

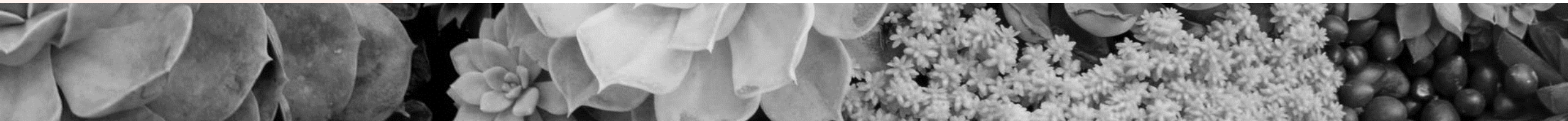
DIÁRIO DE BORDO



No início...

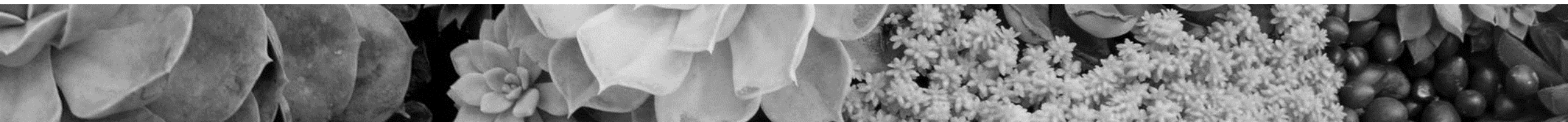
Os nossos grupos de trabalho interconcelhios de capacitação na área do envelhecimento iniciaram em 2021, com os Núcleos de Coimbra, Faro e Guarda a promoverem reuniões de apresentação junto das instituições de cada distrito.

Ao percebermos que podíamos ter uma Consultora em comum e que tantas características nos aproximavam, demos início a um trabalho conjunto de dinamização destes grupos de trabalho para maximizar a partilha de experiências e contribuirmos para a melhoria da qualidade de vida das pessoas mais velhas.



Entidades que fazem parte do GT

- Associação Humanitária Solidariedade Albufeira (Faro)
 - Centro Social e Paroquial S. José de Vale de Espinho (Guarda)
 - Centro Social e Paroquial de Lavos (Coimbra)
 - Residência Sénior da Fundação João Bento Raimundo (Guarda)
 - Centro Social da Cova Gala (Coimbra)
 - Delegação de Tavira da Cruz Vermelha Portuguesa (Faro)
 - Santa Casa da Misericórdia de Seia (Guarda)
 - Centro Social e Paroquial de Meãs do Campo (Coimbra)
 - Centro Paroquial de Paderne (Faro)
 - Centro Social e Paroquial de Dornelas (Guarda)
 - Academia Sénior da Mêda (Guarda)
 - Centro Social da Freguesia de Casal Comba (Coimbra)
 - Santa Casa da Misericórdia de Albufeira (Faro)
 - CLDS 4G Almeida (Guarda)
 - Centro Social e Paroquial do Seixo da Beira (Coimbra)
 - ACASO (Faro)
 - Associação Lageosense de Solidariedade Social (Guarda)
 - Fundação António Aleixo (Faro)
 - Centro de Dia do Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento (Guarda)
 - Santa Casa da Misericórdia de Lagos (Faro)
 - Associação Cultural Desportiva e Social de Pêga (Guarda)
 - Centro Paroquial de Vaqueiros (Faro)
-



As nossas Consultoras Externas

Carmina Rei

Licenciada em Psicologia, Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde. Especialização em Reabilitação Psicossocial na Doença Mental Grave. Responsável pela criação e coordenação da Plataforma SOSDEMÊNCIAS. Docente da Pós-Graduação de Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais no INSPSIC. Psicóloga em vários contextos clínicos (IPSS's e Privado). Psicóloga do Projeto Cuidar de Quem Cuida (Primeiro Título de Impacto Social na área da Saúde).

Ermelinda Marques

Professora adjunta na Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda (IPG). Doutorada em Educação pela Universidade Pontifícia de Salamanca. Mestre em Saúde Pública pela Universidade de Coimbra. Pós-graduação em Enfermagem de Saúde Familiar e Pós-graduação em Segurança, Higiene e Saúde no Local de Trabalho. Especialista em Enfermagem Comunitária, pela Ordem dos Enfermeiros. Membro fundador da Sociedade Portuguesa de Enfermagem de Saúde Familiar e Membro de várias unidades de investigação em saúde.

Como começámos

SESSÃO DE BOAS-VINDAS “OBRIGADA A VOCÊS! A IMPORTÂNCIA DOS PROFISSIONAIS NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS”

8 novembro 2021 | 14:30h – 17:30h

Plataforma Zoom



OBJETIVOS

- Iniciar as atividades dos Grupos de Trabalho
- Motivar os profissionais da área social
- Partilhar ferramentas de apoio às equipas
- Promover o intercâmbio entre as organizações participantes

DESTINATÁRIOS

Colaboradores das organizações participantes nos Grupos de Trabalho Interconcelhios de Capacitação para o Envelhecimento de Coimbra, Guarda e Faro

Participação gratuita

DINAMIZADORA | CARMINA REI

Licenciada em Psicologia, Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde. Especialização em Reabilitação Psicossocial na Doença Mental Grave. Responsável pela criação e coordenação da Plataforma SOSDEMÊNCIAS. Docente da Pós-Graduação de Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais no INSPSIC. Psicóloga em vários contextos clínicos (IPSS's e Privado). Psicóloga do Projeto Cuidar de Quem Cuida (Primeiro Título de Impacto Social na área da Saúde).

Uma organização dos
Núcleos Distritais
Coimbra, Faro e Guarda

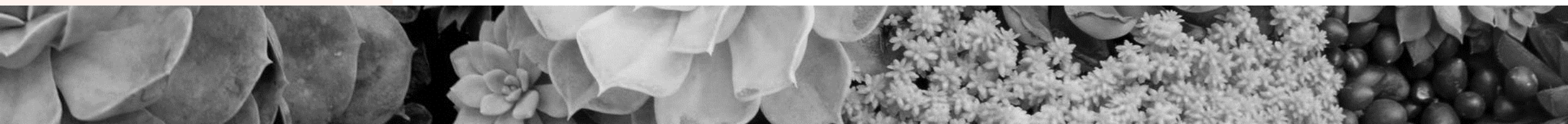


Como começámos

1ª Sessão

“Obrigada a vocês: A
importância dos
profissionais na prestação
de cuidados”

8 novembro 2021



Entretanto...

Realizámos uma Sessão de divulgação de Boas-práticas das instituições parceiras do GT para valorizar o seu trabalho e partilhar as suas conquistas que deu origem a um documento.



SESSÃO DE BOAS-PRÁTICAS

Apresentação de Boas-Práticas na área do Envelhecimento por partes das Instituições participantes no Grupo de Trabalho de Capacitação na área do Envelhecimentos dos Distritos de Coimbra, Faro e Guarda

13 janeiro 2022 | 10h | Plataforma Zoom



22 Instituições

5 Minutos cada

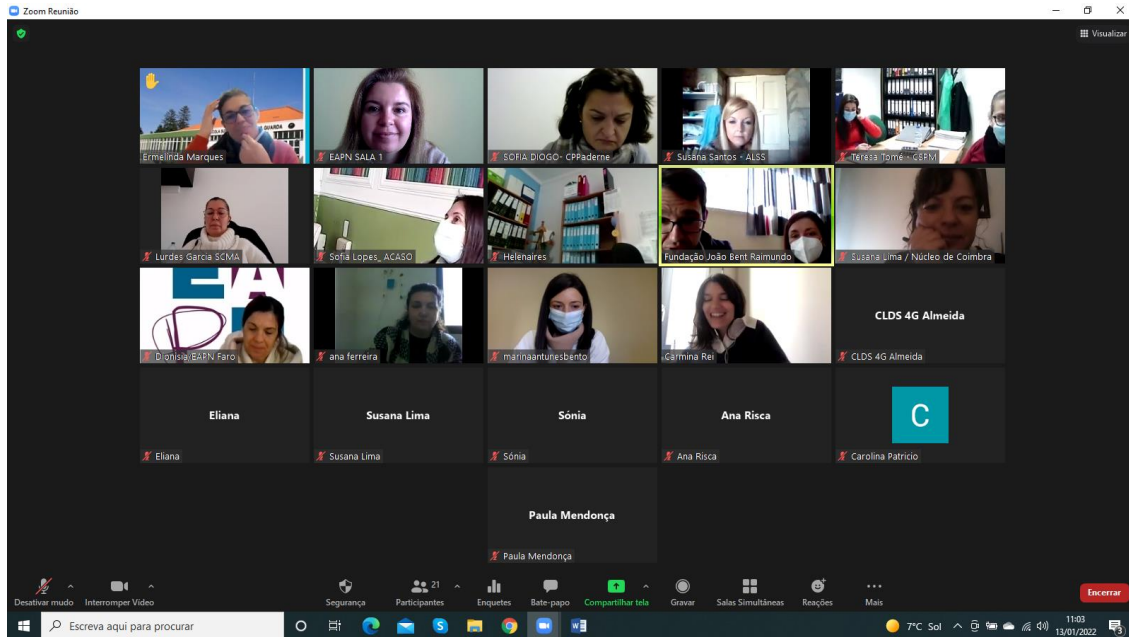
2 Diapositivos

PROGRAMA

10h | Boas-Vindas e Início das Apresentações

- Associação Humanitária Solidariedade Albufeira (Faro)
- Centro Social e Paroquial S. José de Vale de Espinho (Guarda)
- Centro Social e Paroquial de Lavos (Coimbra)
- Residência Sénior da Fundação João Bento Raimundo (Guarda)
- Centro Social da Cova Gala (Coimbra)
- Delegação de Tavira da Cruz Vermelha Portuguesa (Faro)
- Santa Casa da Misericórdia de Seia (Guarda)
- Centro Social e Paroquial de Meãs do Campo (Coimbra)
- Centro Paroquial de Paderne (Faro)
- Centro Social e Paroquial de Dornelas (Guarda)
- Academia Sénior da Mêda (Guarda)
- Centro Social da Freguesia de Casal Comba (Coimbra)
- Santa Casa da Misericórdia de Albufeira (Faro)
- CLDS 4G Almeida (Guarda)
- Centro Social e Paroquial do Seixo da Beira (Coimbra)
- ACASO (Faro)
- Associação Lageosense de Solidariedade Social (Guarda)
- Fundação António Aleixo (Faro)
- Centro de Dia do Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento (Guarda)
- Santa Casa da Misericórdia de Lagos (Faro)
- Associação Cultural Desportiva e Social de Pêga (Guarda)
- Centro Paroquial de Vaqueiros (Faro)

Entretanto...

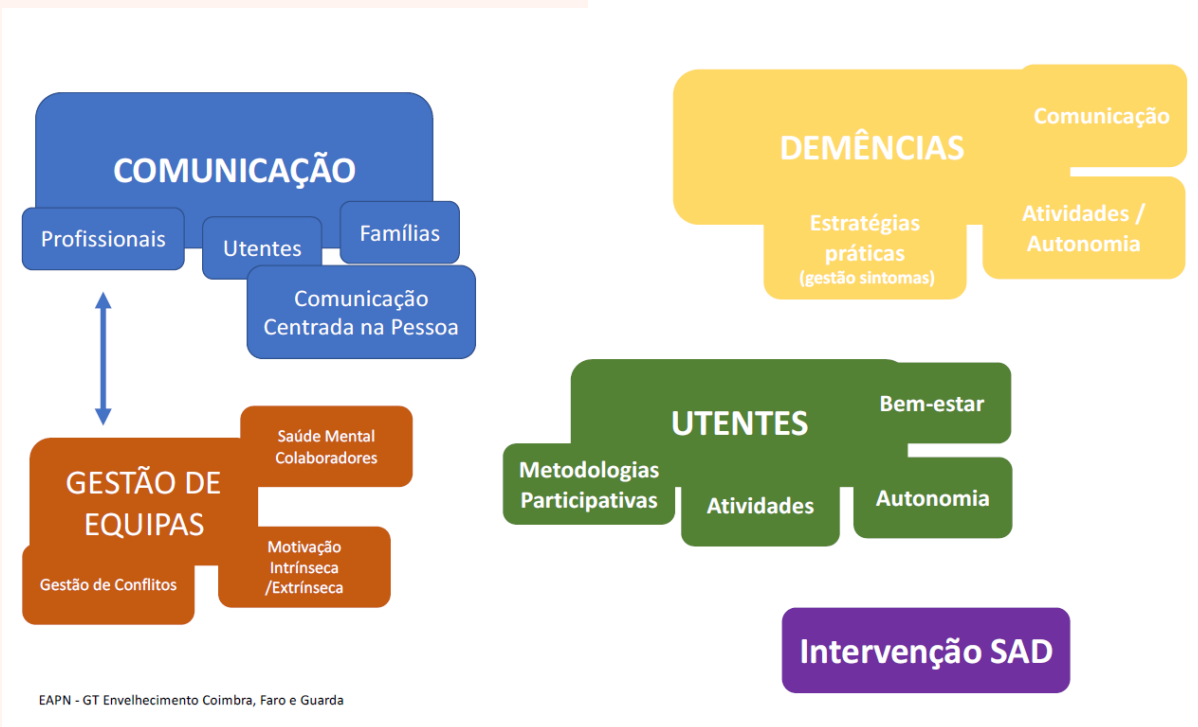


As nossas Boas-Práticas

Uma iniciativa dos Núcleos Distritais Coimbra, Faro e Guarda



https://reapn-my.sharepoint.com/personal/comunicacao_eapn_pt/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fcomunicacao%5Feapn%5Fpt%2FDocuments%2FBoasTrativas%5Fjan2023Final%20%281%29%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fcomunicacao%5Feapn%5Fpt%2FDocuments&ga=1



Diagnóstico

Construímos uma ferramenta em conjunto que nos permitiu aferir as necessidades das nossas organizações e começar a planear ações de capacitação.

AÇÕES DE CAPACITAÇÃO

Ações de enriquecimento profissional dinamizadas por Carmina Rei para as entidades parceiras



COMUNICAÇÃO



INTERVENÇÃO
NAS
DEMÊNCIAS



ENVOLVER
OS UTENTES



AÇÕES DE CAPACITAÇÃO



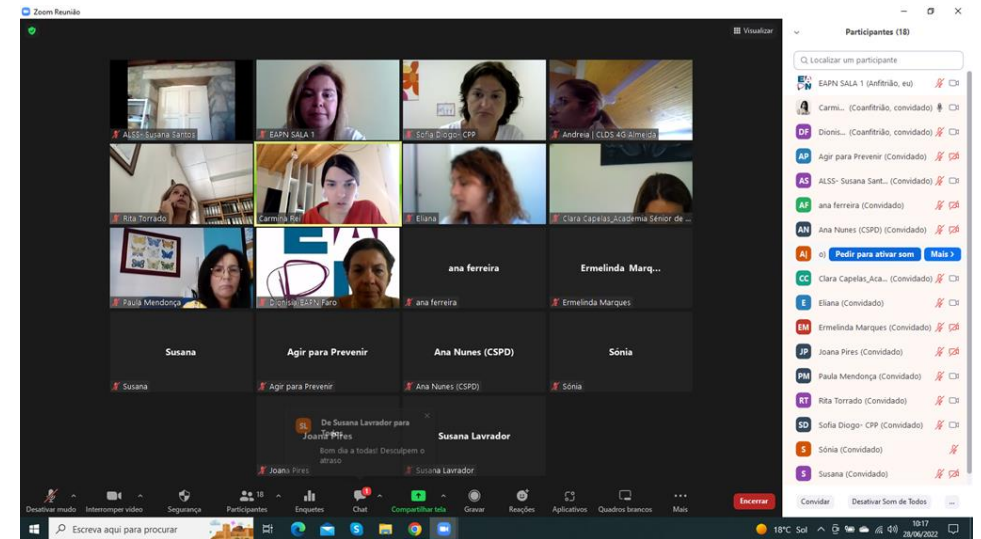
COMUNICAÇÃO

7, 14, 21 e 28 de junho
de 2022

12 horas, 4 sessões

20 participantes

16 instituições



AÇÕES DE CAPACITAÇÃO



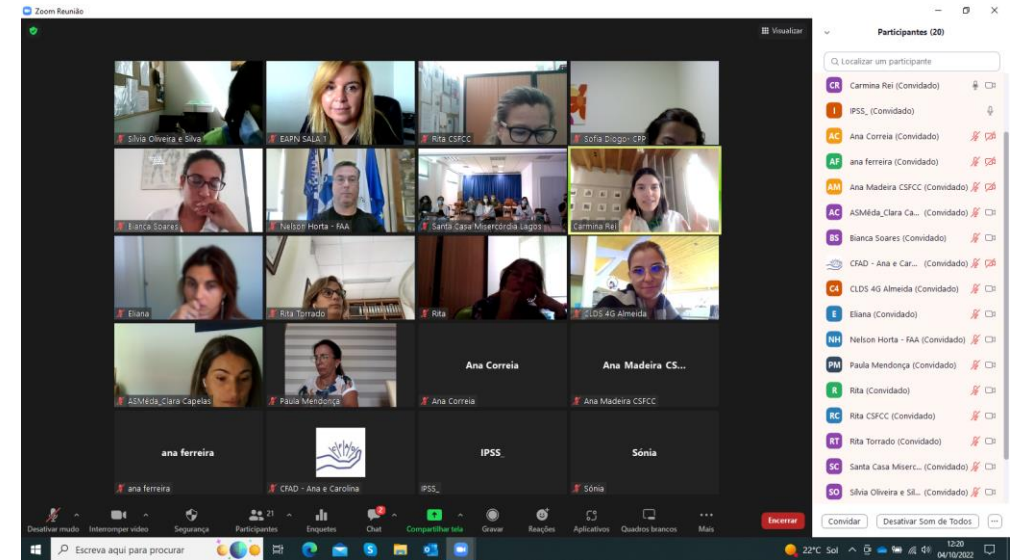
INTERVENÇÃO NAS DEMÊNCIAS

20 e 27 de Setembro
e 4 e 10 de outubro
de 2022

12 horas, 4 sessões

29 participantes

21 instituições



AÇÕES DE CAPACITAÇÃO



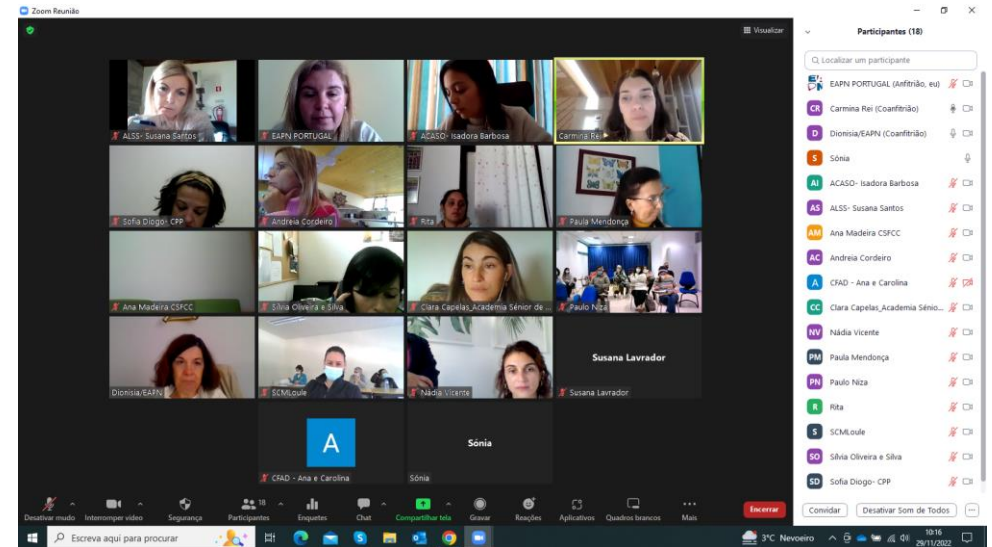
8, 15, 22 e 29 de
novembro de 2022

12 horas, 4 sessões

35 participantes

19 instituições

ENVOLVER
OS UTENTES



PROJETOS

Cada instituição integrou uma das áreas propostas, no sentido de desenvolver um projeto acompanhado pela equipa técnica do GT e da Consultora Externa.

Organização amiga das demências

**Como preparar a nossa
instituição ou resposta para
melhorar a vida das pessoas
com demência**

Articulação entre Instituição e Famílias

**Como melhorar a comunicação
interna e/ou com as famílias**

Atividades Participação dos Utentes

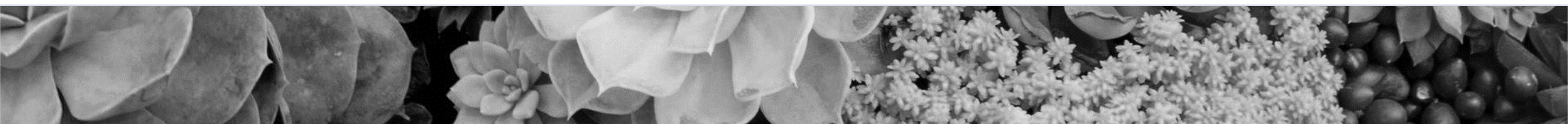
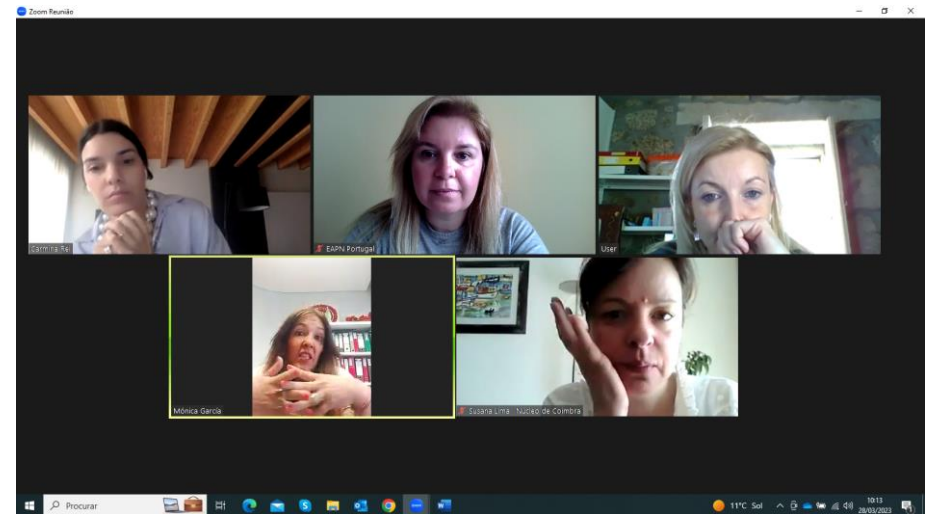
**Promover a participação ativa
das pessoas mais velhas na
instituição**

PROJETOS _ Organização amiga das demências

Entidades:

- Associação Lageogense de Solidariedade Social
- Residência Sénior da Fundação João Bento Raimundo

Data	Horário
28 março	9:30h
11 maio	10:00h
14 setembro	11:30h

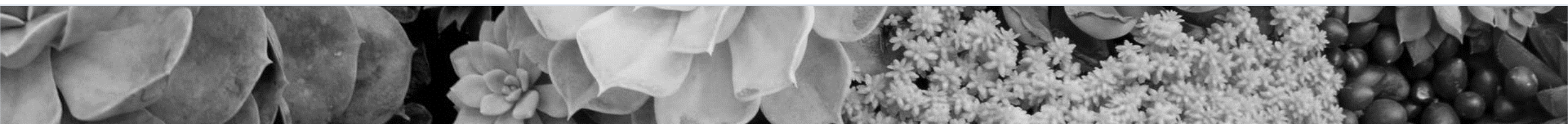
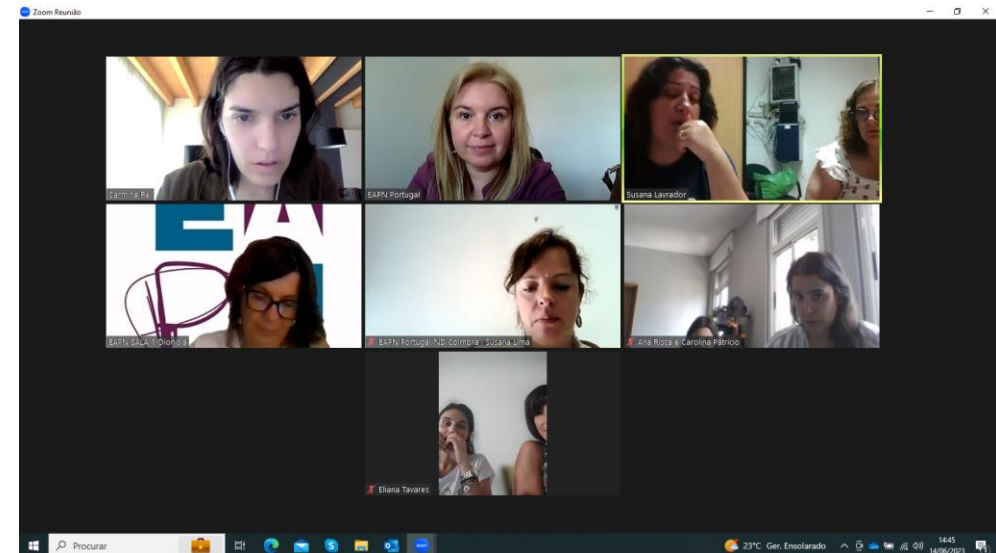


PROJETOS _ Comunicação/Articulação com Famílias

Entidades:

- Centro Social Paroquial S. José de Vale de Espinho
- Centro de Dia do Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento
- Centro Social Paroquial Meãs do Campo

Data	Horário
23 março	10:00h
2 maio	10:00h
14 junho	14:00h
14 setembro	14:30h
3 outubro	11:30h

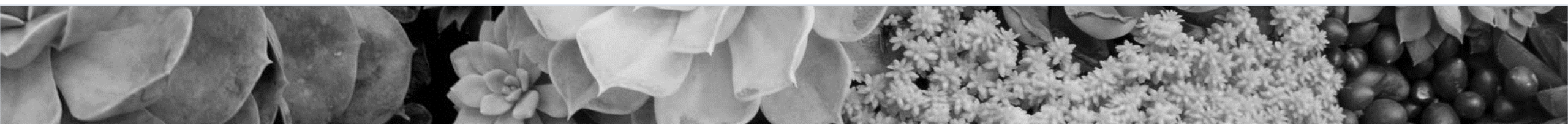
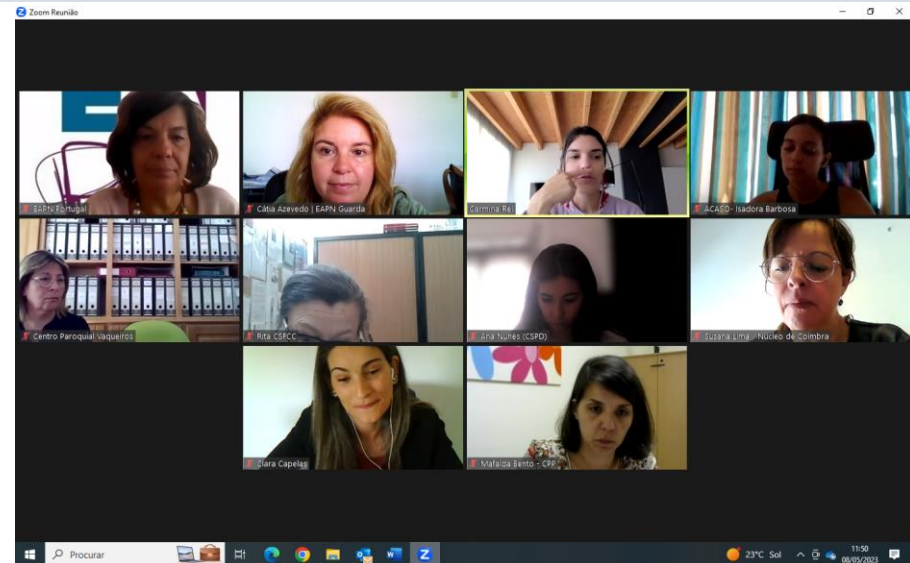


PROJETOS _ Participação dos Utentes

Entidades:

- ACASO
- Centro Social da Freguesia de Casal Comba
- CASPAE
- Centro Social Vaqueiros
- Centro Social e Paroquial de Seixo da Beira
- Academia Sénior da Mêda
- Centro Social Paroquial de Dornelas
- Fundação António Aleixo
- Centro Paroquial de Paderne

Data	Horário
28 março	11:00h
8 maio	11:00h
13 junho	10:00h
14 setembro	9h30
3 outubro	9:30h



WORKSHOPS

Continuidade da capacitação das entidades parceiras através da dinamização de workshops temáticos, de curta duração e em formato on-line.

“Atualização do Serviço de Apoio Domiciliário”

14 março 2023 | 10h – 13h

Dinamizadora: Carmina Rei

29 participantes



WORKSHOPS

Ciclo de Workshops “Promoção da saúde nas instituições”

Coordenação da Prof. Dra. Ermelinda Marques (Instituto Politécnico da Guarda)

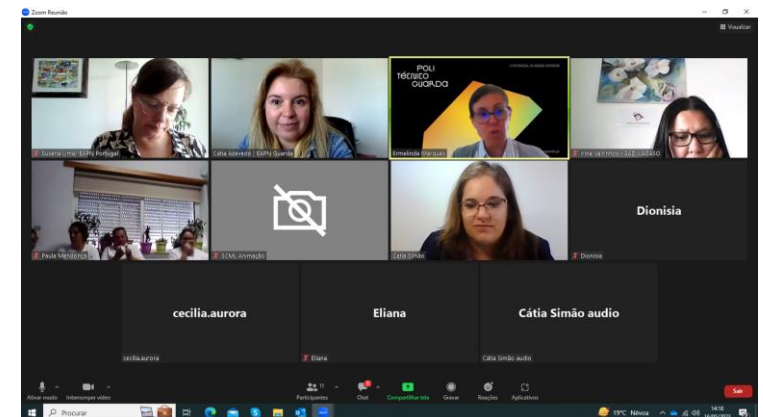
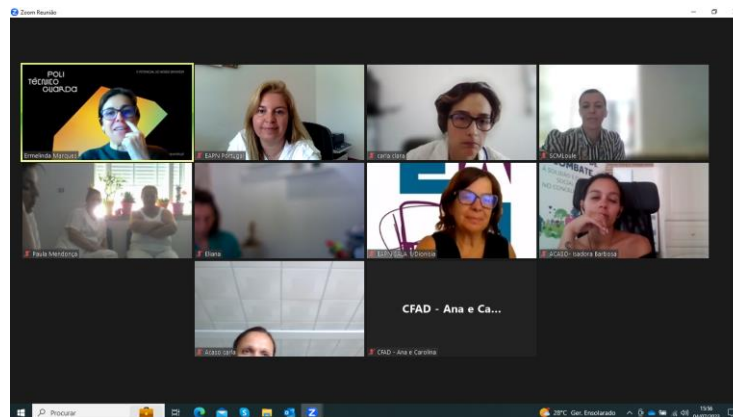
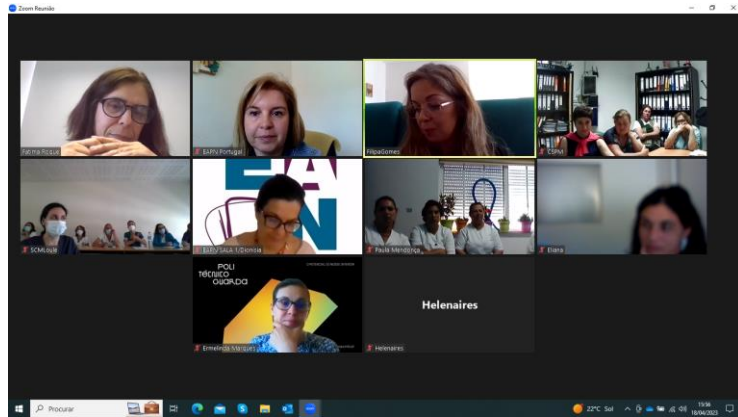
Workshops	Data	Hora	Local	Orador/a	Profissão/Instituição	Participantes
W1 "Gestão da Medicação e Segurança do Doente"	18 abril	14h-16h	Zoom	Fátima Roque	Professora - ESS/IPG	33
W2"Quedas: do risco à prevenção"	16 maio	14h-16h	Zoom	Cátia Venâncio	Enfermeira - CHUCB	19
W3 "Cuidados com a Pele"	13 junho	14h-16h	Zoom	Teresa Silveira	Enfermeira - CHUCB	9
W4 “Maus tratos à pessoa idosa”	4 julho	14h-16h	Zoom	Carla Clara e Ermelinda Marques	Enfermeira – ULS Guarda Professora - ESS/IPG	22
W5 "Alimentação: Que cuidados na pessoa portadora de doença"	19 setembro	14h-16h	Zoom	Teresa Silveira e Eduardo Bárbara	Enfermeira - CHUCB Enfermeiro – ULS Guarda	
W6 "Sinais de Alerta: quando referenciar?"	10 outubro	14h-16h	Zoom	Teresa Silveira	Enfermeira - CHUCB	
W7 “A mecânica da oxigenoterapia”	14 novembro	14h-16h	Zoom	Eduardo Bárbara	Enfermeiro - ULS da Guarda	



WORKSHOPS

Ciclo de Workshops “Promoção da saúde nas instituições”

Coordenação da Prof. Dra. Ermelinda Marques (Instituto Politécnico da Guarda)



Este Ciclo de Workshops terá um documento final com os resumos dos principais conteúdos abordados que será disponibilizado às instituições do GT.



O NOSSO PRIMEIRO ENCONTRO PRESENCIAL...

SESSÃO DE TRABALHO PRESENCIAL

28 de novembro 2023 | 10h30-15h30 | Universidade de Aveiro

Agenda

10:30 | Receção dos Participantes

Apresentação da Rede Aveiro Sénior

Apresentação da DigiMédia da Universidade de Aveiro

Dinâmica “Abordagem de intervenção centrada nas pessoas” - Dinamizadora: Carmina Rei

13:00 | Almoço

14:30 | Continuação

15:30 | Encerramento



GRUPO DE TRABALHO INTERCONCELHIO
CAPACITAÇÃO NA ÁREA
DO ENVELHECIMENTO
COIMBRA | FARO | GUARDA

O NOSSO PRIMEIRO ENCONTRO PRESENCIAL...

- Grupo de auto-ajuda
- Para muitas técnicas que estão sozinhas, este grupo ajuda a refletir e a tomar decisões

- Aprender
- Refletir
- Trocar ideias e opiniões
- Conhecer
- Adaptar
- Evoluir

Enriquecedor em termos de conteúdos que podem ser aplicados na prática das instituições, tornando-se uma mais-valia para a intervenção

PARTILHA
entre pessoas e instituições que mesmo de distritos diferentes têm situações comuns

Rede de apoio e suporte para uma forma de trabalhar mais positiva e centrada nas pessoas

- Dificuldades em conciliar com o trabalho
- Interrupções
- Poucos recursos humanos

No futuro...

- mais encontros presenciais
- conhecer diferentes projetos
- continuar a partilhar experiências e a aprender



A continuar em 2024...

