



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

PLANO DE FORMAÇÃO 2017



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Introdução

O presente Plano Anual da Formação, serve de instrumento planificador da intervenção formativa a realizar pelo Centro Social de Amareleja para o ano de 2017.

Dado que vivemos numa época em que a capacidade de adaptação é uma das componentes principais para o sucesso das instituições, ter em consideração as necessidades dos colaboradores aliadas aos objectivos das organizações é fundamental para alcançar níveis mais adequados de qualidade. Assim, a formação deverá ser encarada como o caminho para a melhoria continua na prestação de cuidados e para a motivação das equipas de trabalho. A procura de melhoria contínua é uma preocupação constante, sem a qual, dificilmente, se alcançam níveis adequados de eficácia e eficiência na prestação de serviços. Numa perspectiva de melhoria aplicada à optimização dos recursos e dos custos associados, é aconselhável que o plano de formação possa contemplar acções internas, de partilha de conhecimentos por parte dos colaboradores que frequentam as acções de formação.

1. Apresentação da Instituição

Centro Social de Amareleja

Rua da República, 10

7885-039 Amareleja

Tel: 285 983 083

Fax: 285 983 084

Tlm: 969 117 086

Email: c.social.amareleja@mail.telepac.pt

D. Técnica - dt.csamareleja@mail.telepac.pt

Direção - centro.social.amareleja@hotmail.com

Site: www.centrosocialamareleja.com

Missão:

Desenvolver a intervenção na área social de apoio à 3ª idade, através do desenvolvimento de respostas sociais e serviços adequados às necessidades dos idosos, promovendo o seu bem-estar físico, psicológico e social.



Visão:

Ser reconhecida como uma instituição Particular de Solidariedade Social de referência na área geográfica de intervenção, pela qualidade dos seus serviços. Prestar um serviço cada vez mais qualificado nas respostas sociais de Estrutura Residencial para pessoas idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

VALORES

Inovação	Intervir, de forma empreendedora, implementando respostas adaptadas às necessidades.
Solidariedade	Acolher, de forma solidária, todos os que recorrem aos novos serviços, respondendo às suas necessidades
Confiança	Criar e manter um ambiente de confiança mútuo entre todos, inspirando-nos na generosidade, partilha e respeito pelas necessidades de cada um
Respeito	Preservar e respeitar os valores humanos e as necessidades de cada um. Respeitar estilo de vida, idade, sexo, orientação sexual, cultura, etnia, religião, privacidade e dignidade
Ética/Profissionalismo	Coerência e rigor nas ações profissionais.
Humildade	Capacidade de conhecimento de si próprio, aceitação do outro e consequente mudança.
Justiça	Igualdade de oportunidades para todos, tendo em conta os direitos e os deveres de cada um.

Caracterização da Instituição

O **Centro Social de Amareleja** é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social), sem fins lucrativos, uma associação inaugurada em 05/11/1997 que tem como objectivo o apoio à terceira idade, sendo a sua principal incidência na freguesia de Amareleja.

Caracterização do Meio em que está Inserida

O Centro Social de Amareleja - Lar Dr. Domingos Pulido Garcia está sediado em Amareleja, freguesia de Amareleja, concelho de Moura e distrito de Beja, um meio rural com população maioritariamente idosa e empobrecida.

Dada a grande dificuldade de empregabilidade a população ativa encontra-se desmotivada e sem determinação para se valorizar escolar e profissionalmente,



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

tendo, maioritariamente, como recursos económicos os subsídios (desemprego depois de estágios do IEFP e RSI), as formações modulares oferecidas por algumas entidades formadoras e os escassos trabalhos sazonais.

Serviços Prestados

O Centro Social de Amareleja oferece serviços em três valências: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

O serviço em ERPI funciona 24 horas por dia com direito a acompanhamento social, alimentação, assistência médica e medicamentosa, assistência de enfermagem, tratamento de roupas, higiene pessoal, animação cultural e massagens.

O serviço em Centro de Dia, com o horário das 08:00h às 20:00h no período de Verão e das 08:00h às 19:00h no período de Inverno, disponibilizado transporte de ida e volta para a instituição e residência, acompanhamento social, 4 refeições diárias, assistência médica e medicamentosa, assistência de enfermagem, tratamento de roupas, higiene pessoal, animação cultural e massagens.

O serviço de Apoio Domiciliário com funcionamento das 08:00h às 18:00h e a disponibilidade dos seguintes serviços prestados:

- Alimentação: Pequeno-almoço, almoço e jantar. Com apoio, se solicitado pelo utente;
- Higiene Diária até três vezes por dia e ajuda no banho;
- Higiene habitacional;
- Tratamento de Roupas;
- Acompanhamento ao exterior (Centro de Saúde, loja, farmácia, cabeleireiro, dentista, etc);
- Animação Cultural com actividades adaptadas às suas necessidades;
- Massagens com tratamentos adaptados às necessidades dos mesmos.



2 - Orientações Estratégicas

- **Melhoria da Qualidade dos Serviços para o cliente/utente** – focalização no cliente, garantindo uma efectiva resposta às suas necessidades;
- **Melhorar os Processos Internos de Trabalho** – olhar o funcionamento da organização de uma forma crítica, potenciando a introdução de melhorias significativas no planeamento, controlo e execução das acções. Promovendo uma efectiva participação e envolvimento de todos, através da melhoria dos mecanismos de comunicação internos e externos;
- **Elevar os Níveis de Qualificação dos Recursos Humanos** – promover a realização de acções de formação para os recursos humanos do CSA e proporcionar a participação em acções de formação externas e internas;
- **Melhoria Contínua** – adoptar a melhoria contínua como uma prática permanente e capaz de introduzir as mudanças necessárias no caminho da qualidade dos serviços, dos processo de trabalho e da qualificação dos recursos humanos, potenciando a sustentabilidade organizacional.
- **Reduzir o Número de Clientes em ERPI** – evitar a sobrelotação.

3 - Objectivos Estratégicos

Atingir um modelo sustentável e equilibrado de funcionamento.

Objectivos:

- Aumentar o financiamento proveniente de Acordos de Cooperação ou outros programas de financiamento das respostas sociais;
- Candidatar a projetos de financiamento para actividades ou equipamentos;
- Actualizar as participações das famílias de acordo com os serviços prestados;



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Reduzir custos de financiamento, implementando procedimentos de controlo efectivo de aquisições de bens e serviços;
- Reduzir custos de pessoal, congelando admissões e reestruturando funções e atribuições;
- Assegurar o cumprimento dos compromissos com clientes, colaboradores, fornecedores e financiadores, reduzindo os prazos de pagamento;

Garantir a prestação de serviços de qualidade aos clientes.

Objectivos:

- Melhorar a qualidade dos serviços prestados;
- Promover o aumento gradual da satisfação dos clientes.
- Reduzir o número de clientes, em ERPI, para um máximo de 55, não integrando novos clientes até ao cumprimento deste objectivo.

Implementar boas práticas em gestão de pessoas e competências.

Objectivos:

- Executar o Plano de Formação;
- Proceder à Avaliação de Desempenho dos colaboradores;
- Proceder à avaliação da satisfação dos colaboradores;
- Estruturar a gestão de recursos humanos;

Promover o desenvolvimento comunitário e o reforço da igualdade de oportunidades numa dinâmica de parceria e de trabalho em rede com entidades públicas e privadas

Objectivos:

- Promover a realização de estágios curriculares ou profissionais;
- Reforçar e estabelecer parcerias locais.



4 – Objectivos e Concepção do Plano de Formação

As acções de formação constantes no plano de formação baseiam-se na procura de soluções para alcançar os objectivos estratégicos da instituição, tendo em conta as necessidades do público-alvo e dos colaboradores.

Desta forma, este plano de formação tem como objectivos:

- Garantir o acesso à formação profissional a todos os colaboradores;
- Adequar a oferta formativa às necessidades dos colaboradores e serviços;
- Avaliar o impacto da formação na qualidade dos serviços prestados e na produtividade dos colaboradores.

Para a construção e o desenvolvimento do plano de formação foi pedido aos colaboradores que identificassem, em reuniões de sector, as áreas e acções de formação enquadradas nas suas necessidades, de acordo com as suas competências e domínios de conhecimentos, assim como com as funções desempenhadas e as dificuldades sentidas.

As acções de formação centram o seu enfoque na preparação dos colaboradores para intervenções prolongadas no tempo, enquanto facilitam os processos de acompanhamento e avaliação dos resultados. Estas têm como objectivos principais:

- Elevar as competências dos colaboradores;
- Optimizar o Desempenho dos colaboradores;
- Aplicar os conhecimentos nas tarefas diárias;
- Partilhar os saberes adquiridos;
- Aumentar o grau de motivação e de eficiência dos colaboradores.



5 - Definição e calendarização das acções a desenvolver

De acordo com o anteriormente descrito apresentamos a calendarização planificada do Plano de Formação do Centro Social de Amareleja, para o ano de 2017

Mapa da Formação do Ano de 2017

Ações de Formação	Formadores	Datas	Duração Total	Tipo de formação
“Treinamento Profissional em Optimização Cognitiva para idosos”	Replicar - Tânia Guerreiro e Danielle Pimentel	23/01/2017	7 horas	Externa
“Demências, Alterações Cognitivas e Comportamentos”	EAPN	15/03/2017	4 Horas	Externa
“Abordagem centrada na Pessoa com Demência”	EAPN	16/03/2017	4 Horas	Externa
“Contrato Colectivo de Trabalho, Contratação Pública e Acções Inspectivas nas IPSS”	CNIS/UNITATE - Simões d’Almeida Inês Krusse Gomes	21/03/2017	6 horas	Externa
“Legislação Laboral nas Organizações Sociais”	Replicar - Ana Filipa Magalhães	21/04/2017	8 Horas	Externa
“Procedimentos de Limpeza”	BlueSigma - Tiago	9/05/2017	1h30m	Interna



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

	Magalhães			
“Técnicas de Transferências”	M ^a João Galamba	17 e 18/5/17	2h	Interna
“Técnicas de Posicionamento e Mobilização”	Tânia Abade	Junho 2017	2h	Interna
“Ferramentas para a Intervenção Social: do diagnóstico à avaliação”	EAPN - Joaquim Fialho	6 e 7 de Julho 2017	12h	Externa
“Formação para Ajudantes de Acção Directa”	Tânia Garcia Tânia Abade	Setembro 2017	12 horas	Interna
“Alimentação no Ciclo de Vida - A Pessoa Idosa”	Carla Dias Tânia Abade	Set./Out. 2017	8horas	Interna
“Desempenho de Funções de Segurança no Trabalho para o Representante do Empregador e Trabalhador Designado”	KMED 21	Set./Out. 2017	35horas	e-learning
“Combate a incêndios (com instrução prática) ”	KMED 21	Outubro 2017	7 horas	Externa
“Resposta em Situações de Emergência”	KMED 21	Outubro 2017	7horas	Externa
“Primeiros Socorros - Suporte Básico de Vida Adulto”	KMED 21	Novembro 2017	7 horas	Externa



Nome da Formação: Treinamento Profissional em Optimização Cognitiva para Idosos

Objectivos Gerais

- Identificar a presença de factores (negativos e positivos) que interferem no desempenho cognitivo dos idosos;

Objectivos Específicos

- Discriminar o desempenho cognitivo normal do idoso em situações de prejuízo cognitivo que fogem do esperado para a idade e a escolaridade;
- Reconhecer a individualidade da pessoa idosa, considerando a dinâmica da sua vida, de modo a planificar acções de saúde ajustadas às suas necessidades;
- Actuar profissionalmente em sintonia com a perspectiva da Optimização Cognitiva, a fim de mobilizar capacidades e melhorar o desempenho cognitivo e global de idosos;
- Aplicação de exercícios, de acordo com os princípios da Optimização Cognitiva.

Conteúdos Programáticos

- Mitos e Preconceitos acerca do envelhecimento;
- A Cognição no Envelhecimento;
- Conceitos em Optimização Cognitiva dos Idosos;
- Aplicação de Técnicas e Exercícios de Optimização Cognitiva para Idosos;
- O trabalho desenvolvido pela Oficina da Memória – partilha de experiencias;
- Apresentação, Discussão e Entrega do Manual de Treinamento em Optimização Cognitiva para Idosos.

Metodologia de Formação

O treinamento baseia-se numa abordagem teórico-prática. O conteúdo, fundamentado nas descobertas da Neurociência e Gerontologia, é trabalhado a partir de modernas técnicas de aprendizagem, dinâmicas, apresentação de casos práticos, jogos e exercícios de estimulação cognitiva. Como forma de facilitar e impulsionar a aplicação prática da formação, será disponibilizado aos participantes material exclusivo desenvolvido pela formadora, dentre outros:



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Manual de treinamento em Optimização Cognitiva para Idosos;
- Livro “Memória e Demência”;
- Manual da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia – Rio de Janeiro.

Público-alvo

- Dirigentes e Técnicos da área Social;

Local

BejaParque Hotel – Beja

Duração

- 08 Horas.

Calendarização

- 23 de Janeiro de 2017

Nome da Formação: Abordagem Centrada na Pessoa com Demência

Objectivos Gerais

- Conhecer novas estratégias de estimulação de pessoas com demências, baseadas na abordagem centrada na pessoa com demência;

Objectivos Específicos

- Reflectir sobre os efeitos do envelhecimento, o conceito de Idadismo e o Estigma associado à demência;
- Definir o conceito e os princípios da abordagem centrada na pessoa com demência;
- Identificar sinais de bem-estar e de mal-estar e necessidade biopsicossociais da Pessoa com Demência;
- Aplicar a abordagem centrada na pessoa com demência no dia-a-dia profissional.

Conteúdos Programáticos

- Envelhecer, o que é?
 - Envelhecimento – Noções Breves;
 - Envelhecimento – Normal/Patológico;



- O Idadismo;
- O estigma associado às demências;
- Porque é que a demência nos causa medo?
- A abordagem centrada na pessoa com demência;
 - Definição;
 - Princípios;
 - Na Prática;
- Necessidades Psicossociais das Pessoas com Demência;
- Aplicação da abordagem centrada na Pessoa com Demência no dia-a-dia profissional;
- Avaliação;
- Conclusões – Indicadores de Qualidade para a Pessoa com Demência.

Metodologia de Formação

- Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos
- Metodologias demonstrativas: Treino comportamental
- Metodologias Activas: Exercícios individuais e de grupo, Jogos Pedagógicos

Público-alvo

- Dirigentes e Técnicos da área Social;

Local

Évora

Duração

- 04 horas.

Calendarização

-16 de Março de 2017

Nome da Formação: Demências, Alterações Cognitivas e Comportamentais

Objectivos Gerais

- Conhecer as demências e as alterações cognitivas e comportamentais, assim como as estratégias para as trabalhar;



Objectivos Específicos

- Definir o conceito de Demência;
- Identificar dados de prevalência, factores de risco e os tipos mais comuns;
- Tomar consciência da importância do diagnóstico precoce;
- Compreender a pessoa com demência: princípios, alterações cognitivas, alterações funcionais e comportamentais;
- Aprender as estratégias para lidar com estas alterações.

Conteúdos Programáticos

- Introdução: o que é demência?
- Envelhecimento Normal/Patológico
- O Cérebro
- Demência – O Conceito
- Doença Alzheimer – Principais Factores de Risco
- Demência
 - Tipos
 - Estádio
 - Números
 - Diagnostico
 - A importância do diagnóstico precoce
- Demência: Alterações Cognitivas
 - Memória
 - Armazenamento de informação
 - Orientação
 - Memória e Orientação
 - Linguagem
 - Comunicação
 - Funções Executivas
 - Apraxia
 - Agnosia
- Demência: Alterações Comportamentais
 - Comportamentos/Sintomas Psicológicos
 - Intervenção Farmacológica
 - Intervenção Não Farmacológica
 - Alterações do Comportamento e Sintomas Psicológica – Estratégicas



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Metodologia de Formação

- Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos;
- Metodologias demonstrativas;
- Metodologias Activas.

Público-alvo

- Dirigentes e Técnicos da área social;

Local

Évora

Duração

- 04 horas.

Calendarização

- 15 de Março de 2017

Nome de Formação: Contrato Colectivo de Trabalho, Contratação Pública e Ações Inspectivas nas IPSS

Objectivos

- Esclarecer os regimes de contratação pública, os diferentes contractos colectivos de trabalho e os princípios das acções inspectivas às IPSS.

Conteúdos Programáticos

- A Contratação Pública;
- Os diferentes Contractos Colectivos de Trabalho;
- Regras Técnicas sujeitas à Acção Inspectiva.

Metodologia de Formação

- A metodologia será orientada no enquadramento teórico-prático, de forma activa e participativa, com exposição de auxiliares audiovisuais, assim como instrumentos operativos, de forma a discussão orientada.



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Público-Alvo

- Dirigentes e Técnicos das Organizações Sociais

Local

- Évora

Duração

- 08 Horas.

Calendarização:

- 21 de Março de 2017

Nome de Formação: Legislação Laboral nas Organizações Sociais

Objectivo geral

- Identificar um conjunto de normas e instrumentos técnicos que facilitem aos colaboradores operar, quer no interior da organização quer na interacção com o sistema legal;

Objectivos específicos

- Identificar fontes de direito de compreensão necessária para a boa gestão dos recursos humanos;
- Compreender, identificar e encontrar soluções para as questões práticas neste domínio;
- Saber resolver os casos práticos e encontrar as soluções para os mesmos;
- Conhecer o enquadramento jurídico das questões de gestão de recursos humanos.

Conteúdos Programáticos

- Competências essenciais de Legislação Laboral;
- Identificação dos problemas e do normativo aplicável;
- Conhecimento dos Instrumentos de Regulamentação Colectiva de Trabalho e do Código do Trabalho;
- Desenvolver procedimentos e redigir documentos essenciais à resolução das questões essenciais no domínio dos Recursos Humanos.

Metodologia de Formação

- A formação terá uma componente maioritariamente prática, de modo a privilegiar o saber fazer, garantindo uma melhor percepção das actividades



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

propostas; Será usada uma metodologia expositiva, activa e interrogativa, tendo por base uma forte componente participativa por parte dos formandos, com recurso a casos práticos e a dinâmicas geradas para encontrar as soluções, partindo dos conhecimentos práticos de cada formando.

Público-Alvo

- Dirigentes e Técnicos das Organizações Sociais

Local

- BejaParque Hotel – Beja

Duração

- 08 Horas.

Calendarização:

- 21 de Abril de 2017

Nome de Formação: “Procedimentos de Limpeza”

Objectivo geral

- Conhecer as técnicas de utilização dos produtos de limpeza utilizados na instituição;
- Saber distinguir os diferentes produtos de limpeza para as diferentes superfícies.

Metodologia de Formação

- Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas.

Público-Alvo

- Colaboradores do Centro Social de Amareleja

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 1h30m



Calendarização:

- 9 de Maio de 2017

Nome de Formação: Técnicas de Transferências

Objectivo geral

- Capacitar os colaboradores de informação acerca das corretas técnicas de transferências, munindo-os de métodos de trabalho, permitindo-lhes melhorar a resposta de apoio aos clientes.

Objectivos específicos

- Definir o conceito de transferência
 - Conhecer os procedimentos correctos a aplicar nas transferências;
 - Identificar os princípios a aplicar nas transferências;
- Distinguir os tipos de transferências
 - Saber adequar o tipo de transferências a cada situação;
- Definir o conceito de Ergonomia
 - Relacionar a Ergonomia com a importância da aplicação correta das transferências;
- Conhecer os factores de risco associados às transferências
 - Identificar os riscos associados ao cliente e ao ambiente;
 - Saber avaliar o cliente a transferir;
 - Determinar a técnica adequada à mobilização dos doentes.

Conteúdos Programáticos

- Os Princípios a aplicar nas Transferências;
- Tipos de Transferências;
- Ergonomia.

Metodologia de Formação

- A formação terá uma componente maioritariamente prática, de modo a privilegiar o saber fazer, garantindo uma melhor percepção das actividades propostas; Sera usada uma metodologia expositiva, activa e interrogativa, tendo por base uma forte componente participativa por parte dos formandos, com recurso a casos práticos e a dinâmicas geradas para encontrar as soluções, partindo dos conhecimentos práticos de cada formando.



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Público-Alvo

- Colaboradores e Técnicos do Centro Social de Amareleja

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 02 Horas.

Calendarização:

- 17 e 18 de Maio de 2017

Nome de Formação: Técnicas de Posicionamentos e Mobilização

Objectivo geral

- Compreender a importância dos cuidados de mobilização da pessoa idosa e aplicação dos procedimentos relativos aos tipos de posicionamento adaptados perante a situação da pessoa idosa;

Objectivos específicos

- Definir o conceito de Posicionamento;
- Conhecer os princípios básicos dos Posicionamentos;
- Identificar e Conhecer os diferentes tipos de Posicionamentos e consequências da imobilidade;
- Identificar os factores de complicação.

Conteúdos Programáticos

- Os Princípios a aplicar nas Transferências;
- Tipos de Transferências;
- Ergonomia.

Metodologia de Formação

- A formação terá uma componente maioritariamente prática, de modo a privilegiar o saber fazer, garantindo uma melhor percepção das actividades propostas; Será usada uma metodologia expositiva, activa e interrogativa, tendo por base uma forte componente participativa por parte dos formandos, com recurso a casos práticos e a dinâmicas geradas para encontrar as soluções, partindo dos conhecimentos práticos de cada formando.



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Público-Alvo

- Colaboradores e Técnicos do Centro Social de Amareleja

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 02 Horas.

Calendarização:

- Junho 2017

Nome de Formação: Ferramentas para a Intervenção Social: do Diagnóstico à Avaliação

Objectivo geral/Específicos

- Dotar os participantes de conhecimentos sobre as fases do planeamento da intervenção social;
- Capacitar os participantes de ferramentas para a intervenção social;
- Discutir formas e processos de intervenção social;
- Proporcionar a transferência de conhecimentos na dicotomia teoria-prática.

Conteúdos Programáticos

- Questões introdutórias
 - Noções e conceitos fundamentais;
 - O Diagnóstico Social no quadro do Planeamento da Intervenção Social;
- Planeamento e a Metodologia Participativa do Planeamento
 - Dimensões, funções e papel do Planeamento;
 - Tipos de Planeamento;
 - Modelos de Intervenção;
 - Etapas de elaboração de Projectos de Intervenção Social;
 - Avaliação e Sistemas de Acompanhamento;
 - Obstáculos/Debilidades inerentes ao processo de planeamento;
- Ferramentas para a Intervenção Social
 - Focus Group; Árvore de problemas; Análise de Stakeholders; Análise de redes sociais; Análise SWOT.

Metodologia de Formação

- Metodologias participativas e dinâmicas que valorizem a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal: método interactivo e expositivo, com treino de



competências. Avaliação contínua de pergunta-resposta entre formador e formandos; realização de exercícios práticos durante a sessão.

Público-Alvo

- Dirigentes e Técnicos das áreas sociais.

Local

- Núcleo Distrital de Beja da EAPN Portugal – Beja

Duração

- 12 Horas.

Calendarização:

- 6 e 7 de Julho de 2017

Nome de Formação: Formação para Ajudantes de Acção Directa

Objectivo Geral

- Atribuir conhecimentos técnicos e práticos para profissionais de geriatria integrarem uma equipa multidisciplinar e desenvolver a sua actividade de forma eficiente e adequada;

Objectivo Específicos

- Compreender o actual quadro de envelhecimento da sociedade actual;
- Planificar, desenvolver e acompanhar actividades de animação e ocupação relacionando-as com o quotidiano do idoso;
- Capacitar o apoio a idosos quer no domicílio, quer em contexto institucional;
- Zelar pelo bem-estar geral do idoso, vigiar e apoiar a sua alimentação e saúde e garantir o cumprimento das prescrições medicas.

Conteúdos Programáticos

- Ser Ajudante de Acção Directa;
- O processo de Institucionalização;
- Direitos, Princípios e Valores do Cuidar;
- Comunicar com o idoso;
- Cuidar do Idoso;
- Causas e Sintomas de Doenças;
- Doença, morte e luto;
- Higiene e Segurança Alimentar;



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Higiene e Segurança no Trabalho;

- Primeiros Socorros e Sinais Vitais.

Metodologia de Formação

-Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas.

Público-Alvo

- Colaboradores do sector de Acção Directa e Encarregada Geral;

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 10 Horas.

Calendarização:

- Setembro 2017

Nome de Formação: Alimentação no Ciclo de Vida – A Pessoa Idosa

Objectivo Geral

- Adquirir conhecimentos sobre as noções básicas de nutrição e alimentação no idoso e conhecer os factores que interferem nestas;

Objectivo Específicos

- Identificar e caracterizar as necessidades alimentares dos idosos;
- Explicar a necessidade de hidratação dos idosos;
- Identificar os factores que afectam o estado nutricional nos idosos;
- Indicar as consequências da má nutrição no idoso;
- Reconhecer os passos para preparação de uma ementa para idosos;
- Adquirir conhecimentos sobre os principais factores a ter em conta na elaboração de ementas para população idosa;
- Planear e orientar intervenções nutricionais específicas de acordo com determinadas patologias;
- Descrever os distúrbios alimentares mais comuns no idoso;
- Saber manusear e administrar a alimentação pela Sonda Naso-Gástrica;



- Indicar os cuidados a ter na aquisição de alimentos, bem o como o seu armazenamento e conservação.

Conteúdos Programáticos

- Determinantes do estado nutricional da pessoa idosa;
- Envelhecimento e Estado Nutricional;
- Avaliação do Estado Nutricional;
- Necessidades Nutricionais;
- Recomendações Alimentares;
- Causas dos problemas nutricionais dos idosos;
- Alterações funcionais e metabólicas;
- Factores de alerta- risco de má nutrição;
- Sinais clínicos de risco de má nutrição;
- Consequências nutricionais;
- Consequências da Desnutrição;
- Consequências da má nutrição nas necessidades vitais e AVD's;
- Desidratação;
- Idoso Diabético – Cuidados;
- Doenças Frequentes – Cuidados alimentares;
- Particularidades na alimentação do Idoso:
 - Anorexia;
 - Recusa Alimentar;
- Dificuldades a nível alimentar;
- Alimentação Entérica;
- Alimentação por SNG.

Metodologia de Formação

-Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas.

Público-Alvo

- Colaboradores e Técnicos do Centro Social de Amareleja

Local

- Centro Social de Amareleja



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

Duração

- 08 Horas.

Calendarização:

- Setembro/Outubro 2017

Nome de Formação: Desempenho de Funções de Segurança no Trabalho para o Representante do Empregador e Trabalhador Designado

Objectivo Geral/Especifico

- Proporcionar aos Representantes do Empregador os conhecimentos essenciais e a formação adequada para que possa desempenhar adequadamente as suas funções enquanto elemento da empresa a quem compete acompanhar e colaborar nas actividades dos serviços de Segurança e Higiene no Trabalho;

Conteúdos Programáticos

- Conceitos Básicos de Segurança, higiene e Saúde no Trabalho;
 - Introdução à Prevenção de Riscos Profissionais;
 - Quadro Legal e Normativo em Matéria de Prevenção de Riscos Profissionais;
- Riscos Gerais e sua Prevenção
 - Riscos relacionados com a Segurança;
 - Riscos relacionados com o ambiente de trabalho;
 - Carga de Trabalho, fadiga e insatisfação laboral;
 - Sistemas elementares de controlo de riscos: protecção colectiva e individual;
 - Noções básicas de actuação em situação de emergência e evacuação;
 - Primeiros Socorros;
 - Vigilância e Controlo da saúde dos trabalhadores;
- Elementos Básicos da Gestão da Prevenção de Riscos;
 - Organização da Prevenção na empresa;
 - Organismos públicos relacionados a segurança e saúde no trabalho;
- Riscos Específicos e a sua Prevenção no sector correspondente;



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Caracterização do sector de actividade;
- Índice de Sinistralidade;
- Legislação Aplicável;
- Riscos e medidas de prevenção

Metodologia de Formação

- Curso ministrado em sistema de e-learning, através das novas tecnologias de informação. Acesso a recursos e a material didáctico.

Público-Alvo

- Técnico do Centro Social de Amareleja nomeado para o cargo;

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 35 Horas.

Calendarização:

- Setembro/Outubro 2017

Nome de Formação: Combate a Incêndios (com instrução prática)

Objectivo Geral/Específico

- Observar e fazer cumprir as normas de prevenção de incêndios em vigor na empresa;
- Actuar correctamente em caso de eclosão de incêndio, contribuindo positivamente para a difusão do alarme e do alerta, para a coordenação da evacuação organizada dos ocupantes e para o início do combate do incêndio utilizando os equipamentos de primeira intervenção disponíveis;

Conteúdos Programáticos

- Prevenção e protecção contra incêndios;
- Fenomenologia do fogo;
- Meios de primeira evacuação;
- Agentes extintores;
- Sistemas automáticos de detecção e extinção de incêndios;
- Sinalização de segurança;



-Iluminação de segurança;

- Organização de segurança;
- Actuação em caso de sinistro;
- Prática de combate a incêndios com extintores portáteis em parque de treinos.

Metodologia de Formação

- Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas.

Público-Alvo

- Técnicos e colaboradores da instituição;

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 07 Horas.

Calendarização:

- Outubro 2017

Nome de Formação: Resposta a Situações de Emergência

Objectivo Geral/Específico

- Preparar os trabalhadores para responderem de forma eficaz em situações de emergência;
- Conhecer os procedimentos de emergência a respeitar em situação de emergência;
- Saber actuar correctamente em caso de ocorrência de uma situação acidental, dando o alarme, o alerta e executando as acções de evacuação e de intervenção correspondentes;

Conteúdos Programáticos

- Procedimentos de emergência;
- Manuseamento de elevadores (sempre que aplicável);
- Sinalização de emergência;
- Iluminação de emergência;
- Plantas de emergência;



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Procedimentos de evacuação;

- Prevenção e protecção contra incêndios;
- Fenomenologia do fogo;
- Meios de primeira intervenção;
- Agentes extintores;
- Primeiros Socorros: Exame à vítima.

Metodologia de Formação

-Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas.

Público-Alvo

- Técnicos e colaboradores da instituição;

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 07 Horas.

Calendarização:

- Outubro 2017

Nome de Formação: Primeiros Socorros – Suporte Básico de Vida Adulta

Objectivo Geral/Específico

- Identificar e interpretar os diversos elos da cadeia da sobrevivência;
- Actuar correctamente perante uma situação de vítima em paragem cardio-respiratória, iniciando as técnicas que integram o protocolo das manobras de Suporte Básico de Vida (SBV) e mantendo-as até que se verifiquem as condições que possam levar à sua interrupção.

Conteúdos Programáticos

- Sistema Integrado de Emergência Médica – SIEM;
 - Composição do SIEM;
 - Plano de Acção;
 - Alerta (quem alertar e como);
- Anatomia e Fisiologia;
 - Planos anatómicos;



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA

- Pequena e Grande Circulação;

- Exame da Vitima;
 - Exame primário à vítima;
 - Exame secundário à vítima;
- Suporte Básico de Vida (SBV) e desobstrução da via aérea;
 - Cadeia de sobrevivência;
 - Riscos para o reanimador;
 - Reanimação cardiopulmonar (RPC adulto e criança);
 - Posição Lateral de Segurança (PLS);
 - Manobras de desobstrução da via aérea.

Metodologia de Formação

-Será utilizado um conjunto diversificado de metodologias pedagógicas que permitem tornar a formação apelativa, e assim, facilitar a participação dos formandos nas Metodologias demonstrativas e Metodologias Activas. Realização de práticas simuladas apropriadas para o efeito.

Público-Alvo

- Técnicos e colaboradores da instituição;

Local

- Centro Social de Amareleja

Duração

- 07 Horas.

Calendarização:

- Novembro 2017