

Associação Para o Desenvolvimento e Acção Social da Freguesia de Tramaga (ADAS) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), sita na Avenida 11 de junho, 5, em Tramaga. Tem o seu registo efetuado na Segurança Social, inscrição nº 50/07, a fls. 140v e 141 do livro nº 11 das associações de Solidariedade Social, efetuado em 02/03/2006.

A Associação Para o Desenvolvimento e Acção Social da Freguesia de Tramaga é companhia diária de 30 clientes na resposta social de Centro de Dia, apoia diariamente 35 clientes em Apoio Domiciliário, de 30 clientes na resposta social de E.R.P.I. (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas), fornece 21 refeições na resposta de Cantina Social e 60 refeições no refeitório escolar. A A.D.A.S. desenvolve as respostas sociais de Centro Dia com 24 Acordos de Cooperação, 14 Acordos de Cooperação para Apoio Domiciliário e 24 Acordos de Cooperação para a Resposta Social de ERPI celebrados com o Instituto da Segurança Social.

Apesar de todas as atividades e rotinas da Instituição estarem gradualmente a voltar à normalidade do seu funcionamento, ainda, foram notórias as alterações provocadas pela situação pandémica causada pelo COVID-19. Como consequência imediata do todo o período pandémico, houve necessidade de reforçar os recursos humanos nas diversas respostas sociais.

Toda esta situação traduziu-se no agravamento das dificuldades financeiras da Instituição.

No que aos clientes diz respeito, o período pandémico afetou-os bastante, nomeadamente, as situações de isolamento a que estiveram sujeitos demasiado tempo, dando origem a sentimentos de solidão, stress e um elevado nível de ansiedade, tristeza e medo do presente e futuro. Como consequência, podemos apontar a regressão da sua capacidade motora, o agravamento de doenças mentais e depressivas, enfim, o agravamento do seu estado geral de saúde. Ao longo do ano de 2022, todo o funcionamento foi voltando à normalidade, no entanto, algumas das situações tornaram-se irreversíveis, principalmente o seu estado de saúde. O medo generalizado impede os clientes de retomarem as atividades que em época anterior ao COVID 19, ainda realizavam.

Em fase pós COVID 19, continua a verificar-se uma maior articulação entre as diversas Instituições, Segurança Social, Saúde, IEFP, Autarquias Locais.

As atividades previstas e desenvolvidas de animação e socialização, atividades físicas e ocupacionais e apoio psicossocial são dinamizadas pelos técnicos contratados através das parcerias com os outros Centros Comunitários.

Todas as atividades têm como objetivo estimular a capacidade de concentração e reação, aumentar a autoestima, combater a solidão e isolamento social e, ao mesmo tempo, promover o bem-estar físico, emocional e social do cliente.

Implementaram-se alguns Ateliers mensais, tais como: Trabalhos manuais, Atelier de culinária, da beleza. Houve necessidade de reajustar o Plano de Atividades, ainda devido as restrições em consequência da pandemia.

Cronograma das atividades previstas – 2022

Atividades socioculturais				
DATA	ATIVIDADES PREVISTAS NO PLANO	REALIZA DAS	NÃO REALIZA DAS	OBSERVAÇÕES
Janeiro	-Dia de Reis – Lanche com o típico Bolo Rei; -Atelier de culinária - Atelier de beleza - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas com os clientes de Centro de Dia e ERPI
Fevereiro	-Comemoração do “Dia do Amor”; -Realização de máscaras carnavalescas; - Atelier de beleza - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Março	- Comemoração do” Dia da Mulher” - Dia Mundial do Teatro - Atelier de beleza - Atelier Trabalhos Manuais	x		Atividades alusivas as datas para clientes de ERPI e Centro de Dia
	- Pascoa - Dia Mundial da atividade			

Abril	física - Comemoração do 25 de Abril - Atelier de beleza	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Maio	- Aniversário da Instituição - Dia Internacional da família - Atelier de beleza - Atelier de culinária - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Junho	- Comemoração dia de Portugal - Dia europeu da música - Atelier de beleza	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Julho	- Atividade física, jogos lúdicos e tradicionais - Atelier de beleza - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Agosto	- Dia Mundial da fotografia - Atividades de estimulação cognitiva e atividade física - Atelier de beleza	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Setembro	- Dia Mundial da Fisioterapia - Dia Internacional da Paz - Atelier de beleza - Atelier de culinária - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Outubro	- Dia Internacional do Idoso - Dia Mundial do Pão - Dia Mundial da Alimentação Saudável - Atelier de beleza	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Novembro	- Realização de “Magusto de São Martinho” - Atelier de beleza - Atelier Trabalhos Manuais	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI
Dezembro	- Atelier Trabalhos Manuais - Decorações Natal - Festa Natal - Atelier de culinária - Atelier de beleza	x		Realizadas pelos clientes de Centro de Dia e ERPI

Com a dedicação dos nossos técnicos, todas as semanas tentamos manter as atividades de estimulação cognitiva, estimulação de atividade física, com o objetivo de minimizar as consequências negativas a que o confinamento nos obrigou.

A fim de protegermos os nossos utentes, todas as atividades previstas e que implicavam a saída dos utentes ao exterior não foram concretizadas.

Promovemos o contato telefónico e ou vídeo chamadas entre os clientes e seus familiares.

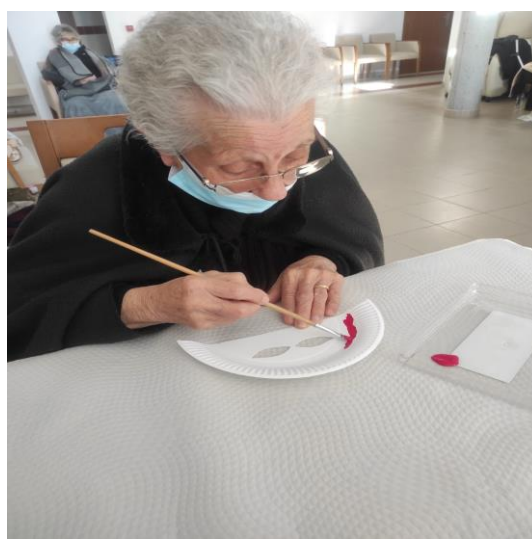


ALGUMAS DAS NOSSAS ATIVIDADES:

Dia de Reis



Atividades carnavalescas



Os Coelhoinhos da Pascoa



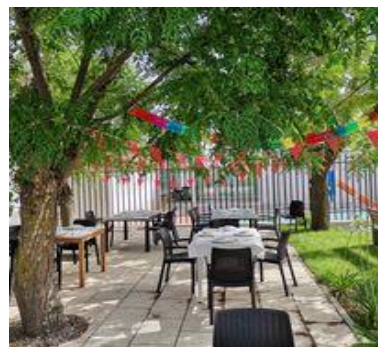
Dia do Amor



Atelier de culinária



Os Santos Populares



CINEMA - com direto a pipocas



Cheiros e sabores



Fisioterapia – Exercícios Físicos

Manutenção capacidades



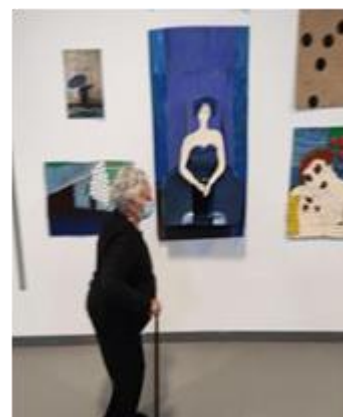
Atelier de Beleza



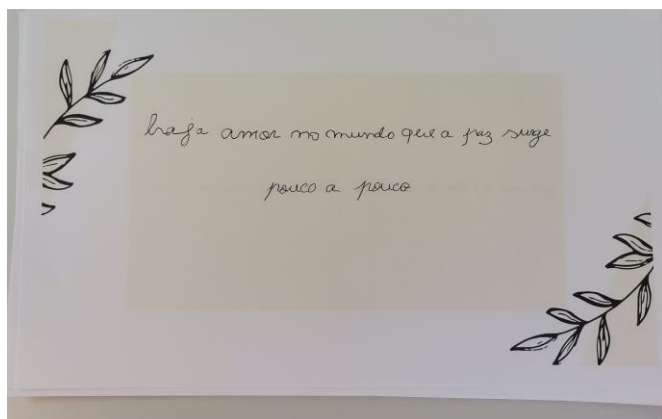
1ª saída ao exterior!!!!!!



Centro D'Artes e Cultura



Atelier Trabalhos Manuais



Natal/2022



O nosso Pai Natal, ou melhor MÃE NATAL, de visita aos meninos da escola.



Postal de Boas Festas



A nossa aldeia



Pequenos gestos com um significado enorme!

Em mais um ano atípico, valeu-nos a versatilidade, imaginação, dedicação dos nossos técnicos e funcionários para minimizar as suas consequências no dia-a-dia dos nossos idosos e que pouco a pouco, vão tentando retomar as rotinas normais da instituição.

Devido, ainda, aos constrangimentos provocados pelo vírus COVID 19 os objetivos não foram cumpridos na sua totalidade. As atividades que implicavam a saída da Instituição foram mais um ano adiadas, outras tiveram de ser adaptadas.

Tramaga, 27 de Fevereiro de 2023

A Diretora Técnica

Natalina Oliveira