

**Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de  
Freamunde,**

**Lar André Almeida**

# **Relatório de Atividades**

## **2024**





Handwritten notes and signatures in the top right corner, including the word "Atividade" and several illegible signatures.

## Índice

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	1
<b>1- OBJETIVOS DO RELATÓRIO</b> .....	2
<b>2- CONTEXTUALIZAÇÃO INSTITUCIONAL: MISSÃO, VALORES E OBJETIVOS</b> .....	3
<b>3- PERFIL DOS RESIDENTES</b> .....	4
<b>4- METODOLOGIA DE PLANEAMENTO DAS ATIVIDADES</b> .....	6
<b>5- DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS</b> .....	6
5.1- Atividades Físicas .....	6
5.2. Atividades Cognitivas .....	7
5.3 Atividades Manuais .....	7
5.4 Atividades Religiosas .....	7
5.5 Atividades Intergeneracionais .....	8
5.6 Atividades de Convívio e integração .....	8
5.7 Atividades Sensoriais .....	9
5.8 Atelier de Culinária .....	9
5.9 Atividades Sociais e Culturais .....	10
<b>6. IMPACTO DAS ATIVIDADES</b> .....	15
<b>7. AVALIAÇÃO DOS RESIDENTES</b> .....	15
<b>8. ANÁLISE DE DESAFIOS</b> .....	17
8.1 Desafios Logísticos e Organizacionais .....	17
8.2 Desafios de Inclusão e Participação .....	17
8.3 Propostas de Melhoria para o Futuro .....	17
<b>CONCLUSÃO</b> .....	19
<b>VALIDAÇÃO</b> .....	20





LAURIS  
[Handwritten signatures and initials]

## INTRODUÇÃO

O Relatório Anual de Atividades de 2024 tem como principal objetivo apresentar uma visão detalhada das ações realizadas ao longo do ano na Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Freixo de Algodres, Lda. Este documento procura, de maneira clara e transparente, refletir sobre as diversas atividades e iniciativas implementadas, avaliando os impactos e os resultados alcançados em cada uma das áreas de atuação. Além disso, visa proporcionar uma análise crítica dos desafios enfrentados e das conquistas obtidas, ressaltando o compromisso da instituição, com a qualidade dos serviços prestados aos seus residentes.

Durante o ano de 2024, a nossa instituição manteve o foco no bem-estar e na qualidade de vida dos idosos, promovendo um ambiente acolhedor e seguro, seguindo nobremente a Metodologia de Cuidados Humanidade. Através de programas de saúde, atividades recreativas, sociais e educacionais, conseguimos atender às necessidades físicas, emocionais e sociais dos nossos residentes sempre com uma abordagem humanizada e respeitosa. No entanto, é fundamental reconhecer que, embora diversos avanços tenham sido feitos, ainda há áreas que necessitam de aprimoramento contínuo, tanto no aspeto estrutural quanto no atendimento individualizado, a fim de garantir o melhor cuidado possível.

Este relatório, portanto, também serve como uma importante ferramenta de prestação de contas para os familiares, colaboradores e demais, permitindo que todos os envolvidos no processo de cuidado e gestão da instituição possam acompanhar o progresso das atividades e contribuir com sugestões para o aperfeiçoamento constante do nosso trabalho. O ano de 2024 foi um período de desafios, mas também de grandes avanços, e este documento reflete a nossa busca incessante pela melhoria contínua e pela excelência no atendimento aos nossos residentes.



## 1. OBJETIVOS DO RELATÓRIO

O principal objetivo deste relatório é oferecer uma visão abrangente e detalhada das atividades desenvolvidas no decorrer de 2024, na Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Freamunde, Lar André Almeida, com o intuito de proporcionar uma análise aprofundada dos resultados alcançados e dos impactos gerados na vida dos nossos residentes. Este processo de avaliação visa não apenas entender o desempenho das ações executadas, mas também identificar as áreas em que conseguimos atingir as metas de forma eficaz, bem como aquelas que necessitam de aprimoramento contínuo.

Primeiramente, buscamos apresentar um balanço detalhado das atividades realizadas, abordando as diversas ações implementadas ao longo do ano, desde os cuidados diários até os programas específicos de socialização, saúde e bem-estar. A análise dessas atividades será feita de maneira estruturada, a fim de demonstrar claramente o que foi alcançado, com o intuito de mostrar o esforço coletivo em promover um ambiente de qualidade e respeito para os nossos idosos. Além disso, o relatório tem como objetivo avaliar os resultados e os impactos dessas atividades na vida dos residentes. Essa avaliação foi realizada pela equipa de trabalho, através do método de observação direta de reflexão teórica junto dos utentes; reuniões com a equipa de apoio para análise das atividades e orientação e resolução de problemas; através de registos de participação na plataforma MySénior e através do grau de satisfação dos residentes pela atividade sugerida.

Outro ponto essencial deste relatório é identificar os pontos fortes e as áreas de melhoria. Através de uma análise crítica e reflexiva, será possível reconhecer as práticas que foram bem-sucedidas e que podem ser mantidas ou ampliadas no futuro, ao mesmo tempo em que as áreas que demandam mais atenção e aperfeiçoamento serão destacadas. Essa visão estratégica permitirá uma gestão mais eficiente e direcionada, priorizando as ações que tragam maiores benefícios aos residentes.

Por fim, este relatório não apenas sintetiza o desempenho de 2024, mas também estabelece os alicerces para o progresso contínuo e a adaptação das estratégias de cuidado, sempre em busca da excelência no atendimento aos nossos residentes.





*[Handwritten signatures and initials in blue ink]*

- **Inovação:** Flexibilidade face à mudança de atitudes e de hábitos de trabalho e aquisição de novos saberes e equipamentos;
- **Comprometimento familiar:** As famílias são parte da equipa de cuidados.

### 3. PERFIL DOS RESIDENTES

Durante o ano de 2024, o Lar André Almeida, sob a gestão da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Freamunde, cumpriu os objetivos estabelecidos para atender às necessidades essenciais de seus residentes. Essas necessidades incluem alimentação, higiene, cuidados de saúde, apoio emocional, atividades de lazer e ocupação do tempo livre, sempre com foco no bem-estar e qualidade de vida dos utentes.

Os residentes do Lar André Almeida necessitam de cuidados contínuos e especializados devido a condições físicas, emocionais ou cognitivas de que padecem. A maioria possui um histórico de vida diversificado, o que requer uma abordagem personalizada para atender de forma eficaz às suas particularidades e garantir um atendimento humanizado.

Quanto à faixa etária, as idades variam entre os 64 e os 100 anos, sendo a maioria do sexo feminino, conforme indicado no gráfico abaixo.

#### Número de utentes por idades e género

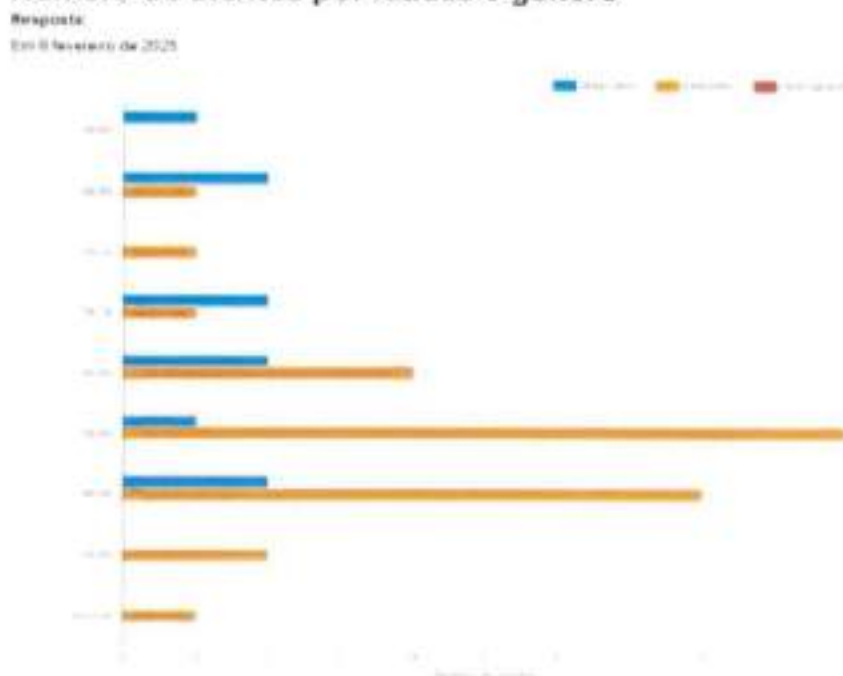


Gráfico N° 1: Número de utentes por idades e género. Obtido de MySénior.



Handwritten signatures and initials in the top right corner.

Relativamente, ao grau de dependência dos residentes, verifica-se através da Escala de Katz (Escala utilizada para avaliar a autonomia na realização de atividades básicas e necessárias à vida diária. A informação foi obtida através da observação da pessoa e registada no aplicativo MySenior) que quatro dos residentes são caracterizados como independentes, um residente com dependência ligeira, seis residentes com dependência moderada, vinte residentes com dependência grave e seis residentes com dependência total.

Por sua vez, a nível da funcionalidade mental e de desenvolvimento predomina-se o problema moderado e/ou grave, como pode-se constatar no gráfico abaixo.

### Avaliação de Funcionalidade

Resposta:  
Em 9 fevereiro de 2025

Funções Mentais e/ou do Desenvolvimento

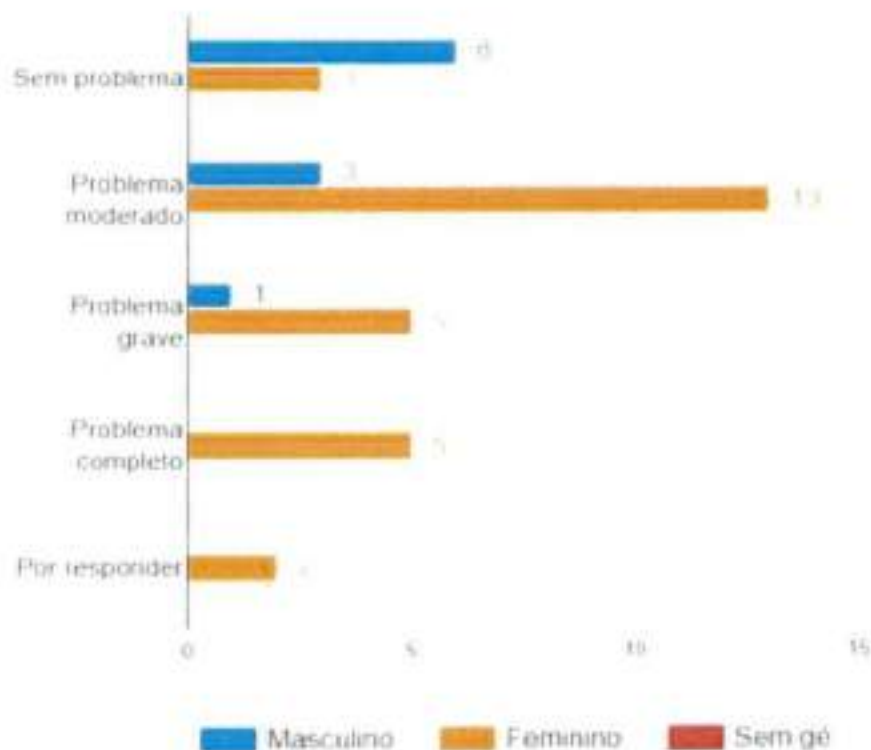


Gráfico Nº 2: Avaliação de Funcionalidade. Obtido de MySenior.



#### 4. METODOLOGIA DE PLANEAMENTO DAS ATIVIDADES

Para o planeamento das atividades de 2024, realizamos um diagnóstico de necessidades com base nas informações sobre as preferências dos residentes, as limitações e as recomendações dos profissionais da instituição. Considerando os resultados desse diagnóstico, organizamos as atividades em diversas áreas de desenvolvimento: física, cognitiva, social, espiritual e intergeracional, de modo a abranger uma ampla gama de necessidades e interesses dos residentes.

As atividades foram programadas de forma a atender às diversas faixas etárias e condições físicas, promovendo a participação de todos os residentes, adaptando o nível de dificuldade e proporcionando um ambiente inclusivo. A metodologia que adotamos para a avaliação do plano de intervenção/atividades a desenvolver na resposta social da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Freamunde no ano de 2024 foi a seguinte:

- Avaliação efetuada pela equipa de trabalho, através do método de observação direta de reflexão teórica junto dos residentes;
- Reunião com a equipa ocupacional para análise das atividades realizadas e orientação de resolução de problemas;
- Registos de adesão e participação de atividades realizadas (dados estatísticos obtidos através da plataforma *Mysénior*);
- Os indicadores para a avaliação das atividades são obtidos através do número de participantes e através do grau de satisfação dos residentes face à atividade sugerida.

#### 5. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS

##### 5.1 Atividades Físicas:

- **Ginástica:** A ginástica foi realizada pelo menos uma vez por semana, com exercícios de alongamento, fortalecimento muscular e de flexibilidade, exercícios de perícia e manipulação de objetos, exercícios de deslocamentos e equilíbrios; Relaxamento; Jogos.

**Avaliação:** A adesão à ginástica adaptada foi consistente, com a maioria dos residentes participando ativamente nas sessões. A variedade de exercícios, combinada com o ambiente estimulante e encorajador, contribuiu para um alto nível de adesão. Os jogos, em particular, foram bem recebidos, proporcionando



Ad. Y. <  
B. J.  
A. J.  
A. J.  
A. J.

uma abordagem divertida e interativa que incentivou a participação de todos. Os residentes expressaram satisfação com as atividades realizadas, mencionando que se sentiram mais dispostos e com mais energia após as sessões.

### 5.2 Atividades Cognitivas:

- **Estímulos à memória e concentração:** Jogos de memória, palavras cruzadas, jogo do stop, puzzles;
- **Tertúlias:** Sessões de comunicação em grupo e narração de histórias, ajudando a estimular o interesse, a memória e socialização;

**Avaliação:** O feedback dos residentes indicou um alto grau de satisfação com as atividades recreativas e relataram que se sentiam mais felizes e satisfeitos após a participação, constatando ainda que as atividades ajudaram a melhorar seu humor e disposição.

**5.3 Atividades Manuais:** As atividades de trabalhos manuais no Lar André Almeida envolvem diversas técnicas, como a aplicação de guardanapo, uso de gesso, fimo, lã, goma Eva, entre outros materiais. Os residentes tiveram a oportunidade de realizar pintura e decoração de objetos. Durante períodos temáticos, como Páscoa, 25 de Abril, Natal, Carnaval, Dia das Mães e Dia dos Pais, foram elaborados projetos especiais, que refletem a celebração de cada data, proporcionando um momento criativo e significativo.

**Avaliação:** As atividades de trabalhos manuais são as mais populares entre os residentes, com uma taxa de adesão significativamente mais alta em comparação com outras atividades. A participação ativa e o entusiasmo demonstrado pelos residentes refletem o sucesso e a relevância dessa prática, que se consolidou como uma das preferidas dentro da rotina do Lar André Almeida. Além de estimular a criatividade e habilidades manuais, estas atividades oferecem uma oportunidade valiosa de socialização e satisfação pessoal.

### 5.4 Atividades Religiosas:

- **Missas e serviços religiosos:** Diariamente é rezado o terço na capela; são realizadas missas internas e assistem à missa ao domingo pela tv; assistem também, à procissão em homenagem a S. Sebastião.



**Avaliação:** Estas atividades diárias indicam um alto grau de satisfação por parte dos residentes, que se sentiram mais conectados espiritualmente, emocionalmente e socialmente. As missas e os serviços religiosos não só atenderam às necessidades espirituais, mas também contribuíram para o fortalecimento do vínculo entre os residentes e a instituição, promovendo uma atmosfera de paz, reflexão e suporte mútuo.

### 5.5 Atividades Intergeracionais:

- **Visitas de escolas e grupos da comunidade:** Realizados diversos encontros entre os residentes, para troca de experiências e histórias, tais como a vinda dos escuteiros, Centro Escolar de Freamunde (cantar as janeiras);
- **Projeto Entre(felic)Idades:** Realizamos quinzenalmente, em parceria com o Centro Infantojuvenil de Freamunde, um projeto intergeracional que contemplou a partilha histórias de vida, criando de laços afetivos entre os residentes e os alunos do pré-escolar.

**Avaliação:** De um modo geral, verificou-se a participação e satisfação dos residentes por poder interagir com as gerações mais jovens. Essas iniciativas promoveram não só o bem-estar social e emocional dos idosos, mas também incentivaram a formação de laços afetivos.

### 5.6 Atividades de Convívio e Integração:

- **Passeios/Atividades promovidas pela Câmara Municipal de Paços de Ferreira:** Participação nas atividades comemorativas: Cantar das Janeiras; Passeio de Barco pelo Douro; Participação na atividade “Rena de Natal”, para a decoração da árvore de Natal; Festa de Natal das IPSS; Participação na Amostra Associativa, tanto em junho como em dezembro;
- **Atividades com a comunidade social:** Participação no concurso “Mãos com vida”, promovido pela Misericórdia de Amarante; Elaboração de um vídeo promovido pelo SiosLife, sobre com o tema “As receitas de Natal”;
- **Atividades de lazer:** Passeios pelo parque da cidade de Freamunde; Atividades de Vida Diária como costura, ajuda no restaurant, caminhadas pela instituição, auxílio no transporte dos residents, entre outras.



**Avaliação:** A avaliação das atividades indica um alto grau de satisfação, com muitos residentes expressando prazer em participar nas diversas iniciativas, que trouxeram momentos de descontração, aprendizagem e interação social. Este nível de atividades só é possível com os residentes que possuem maior grau de independência ou uma independência leve a moderada.

### 5.7 Atividades Sensoriais:

- **Momentos de meditação e reflexão:** Sessões de relaxamento e banhos sensoriais, que oferecem uma maneira simples e eficaz de cuidar da mente e do espírito. Com os seus inúmeros benefícios, desde o relaxamento profundo à promoção de um sono reparador, são um acréscimo valioso em qualquer rotina de autocuidado.
- **Idas à Horta:** O cultivo de diversas plantas, como hortaliças, ervas aromáticas e flores, com os residentes sendo responsáveis pelo plantio, cuidado/rega e colheita das culturas.
- **Utilização do Aplicativo Sioslife:** Leitura de notícias; Visualização de filmes; Ouvir músicas; Efetuar cálculos; Sopa de Letras; Puzzles.

**Avaliação:** As atividades sensoriais proporcionaram aos residentes uma experiência rica e diversificada, que não apenas estimulou os sentidos, mas também favoreceu o equilíbrio emocional, a integração social e a sensação de pertencimento e realização. Os momentos de meditação e as idas à horta foram fundamentais para a promoção de uma vida mais saudável, calma e conectada com o ambiente natural, sendo práticas amplamente apreciadas por todos os participantes.

### 5.8 Atelier de Culinária: Confeção de bolos/bolachas; Confeção de pizzas.

**Avaliação:** Uma atividade enriquecedora que não apenas contribuiu para o desenvolvimento de habilidades cognitivas e motoras, mas também fortaleceu os laços afetivos entre os residentes proporcionando momentos de alegria, socialização e sensação de realização. A avaliação geral foi extremamente positiva e, assim sendo, a realização de atividades de culinária continuará a ser um dos principais focos para o próximo ano.



---

### 5.9 Atividades Sociais e Culturais:

- **Festas temáticas:** Comemoração e decoração do Natal; Carnaval; Dia da Liberdade Dia da Mãe; Dia do Pai; Chegada da Primavera; Dia dos Avós; Dia da Alimentação, etc.

**Avaliação:** Estas atividades decorreram de forma positiva e continuarão a ser uma componente central nas programações futuras, visando sempre proporcionar aos residentes momentos inesquecíveis de celebração, alegria e diversão.

Ao longo do ano, foram igualmente realizadas diversas outras atividades, conforme detalhado na tabela abaixo, incluindo a celebração de datas comemorativas, passeios, convívios e concursos, as quais estiveram, durante o ano, devidamente afixadas na instituição,



**1º Trimestre:**

Mês	Dia Festivo		Descrição
Janeiro	1	Ano novo	Realização de uma árvore de desejos para 2023.
	6	Dia de Reis	Convívio intergeracional e lanche convívio
	21	Dia Mundial de Abraço	Exposição fotográfica de abraços dos utentes
	27	Homenagem André Almeida (falecimento)	Eucaristia
Fevereiro	13	Carnaval	Confeção de trajes carnavalescos "Diversidades de culturais"
	14	Dia dos Namorados	Decoração da instituição alusiva ao tema, construção de um correio sentimental.
Dia dos Afetos		Simulação da Personagem do Carteiro a entregar cartas aos utentes.	
Março	8	Dia Internacional da mulher	Mural alusivo ao tema. Construção de uma flor em papel para entregar a todas as mulheres (colaboradores e utentes) com um poema.
	19	Dia do Pai / S. José	Celebração Eucarística
	20	Dia da Primavera	Construção do Mural e grinaldas de primavera
	21	Dia da Árvore	Plantação de uma árvore de Jardim/Fruto. Conto : "A árvore" Conversa acerca da importância das árvores
	22	Dia Mundial da Água	Orador da AGS para falar sobre a importância da água. Mural alusivo ao tema
	24	Domingo de Ramos	Construção de ramos de Oliveira para entregar a todos os utentes neste dia. Eucaristia
	31	Páscoa	Visita do Compasso



*[Handwritten signatures and initials in blue ink]*

**2º Trimestre:**

Mês		Dia Festivo	Descrição
Abril	15	Dia Mundial da Arte	Construção de peças em barro: puzzle com pinturas abstratas.
	25	Comemoração Dia da Liberdade	Canto do Hino, Mural e decoração da instituição alusiva ao tema
Maio	1	Dia do Trabalhador	Quiz alusivo às profissões do Utentes. Mural alusivo às profissões. Lanche em sala
	5	Dia da Mãe	Celebração Eucarística
	15	Dia da Família	Lanche convívio entre familiares e utentes
	26	Homenagem a André pelo seu nascimento	Celebração eucarística
Junho	5	Dia Mundial do Ambiente	Convívio intergeracional com o tema ambiente. Construção de maquete sobre o tema, como proteger o ambiente
	13	S. António	Eucaristia na Capela de Stº António
	24	S. João	Decoração dos espaços da instituição com elementos dos santos populares, especialmente sala de convívio e refeitório. Almoço típico deste tema: Sardinhada. Lanche convívio em sala. Realização das marchas populares.
	29	S. Pedro	Convívio intergeracional, com marchas populares



3º Trimestre:

Mês	Dia Festivo		Descrição
Julho	15	Dia de São Sebastião	Visita dos andores da procissão de São Sebastião na igreja de Freamunde. Lanche no comércio local
	A decorrer durante o mês de Junho e Julho	Exposição do: Concurso "Ar.dor de São Sebastião"	Atividade interinstitucional Exposição no Museu municipal do móvel.
	26	Dia dos Avós	Convívio intergeracional Convite aos netos para partilhar o dia com os seus avós Vídeo com mensagens para os Utentes.
	Dia ainda a definir	Visita à Praia	Visita à praia, lanche na restauração da Linha do mar
	Dia ainda a definir	Passeio São Bento de pèras	Visita ao santuário a São Bento de pèras - Vizela
Agosto	Dias ainda a definir	Visita ao parque	Piquenique e jogos tradicionais no parque de lazer de Freamunde
	19	Dia Mundial da Fotografia	Exposição pela instituição com fotografias dos idosos, famílias e colaboradores.
Setembro	21	Dia Internacional da Paz	Construção e largada do Papagaio da paz. Lanche convívio em sala
	Dia ainda a definir	Desfolhada	Realização da desfolhada tradicional e contos populares : Cavaquinhos de Paços de Ferreira
	Dia ainda a definir	Passeio anual ao Santuário de Nossa Srª de Fátima	Visita ao santuário e passeio pelos espaços envolventes



4º Trimestre:

Mês	Dia Festivo		Descrição
Outubro	1	Dia Internacional da Música	Convívio interinstitucional e lanche convívio
		Dia Internacional do Idoso	
	4	Dia Mundial do Sorriso	Sessão de Risoterapia e Yoga do Riso
	5	Implantação da República	Canto do Hino, Mural e decoração da instituição alusiva ao tema
	16	Dia Mundial da alimentação	Quiz de sensibilização, palestra com responsável de saúde,
		Dia Mundial do Pão	Confeção de Pão
31	Dia das Bruxas	Decoração dos espaços, baile e convívio intergeracional	
Novembro	5	Dia do Cuidador	Ainda a definir
	11	Magusto	Magusto (músicas tradicionais) Lanche/Convívio
	30	Dia de Santo André	Celebração Eucarística
Dezembro	8	Dia da Imaculada Conceição	Celebração Eucarística
	Decorrer do mês de Dezembro	Concurso do Presépio	Concurso interinstitucional Exposição
	Decorrer do mês de Dezembro	Comemoração do Natal	Decoração da instituição, celebração eucarística, Festa de Natal



## 6. IMPACTO DAS ATIVIDADES

O principal objetivo das atividades realizadas no Lar André Almeida foi promover o aumento da autonomia dos residentes, ao mesmo tempo em que procurávamos reduzir sintomas de depressão e ansiedade, fatores frequentemente associados ao envelhecimento. Além disso, procuramos fortalecer os laços sociais entre os residentes promovendo um ambiente de convivência saudável e acolhedor. Espera-se que, com a realização regular de atividades físicas, cognitivas, recreativas e manuais, os residentes adquiram maior independência nas suas tarefas diárias, o que reflete diretamente na melhoria da sua qualidade de vida. O envolvimento nas atividades contribui para o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e emocionais, permitindo aos moradores sentirem-se mais confiantes e capazes, o que impacta positivamente na sua autoestima e bem-estar. Através de atividades que incentivam a socialização, a interação com os outros e a participação ativa, procuramos criar um ambiente que combata o isolamento social, muitas vezes associado a esses sintomas. Além disso, as atividades recreativas e manuais, ao proporcionar momentos de lazer e prazer, ajudaram a diminuir os níveis de stress e tensão, proporcionando aos residentes mais momentos de alegria e satisfação.

O fortalecimento dos laços sociais também foi um aspeto-chave. A convivência em grupo, a realização de atividades colaborativas e a celebração de momentos temáticos, contribuíram para a criação de vínculos entre os residentes, resultando num maior senso de pertencimento e apoio mútuo. As atividades não apenas incentivaram a interação social, mas também ajudaram a integrar as famílias dos residentes, aproximando-as do quotidiano da instituição.

Em conjunto, todas essas ações tiveram um impacto significativo na saúde física e emocional dos nossos residentes. As atividades promoveram uma rotina mais equilibrada, estimulante e satisfatória, refletindo diretamente no aumento da qualidade de vida e no bem-estar geral dos residentes.

## 7. AVALIAÇÃO DOS RESIDENTES

A avaliação dos residentes foi conduzida de maneira detalhada, combinando entrevistas individuais com observação direta durante e após a realização das atividades. As entrevistas foram realizadas com cada residente de forma personalizada, procurando



entender as suas perceções e sentimentos em relação às atividades realizadas. Além disso, a observação direta proporcionou uma análise mais precisa de como os residentes se integraram nas atividades, a sua evolução ao longo do tempo e as mudanças nas suas reações físicas e emocionais.

De maneira geral, as respostas dos residentes foram amplamente positivas, refletindo a satisfação com as atividades desenvolvidas ao longo de 2024. Muitos expressaram entusiasmo, especialmente em relação às atividades cognitivas, como jogos de memória, desafios de atenção e exercícios de concentração. Essas atividades foram vistas como uma forma estimulante de manter a mente ativa e como uma oportunidade para se envolver em desafios prazerosos, com muitos residentes relatando sentir-se mais focados e motivados após a participação.

As atividades sociais também receberam um feedback muito positivo. Os residentes destacaram a importância das dinâmicas de grupo, como as rodas de conversa, jogos em equipa e as celebrações de datas comemorativas, para muitos, essas atividades representaram uma excelente oportunidade de interação, o que contribuiu significativamente para reduzir sentimentos de solidão e isolamento. A convivência com outros residentes foi apontada como um dos maiores benefícios, promovendo um ambiente de apoio mútuo e amizade.

Além das avaliações verbais, a observação direta permitiu perceber aspetos importantes, como a maior interação social entre os residentes, o aumento da confiança ao participar em atividades em grupo e a disposição para se integrar em novos desafios. Também foi possível perceber melhorias na motricidade fina e na capacidade de concentração, principalmente entre os residentes que participaram em atividades manuais e cognitivas.

Em alguns casos, os residentes mais idosos ou com limitações cognitivas mais acentuadas precisaram de ajustes nas atividades para garantir que pudessem se beneficiar delas. A equipa de profissionais adaptou alguns exercícios, tornando-os mais acessíveis e adequados às suas necessidades específicas, sem comprometer a inclusão e a participação de todos.

Em suma, a avaliação geral dos residentes demonstrou uma receção positiva e um impacto significativo nas suas vidas. O feedback tanto das entrevistas quanto da observação direta indicou que as atividades desempenharam um papel crucial no aumento



Aldeia  
[Handwritten signatures and initials]

do bem-estar físico e emocional dos moradores, contribuindo para uma experiência mais enriquecedora e saudável no Lar André Almeida.

## 8. ANÁLISE DE DESAFIOS

### 8.1 Desafios Logísticos e Organizacionais

A gestão das atividades e o acompanhamento das necessidades individuais dos residentes também apresentaram desafios logísticos e organizacionais. A coordenação entre as diversas atividades, garantindo que os horários não se sobreponham e que todos os residentes tinham a oportunidade de participar, exigiu um planeamento minucioso.

Além disso, a equipa teve que adaptar constantemente as atividades para atender a um público com necessidades muito específicas, como residentes com mobilidade reduzida ou condições de saúde delicadas. A gestão eficiente de recursos humanos, garantindo que o número adequado de profissionais estivesse presente para fornecer a devida atenção aos participantes, foi fundamental, mas desafiadora, especialmente durante eventos mais complexos ou em períodos de maior exigência.

### 8.2 Desafios de Inclusão e Participação

Outro desafio significativo foi garantir a inclusão e a participação de todos os residentes, independentemente das suas condições físicas ou cognitivas. Alguns residentes, particularmente aqueles com mobilidade reduzida ou limitações cognitivas severas, enfrentaram dificuldades em participar plenamente de determinadas atividades, especialmente as que exigem maior interação física ou mental. A falta de adaptações específicas para esses casos impediu que alguns se envolvessem de maneira ativa. Embora houvesse um esforço para ajustar as atividades, a personalização completa ainda não foi alcançada, o que destaca a necessidade de melhorar a acessibilidade e a inclusão de todos os residentes em todas as dimensões das atividades.

### 8.3 Propostas de Melhoria para o Futuro

Tendo em conta o nosso público-alvo é essencial criar novas atividades que envolvam todos os residentes, independentemente das condições físicas ou cognitivas. A inclusão de práticas mais acessíveis, como sessões de estimulação sensorial, atividades de baixo impacto físico e jogos colaborativos que incentivem a participação de todos, será fundamental para garantir que ninguém seja deixado de lado. A personalização das



---

atividades deve ser um foco central para que todos possam participar de maneira ativa e significativa. Outro aspeto é aumentar a participação das famílias pois considera-se que a presença e o envolvimento das famílias nas atividades diárias e eventos especiais devem ser incentivados, propor mais momentos de interação familiar, como encontros regulares, oficinas conjuntas e eventos comemorativos, fortalecerá o vínculo entre os residentes e seus familiares, além de promover uma felicidade e bem-estar maior no residente. A participação das famílias também é uma excelente oportunidade para compartilhar experiências e contribuir com sugestões para melhorar a qualidade das atividades oferecidas.



Handwritten signatures and initials in blue ink, including the name 'L. Batista' at the top.

## CONCLUSÃO

O ano de 2024 foi marcante para o Lar André Almeida, com a realização de uma série de atividades que impactaram positivamente o bem-estar físico, emocional e social de nossos residentes. Ao longo do ano, a instituição conseguiu proporcionar uma rotina diversificada e estimulante, que contribuiu para a melhoria da saúde e qualidade de vida de cada morador. No entanto, ainda existem desafios a serem superados, especialmente no que diz respeito à adaptação das atividades para garantir a plena participação de todos os residentes, independentemente de suas limitações.

A instituição continuará a investir no aprimoramento de suas práticas, com foco no cuidado individualizado e na criação de um ambiente cada vez mais inclusivo e acolhedor. As propostas de melhoria serão incorporadas ao planejamento estratégico para o próximo ano, com a esperança de que, com mais ajustes nas atividades, seja possível proporcionar uma experiência ainda mais enriquecedora para nossos residentes.

Por fim, o compromisso com a qualidade do atendimento e com a promoção de um envelhecimento digno e saudável continuará a ser a nossa prioridade.



## VALIDAÇÃO

Elaborado Por:	Aprovado em reunião pela Mesa Administrativa:
Assinatura:	Assinatura: Abelir do Espírito Santo Fernando Paulo Tupa de Bessa Mendes Catarina Almeida Carla Sousa Figueiras Graça da S Vânia Catarina Miranda Alves
Freamunde, _____,	Freamunde, _____,