



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

RELATÓRIO PLANO DE TRABALHO

Título

Desafio em Ação - 2022 - Ano: 0

Coordenador(es)

José Roberto Armelin
CPF: 603609338-15

Responsável(eis) Técnico(s)

Tamiris Camila Nora Santos
CPF: 232.047.628.82

Público Alvo

Pessoa idosa com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos, independentes e/ou com graus de dependência (necessitando de auxílio com alimentação, mobilidade, higiene; sem comprometimento cognitivo ou com alteração cognitiva controlada para as atividades de vida diária). Também acolhe idosos com vínculos familiares fragilizados, rompidos ou em situação de desabrigo. A entidade oferta espaço de moradia, proteção integral e serviço especializado. Sendo a pretensão atender de 20 à 30 pessoas neste Plano.

Local da Execução

Sede: Lar dos Velhos de Amparo. Rua João Rodrigues Fontes , 80 - Jardim América

Justificativa da Proposição

A finalidade e pretensão do Plano de Trabalho é concretizar as ações de atendimentos previstas em Serviços socioassistenciais como:

Acolher e garantir proteção integral; - Contribuir para a prevenção do agravamento de situações de negligência, violência e ruptura de vínculos; - Restabelecer vínculos familiares e/ou sociais; - Possibilitar a convivência comunitária; - Promover acesso à rede socioassistencial, aos demais órgãos do Sistema de Garantia de Direitos e às demais políticas públicas setoriais; Favorecer o surgimento e o desenvolvimento de aptidões, capacidades e oportunidades para que os indivíduos façam escolhas com autonomia; Promover o acesso a programações culturais, de lazer, de esporte e ocupacionais internas e externas. (Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais).

Em meio à execução do plano de trabalho, as ações de atendimento e as atividades seguem com o objetivo de ampliar momentos de interação, convívio e vivências para melhor qualidade de vida do idoso. O Plano de Trabalho prevê integrar momentos de bem-estar e integração da pessoa idosa institucionalizada, visto a temática e função social das Instituições de Longa Permanência para pessoa Idosa, onde a pretensão não é a de substituição da família, mas de ampliação desta, com laços e vínculos também significativos.

Objetivo Geral

Promover e favorecer conteúdos práticos e eficazes para uma vida ativa e saudável, tendo a concepção de garantir acessos a oportunidades que proporcionem um envelhecimento com qualidade de vida.

Objetivo Específico

- > Promover atividades específicas conforme perspectivas e características dos idosos para melhor convivência e qualidade de vida;
- > Despertar o convívio social por meio de encontros culturais e de lazer (fazer amizade com pessoa da mesma



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

geração);

- > Complementar o trabalho social com famílias em percurso planejado e eficaz, enfatizando a participação e a convivência familiar intergeracional;
- > Garantir atendimento interdisciplinar e multiprofissional com qualificações técnicas, que possa desenvolver o trabalho direcionado ao cuidado;
- > Conhecer o processo de envelhecimento entendendo assim as reais necessidades.

Metodologia

As ações a serem executadas através do Plano de Trabalho, foram previamente elaboradas com apoio e sugestão da equipe de trabalho (fisioterapeuta, técnicos de enfermagem e cuidadores). Ações estas que serão diversificadas condizentes com a capacidade apresentada pelo público alvo, a considerar o grau de dependência como deambular, ser cadeirante, possuir dificuldade visual, ter dificuldade em membros superiores, apresentar sequelas isquêmicas e até mesmo Alzheimer.

Oficina "Alongamento corporal e respiração": A oficina foi planejada com intuito de contribuir de distintas maneiras para enfrentar os desafios atuais e ainda assim disponibilizar momentos prazerosos e funcionais aos idosos institucionalizados. A prática de alongar e aquecer oferta inúmeros benefícios ao indivíduo como melhora da postura, aumento da flexibilidade, melhora da performance na prática de atividades físicas, alívio da dor em algumas doenças ou mesmo na prevenção de lesões. Após aquecidos serão desenvolvidos os exercícios respiratórios, com a pandemia do Coronavírus, manter ou melhorar a capacidade respiratória tornou-se ainda mais importante, pensando nisso a fisioterapeuta da Instituição, desenvolverá através de atividades lúdicas e divertidas maneiras de exercitar a respiração, contribuindo ainda para o controle da ansiedade e melhoras no sono. Estes exercícios têm por objetivo manter a ventilação pulmonar normal, fortalecendo a musculatura respiratória, como o diafragma e músculos acessórios da respiração, visando desta maneira diminuir o risco de infecção pulmonar. Os técnicos de enfermagem e cuidadores darão o suporte necessário, em especial aos idosos que apresentam graus de dependência, o que não os impossibilitarão de participar, uma vez que tais atividades serão inclusivas, leves e adaptáveis. As atividades serão divididas em dois grupos de homens e mulheres, em horários diferentes. A fisioterapeuta utilizará materiais que estimulam a respiração como bexigas, apitos, línguas de sogra e para animar o ambiente colocará música durante o desenvolvimento da ação.

Oficina da Memória "Recordar e viver": Despertar a concentração, raciocínio e memória; A oficina almeja treinar a memória, através de contos de histórias, músicas, poesias, conversação entre os idosos, jogos diversos como bingo; quebra-cabeça; jogo da memória e dinâmicas para aos idosos visando também a interação entre todos os envolvidos.

Esta Oficina desperta bastante entusiasmo e empolgação por parte dos moradores, são atividades diversificadas e divertidas que exercitam o raciocínio, envolvendo jogos do Bingo, Estope, Forca, Mimica, entre outros. Como o objetivo é a inclusão, procuramos satisfazer os gostos e os desejos de todos os envolvidos, fazendo um dia com música; outro mais tranquilo com leituras de poemas e histórias; jogos com cartas e tabuleiros; entre outros. O intuito é além de despertar a memória, contribuir também, para um momento prazeroso.

Oficina será desenvolvida internamente com o público alvo. Equipe monitora: assistente social, psicóloga e cuidadores para auxiliar em caso de idosos com grau de dependência. Sendo desenvolvido uma ou mais vezes na semana.

Oficina "Cinema em casa": Esta oficina é destinada às sessões de filmes exibidos aos idosos na instituição. Com a pandemia foram utilizadas estratégias para desempenhar ações internas visando promover aos idosos momentos prazerosos com os demais colegas. Em conversa com os mesmos foi identificado grande interesse por filmes que marcaram momentos significativos de suas vidas. São disponibilizados a eles à possibilidade de solicitar quais filmes gostariam de ver ou rever, sendo estes providenciados pela equipe para a realização da Oficina de Cinema. A mesma ocorrerá uma vez na semana com o suporte dos cuidadores de idosos e técnicos de enfermagem para acompanhá-los e para a providência dos filmes, a assistente social.

Oficina "Viver Bem": Essa oficina contempla os cuidados estéticos dos idosos contribuindo assim na promoção da autoestima. São ofertados semanalmente esmaltação de mãos e pés; pintura de cabelo; penteados diversos. Esse momento é muito agradável e aguardado pelos idosos, em especial as idosas, que gostam de admirar principalmente



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

suas unhas "coloridas". A oficina é realizada pelos técnicos de enfermagem e cuidadores em dias e horários diversificados.

As ações buscam interação conforme a concordância de 20 a 30 pessoas idosas institucionalizados, a considerar a capacidade da Entidade acolher 80 idosos. Com tudo precisamos considerar que o Plano de Trabalho será abrangente a todos os acolhidos, independentemente de seu grau, no entanto, respeitar o processo de adequação nas ações voltadas no aspecto cognitivo e desenvolvimento motor da pessoa idosa, será imprescindível.

Descrição dos Indicadores das Metas/Etapas e Fases

Dentre cada atividade a equipe de enfermagem atuará para as devidas avaliações e monitoramentos relacionados à saúde dos idosos, como aferir sinais vitais, verificação glicemia capilar, dentre as comorbidades decorrentes à idade. Esse processo se dará, antes, durante e após atividades supracitadas. Cada ação objetiva a satisfação dos idosos dentre as atividades, e o modo proposto para devida avaliação será a abordagem de forma individual, tendo em vista, o respeito à opinião e a conclusão de cada idoso.

Diante deste contexto as ações sugeridas no Plano de Trabalho e as quais não satisfizerem aos idosos, serão reavaliadas pela assistente social e assim substituída afim de não ocasionar desmotivação, falta de interesse e não interação de um ou mais idoso. Para a garantia e continuidade das ações, o Plano de Trabalho prevê resultado satisfatório na qualidade de vida dos idosos, reconhecendo que em Plano anterior, os idosos puderam integrar as etapas do Plano com facilidade, segurança, confiança, oportunidade e mostraram-se pré-determinados a avançar e vencer desafios como a socialização, limitações cognitivas, expressões e liberdade de expressões.

Monitoramento e Avaliação

Toda questão envolvendo monitoramento e avaliação será analisada através de reuniões de equipe mensalmente, para discussão de casos e revisões, e com estratégias para garantir a qualidade das ações e participação dos idoso. A proposta em atender 30 idosos, deverá seguir e respeitar a disposição de cada idoso, podendo este número ser mantido ou diminuído em algum momento. A considerar que a frente ao atendimento dos idosos a equipe de técnicos de enfermagem possui autonomia para abordagem e repasse de informações do conteúdo do Plano de Trabalho. Salientamos que a opinião do idoso será sempre evidenciada para que facilite o processo de desenvolvimento das ações propostas.

METAS					
Especificação				Data Inicial	Data Final
1. Oficina "Alongamento corporal e respiração"				04/01/2022	31/12/2022
ETAPAS					
Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
A Prática de Alongar e Aquecer	Pessoa idosa	30	20	04/01/2022	31/12/2022
Detalhamento: A prática de alongar e aquecer oferta inúmeros benefícios ao indivíduo como melhora da postura, aumento da flexibilidade, melhora da performance na prática de atividades físicas, alívio da dor em algumas doenças ou mesmo na prevenção de lesões. Equipe: Fisioterapeuta, técnicos de enfermagem e cuidadores para suporte.					
Exercitar a respiração	Pessoa idosa	30	20	04/01/2022	31/12/2022
Detalhamento: Com a pandemia do Coronavírus, manter ou melhorar a capacidade respiratória tornou-se ainda mais importante, pensando nisso a fisioterapeuta da Instituição, desenvolverá através de atividades lúdicas e divertidas maneiras de exercitar a respiração, contribuindo ainda para o controle da ansiedade e melhoras no sono.					
Especificação				Data Inicial	Data Final
2. Oficina da Memória "Recordar e viver": Despertar a concentração, raciocínio e memória				04/01/2022	31/12/2022



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

METAS

ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
A oficina almeja treinar a memória, através de contos de histórias, músicas, poesias, conversação entre os idosos, jogos diversos como bingo; quebra-cabeça; jogo da memória e dinâmicas para aos idosos visando também a interação entre todos os envolvidos.	Pessoa idosa	30	20	04/01/2022	31/12/2022

Detalhamento: Esta Oficina desperta bastante entrosamento e empolgação por parte dos moradores, são atividades diversificadas e divertidas que exercitam o raciocínio, envolvendo jogos do Bingo, Estope, Forca, Mimica, entre outros. Como o objetivo é a inclusão, procuramos satisfazer os gostos e os desejos de todos os envolvidos, fazendo um dia com música; outro mais tranquilo com leituras de poemas e histórias; jogos com cartas e tabuleiros; entre outros. O intuito é além de despertar a memória, contribuir também, para um momento prazeroso. Oficina será desenvolvida internamente com o público alvo. Equipe monitora: assistente social, psicóloga e cuidadores para auxiliar em caso de idosos com grau de dependência. Sendo desenvolvido uma ou mais vezes na semana.

Especificação	Data Inicial	Data Final
3. Oficina "Cinema em casa"	04/01/2022	31/12/2022

ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
Esta oficina é destinada à sessões de filmes exibidos aos idosos na instituição.	Pessoa idosa	30	20	04/01/2022	31/12/2022

Detalhamento: Com a pandemia foram utilizadas estratégias para desempenhar ações internas visando promover aos idosos momentos prazerosos com os demais colegas. Em conversa com os mesmos foi identificado grande interesse por filmes que marcaram momentos significativos de suas vidas. São disponibilizados a eles à possibilidade de solicitar quais filmes gostariam de ver ou rever, sendo estes providenciados pela equipe para a realização da Oficina de Cinema. A mesma ocorrerá uma vez na semana com o suporte dos cuidadores de idosos e técnicos de enfermagem para acompanhá-los e para a providência dos filmes, a assistente social.

Especificação	Data Inicial	Data Final
4. Oficina "Viver Bem"	04/01/2022	31/12/2022

ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
Oficina destinada para os cuidados pessoais dos idosos.	Pessoa idosa	30	20	04/01/2022	31/12/2022

Detalhamento: Essa oficina contempla os cuidados estéticos dos idosos contribuindo assim na promoção da autoestima. São ofertados semanalmente esmaltação de mãos e pés; pintura de cabelo; penteados diversos. Esse momento é muito agradável e aguardado pelos idosos, em especial as idosas, que gostam de admirar principalmente suas unhas "coloridas". A oficina é realizada pelos técnicos de enfermagem e cuidadores em dias e horários diversificados.

RECURSOS FÍSICOS

Item	Especificação	Quantidade
------	---------------	------------



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

RECURSOS FÍSICOS		
Item	Especificação	Quantidade
1	Banheiros	20
2	Consultório médico; Sala de Curativos; Sala de Fisioterapia; Secretaria; Sala Serviço Social; Sala da Psicologia; Oficina recreativa; Sala de Reunião; Cozinha; Sala de Manutenção; Garagem; Lavanderia; Barbearia; e Portaria.	1
3	Posto de Atendimento; Enfermaria; Dispensário de medicamentos; Sala de Convivência; Refeitório; e Almojarifado.	2
4	Quartos	28
5	Rouparia	3
6	Suítes	14

RECURSOS MATERIAIS		
Item	Especificação	Quantidade
1	Área externa: Recanto do Mirante da Vovó, área com cobertura externa e área de recreação com plantas arborizadas, contendo bancos, mesas e cadeiras.	1
2	Escritório Administrativo: Mesas e cadeiras, arquivos, armários, computadores, telefone e internet.	1
3	Sala de Atendimento/ Acolhimento: Mesa, cadeiras, e estofado c/ 2 lugares, armário, arquivo, computador, telefone e internet.	1
4	Sala de Convivência: Televisor, D.V.D, Home Theater, Rádios, Conjunto de Estofados c/ 03 e 02 lugares, Mesas e cadeiras e bebedouro.	1
5	Sala de Reunião: Mesas e cadeiras, armários, computador.	1


José Roberto Armelin

CPF 603.609.338-15

Presidente



Tamiris Camila Nora Santos

CRESS: 55043

Assistente Social