



**Centro de Dia**  
**Alcobertas**

**Centro de Convívio e Solidariedade Social de Sourões**

# PLANO DE ATIVIDADES 2024

CENTRO DE CONVÍVIO E DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE SOURÕES -  
ALCOBERTAS

## INDICE

INDICE.....	2
1.- INTRODUÇÃO .....	3
2.- INSTITUIÇÃO .....	4
2.1- ENQUADRAMENTO HISTÓRICO.....	4
2.2 – MISSÃO.....	5
2.3- VISÃO .....	5
2.4 – VALORES .....	5
3. – RESPOSTAS SOCIAIS.....	5
3.1 – CENTRO DE DIA.....	6
3.2 – SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO .....	6
3.3 – CENTRO DE CONVÍVIO .....	8
4. – CARATERIZAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS.....	8
5. – CARATERIZAÇÃO DOS RECURSOS HUMANOS .....	10
5.1 – DIREÇÃO.....	10
5.2 – COLABORADORES .....	10
5.3 – COLABORADORES EXTERNOS .....	10
5.4 – RECURSOS FÍSICOS E LOGÍSTICOS.....	11
6. – ACORDOS E PARCERIAS .....	11
8. – PLANO DE ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS – ENQUADRAMENTO.....	11
9. – PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL PARA 2016.....	14
9.1 – QUADRO SÍNTESE DAS ATIVIDADES SEMANAIS/MENSAIS .....	14
9.2 – QUADRO SÍNTESE DAS ATIVIDADES ANUAIS .....	16
10.- CONCLUSÃO .....	28

## 1.- INTRODUÇÃO

Num período económico e social difícil o Centro de Convívio e de Solidariedade Social de Sourões quer ser uma mais-valia para os seus clientes, oferecendo-lhe serviços que vão ao encontro das suas necessidades, permitindo-lhes uma melhoria na sua qualidade de vida.

Neste sentido, esta Instituição propõe-se a um caminho, nem sempre fácil, mas muito gratificante, pois a sua missão é trabalhar de uma forma sustentável e interessada, tendo sempre por base o bem-estar do cliente.

A participação de todos (clientes, colaboradores, significativos, parceiros, beneméritos, comunidade) será essencial para desenvolver novos projetos, que terão como propósito uma maior oferta de serviços à comunidade, pautando sempre pela qualidade e isenção.

Este Plano de Atividades, procura planificar e enquadrar a atuação das atividades de animação do Centro de Dia de Alcobertas. A intervenção preconizada assenta numa filosofia de trabalho com as pessoas idosas, segundo os seguintes princípios:

- 1 - Respeito pelas pessoas idosas, como cidadãos de pleno direito e com vontade própria;
- 2 - Reforçar e encorajar a manutenção de laços fortes estáveis na família, fundamentais na prestação de cuidados às pessoas idosas;
- 3 - Combater quaisquer formas de pobreza ou exclusão social das pessoas idosas, quebrando o isolamento e a solidão, diminuindo o sofrimento humano;
- 4 - Promover a participação ativa das pessoas idosas na sociedade e exercício pleno da cidadania;
- 5 - Contribuir para a construção de uma imagem positiva das pessoas idosas, utilizando as suas potencialidades e capacidades;
- 6 - Valorizar o trabalho social com as pessoas idosas;
- 7 - A pessoa idosa é o centro da nossa ação, é para quem trabalhamos e a quem servimos com espírito de missão.

Posto isto, aproxima-se um novo ano repleto de desafios e de atividades, uma nova oportunidade para irmos ao encontro das necessidades e expectativas das pessoas que aqui acolhemos, das suas famílias e também de toda a comunidade.

Assim, este plano anual de atividades foi elaborado em função dessas mesmas necessidades e expectativas, e será enriquecido com a participação ativa de todos os envolvidos.

## 2.- INSTITUIÇÃO

### 2.1- ENQUADRAMENTO HISTÓRICO

O Centro de Convívio e de Solidariedade Social (CCSSS) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), Associação sem fins lucrativos, reconhecida como pessoa coletiva de utilidade pública, registada pelo averbamento n.º 4 à inscrição n.º 29/92, folhas 43 vs. 44 do livro n.º 5 das Associações de Solidariedade Social, com Sede Social em Rua do Centro de Dia n.º 45, Ribeira de Cima, Freguesia de Alcobertas, Concelho de Rio Maior.

Esta Instituição teve a sua fundação no ano de 1988, e foi em 1993 que houve alteração dos estatutos por forma a modificar a sua denominação para a que mantém atualmente. No mesmo ano foi também alterado o objetivo desta Instituição passando a ser Casa de Repouso, Centro de Dia para idosos e Centro Médico Social. Posteriormente, em 1996, houve o reconhecimento como Pessoa Coletiva de Utilidade Pública, passando para registo definitivo de alteração de estatutos em 2006. Foi a 27 de setembro do ano 2000 que abriu as portas à comunidade iniciando a sua prestação de serviços a 6 utentes no âmbito da resposta social de Centro de Dia.

Atualmente já existe um projeto de remodelação e ampliação do equipamento para ERPI (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas), aprovado pela Câmara Municipal de Rio Maior, com pareceres favoráveis de todas as entidades intervenientes no processo. Este projeto nasce da necessidade atual em dar a continuidade dos nossos serviços à fase seguinte da vida dos nossos clientes.

Em abril de 2018 abriram as candidaturas aos fundos comunitários no âmbito do Portugal2020, e foi nesta altura que a candidatura do projeto existente foi submetida. No entanto, devido aos cortes orçamentais dos referidos subsídios, a Direção desta Instituição viu-se forçada a dividir o projeto em duas fases, sendo que se candidatou com a 1ª fase do projeto, que consiste na requalificação do edifício existente e na construção de uma lavandaria.

Em 2022, o CCSSS remeteu projeto de candidatura ao PRR na tentativa de dar vida ao projeto para ERPI, infelizmente e por cabimento orçamental o mesmo não foi aprovado. No entanto o sonho continua e não iremos deixar cair este objetivo.

Esta Instituição tem como atividade principal o apoio aos idosos, a proteção dos cidadãos na velhice e na invalidez, o apoio à família e seus dependentes, assim como em todas as situações de falta de meios e de subsistência, ou de capacidade para o trabalho.

Tem ainda como atividade secundária: a prevenção, promoção e proteção da saúde, nomeadamente através da prestação de cuidados de medicina preventiva, curativa e de reabilitação e assistência medicamentosa; dinamizar e rentabilizar diversos serviços internos da associação, nomeadamente

à cozinha, lavandaria, limpeza e outros serviços que possam estar disponíveis à comunidade,  
Promover ações de caráter social, cultural, artístico, recreativo e desportivo, proporcionando aos  
seus associados entretenimentos, designadamente festas, espetáculos e jogos permitidos por lei.

## 2.2 – MISSÃO

A Missão do CCSSS é prestar um serviço de apoio à terceira idade, dependentes, e outras pessoas com necessidade de acompanhamento, que se evidencie pela excelência na qualidade, garantindo na prestação dos cuidados básicos, o respeito e a dignidade pelo idoso ou pessoa dependente, reconhecendo-lhe o direito à plena cidadania, à independência e privacidade, proporcionando-lhe condições que potenciem a sua inclusão social.

## 2.3– VISÃO

O CCSSS, atento, aos sinais do tempo, deseja estar presente ao lado dos que mais precisam, oferecendo um serviço de qualidade, fundamentado pela dedicação plena e zelo profissional.

Neste sentido, pretende ser uma Instituição de excelência no núcleo das IPSS, integrada numa rede de parceiros sociais, baseando a sua intervenção na melhoria contínua das suas práticas, gerando sustentabilidade no incremento da qualidade, proximidade e humanização dos seus serviços.

## 2.4 – VALORES

Esta Instituição tem presente como valores fundamentais a solidariedade social e o convívio, fatores de valorização humana, disponibilidade, empatia, proatividade, justiça e a equidade, que se pautem sempre pela procura do bem-estar comum, assim como pelo profissionalismo, rigor e sigilo profissional.

## 3. – RESPOSTAS SOCIAIS

Atualmente, o CCSSS desenvolve a sua atividade através de três Respostas Sociais, são elas o Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Convívio.

Nesta perspetiva, torna-se pertinente fazer um breve enquadramento dos conceitos e realidades atuais de cada resposta social.

### 3.1 – CENTRO DE DIA

De acordo com a Direção Geral da Ação Social (núcleo de documentação técnica e divulgação) o Centro de Dia é uma Resposta social, desenvolvida em equipamento, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar.

#### **Objetivos:**

- Proporcionar serviços adequados à satisfação de necessidades básicas;
- Favorecer a permanência da pessoa idosa no seu meio habitual de vida;
- Contribuir para retardar ou evitar a institucionalização;
- Fomentar as relações interpessoais entre os idosos e a comunidade;
- Fomentar relações interpessoais e intergeracionais.

#### **Serviços Prestados:**

- Alimentação;
- Cuidados de higiene pessoal e imagem;
- Tratamento de roupas;
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais;
- Apoio Social
- Assistência medicamentosa;
- Classes de Fisioterapia;
- Transporte;
- Serviço religioso e apoio espiritual.

Esta Resposta social serve de momento 13 clientes, o seja todas as vagas abrangidas pelo acordo de cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Santarém, estado mais 5 utentes a aguarda vaga comparticipada.

### 3.2 – SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Conforme a Direção Geral da Ação Social (núcleo de documentação técnica e divulgação) o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de

doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

*Revisão  
e  
atualização  
Ag  
Santarém 2022*

### **Objetivos:**

- Contribuir para a melhoria da qualidade vida dos utentes e famílias;
- Assegurar formas diversas de satisfação das necessidades básicas c/ou atividades de vida diária;
- Contribuir para resolver e/ou atenuar as situações disfuncionais nomeadamente a dependência física, psíquica e o isolamento;
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- Colaborar nos cuidados de saúde;
- Criar condições que permitam preservar e incentivar as relações intrafamiliares;
- Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo.

### **Serviços Prestados:**

- Alimentação;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Tratamento de roupas;
- Higiene habitacional (arrumação e pequenas limpezas no domicílio);
- Assistência medicamentosa;
- Animação, recreação e convívio;
- Apoio social e psicológico quando necessário;
- Ajudas técnicas.

Os serviços mais requeridos pelos clientes são o transporte e a alimentação, seguindo-se a higiene habitacional, e por fim o tratamento de roupas. Esta Resposta social serve de momento 26 clientes, todas as vagas do acordo de cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Santarém estão ocupadas, estando mais 2 utentes a aguardar vaga comparticipada. Presentemente a aspiração

de tornar o serviço de apoio ao domicílio numa resposta a 7 dias já foi alcançado, tendo neste momento 6 utentes a usufruir deste alargamento para o fim-de-semana.

### 3.3 – CENTRO DE CONVÍVIO

O Centro de Convívio destina-se a proporcionar atividades de lazer a pessoas com mais de 65 anos, inclusive. Tem como objetivo, promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais no idoso, reforçando o seu valor e a sua identidade. Assim como promover a autoestima, a criatividade, e a iniciativa, através da dinamização de atividades facilitadoras do estabelecimento das relações interpessoais dentro da sua faixa etária, bem como a nível intergeracional. É ainda objetivo desta resposta social combater mitos relacionados com o envelhecimento e contrariar a tendência dos idosos ficarem isolados, não se sentindo como parte integrante da comunidade em que vivem. Neste âmbito, atualmente o CCSSS beneficia de um acordo de cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Santarém que abrange 25 vagas, encontrando-se de momento preenchidas 6 vagas preenchidas.

### 4. – CARATERIZAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS

O conhecimento da população com a qual se trabalha é determinante para o planeamento e desenvolvimento das práticas de intervenção social, assim como dos recursos necessários para a realização de um projeto consistente.

No que se refere à população-alvo abrangida pelo projeto do CCSSS, esta centra-se na comunidade de Alcobertas e arredores, tendencialmente com idade igual ou superior a 65 anos. Esta zona é caracterizada por ser uma área de atividade rural, tendo a Serra de Aires e Candeeiros como referência, assim como as pedreiras nela localizadas.

Durante muitos anos as atividades dominantes foram a agricultura, a pecuária e a exploração da pedra, à semelhança de outras zonas do interior de Portugal. Apesar de ser uma zona mais rural, hoje a Vila de Alcobertas já se encontra mais desenvolvida, no entanto, a população com a qual o CCSSS trabalha é o reflexo da sua história, abrangendo pessoas que tiveram um passado de muito trabalho, decorrendo daí alguns níveis de analfabetização. São pessoas simples e com um nível de cultura adequado ao seu meio envolvente, pautando-se por, na sua maioria, terem uma grande afinidade com a religião católica.

Quando se fala de idosos, fala-se de um grupo de pessoas com características únicas, marcadas por experiências, vivências, formações, classes sociais, crenças e etnias heterogêneas, todos eles com direitos fundamentais.

Existente um conceito mais transdisciplinar do ser idoso, como um ser do seu espaço e do seu tempo. A pessoa em si é o resultado do seu processo de desenvolvimento e do seu curso de vida. É a expressão das relações e interdependências, e faz parte de uma consciência coletiva, a qual interioriza o seu pensar e no seu agir (SÁ JLM – 2002).

É nesta perspectiva que o autor Ferreira (2003) refere que a vivência do envelhecimento é marcada pelas transformações do corpo, pelas perdas relacionais, e pelo reconhecimento da efemeridade que é a vida.

Atualmente distinguem-se três vertentes do envelhecimento: a biológica, a psicológica e a social. O envelhecimento biológico, ou senescência, designa as transformações que ocorrem nos sistemas orgânicos e funcionais reduzindo a sua capacidade biológica de autorregulação e, conseqüentemente, diminuindo a probabilidade de sobrevivência. A diminuição da densidade óssea, a flacidez da pele, a perda de cabelo e o surgimento de cabelos brancos, o decréscimo da massa muscular ou a diminuição da acuidade visual ou auditiva são algumas das modificações normais do processo de envelhecimento.

O envelhecimento psicológico refere-se à evolução dos processos cognitivos (como a inteligência, memória, aprendizagem, criatividade) e ao desenvolvimento de competências comportamentais e emocionais que permitam à pessoa ajustar-se às modificações que ocorrem com a idade. As alterações cognitivas situam-se entre o declínio ligeiro e o moderado (como por exemplo, ao nível da velocidade perceptiva, da memória de trabalho ou da atenção complexa), havendo áreas em que o desempenho se mantém ou melhora (por exemplo, o fundo de conhecimentos ou o vocabulário). O ajustamento saudável às mudanças internas e externas impostas pelo envelhecimento depende do desenvolvimento, ao longo da vida, de um conjunto de competências associadas à maturidade (por exemplo, aceitação de si e dos outros, abertura a novas experiências, compaixão, a harmonia interior, resistência à frustração, encontrar um sentido para a vida).

O envelhecimento social encontra-se marcado pela cultura e história de cada sociedade e refere-se ao desempenho de papéis sociais ajustados às expectativas da sociedade em que a pessoa se insere. Caracteriza-se pela mudança de papéis, implicando a perda de alguns (por exemplo, o de profissional) e o ganho de outros (nomeadamente, o de avós).

A principal característica do envelhecimento é, então, a variabilidade inter e intra-individual, pois existem padrões de envelhecimento distintos tanto entre pessoas com a mesma idade cronológica, como nas diversas funções de uma mesma pessoa (fisiológicas, psicológicas, sociais). Logo, as pessoas com mais de 64 anos não representam um grupo homogêneo. O envelhecimento é um

processo normal, diferente de doença. Aliás, a maioria das pessoas idosas conserva as capacidades e competências que foi adquirindo no seu percurso.

Neste contexto, torna-se importante promover o envelhecimento ativo, que a Organização Mundial da Saúde define como o processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, tendo em vista a melhoria da qualidade de vida das pessoas que envelhecem.

É tendo por base estes princípios, que o CCSSS desenvolve o seu trabalho, vendo cada cliente como um só, tendo em conta a sua experiência de vida e a sua situação atual, de forma a ir ao encontro das suas reais necessidades.

## 5. – CARATERIZAÇÃO DOS RECURSOS HUMANOS

O atual quadro de pessoal é composto em número de modo a garantir a qualidade da prestação de serviços nas três valências.

### 5.1 – DIREÇÃO

**Constituída por 5 elementos em regime de voluntariado:**

- Presidente – Mário Nogueira Ramos
- Vice-Presidente – Fernando Martins
- Secretária – Sónia Ferreira
- Tesoureiro – Luís Nogueira
- Vogal – João De Deus

### 5.2 – COLABORADORES

- (1) Diretora Técnica – Cristiana Vieira
- (2) Animadora Sociocultural – Patrícia Henriques / Lara Duarte
- (3) Cozinheira – M<sup>ª</sup> José Nogueira
- (4) Ajudante de Cozinha – Teresa Frazão
- (5) Ajudante de Ação Direta – M<sup>ª</sup> Ascensão Pedro
- (6) Ajudante de Ação Direta – M<sup>ª</sup> do Rosário Ramos
- (7) Ajudante de Ação Direta – Dina Martins
- (8) Ajudante de Ação Direta – Carla Nogueira
- (9) Ajudante de Ação Direta – Celina Ferreira
- (10) Ajudante de Ação Direta – Isaura Gabriel
- (11) Ajudante de Ação Direta – M<sup>ª</sup> Helena Ferreira
- (12) Ajudante de Ação Direta – Julieta Machado
- (14) Enfermeiro – Bruno Batista.

### 5.3 – COLABORADORES EXTERNOS

- Fisioterapia – Passo a Passo

- Psicologia – Catarina Henriques
- Massagem – Laura Santos
- Nutrição – Beatriz Nogueira
- Terapia da Fala – Adriana Santos
- Análises Clínicas- Afídea Portugal

*Três  
A  
Santarém*

#### 5.4 – RECURSOS FISICOS E LOGISTICOS

- Edifício próprio da Instituição de 1 piso, onde funcionam os serviços administrativos sociais, devidamente autorizado pelas entidades que tutelam as Instituições de Particularidade Social (IPSS)
- Parque Geriátrico
- Quatro carrinhas de 9 lugares, adaptadas aos serviços CD e CC.
- Duas carrinhas de transporte de mercadorias, adaptadas ao serviço de SAD.

#### 6. – ACORDOS E PARCERIAS

A troca e a partilha são fundamentais, pois ajudam a Instituição a desenvolver a sua missão e ao mesmo tempo fortalece-a. Cada um à sua maneira, e no seu ramo, mas todos são considerados importantes e gratificantes, constituindo uma mais-valia para a Instituição.

O CCSSS neste momento colabora com as seguintes estruturas locais:

- Centro Distrital de Segurança Social de Santarém;
- Conselho Local da Ação Social (CLAS);
- Instituto do Emprego e Formação Profissional;
- Junta de Freguesia de Alcobertas;
- Camara Municipal de Rio Maior
- Banco Alimentar (Nacional e de Santarém);
- Centro Escolar de Alcobertas;
- Fábrica da Igreja de Alcobertas;
- Instituto Politécnico de Santarém;
- Instituto de Emprego e Formação Profissional.
- Empresa Planície Verde

#### 7. – PLANO DE ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS – ENQUADRAMENTO

A animação de idosos, em específico, define-se como um estímulo da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa. Funciona também como facilitador no acesso a uma vida mais ativa e como meio de comunicação e relação com os outros, desenvolvendo desta forma a sua personalidade e autonomia. Proporciona aos idosos a interação e socialização através de várias atividades que são fundamentais nestas idades como forma de ocupar o tempo.

Mas, para que tudo isso aconteça é necessário primeiramente trabalhar a motivação, só assim a pessoa fará qualquer coisa com dedicação e prazer.

É uma das funções do animador (no contexto da animação de idosos) fazer com que os preconceitos desapareçam ou noutros casos, que nunca surjam. Para isso, ao animador compete-lhe criar movimento, vida e atividades. É necessário que apresente propostas e sugestões, que seduza, que imagine, que desperte, que suscite e que influencie o idoso, sem exercer qualquer tipo de obrigação ou obrigatoriedade. No entanto, só quem trabalha todos os dias no terreno com idosos, se apercebe que ao animador lhe é exigido (pelos próprios idosos) muito mais que atividades.

O animador é muitas vezes o confidente, o conselheiro, o amigo e com o tempo, alguém da família muito próximo do idoso. É necessário de facto, termos (nós animadores) uma grande estabilidade afetiva e emocional para conseguirmos desempenhar as nossas funções. Somos muitas vezes, as pessoas que estamos mais disponíveis e presentes na vida do idoso e que lhes damos atenção e carinho. E só depois, aí sim, proporcionar-lhes algo que lhes dê prazer, que lhe arranque um sorriso.

Assim, para a realização de um plano de Intervenção foram traçados e determinados, os seguintes objetivos:

#### OBJETIVOS:

- Promover a inovação e as novas descobertas;
- Valorizar a formação e a experiência ao longo da vida;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa atrativa e dinâmica com a participação e envolvimento do idoso nas atividades locais;
- Proporcionar maior qualidade de vida, sentimento de utilidade e retardamento do processo de envelhecimento;
- Criar estratégias de reforço de autoestima e valorização pessoal;
- Incrementar a ocupação adequada do tempo livre do idoso para evitar que o tempo custe a passar;
- Proporcionar ocasiões de alegria e diversão;
- Recordar vivências, costumes e tradições populares;
- Estimular um trabalho interativo com as crianças e os idosos;

- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso.

Ronaldinho  
Mota  
A  
Santa Joana

## 8. – PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL PARA 2024

### 8.1 – QUADRO SÍNTESE DAS ATIVIDADES SEMANAIS/MENSAIS

Atividade	Objetivo	Data	Custos/ Recursos	Metodologia	Responsável	Participantes
Atelier "Arte em Fios"	Desenvolver as capacidades de motricidade fina e estimular o gosto pelas artes tradicionais	Semanal	Linhas Aglhas Tear Bastidor Tesoura	Execução dos bordados de acordo com as diferentes técnicas	Diretora Técnica Animadora Ajudante de Ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Jogos Tradicionais	Desenvolver as capacidades cognitivas, assim como a motricidade fina.	Semanal	Bingo, Cartas Bowling, Jogo do Galo, Dominó, Memória, Outros	Realização dos diferentes jogos.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC
"Histórias e lendas que os antigos contam"	O objetivo é promover a recolha das lendas, histórias ou costumes, com o intuito de estimular a memória e atividade cerebral, a descontração, o convívio individual e em grupo.	Quinzenal	Telemóvel Outros adereços	Sessão de alguns minutos durante a qual o utente descreve as histórias	Diretora Técnica Animadora	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Oficina de Pintura e Artes Plásticas	Valorização do saber-fazer de cada utente, num contexto de interação e de apoio comum.	Semanal	Cartolinas Lápis de cor Cola, Tintas Spray, Pincéis Tesoura, Marcadores	Execução dos trabalhos manuais de acordo com as diferentes técnicas de expressão.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Eucaristia	Possibilitar a prática religiosa, sem exceção a todos os utentes	Primeira 4ª feira do mês	Mesa Cadeiras Adornos religiosos	Celebração da Eucaristia	Padre	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC

			11:30H						Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Terço	Possibilitar a prática religiosa, sem exceção a todos os utentes		Mensal	Realiza-se todas as 3ª-feiras às 15:00H - Semanal	Mesa Cadeiras Adornos religiosos	Rezar o terço	Cientes e comunidade Comunidade em geral		Cientes e comunidade Comunidade em geral
Comemoração dos aniversários dos utentes e colaboradores	Promover ocasiões de alegria e diversão			Sempre que cada cliente e cada colaborador faça anos	Financiamento próprio da Entidade (salvo exceções, em que o cliente ou o colaborador ofereça o bolo)	Fazer um bolo de aniversário e cantar os parabéns	Diretora Técnica Animadora	Cientes, familiares e colaboradores	
Fisioterapia	Contribuir para uma melhor saúde física e psíquica			Todas as 5ª-feiras de tarde - Semanal	Paus Cadeiras Música Bolas	Realização de exercícios físicos adequados e personalizados ao público-alvo	Fisioterapeuta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral	
Estética	Cativar o público-alvo para alguns cuidados necessários à apresentação física e que contribuam para a melhoria da sua autoestima, através de práticas de beleza-estética.		Mensal		Cabeleireira Esteticista Manicura	Aplicação das diferentes Metodologias de acordo com a área profissional e respeitando as normas de higiene e segurança.	Cabeleireira Esteticista Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral	

*R. Pinto*  
*15*  
*Santa Joana*

## 8.2 – QUADRO SÍNTESE DAS ATIVIDADES ANUAIS

Atividade	Objetivo	Data	Custos/ Recursos	Metodologia	Responsável	Participantes
Dia do Festival do Sono	Lembrar que é necessário descansar e relaxar após as movimentadas e exigentes festas de Natal e Ano Novo	3 Janeiro	Velas Difusor Óleos essenciais Chá	Criar um ambiente relaxante e descontraído a fim da pessoa restabelecer energias. No fim da sessão será servido um chá aos utentes.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia de Reis	Celebração de datas festivas e culturalmente relevantes no contexto local e nacional. Convidar os alunos do Centro Escolar a virem cantar as janciras para os utentes	5 de Janeiro (celebra-se a 06 Janeiro)	Instrumentos Músicais Roupa e adereços	Envolvimento e participação de todos os clientes	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Internacional do Obrigado	Promover o sentido da palavra obrigado e verbalizá-lo dirigindo-o a alguém	11 de Janeiro	Telemóvel Cenário	Elaboração de um vídeo onde fazem um agradecimento a alguém	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Internacional do Riso	Promover a importância do riso e proporcionar momentos divertidos aos utentes	18 de Janeiro	Máquina Fotográfica Photo Booth (adereços para tirar fotos divertidas) Sessão de terapia do riso	Tirar fotos individuais e em grupo com adereços engraçados Exercício de estimulação do riso	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia da Religião	Validação dos gostos e crenças, partilha de experiências e saberes	22 de Janeiro – (celebra-se a 21 Janeiro)	Papel, lápis ; canetas; papel	" A minha religião" realização de um quizz sobre as diferentes religiões e tradições.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

Dia Internacional do Vinho do Porto	Realizar uma pintura com o vinho do porto, proporcionando uma experiência diferente aos utentes	26 de janeiro (celebra-se a 27 janeiro)	Vinho do Porto Pinceis Copos Desenhos alusivos ao tema	Criação de um espaço de partilha sobre as crenças e tradições individuais Pintura de desenhos com o pincel e utilizando o vinho do Porto como "tinta"	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia do Mágico	Promover a interação com o mundo das artes, potenciar momentos de prazer e novas experiências	31 de janeiro	Adeços Máquina Fotográfica	Convidar um profissional, magico/ilusionistas	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Carnaval	Comemoração da tradicional festa de carnaval	13 de fevereiro	Fatos Máscaras Acessórios diversos	Realização de um baile de máscaras	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial do Amor	Promover o sentido da palavra amor	14 de Fevereiro	Cartolina Canetas	Escrever postais de "amor" para relembra a época em que se escreviam cartas de amor	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da Rádio	Realizar uma sessão de discos pedidos com músicas mais temporais	15 de Fevereiro	Rádio Colunas	Tocar as músicas e conversar sobre o que elas os fazem sentir	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia do Pensamento	Comemoração do dia do Pensamento	22 de Fevereiro	Papel cenário Canetas Acessórios diversos	Elaboração de um mural com os pensamentos do dia e criar o hábito de colocar um pensamento diário	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

*Rita  
Marta  
17  
Gonçalves*

<b>Dia Internacional da Mulher</b>	Promover a valorização feminina através do mimo à mulher.	8 de Março	Maquilhagem Cabeleireira Carrinhas Dinheiro (20€)	Pentear e maquilhar os clientes e depois ir tomar o lanche à pastelaria	Diretora Técnica Animadora Cabeleireira Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
<b>Dia da Incontinência Urinária</b>	Sensibilizar os clientes e os colaboradores para a problemática da incontinência urinária	14 de Março	Vídeo projetor	Ação de sensibilização sobre o tema	Enfermeiro	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
<b>Dia do Pai/Dia de S. José – Tarde de Jogos</b>	Valorização e aumento da autoestima dos clientes	19 de Março	Material necessário para a lembrança Carrinha Dinheiro (20€)	Elaboração de uma lembrança; Toma do lanche na pastelaria.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
<b>Torneio de loto interinstitucional</b>	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições – Torneio a ter lugar na SCMRM	20 de Março	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Cientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
<b>Dia do equinócio da primavera/Dia Mundial da árvore</b>	Despertar o interesse pela natureza	21 de Março	Carrinha	Passoio ao jardim Villa Romana Plantar uma flor para embelezar a sala de convívio	Diretora Técnica; Animadora; Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

Comemoração da Páscoa	Preparação da Páscoa como época festiva cultural e religiosa	25 a 31 de Março	Video projetor Computador Amêndoas Açúcar	Dinamizar a via-sacra com slides Confeção de amêndoas artesanais	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da Atividade Física	Demonstrar a importância do exercício físico para a qualidade de vida do idoso e retardo das patologias crónicas mais comuns nesta faixa etária.	4 de Abril (celebra-se a 06 Abril)	Aula de fisioterapia no exterior do edifício Pequeno debate/demonstração das consequências do sedentarismo	Abordar as principais doenças osteoarticulares na 3ª Idade através de uma ação de prevenção secundária, realizando também vários exercícios para melhorar a condição física dos clientes	Fisioterapeuta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da doença de Parkinson	Sensibilizar os clientes e os colaboradores para a problemática da doença de Parkinson	11 de Abril	Cartolina Lápis de cor Video projetor	Elaborar uma flor em forma de tília que é o símbolo da doença; Passar um filme sobre a doença	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial do Beijo	Potenciar as interações humanas entre utente Fomentar o companheirismo e aprofundar os sentimentos	13 de Abril	Identificação das qualidades individuais dos membros do grupo pelos parceiros e respetiva identificação com um beijo Loto Sala Cadeiras	Promovendo o contacto e a valorização das qualidades dos pares	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de loto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições Torneio a ter lugar no Centro de dia Alcobertas	17 de Abril		Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral

*Alcobaça*  
*Monte*  
*Santa Justa*

Dia internacional dos monumentos e sítios	Proporcionar momentos de lazer e alegria	18 de Abril	Carrinhas Almoço Bancos	Visita à ecopista de Porto Mós com piquenique (antiga linha ferroviária atualmente desativada)	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia da Liberdade	Sensibilizar para a importância do dia da Liberdade e dos valores que desta advém.	25 de Abril (celebra-se um dia antes)	Vários acessórios	Realizar uma tertúlia temática sobre o tema a liberdade e o 25 de abril, realização de cravos em origami	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da Dança	Proporcionar momentos de lazer e descontração promovidos pela dança	29 de Abril	Aparelhagem Telemóvel	Dança de rancho – Convidar rancho folclórico de chãos	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia da Mãe	Homenagear as mães e relembrar a sua importância	05 de Maio (prepara-se uma lembrança a 03 de maio)	Linhas de croché Missangas Lanche na pastelaria, carrinha	Elaboração de uma dezena feita em croché ou missangas	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Internacional do Bombeiro	Celebrar o dia do bombeiro e dignificar o seu trabalho	06 de Maio (celebra-se a 4 de Maio)	Máquina fotográfica (planear com antecedência)	Sessão fotográfica com os bombeiros de Rio Maior	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta Bombeiros	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de xoto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições Torneio a ter lugar no Centro dia São João da Ribeira	08 de Maio	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral

Dia da Espiga	Manter tradições antigas e reviver velhos tempos	09 de Maio	Cestas	Realizar uma caminhada, para ir apanhar a espiga	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Festas da vila	Proporcionar o convívio com a comunidade envolvente	12 de Maio	Pavilhão multiusos, refeições	Eucaristia seguida de almoço convívio	Padre Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Internacional da Família	Fortalecer as relações familiares	15 de Maio	Computador Internet	Realizar videochamadas e telefonemas entre os utentes e alguns familiares	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de loto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições Torneio a ter lugar no Centro de dia Asseteceira	22 de Maio	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Europeu dos Parques Naturais	Proporcionar momentos divertidos no meio da natureza	24 de Maio	Acessórios Máquina Fotográfica Carrinhas	Realizar uma sessão fotográfica, enquadrado na serra de aire e candeeiros	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da Criança	Proporcionar encontros intergeracionais	31 de Maio (celebra-se a 1 de Junho)	Transporte	Visita do Centro Escolar de Alcoberias, convívio com as crianças que o frequentam	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta, Alunos, docentes e	Centro Escolar de Alcoberias e Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC

21  
 [Handwritten signature]

				Oferta de lanche e guloseimas	auxiliares de ação Educativa	Comunidade em geral
Dia Mundial dos Oceanos	Proporcionar experiências diferentes e momentos de descontração	7 de Junho (celebra-se a 08 de junho)	Carrinhas Piquenique	Efetuar um passeio, com piquenique à praia	Diretora Técnica Animadora Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Festas dos Santos Populares	Proporcionar momentos de lazer e alegria.	Junho (13,24,28)	Aparelho de Música CD variados	Baile Sardinhada Foguciras Cantar musicas tradicionais	Diretora Técnica Animadora Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Europeu da Música	Aletrar para a importância da reutilização de materiais reciclados, dando-lhe uma nova vida	21 de Junho	Materiais variados (reciclados)	Construção de instrumentos musicais	Diretora Técnica Animadora Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial das Redes Sociais	Abrir horizontes e mostrar aos utentes um bocadinho do mundo virtual	28 de junho (celebra-se a 30 de Junho)	Computador Cadeiras Máquina Fotográfica	Palestra com GNR sobre os perigos da Internet e de novas burlas	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta GNR	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia internacional da Piada/Aneéctas e das Bibliotecas	Proporcionar a oportunidade dos utentes dizerem e ouvirem piadas com o intuito de promover a interação entre o grupo	1 de Julho	Piadas/Aneéctas Livros	Momento de contar piadas e anedotas	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta Animadora da Biblioteca Municipal	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

Dia do Chocolate	Proporcionar o conhecimento da origem do chocolate; Aprender a confeccionar bombons de chocolate	7 de Julho	Vídeo projetor Ingredientes necessários para a confecção dos bombons	Visualização de um vídeo sobre a origem do chocolate; Preparação e confeção de bombons de chocolate	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia do Amigo	Fortalecer as relações de amizade e relembrar velhos amigos dos utentes	19 de Julho (celebra-se a 20 de julho)	Cartolinas Papel Caneta Tesoura Cola	Construção de um cartaz alusivo à amizade	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Festas de Santa Maria Madalena	Promover o convívio com entre idosos, facilitando o acesso a atividades espirituais e de socialização.	22 de Julho	Carrinhas	Assistir à Eucaristia e de seguida lanchar na festa (filhoses e café)	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial dos Avós	Celebrar a importância dos avós no núcleo familiar	26 de Julho	Sala Cadeiras Papel Cadeiras Computador Internet	Conversas informais de como é a relação dos clientes com os netos e recordar memórias com os mesmos; Fazer um mural com as histórias Realizar videochamadas para os netos dos utentes	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Lazer e entretenimento no exterior	Melhorar a qualidade de vida dos clientes promovendo o bem-estar físico e psíquico	Agosto	A definir de acordo com as atividades a realizar	Visita a um Museu a definir	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia de brincar na areia	Promover momentos de divertimento e convívio entre os pares	12 de Agosto	Areia Caixas Piscina	Criar um momento de descontração e lazer em ambiente exterior	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC

*Primo de*  
*António*  
*António*

Dia Mundial da Fotografia	Proporcionar a oportunidade de experimentarem a ser fotógrafos e fotografados	19 de Agosto	Sala Cadeiras Cenário Acessórios (solicitar a alguns utentes, utensílios agrícolas)	Criar um cenário rural, que remeta os utentes para o trabalho no campo	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Festas da Nossa Sra. Da Saúde	Promover o convívio com entre idosos, facilitando o acesso a atividades espirituais e de socialização.	7 de Setembro	Carrinhas	Assistir à Eucaristia e de seguida lanchar na festa (filhoses e café)	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de loto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições – Asseiceira	11 de Setembro	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Directoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia internacional da Paz	Promover a paz no mundo e sensibilizar para a paz entre os grupos	20 de Setembro (celebra-se a 21 de setembro)	A definir de acordo com a atividade a realizar	Fazer o símbolo da paz com uma corrente humana (clientes e colaboradores)	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia do Sonho	Dar a possibilidade a cada um de exteriorizar os sentimentos relativamente aos seus sonhos	26 de Setembro	Papel Acessórios necessários	Conversas informais sobre os sonhos de cada um, realizados e por realizar Elaboração da árvore dos sonhos	Directora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

Projeto "Outubro Rosa"	Sensibilizar para a importância de fazer a prevenção e o diagnóstico do cancro da mama	Outubro	A definir de acordo com a atividade a realizar	Convidar o centro escolar e associações locais a pintar um quadro «mundo cor de rosa»	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta Enfermeiro	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de loto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições - A ter lugar no centro de dia do Outeiro da Cortiçada	01 de Outubro	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Cientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial do Idoso	Promover um dia diferente que tenham a possibilidade de estar em contacto com outros colegas	3 de Outubro	Transporte Almoço	Realização de um almoço inter-Instituições, seguindo-se uma tarde de atividades várias.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Instituições da 3ª idade do concelho de Rio Maior
Mês dos Idosos	Promover um dia diferente que tenham a possibilidade de estar em contacto com outros colegas	A definir pela CMRM	Transporte Almoço	Realização de um almoço inter-Instituições, seguindo-se uma tarde de atividades várias.	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Instituições da 3ª idade do concelho de Rio Maior
Dia de Halloween	Celebrar o dia das bruxas	31 de Outubro	Cartolina Marcadores Cola Tesoura	Elaboração de adereços atusivos ao dia	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Cientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral

Dia de todos os Santos (Pão por Deus)	Celebrar o Feriado Religioso	Realizar a atividade a 31 de Outubro	Ingredientes necessários à confeção das brouas	Confeccionar as tradicionais brouas de todos os santos e elaborar um embrulho para cada cliente	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial do Cinema	Promover momentos de descontração e convívio	6 de Novembro (Celebra-se a 5 de novembro)	Projektor Cadeiras Computador Internet	Visualização de um filme a escolher	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia de São Martinho	Viver tradições populares proporcionando momentos de descontração e de convívio	11 de Novembro (celebra-se um dia antes)	Castanhas Papel de jornal	Realização da festa de S. Martinho com cantigas e o tradicional magusto. Elaboração de cartuchos para a levar as castanhas assadas para casa	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Mundial da Diabetes	Promover uma ação de sensibilização sobre a problemática	14 de Novembro	Sala Cadeiras	Palestra sobre o tema	Enfermeiro	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral
Torneio de loto interinstitucional	Fomentar o convívio e dar a conhecer as outras instituições - a ter lugar no Lar D. Fausta	20 de Novembro	Loto Sala Cadeiras	Reunir os idosos numa sala e retirar números aleatoriamente até que alguém preencha o cartão	Diretoras Técnicas Animadoras Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais Clientes das outras instituições; CD, SAD, CC Comunidade em geral
Dia Nacional do Pijama	Fomentar a interação entre os pares e sensibilizar para a causa das crianças sem família	21 de Novembro	Pijamas, almofadas, máquina fotográfica, mealheiro	Reunir os idosos na sala de convívio, recolher fundos para doar a uma instituição	Animadora Ajudantes de ação direta	Clientes das outras instituições;

					de acolhimento, realização de um vídeo a apelar ao apadrinhamento infantil	Diretora técnica	CD, SAD, CC Comunidade em geral
Sessão Fotográfica de Natal	Promover a autoestima dos utentes e fomentar a participação da família nas atividades institucionais	Dezembro	Fotógrafo Vários adereços	Sessão fotográfica dos clientes com os familiares no Centro	Diretora Técnica Animadora Fotógrafo Familiares	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC	
Preparação da Quadra Natalícia	Contribuir para a importância das tradições Natalícias	Semana de 2 a 13 de Dezembro	Diversos enfeites de Natal	Construção de enfeites para a árvore de Natal e sala de convívio	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC	
Festa de Natal	Estimular a participação de todos os clientes, colaboradores e familiares na comemoração desta quadra	Dia 19 de Dezembro	A definir	Celebração da missa Realização de convívio e algumas atividades	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC	
Almoço de Natal	Proporcionar um almoço festivo diferente para os nossos clientes	Dia 23 de Dezembro	Ementa Tradicional de Natal.	Decorar a sala de refeições, incluindo as mesas, e servir um almoço requintado	Diretora Técnica Animadora Ajudante de ação Direta Cozinheira	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral	
Festa final de ano	Promover o sentimento de união entre os clientes e os colaboradores das respostas sociais	Dia 30 de Dezembro	Lanche Música	Baile dinamizado por todos os participantes.	Diretora Técnica Animadora Ajudantes de ação Direta	Clientes das respostas sociais CD, SAD, CC Comunidade em geral	

<sup>1</sup> Esta calendarização pode sofrer alterações ao longo do ano devido a fatores externos e internos

<sup>2</sup> Além das atividades acima apresentadas os utentes participam em: - Festas dos Aniversários/ - Pequenas ajudas nas tarefas quotidianas da estrutura residencial/ - Interação na sala de convívio/refeitório <sup>3</sup>.

*Handwritten notes:*  
Fina de  
27  
Sobretudo

## 9.- CONCLUSÃO

No início de mais um ano de atividades estamos certos que todos os agentes intervenientes continuarão a empenhar-se com dedicação e profissionalismo na qualidade do serviço a que habituámos os nossos clientes e seus familiares. É cada vez mais importante que estes cuidados sejam prestados de forma humanizada e responsável, pois devemos ver os nossos clientes como alguém que se encontra numa altura mais fragilizada da sua vida e que merece ser respeitado por cada uma de nós com espírito de missão e entrega.

Só em equipa é feito um bom trabalho, através do sentido de responsabilidade, empenho pessoal e perseverança, se pode assegurar um serviço de qualidade aos nossos clientes.

Com a pandemia mais serena, acreditamos que aí vem um ano cheio de novas oportunidades, para fazermos mais e cada vez melhor, cabe-nos a nós comunidade institucional trabalhar no sentido de nos capacitarmos cada vez mais para que possamos abraçar com confiança os desafios que nos surjam pelo caminho.

Diretora Técnica

Cristiana Vieira

Animadora

Lara Duarte