



## 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 - Ano: 2023

#### Coordenador(es)

Viviane Cristina Possari  
CPF: 037.372.164-10

#### Responsável(eis)

Tamiris Camila Nora Santos  
CPF: 232.047.628.82 - CRESS: 55043

#### 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 pessoas idosas 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 OSC (Organização da Sociedade Civil) Lar dos velhos de Amparo é uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) que executa serviço de forma continuada, permanente (24 horas, todos os dias), a qual está à frente das Políticas Públicas no âmbito do Sistema Único de Assistência Social (SUAS) e referenciada pela Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais dentro do segmento de Proteção Social Especial de Alta Complexidade.

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 dos acolhidos. 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.

Diante da realidade exposta, o Lar dos Velhos de Amparo, através do Projeto "Desafio em Ação" oferta serviço de atividades complementares ao acolhimento institucional para pessoas idosas, seguindo a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais, objetivando fornecer atividades visando proporcionar um envelhecimento saudável com qualidade de vida.



## 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

### Objetivo Geral

Complementar o serviço de acolhimento institucional promovendo e favorecendo 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 moradores 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 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, assistente social, psicóloga 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.

As ações buscam interação conforme a concordância de 20 a 30 pessoas idosas institucionalizadas, a considerar a capacidade da Entidade acolher 80 moradores. 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.

Dentre cada atividade a equipe de enfermagem atuará para as devidas avaliações e monitoramentos relacionados à saúde das pessoas idosas, 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(as) participantes 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 um(a).

Diante deste contexto as ações sugeridas no Plano de Trabalho e as quais não satisfizerem as pessoas idosas, serão reavaliadas pela assistente social e assim substituídas afim de não ocasionar desmotivação, falta de interesse e não interação de um ou mais morador. Para a garantia e continuidade das ações, o Plano de Trabalho prevê resultado satisfatório na qualidade de vida das pessoas idosas, reconhecendo que em Plano anterior, os participantes 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.

### Descrição dos Indicadores das Metas/Etapas e Fases

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 às pessoas idosas institucionalizadas. A prática de alongar e aquecer oferece 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



## 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

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 moradores 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 e acontecerá uma vez na semana, a divisão dos grupos se fará necessária por conta da estrutura física do prédio e quantidade de participantes, considerando ainda a dificuldade do deslocamento e atenção necessária que eles requerem para a execução correta da ação. 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 "Viver Bem": Essa oficina contempla os cuidados estéticos do público-alvo contribuindo assim na promoção da autoestima. Serão realizados semanalmente esmaltação de mãos e pés; pintura de cabelo; penteados diversos. Esse momento é muito agradável e aguardado pelos moradores, em especial as mulheres, que gostam de admirar principalmente suas unhas coloridas. A oficina é realizada pelos técnicos de enfermagem e cuidadores em dias e horários diversificados.

Oficina "AtivaMente": Serão realizadas atividades em formato de jogos para estimulação cognitiva, com objetivo de atuar diretamente nos processos adaptativos cerebrais, buscando por meio da atividade terapêutica, melhorar e/ou preservar o desempenho de domínios como: memória, atenção, raciocínio lógico, funções executiva e linguagem, preservando a autonomia e independência de acordo com a capacidade individual, proporcionando melhora na qualidade de vida promovendo interações sociais entre os acolhidos. Acontecerá uma vez na semana, sendo aplicada e monitorada pela psicóloga e assistente social.

Oficina "Atividade Física": Contribui positivamente com o envelhecimento saudável, através dos benefícios da atividade física à pessoa idosa observa-se a melhoria do bem-estar geral, incluindo a condição da saúde física e mais importante: o estímulo e a preservação da independência, autonomia nas atividades do cotidiano. Essas ações estão fundamentadas nos relatos comprovados de que atividades físicas, intelectuais, religiosas e sociais, despertam e desenvolvem a busca de sentido da vida (Pestana; Espírito Santo, 2008). Os resultados contribuem para a melhoria da capacidade funcional, do sono, velocidade no andar e disposição, a considerar valores importantes para a atividade de vida diária. A ação será executada duas vezes na semana, por professores da Secretaria Municipal de Esportes, através do Projeto "Viver Bem".

### Monitoramento e Avaliação

O monitoramento é realizado de modo quantitativo e qualitativo. Será realizado monitoramento da frequência dos moradores nas atividades propostas, bem como os níveis de adesão e satisfação em relação as atividades oferecidas pela instituição. Os dados serão avaliados por meio de questionário de avaliação que serão aplicados semestralmente, e também por meio da observação da equipe técnica qualificada. Os dados coletados serão expostos e discutidos em equipe durante reuniões que ocorrerão mensalmente para monitoramento e avaliação. As reuniões terão como objeto visualizar dados e elaborar planejamento de ações de melhoria, que serão registrados em ATA ao final de cada encontro.

O processo estabelecido de monitoramento e avaliação garantirá a oportunidade de participação das pessoas idosas nos planos, através da análise de suas preferências e da aplicação de ações de melhoria com ofertas de atividades que favoreçam a informação, a orientação e o apoio aos usuários.

### Informações Complementares

Asseguramos as pessoas idosas residentes, com absoluta prioridade: a efetivação do direito à vida, saúde, alimentação, educação, cultura, lazer, cidadania, liberdade, dignidade, respeito e convivência familiar e comunitária. Preservando e assegurando, por ações próprias e outros meios, as oportunidades e facilidades para a preservação de sua saúde física e mental e seus aperfeiçoamentos morais, intelectuais, sociais e espirituais, sua dignidade como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais, garantidos na Constituição Federal de 1988,



## 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

nas leis infraconstitucionais e na Política Nacional do Idoso (PNI).

### METAS

Especificação	Data Inicial	Data Final
<b>1. Oficina Alongamento Corporal e Respiração</b>	02/01/2023	31/12/2023

#### ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
A oficina foi planejada com intuito de contribuir de distintas maneiras para enfrentar os desafios atuais e ainda assim disponibilizar momentos prazerosos e funcionais às pessoas idosas institucionalizadas.	Usuário/ Pessoa Idosa	30	20	02/01/2023	31/12/2023

Detalhamento: A prática de alongar e aquecer oferece 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 moradores que apresentam grau 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 e acontecerá uma vez na semana, a divisão dos grupos se fará necessária por conta da estrutura física do prédio e quantidade de participantes, considerando ainda a dificuldade do deslocamento e atenção necessária que eles requerem para a execução correta da ação. 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.

Especificação	Data Inicial	Data Final
<b>2. Oficina "Viver Bem"</b>	02/01/2023	31/12/2023

#### ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
Essa oficina contempla os cuidados estéticos do público-alvo contribuindo assim na promoção da autoestima.	Usuário/ Pessoa Idosa	30	20	02/12/2023	31/12/2023

Detalhamento: Serão realizados semanalmente esmaltação de mãos e pés; pintura de cabelo; penteados diversos. Esse momento é muito agradável e aguardado pelos moradores, em especial as mulheres, que gostam de admirar principalmente suas unhas coloridas. A oficina é realizada pelos técnicos de enfermagem e cuidadores em dias e horários diversificados.

Especificação	Data Inicial	Data Final
<b>3. Oficina "Ativamente"</b>	02/01/2023	31/12/2023

#### ETAPAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
---------------	----------------	-------	----------------------	--------	-------



## 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					
Serão realizadas atividades em formato de jogos para estimulação cognitiva, com objetivo de atuar diretamente nos processos adaptativos cerebrais	Usuário/ Pessoa Idosa	30	20	02/01/2023	31/12/2023
Detalhamento: Por meio da atividade terapêutica, melhorar e/ou preservar o desempenho de domínios como: memória, atenção, raciocínio lógico, funções executiva e linguagem, preservando a autonomia e independência de acordo com a capacidade individual, proporcionando melhora na qualidade de vida promovendo interações sociais entre os acolhidos. Acontecerá uma vez na semana, sendo aplicada e monitorada pela psicóloga e assistente social.					
<b>Especificação</b>				<b>Data Inicial</b>	<b>Data Final</b>
<b>4. Oficina "Atividade Física"</b>				02/01/2023	31/12/2023
ETAPAS					
Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
Contribuir positivamente com o envelhecimento saudável e qualidade de vida da pessoa idosa.	Usuário/ Pessoa Idosa	30	20	02/01/2023	31/12/2023
Detalhamento: através dos benefícios da atividade física à pessoa idosa observa-se a melhoria do bem-estar geral, incluindo a condição da saúde física e mais importante: o estímulo e a preservação da independência, autonomia nas atividades do cotidiano. Essas ações estão fundamentadas nos relatos comprovados de que atividades físicas, intelectuais, religiosas e sociais, despertam e desenvolvem a busca de sentido da vida (Pestana; Espírito Santo, 2008). Os resultados contribuem para a melhoria da capacidade funcional, do sono, velocidade no andar e disposição, a considerar valores importantes para a atividade de vida diária. A ação será executada duas vezes na semana, por professores da Secretaria Municipal de Esportes, através do Projeto "Viver Bem".					

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 Almoxarifado.	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



## 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 MATERIAIS		
Item	Especificação	Quantidade
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



Fundado em 12/08/1905  
CNPJ: 43.467.380/0001-81  
Inscrição Estadual: Isento

Utilidade Pública Federal - Lei 50.517 - Proc. 60.676 de 08/05/1992  
Utilidade Pública Estadual - Lei 3.132 de 30/08/1955 Utilidade Pública Municipal - Lei 440 de 24/08/1962  
Estatutos Reg. em Cartório Sob nº 221 em 18/03/1985  
Estatutos Primitivos Registrados em Cartório nº 07 em 11/12/1905  
Reg. no CNSS nº 9.385/38- Secretaria da Criança e Bem Estar Social - Matrícula 0.067  
Reg. no CMAS de Amparo sob nº 8/98 - Entidade de Fins Filantrópicos - Cert. do CNAS.

## REPRESENTANTES DA ENTIDADE



**Tamiris Camila Nóra Santos**

**CRESS: 55043**

**Assistente Social**



**Viviane Cristina Possari**

**COREN: 495 656 - SP**

**Coordenadora**



**José Roberto Armelin**

**CPF: 603.609.338-15**

**Presidente**