

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DA ATALAIA - RESPOSTAS SOCIAIS D E CENTRO DE DIA E SAD

PLANO DE ATIVIDADES 2024

ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Janeiro	Baú dos desejos: Colocar os desejos para 2024 num baú e fechar	Assinalar o novo ano; Promover o diálogo; Promover o envelhecimento ativo; Refletir sobre desejos pessoais; Desenvolver as capacidades cognitivas.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Material de desgaste, pedaços de papel, baú	Sala de atividades e de convivo	02/01/2024
	Dia de Reis: Confeção de bolo rainha e Canto das Janeiras	Promover o convívio e lazer; Promover a partilha de saberes e experiências; Prevenir o isolamento social; Reforçar as relações humanas; Promover o contato com idosos de outra instituição; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes,	Letras de canções	Exterior do centro de dia	05/01/2024
	Comemoração do Dia Internacional do Obrigado	Promover o contato entre pares; Estimular o agradecimento; Contribuir para melhoria do relacionamento pessoal do grupo; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Material consumível para elaboração e lembranças para as colaboradoras e utentes	Refeitório, sala de atividades e de convívio	11/01/2024
	Dia Internacional do Riso (sessão de terapia do riso)	Promover o convívio e lazer; Promover o envelhecimento ativo; Promover a auto estima; Reforçar as relações humanas.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes, Terapeuta do riso	Cadeiras, computador e colunas e terapeuta convidada	Sala de convívio	18/01/2024
	Chegada do Inverno: Atividades de	Explorar as características do Inverno (cores, elementos do Inverno); Cantar	Animadora cultural, Educadoras,	Material de desgaste	Sala de convívio, sala de atividades e	Durante todo o mês

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	decoração	canções sobre esta temática para dar as boas vindas ao Inverno.	Crianças da creche; Aj. Ac. Educativa; Clientes		sala de refeitório (creche)	
Fevereiro	Desfile de Carnaval:	Promover o encontro intergeracional; Relembrar tradições; Promover divertimento e convívio; Desenvolver a capacidade lúdica; Promover a auto-estima; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Material de desgaste e adereços temáticos	Espaço envolvente da creche	09/02/2024
	Assinalar o Dia do Doente: Eucaristia	Contribuir para o envelhecimento ativo; Promover momento de reflexão; Possibilitar a aquisição de novos conhecimentos e esclarecimentos dos mesmos; Motivar o grupo para a manutenção da saúde.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Senhor Padre	Material de eucaristia, cânticos	Sala de atividades e de convívio	12/02/2024
	Dia da Rádio: Visitar a Rádio voz do Entroncamento	Assinalar o dia da rádio, já sendo comum em todos os planos anuais de atividade; Divulgar o CSPA; Promover a troca de ideias e o debate; Promover o envelhecimento ativo e o bem-estar.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Rádio Voz Entroncamento	Carrinha, mochila SOS, identificadores utentes, almoço	Sala de convívio	13/02/2024
	Dia de São Valentim: Ementa de almoço, sobremesa e decoração alusiva ao tema Início da Quaresma	Relembrar hábitos e costumes da sociedade atual; Promover a troca de experiências; Promover o diálogo combatendo o isolamento; Partilhar sensações e sentimentos; Promover o envelhecimento ativo, Criar	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Cozinheira/ajudante de cozinha	Ingredientes e adereços temáticos Oração do terço na capela	Refeitório, cozinha e capela	14/02/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
		momentos de oração.				
Março	Dia Mundial da Obesidade: Ação de sensibilização e confeção de uma sobremesa saudável	Criar momentos de esclarecimento sobre o assunto, Proporcionar momentos de reflexão, Criar hábitos de alimentação saudável.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Computador, Televisão e folhetos, Ingredientes	Sala de convívio e refeitório	04/03/2024
	Dia Internacional da Mulher: Passeio de mulheres lanche na Barquinha	Promover a interação e a coesão grupal; Promover o gosto pelos cuidados pessoais e imagem; Promover o convívio e lazer; Promover a auto-estima; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Carrinha, mochila SOS, identificadores utentes, almoço e flores para oferta	Café Home made Cake	08/03/2024
	Dia do Pai: Passeio de homens (local a definir)	Promover o diálogo e partilha de experiências; Assinalar o dia do pai; Promover o convívio e lazer; Promover a auto-estima; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Carrinha, mochila SOS, identificadores utentes, almoço e prenda a elaborar pelos utentes para oferta	Local a designar	19/03/2024
	Dia Mundial da Poesia: Declamação de poemas em colaboração com a biblioteca de VNB	Desenvolver as capacidades artísticas e cognitivas; Desenvolver o vocabulário; promover a escrita; Desenvolver a capacidade de declamar; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de Leitura	Sala de convívio	21/03/2024
	Dia Mundial da Água: Sessão de sensibilização com Associação ZERO	Sensibilizar para a importância da água; Contribuir para criar hábitos sustentáveis; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Promotor da Associação ZERO	Material de desgaste	Sala de convívio	22/03/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Via sacra representada	Criar momentos de reflexão; Promover a orientação temporal; Proporcionar momentos de introspeção.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Marcadores das estações, velas e cânticos	Espaço exterior do Centro	25/03/2024
<u>Abril</u>	VI Olimpíadas Inter-geracionais	Promover a interação com as crianças da creche; Desenvolver as capacidades motoras e de equipa; Desenvolver o espírito de coesão e entre-ajuda; Estimular o gosto pelo movimento e atividade física; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Aj. Ac. Educativa, Educadoras, Professor ginástica, Crianças da creche	Material de ginástica	Espaço exterior do Centro	05/04/2024
	Ida a Fátima	Promover momentos de reflexão; Estimular o contacto com a comunidade; Combater o isolamento social; Possibilitar o contacto com o exterior; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, comunidade em geral	Autocarro, mochila SOS, identificadores utentes, almoço e lanche	Abrigo do Peregrino (espaço para almoço) e Santuário de Fátima	24/04/2024
	Dia da Liberdade: À conversa sobre a história	Relembrar a revolução dos cravos; Simbolizar a participação dos governantes na liberdade de cada um; Estimular a memória; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Sala de convívio	26/04/2022
	Dia Mundial da dança: Presença de escola de dança	Promover o convívio e lazer; Promover o divertimento e a auto-estima; Desenvolver a coordenação e capacidades motoras; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Cantor/Músico	Colunas de som e instrumentos	Sala de convívio	29/04/2023

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Atividade na comunidade: Festa das sopas	Divulgar a instituição; Estimular o contato intergeracional; Combater o isolamento social; Promover o envelhecimento ativo.	Todos os colaboradores do CSPA, Clientes e comunidade em geral	Material de desgaste, ingredientes e material de cozinha	Espaço exterior do Centro Social Paroquial de Atalaia	A definir
Maio	Assinalar o dia do trabalhador: Visita a uma fábrica	Combater o isolamento social; Promover o contacto com a comunidade; Possibilitar o contacto com o exterior; Contribuir para o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Autocarro, mochila SOS, identificadores utentes e almoço	A definir	02/05/2024
	Dia da Mãe: Lanche com os filhos e apresentação de um vídeo	Promover o diálogo e partilha de experiências; Assinalar o dia da mãe; Reforçar as relações humanas e familiares; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e respetivos filhos	Prenda elaborada pelos utentes para oferta	Sala de convívio e refeitório	03/05/2024
	5ª Feira da Ascensão: Elaboração do Ramo da Espiga	Manter hábitos de tradição, Recordar o significado do Ramo, Treinar a motricidade fina.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Rafia e outros elementos	Campos da Atalaia	09/05/2024
	Comemoração das Aparições: oração do terço na capela da Atalaia	Combater o isolamento social; Promover momentos de reflexão; Estimular o contacto com a comunidade; Possibilitar o contato com o exterior.	Animadora Cultural, A.A.D., Diretora Técnica, Clientes	Carrinha, mochila SOS, identificadores utentes, terços	Capela de Atalaia	13/05/2024
	Dia Internacional da Família: Recordar em fotos a família de cada	Promover o diálogo e partilha de experiências; Promover o contato com familiares; Combater o isolamento social; Reforçar os laços	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e respetivo familiar	Lanche e fotografias	Refeitório e sala de de convívio	15/05/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	utente e lanche com um filho ou um familiar próximo	familiares; Promover o envelhecimento ativo.				
	Dia da Pastelaria: sessão de showcoking	Promover o conhecimento da área da confeitaria e doces; Combater o isolamento; Criar momentos de lazer	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes; cozinheira pasteleira	Ingredientes e equipamentos necessários	Refeitório e sala de convívio	17/05/2024
	Passeio internacional com a creche	Combater o sedentarismo; Criar momentos de convívio com as crianças da creche; Proporcionar saída ao exterior; Proporcionar experiências novas.	Animadora Cultural, AAD, Diretora Técnica, Auxiliares creche, Crianças	Autocarro, identificadores, máquina fotográfica, almoço	A designar	A designar
	Dia Internacional do Brincar: Elaboração de brinquedos antigos e tarde de jogos com a creche	Estimular o contato intergeracional; Promover momentos de recordação; Treinar a motricidade fina e Estimular a criatividade	Animadora Cultural, AAD, Diretora Técnica, Auxiliares creche, Crianças	Material necessário, material de desgaste	Espaço exterior do centro	28/05/2024
Junho	Dia Mundial da Criança: Atividade conjunta	Promover o convívio; Estimular a capacidade cognitiva de cada idoso; Prevenir o isolamento social; proporcionar o convívio intergeracional.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, crianças da creche	Material de desgaste	Sala de atividades e de convívio	31/05/2024
	Marchas populares na Feira do Tejo	Estimular a autoestima; Promover a participação social; Combater o isolamento; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Vila Nova da Barquinha	A designar
	Passeio a uma praia	Combater o isolamento social;	Diretora Técnica,	Autocarro, mochila	Praia fluvial a	A designar

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	fluvial	Proporcionar momentos de convívio e lazer; Promover o contacto com o exterior; Estimular o contato social; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes e comunidade	SOS, identificadores utentes, almoço, toalhas, chapéus, protetores solar	designar	
	Dia Internacional do piquenique: Almoço no Parque Ribeirinho	Proporcionar momentos de convívio; Promover o contacto com o exterior; Promover o contato com a natureza; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Autocarro ou carrinha, mochila SOS, identificadores utentes, manta, cadeiras, almoço e jogo tradicional	Parque Ribeirinho	18/06/2024
	Comemoração do Dia de S. Pedro: Sardinhada e arraial popular	Proporcionar momentos de convívio e lazer; Estimular o divertimento associado aos Santos Populares; Promover o convívio; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Material de música, almoço, grelhador	Exterior do CSPA	28/06/2024
Julho	Festa de Final de Ano: Arraial popular e apresentação musical dos utentes do CD	Incentivar a atitudes de respeito, interesse e participação; Promover a socialização; Realizar uma festa para valorizar as crianças e as atividades que fizeram durante o ano letivo.	Animadora Cultural, Educadoras, Aj. Ac. Educativa, Clientes, Crianças da creche e Direção técnica	Material de desgaste (a designar)	Exterior do CSPA	A designar
	Dia Mundial das Bibliotecas: Visita à Biblioteca de Vila Nova da Barquinha	Estimular a autoestima; Promover contato com uma biblioteca; Possibilitar a aquisição de novos conhecimentos e contacto com o exterior; Combater o isolamento; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Carrinhas, mochila SOS, identificadores de utentes e almoço	Biblioteca Municipal de Torres Novas	01/07/2024
	Dia do Amigo: lanche no exterior	Promover o diálogo e a partilha de experiências; Promover o convívio;	Animadora Cultural A.A.D, Diretora	Identificadores	Espaço exterior do CSPA e café Toyana	19/07/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
		Reforçar as relações humanas; Desenvolver o espírito de grupo e coesão; Promover o envelhecimento ativo.	Técnica, Clientes			
	Dia Mundial dos Avós: atividade com a creche	Promover atividades intergeracionais; Criar momentos de convívio e lazer; Reforçar a importância dos avós.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Sada CD e espaço exterior envolvente	26/07/2024
Agosto	Dia Mundial da Fotografia: Sessão fotográfica	Promover a auto-estima; Promover o gosto pelos cuidados de imagem; Valorizar a imagem de cada um e do grupo; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de cabeleireiro, artigos de decoração e máquina fotográfica	A definir	19/08/2024
Setembro	Dia Internacional da caridade: Promover recolha de bens para uma Associação	Sensibilizar para a importância de doar; Promover hábitos de generosidade e partilha; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Recolha de bens alimentares, identificadores utentes, mochila SOS e autocarro ou carrinha		05/09/2024
	Comemoração do aniversário: Semana Porta Aberta	Promover o convívio Inter-Instituições; Promover a participação ativa; Dar a conhecer o CSPA; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Parceiros do CSPA e comunidade em geral	Lanches para convidados, material de desgaste, computador e colunas	Sala de convívio, sala de atividades e refeitório	09 a 13/09/2024
	Dia Mundial da Doença de Alzheimer: Jogos de estimulação cognitiva individual e	Contribuir para o envelhecimento ativo; Estimular o convívio e lazer; Sensibilizar para a problemática da doença; Promover sessão para familiares; Promover o	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Familiares de clientes CSPA e colaboradoras	Material desgaste e computador	Sala de convívio	20/09/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	em grupo e sessão pós-laboral para cuidadores informais e formais	envelhecimento ativo.				
	Dia Mundial do Coração: Gincana no Parque Verde do Bonito	Promover o cuidado pela saúde; Desenvolver as capacidades motoras e a coordenação; Promover o espírito de equipa e coesão; Possibilitar o contato com o exterior; Promover o contacto com a comunidade; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de ginástica, mochila SOS, identificadores utentes, lanche e autocarro ou carrinha	Parque Verde do Bonito	27/09/2024
Outubro	Dia Mundial do Idoso: Atividade interinstitucional	Promover o convívio; Combater o isolamento social; Promover o convívio e lazer; Possibilitar o contacto com o exterior e a aquisição de novos conhecimentos; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica e Clientes CD e SAD	Autocarro, mochila SOS, identificadores de utentes e almoço	A definir	A desfinir
	Dia Mundial dos Animais: Demonstração de cães da GNR no CSPA	Promover o contacto com os animais; Prevenir o isolamento social; Promover o convívio; Combater o sedentarismo e o isolamento; Possibilitar o conhecimento de novas pessoas; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Nenhum	Espaço exterior do CSPA	04/10/2024
	Dia Mundial da Alimentação e do pão: Confeção de pão e sessão com	Promover hábitos saudáveis; Promover o convívio e combater o isolamento; Estimular a memória; Promover o bem-estar; Estimular a autonomia; Promover o	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e colaboradores CSPA	Ingredientes para confeção de pão, computador e televisão	Sala de convívio, refeitório e cozinha	16/10/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Novembro	Nutricionista	envelhecimento ativo.				
	Confeção de Bolos dos Santos	Relembrar Tradições; Promover o convívio e o bem-estar; Promover a confeção de bolos; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Objetos de cozinha para confeccionar broas e material de desgaste	Refeitório e cozinha	28/10/2022
	Dia europeu da alimentação e cozinha saudável	Estimular a criatividade, Criar hábitos alimentares saudáveis, Promover o envelhecimento ativo, Confeccionar uma sobremesa saudável.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Ingredientes	Refeitório e sala CD	08/11/2024
	Dia de São Martinho: Magusto e baile - Atividade intergeracional	Relembrar hábitos e costumes; promover o convívio e o bem – estar; desenvolver as relações Inter-pessoais; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Aj. Ac. Educativa, Educadoras e crianças da creche	Castanhas, cartuchos de jornal, computador e colunas de som	Sala de convívio ou espaço exterior CSPA	11-11-2024
	Dia Mundial dos Diabetes: esclarecimento sobre as precauções com Enfermeira	Fornecer informação sobre o tema; Esclarecer dúvidas; Desmistificar a doença; Promover o diálogo e a interação; Promover o envelhecimento ativo.	Enfermeiro; Clientes; Animadora cultural A.A.D. e Diretora Técnica	Computador, colunas de som e televisão	Sala de convívio	14-11-2024
	Dia do Pijama: Convidar utentes a virem de pijama para o CSPA	Estimular a inter-geracionalidade; Sensibilizar para causas sociais; Associar à comemoração deste dia com as crianças; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Pijamas pessoais	Sala de convívio	20/11/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES	OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO	
Dezembro	Oração do terço na Igreja Matriz de Atalaia	Promover o envelhecimento ativo; Promover o bem-estar e a auto estima dos utentes; Promover o contacto com o exterior; Combater o sedentarismo e o isolamento; Promover momentos de reflexão.	Animadora Cultural A.A.D e Clientes	Carrinha, mochila SOS, identificadores de utentes e terços	Igreja Matriz de Atalaia	06/12/2024
	Dia de tomar chá: chá dançante com instituição convidada	Sensibilizar para a diferença de chás e seus benefícios; Promover momentos de lazer em torno do chá, estimular o diálogo; Promover o envelhecimento ativo; Desenvolver as capacidades motoras.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e artista e IPSS convidada	Computador, colunas de som e lanche para IPSS convidada	Sala de convívio	13/12/2024
	Sessão fotográfica de natal e exposição	Promover o envelhecimento ativo; Promover o convívio e a troca de ideias; Promover a auto-estima, Sensibilização para os cuidados pessoais	Animadora Cultural e Clientes	Elementos de natal Máquina Fotográfica	CD	16 a 18/12/2024
	Almoço de Natal	Sensibilizar para a época festiva em causa; Promover momentos de convívio e lazer com a direção e voluntários; Estimular o diálogo	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, voluntárias	Loiça, mesas, toalhas	Refeitório e CD	18/12/2024

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Festa de Natal e lanche entre utentes e colaboradores: Apresentação de cânticos de utentes e uma canção das colaboradoras	Promover as tradições; reforçar as relações humanas e a integração social; proporcionar o divertimento, o bem – estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e funcionários; desenvolver as capacidades artísticas, plásticas e cognitivas; promover o contacto com a comunidade em geral.	Todos os funcionários CSPA, Clientes CD e SAD e crianças da creche	Material de decoração de Natal, material de desgaste e lanche para utentes e colaboradores CSPA	Sala de convívio e refeitório	Data a designar

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Encontro Inter Geracional com a Creche	Promover o encontro de gerações, a partilha de saberes; estímulo ao diálogo e interação; prevenir o isolamento social.	Animadora Cultural Educador de Infância Auxiliar de Educação Clientes de C.D. Crianças da Creche	Instrumentos Musicais Fantoches Contos Infantis	Sala de Convívio do C.D. Creche do Centro Social	Quinzenalmente
	Momento de Oração e Eucaristia	Valorizar a fé dos clientes; estímulo à introspecção e valorização interior.	Animadora Cultural, Diretora Técnica A.A.D. Clientes de C.D.	Terços	Sala de Convívio	Uma vez por semana
	Ginástica e exercício físico	Promover o desenvolvimento psico-motor; desenvolver as capacidades físicas; aumentar a força e a resistência muscular; aumentar a flexibilidade; promover o convívio; melhorar a qualidade de vida	Animadora Cultural, Professor de ginástica Clientes de C.D	Bolas, arcos, bastões	Pátio interior e CD	Uma vez por semana
	Ateliê de Massagens	Promover o desenvolvimento psico-motor; desenvolver as capacidades físicas; aumentar a força e a resistência muscular; aumentar a flexibilidade; promover o convívio; melhorar a qualidade de vida.	Animadora Cultural, Massagista Clientes de C.D.	Material de ginástica (bolas, arcos, lenços de tecido, cordas)	Sala de Atividades	Uma vez por semana

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Ateliê de Música	Estimular o sentido musical; desenvolver o gosto pela música; valorizar conhecimentos e saberes; promover o convívio e o divertimento.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Instrumentos Musicais	Sala de Atividades	Uma vez por semana
	Ateliê de Artes Manuais	Desenvolver as capacidades manuais, plásticas, artísticas e cognitivas; desenvolver a capacidade lúdica, a criatividade, a imaginação; promover a participação activa dos idosos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Material de Desgaste	Sala de Actividades	Quinzenalmente
	Ateliê de Treino de competências	Promover a participação activa dos idosos; estimular as capacidades cognitivas, a imaginação, a criatividade, memória, motricidade e a improvisação.	Diretora técnica Animadora Cultural Clientes de CD.	Material de Desgaste Jogos de Estimulação Cognitiva	Sala de Atividades	Quinzenalmente
	Ateliê de Cinema	Proporcionar momentos lúdicos; desenvolver o sentido crítico; reviver tempos antigos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Material Electrónico (DVD, Televisão, etc.)	Sala de Atividades	Trimestral
	Ateliê de Jogos Tradicionais	Proporcionar momentos de descontração e interacção entre os idosos; promover o reforço positivo; valorizar gostos pessoais e conhecimentos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Jogos Lúdicos	Recinto Exterior do Centro Social Sala de Actividades	Mensal
	Ateliê de Inglês	Promover a aquisição de novos conhecimentos; desenvolver as capacidades linguísticas; promover a participação activa dos idosos; estimular as capacidades cognitivas; ocupar o tempo livre de forma lúdica	Animadora Cultural Clientes C.D.	Material de Desgaste	Sala de Atividades	Uma vez por semana

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Ateliê de Culinária	Reforçar a interação grupal; valorizar conhecimentos; partilha de saberes; proporcionar o convívio, o divertimento e o bem – estar; estímulo.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Objetos de Cozinha	Sala de Refeições do CSPA Cozinha do CSPA	Duas vezes por mês
	Treino de competências para a vida: compras em supermercado	Estimular o contato social, promover o treino de competências sociais; combater o isolamento social; promover a autoestima e o espírito de autonomia pessoal	Animadora cultural, motorista e clientes C.D.	Transporte	A designar	Mensalmente
	Comemoração dos Aniversários dos Clientes	Reforçar as relações humanas e a integração social; proporcionar o divertimento, o bem – estar, e o convívio entre clientes; desenvolver a capacidade lúdica, estimular a auto estima e a autoconfiança.	Todos os funcionários da Instituição Clientes de C.D.	Objectos de Cozinha	Sala de Refeições do CSPA	Sempre que necessário

Data de Aprovação: ____/____/____

A Direção:

(assinatura e carimbo)