



Relatório de Actividade

- **Actividade:**
Apoio Psicológico a idosos.

- **Data de Realização:**
Ano 2009.

- **Público-Alvo:**
Idosos dos Centros Comunitários de Ervideira, Tramaga, Vale de Açor e Vale do Arco.

- **Número de Pessoas abrangidas:**
47 Idosos: 12 de Vale do Arco; 17 de Vale de Açor; 10 de Tramaga e 8 de Ervideira.

- **Objectivos:**
O Apoio Psicológico aos idosos nos Centros Comunitários tem sido realizado sob dois métodos: o apoio individual e em grupo.
O Apoio em Grupo tem como objectivo a estimulação cognitiva e a gestão de conflitos dos sujeitos.
O Apoio Individual tem sido efectuado a idosos com problemáticas específicas e com indicação para tal. Tem como objectivo reforçar capacidades internas de lidar com situações emocionais que provocam sofrimento, como por exemplo: as perdas afectivas, a doença física e as questões corporais e sexuais, etc.
Ambos os métodos têm servido de suporte em situações de crise.

- **Recursos Humanos:**
Psicólogo Clínico.
Funcionárias dos Centros Comunitários.

- **Parcerias:**
Câmara Municipal de Ponte de Sor;
Projecto “Agir para Desenvolver”;
Centros Comunitários.

- **Avaliação:**
A avaliação do Acompanhamento Psicológico para o ano 2009 é positiva. Os utentes dos Centros Comunitários aderem com prazer a esta actividade e reconhecem a sua importância e as consequências positivas que dela advêm, nomeadamente a diminuição da ansiedade perante situações de trauma e stress e o esclarecimento e clarificação de problemáticas também elas promotoras de ansiedade e mal-estar.

A Técnica: Ana Teresa Sanganha