos destas atividades são proporcionar oportunidades de socialização de acordo com o *padrão da cultura portuguesa*, promover a aquisição de padrões de desempenho esperados pela cultura do país em que vivem e proporcionar situações de bem-estar e satisfação aos nossos clientes. Estas atividades são programadas pelo CAO e abertas aos familiares e amigos dos nossos clientes dentro do horário habitual de funcionamento do serviço.

5. Calendário Anual de Atividades

| Janeiro | Fevereiro | Março | Abril | Maio | Junho |
|---------|-------------------------|-------------------------------|--------------------|---------------------------|------------------------------------|
| 1 | 1 | 1 | Encerramento CAO 1 | Feriado 1 | 1 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 |
| 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | Comemoração do dia Transformers 10 |
| 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 |
| 12 | Entrudo 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 |
| 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | Noite recreativo-cultural 14 |
| 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 |
| 16 | 16 | 16 | 16 | 16 | 16 |
| 17 | 17 | 17 | 17 | 17 | 17 |
| 18 | 18 | Feira de Páscoa (exterior) 18 | 18 | 18 | 18 |
| 19 | 19 | Feira de Páscoa (exterior) 19 | 19 | 19 | 19 |
| 20 | 20 | Feira de Páscoa (CRPCP) 20 | 20 | 20 | 20 |
| 21 | 21 | Feira de Páscoa (CRPCP) 21 | 21 | 21 | Festa S. João 21 |
| 22 | 22 | Noite recreativo-cultural 22 | 22 | 22 | 22 |
| 23 | 23 | 23 | 23 | 23 | 23 |
| 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | Feriado 24 |
| 25 | 25 | 25 | Feriado 25 | 25 | 25 |
| 26 | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 |
| 27 | Reunião Resp. Legais 27 | 27 | 27 | Acolhimento Temporário 27 | 27 |
| 28 | 28 | Encerramento CAO 28 | 28 | Acolhimento Temporário 28 | 28 |
| 29 | 29 | Feriado 29 | 29 | Acolhimento Temporário 29 | 29 |
| 30 | | 30 | 30 | Acolhimento Temporário 30 | 30 |
| 31 | | 31 | | Acolhimento Temporário 31 | |

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

Centro de Actividades Ocupacionais

| Julho | Setembro | Outubro | Novembro | Dezembro |
|-----------------------------|------------------------------|------------------------|---------------------|------------------------------|
| Praias 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Praias 2 | 2 | Reunião Resp. Legais 2 | 2 | 2 |
| Praias 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Praias 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Praias 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 6 | 6 | 6 | 6 | Noite recreativo-cultural 6 |
| 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| Praias 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| Praias 9 | 9 | 9 | 9 | Feira de Natal (exterior) 9 |
| Praias 10 | 10 | 10 | 10 | Feira de Natal (exterior) 10 |
| Praias 11 | 11 | 11 | Festa do Magusto 11 | Feira de Natal (CRPCP) 11 |
| Praias 12 | 12 | 12 | 12 | Feira de Natal (CRPCP) 12 |
| 13 | 13 | 13 | 13 | 13 |
| 14 | 14 | 14 | 14 | 14 |
| Praias 15 | 15 | 15 | 15 | 15 |
| Praias 16 | 16 | 16 | 16 | Festividades de Natal 16 |
| Praias 17 | 17 | 17 | 17 | Festividades de Natal 17 |
| Praias 18 | 18 | 18 | 18 | Festividades de Natal 18 |
| Praias 19 | 19 | 19 | 19 | Festividades de Natal 19 |
| 20 | 20 | 20 | 20 | Festa de Natal 20 |
| 21 | 21 | 21 | 21 | 21 |
| Praias 22 | 22 | 22 | 22 | 22 |
| Praias 23 | 23 | 23 | 23 | 23 |
| Praias 24 | 24 | 24 | 24 | Encerramento CAO 24 |
| Praias 25 | 25 | 25 | 25 | Feriado 25 |
| Praias Party Lounge 2013 26 | 26 | 26 | 26 | 26 |
| 27 | Noite recreativo-cultural 27 | 27 | 27 | 27 |
| 28 | 28 | 28 | 28 | 28 |
| 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
| 31 | | 31 | | 31 |

6. Mensagem Equipa Técnica

Com o presente Plano Anual de Atividades a equipa de colaboradores do Centro de Atividades Ocupacionais da Maceda pretende contribuir para a promoção da autonomia e da qualidade de vida dos seus clientes, respeitando-os quanto à sua individualidade, capacidades, potencialidades, interesses e expetativas. Promover a participação ativa dos clientes nas planificações das atividades e diversificação de atividades.

7. Conclusão

O presente plano anual de atividades para o ano civil de 2013 foi elaborado pela Equipa Técnica do Centro de Atividades Ocupacionais da Maceda, nomeadamente por Daniela Lopes (Terapeuta Ocupacional) e Susana Conceição (Assistente Social).

A data de conclusão da proposta apresentada foi 31 de dezembro de 2012.

8. Parecer Diretora Técnica e de Serviços da Unidade Orgânica

O PAA 2013 é arrojado, inovador e dinâmico. A colaboração direta com outros serviços da APPC é uma mais valia. O novo conceito das oficinas e das atividades em geral vai ao encontro da promoção da qualidade de vida dos nossos clientes através da sua autorrepresentação e participação ativa. Parabéns a todos os que colaboraram para a elaboração deste plano. Faço votos para que seja 100% cumprido.

3 de Janeiro de 2013

Sandra Felgueiras, Dr.^a
Diretora Técnica e de Serviços
Unidade Orgânica Porto Centro