



EDITORIAL

O Centro Geriátrico “Quintinha da Conceição”



e o Lar com a mesma denominação,



pretendem ser espaços que promovem a qualidade de vida e o bem-estar biopsicossocial da população sénior. Para isso, dispõem de:

- Lar, Centro de Dia e Acolhimento temporário,
- Equipa técnica formada por: médico, enfermeiras, educadora social, psicólogas e nutricionista.
- Diversas actividades como: terapia Snoezelen, estimulação cognitiva, expressão plástica e dramática, musicoterapia, passeios ao exterior...
- Equipamentos como: piscina, cabeleireiro, bar, jardim, ginásio...

Quer saber mais? Pergunte, visite, consulte a nossa página do Facebook – Quintinha da Conceição

Draª Manuela Rocha Santos

O PAPEL DO PSICÓLOGO NA “QUINTINHA”

Qual será de facto o papel que desempenha um psicólogo num Centro Geriátrico ou num Lar?

Poderemos referir objectivos gerais e objectivos mais específicos. **Comecemos pelos gerais:**

- Promover a adaptação e integração do utente
- Efectuar o levantamento das necessidades comuns
- Educar para a saúde
- Planificar e dinamizar actividades de grupo
- Avaliar e intervir ao nível das dificuldades intelectuais, emocionais e comportamentais dos utentes
- Efectuar aconselhamento e psicoterapia
- Intervir junto dos familiares dos idosos
- Participar nas reuniões com os outros profissionais da Instituição.

De um modo mais específico:

- Interagir com os utentes angariando a sua confiança
- Observar e participar nas actividades já existentes
- Promover a sua qualidade de vida e bem-estar psicológico, através de acções de sensibilização e formação sobre estilos de vida saudáveis
- Realizar jogos e outras actividades que permitam trabalhar a assertividade e aumentar as competências sociais
- Criar programas de estimulação cognitiva e motora.
- Aplicar testes psicológicos para avaliação das competências cognitivas, por exemplo, da memória, da atenção e concentração, do raciocínio, entre outros
- Prevenir a incidência ou retardar o desenvolvimento de défices causados por doenças, como a de Alzheimer, Parkinson, Huntington ou outras
- Ajudar o utente a ter novos objectivos e a resolver problemas
- Envolver a família na vida do idoso

Em suma, dar competências ao utente para que mantenha a sua autonomia, melhore a sua qualidade de vida e o seu bem-estar psicológico.

Drª Manuela Rocha Santos (Psicóloga, PhD)

NOTÍCIAS DE FEVEREIRO

Desfile de Carnaval

Este evento foi promovido pela Junta de Freguesia de Pedrouços. Como habitualmente a nossa instituição participou no desfile com o tema “A Branca de Neve e os Sete Anões”.

Os objectivos desta actividade consistiam na promoção do contacto com a comunidade, assim como um momento de descontração e diversão para todos.

Os nossos utentes foram transportados em Tuk-tuks. Foi um desfile muito animado.

Este ano ficamos classificados em quarto lugar!

Esta atividade foi realizada e organizada pelos técnicos Cláudia Barros, Marco Pereira e Cristina Sousa, com a colaboração dos nossos utentes e colaboradores.

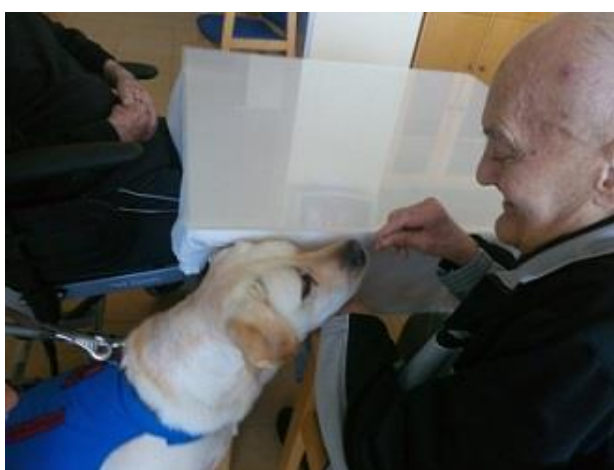


ACTIVIDADES EM MARÇO

A Terapia Assistida por Animais é uma intervenção dirigida por objetivos, na qual um animal que obedece a critérios específicos é parte integrante do processo de tratamento. Pretende promover o bem-estar físico, social, emocional e/ou o funcionamento cognitivo de indivíduos ou grupos, sendo uma intervenção devidamente planeada e avaliada. Os animais podem ser incorporados num conjunto de programas que promovem a melhoria de estados físicos e psíquicos em diferentes áreas: emocional, social, cognitiva, comportamental e psicomotricidade.

Assim, durante o mês de Março, os utentes puderam usufruir desta actividade em parceria com a pós-graduação em terapia assistida com animais lecionada pelo Instituto CRIAP, nas nossas instalações com o apoio e organização de Dr.ª Cláudia Barros.

Temos duas mascotes, a Pipoca e o Pantufa que fazem companhia aos nossos utentes.



AINDA EM MARÇO

O Centro Geriátrico festejou o seu 10º aniversário. Um grupo de cavaquinhos da Associação de Águas Santas animou a festa. PARABÉNS



O Centro Geriátrico Quintinha da Conceição está à 10 anos ao serviço da comunidade;

1. Recebeu alunos de diversas áreas em estágio:

Existe troca de conhecimentos e um sentimento de partilha (cada aluno tem adquirido um conhecimento teórico que traz para a instituição recordar e adquire um conhecimento prático vivenciando esta realidade). É um enriquecimento recíproco em que as duas partes ficam a ganhar.

A sua interação com os utentes institucionalizados é uma forma destes criarem novas amizades, verem caras novas, disponibilidade para os escutar e interagir.

É uma forma de contribuírmos para o desabrochar de novas vocações.

2. Criou emprego a muitas pessoas de diversas áreas melhorando a qualidade de vida e sustentabilidade das suas famílias.

3. Deu apoio a diversas famílias em estado de ansiedade e depressão

4. Recebeu idosos dependentes de apoio profissional em Regime Permanente, Centro de Dia e Acolhimento Temporário e Apoio Domiciliário.

5. Contribuiu para o movimento da economia do país (contribuições a S. Social, Finanças, aquisição de bens e produtos)

Evento organizado por Dr.^a Cláudia Barros e Dr. Marco Pereira

E EM ABRIL

Participação nas IV OLIMPÍADAS SENIORES | 28.Abril.2016, promovidas pela Cediara - Assoc. Solidariedade Social de Ribeira de Fráguas

Esta actividade teve como objetivos promover hábitos de vida saudável, combater o sedentarismo, promover o convívio com outras instituições.

Participamos nas seguintes atividades: Jogo do boccia, Arco aos pinos, Bola ao poste e Bowling.

Organizada por Dr.^a Cristina Sousa, Dr.^a Cláudia Barros, Dr. Marco Pereira e com a colaboração do grupo de estagiárias do 3º ano de Educação Social da ESE.



SOMOS OS MAIORES

MAGAZINE DE MAIO

Musicoterapia

A Musicoterapia é uma disciplina de especialização no âmbito da Saúde Mental que engloba a intervenção terapêutica através da música e seus elementos constituintes: ritmo, melodia e harmonia. Os seus benefícios alargam-se a campos como: Melhoria da qualidade de vida; Desenvolvimento e activação dos dois hemisférios cerebrais; Melhoria da capacidade de recordação e memória; Controle da ansiedade e redução da tensão física e mental; Facilitação da aprendizagem; Promoção da comunicação, da linguagem e da interacção; Promoção da auto-estima ou Desenvolvimento e coordenação psicomotores, isto é melhora as competências físicas, emocionais, cognitivas e comportamentais.

A Quintinha, sabendo isto, na pessoa da sua educadora social – Dr^a Cláudia Barros, promove, semanalmente, sessões de musicoterapia, onde se canta, se dança e se estimulam cognitivamente os utentes. Este mês não foi excepção.

“Festas do Divino Espírito Santo”

A Dr^a Lúcia Alves, psicóloga estagiária, oriunda dos Açores, promoveu uma actividade, sob o tema do “Espírito Santo” nos Açores, destinada a dar a conhecer esta festa e os elementos que a constituem, provomendo, assim, enquanto psicóloga, novas aprendizagens. A sessão decorreu no passado dia 19 de Maio, tendo culminado com um lanche recheado de “guloseimas”, próprias desta festa e vindas directamente dos Açores.



Ficha Técnica

Textos e composição: Manuela Rocha Santos, Cláudia Barros, Marco Pereira

Organização das actividades: Cláudia Barros, Marco Pereira, Cristina Sousa e Lúcia Alves

Fotos: Quintinha da Conceição

