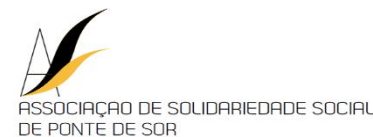




Plano de Atividades

2016



Mês	Actividade	Objectivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Janeiro	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana)</p> <p>Hidrogenástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Comemoração do Dia de Reis (6 de Janeiro):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Confeção do Bolo-rei; -Encontro Intergeracional. <p>Expressão Plástica:</p> <p>Realização de trabalhos comemorativos da Estação do Ano - Inverno</p> <p>Jogos de estimulação cognitiva (treino de escrita)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Comunicação oral e corporal- (Paz; Liberdade; Braile).</p> <p>Iniciar o Jornal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Manter as funções executivas; - Promover a autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. - Proporcionar troca de experiências e vivências. - Reorganização cognitiva e afetiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o Dia de Reis; - Realizar trabalhos sobre a cultura, época festiva do ano e estação do ano. -Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia; - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; -Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões; -Bastões; -Elásticos; - Cadeiras; - Cartolinas; - Cola; - Tesouras; - Tintas Acrílicas; - Pincéis; - papel fotocópia; -papel cenário; - cartão; - computador; -lápiz de cor; -canetas de feltro. 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

Fevereiro

Expressão Físico – Motora-Ginástica

(5 vezes por semana)

Hidrogenástica (2 vezes por semana)

Música (1 vez por semana)

Expressão Plástica

“Dia de S. Valentim”

- Trabalho alusivo.

Carnaval

Confeção de fatos e participação no desfile alegórico (Agrupamento de Escolas).

Jogos desportivos e cognitivos

(gnosias; linguagem e memória)

Comemoração dos Aniversários dos utentes.

Tertúlias sobre dias assinalados (namorados; rádio)

- Maximizar o potencial motor;

- Desenvolver a destreza física e motora;

- Aumentar a coordenação de movimento;

- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;

- Aumentar a auto-estima;

- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;

- Desenvolver a motricidade e precisão manual;

- Desenvolver a coordenação físico-motora;

- Estimular autonomia do idoso;

- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;

- Promoção das atividades realizadas.

- Manter as funções executivas dos utentes.

- Proporcionar troca de experiências e vivências.

- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;

- Comemorar o Dia de S. Valentim;

- Celebrar o Carnaval (Decoração da Instituição, e ida ao centro da cidade ver o desfile de carnaval – interação com a comunidade).

Promover o convívio-

-Dar a conhecer o que melhor se faz na instituição.

- Promover encontros Intergeracionais sempre que possível.

-Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso.

Humanos:

- Animadores;

- Professores de

Ginástica;

- Técnica Auxiliar de Fisioterapia

- Professores de Música;

- Psicólogo;

- Voluntários;

- Colaboradores.

Materiais:

- Balões/bola;

- Cadeiras;

- Papel Cenário;

- Papel de jornal;

-Papel manteiga;

- Cartolinas esponjosa colorida;

- Tintas Acrílicas;

- Fitas de Carnaval;

- Tesouras;

- Colas;

- sacos grandes pretos;

- Decoração para as máscaras (brilhantes...)

-feltro;

-Agulhas, linhas;

-Missangas;

-fita de velcro;

-impressora;

-papel fotocópia;

-computador.

Respostas Sociais:

- Utentes da Estrutura Residencial.

	Comunicação oral e corporal: “A importância da Língua Materna” Visitas ao CAC	- Reorganização cognitiva e afetiva.			
--	--	--------------------------------------	--	--	--

Março

<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana)</p> <p>Hidroginástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Dia do Pai - Realização de atividade entre pais e filhos (reunião familiar e visualização de vídeo).</p> <p>Comemoração do Dia da Mulher (distribuição de flores)</p> <p>Visita ao Fluviário de Mora com almoço no Parque de Merendas. (comemoração da Estação do Ano – Primavera)</p> <p>Encontros Intergeracionais</p> <p>Jogos cognitivos (treino de escrita e de memória)</p> <p>Ida à Biblioteca Municipal (Dia do Livro)</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none">- Maximizar o potencial motor;- Desenvolver a destreza física e motora;- Aumentar a coordenação de movimento;- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;- Aumentar a auto-estima;- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;- Desenvolver a motricidade e precisão manual;- Desenvolver a coordenação físico-motora;- Estimular autonomia do idoso;- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;- Manter as funções executivas.	<ul style="list-style-type: none">- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;- Comemorar o Dia Internacional da Mulher;- Comemorar o dia do Pai;- Celebrar a chegada da Primavera;- Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso.- Programar saídas culturais a locais de interesse dos idosos.- Promover os espaços e locais culturais entre os utentes;- Comemoração do Início da Estação do Ano.	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animadores;- Professores de Ginástica;- Técnica Auxiliar de Fisioterapia- Professores de Música;- Psicólogo;- Voluntários;- Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Balões/bola;- Cadeiras;- Tesouras;- Máquina Fotográfica;- Feltro,- Cartolinas de várias cores;- Cola,- Tintas acrílicas,- Cartão,- Papel Cavalinho,- pincéis;- pneus;- terra;- flores (sementes);- TRansporte	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Utentes da Estrutura Residencial.
--	---	--	--	--

	Tertúlias sobre Dias assinalados (Teatro; poesia; pai)				
Abril	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana)</p> <p>Hidrogenástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Comemoração da Páscoa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa informal acerca da Celebração da Páscoa; - Elaboração de Cestas de páscoa <p>(Expressão Plástica)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Confeção de bolos fintos; <p><u>25 De Abril-</u> Elaboração de Cravos de papel</p> <p>(Expressão Plástica);</p> <p>Encontros Intergeracionais (Conversa informal acerca do 25 de Abril);</p> <p>Jogos desportivos e cognitivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Manter as funções executivas; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; -Assegurar o envelhecimento ativo no idoso; 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso. - Celebrar a Páscoa; <p>Comemorar o 25 de Abril dia da Liberdade;</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reavivar a memória de tempos passados e partilhar histórias de vida em grupo. -Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso. - Realizar encontros intergeracionais para troca de saberes. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; - cartolinas; - Tintas Acrílicas; - Cola para a técnica; - Pincéis; - Cola; - Tesouras; - Papel crepe; -computador; - Aparelhagem; -jogo Bingo; - Forno; - Farinha; - Ovos; -Açúcar; -Fermento de padeiro; -Manteiga; -Laranja; -Leite; -Especiarias. 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>(Belho; Jogo das diferenças e semelhanças; Sopa de Letras; Bingo.)</p> <p>Ida ao Teatro de Terra</p> <p>Comemoração do Dia Mundial da Dança (29 Abril) (Elaboração de uma Coreografia intergeracional);</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<p>-Promover intercâmbios entre gerações;</p> <p>Partilha de vivências e saberes.</p>			
Maio	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana).</p> <p>Hidrogenástica (2 vezes por semana).</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Dia da Mãe: Realização de uma prenda para as “mães” da Instituição.</p> <p>Dia da Família- Visita do Pároco</p> <p>Dia da Espiga: Ida ao Monte de Portugal - Montargil</p>	<p>- Maximizar o potencial motor;</p> <p>- Desenvolver a destreza física e motora;</p> <p>- Aumentar a coordenação de movimento;</p> <p>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</p> <p>- Aumentar a auto-estima;</p> <p>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</p> <p>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</p>	<p>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>- Comemorar o Dia da Mãe;</p> <p>- Comemorar o Dia Internacional dos Museus;</p> <p>-Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso.</p> <p>- Explorar o meio exterior da instituição.</p> <p>-Envolver a comunidade nas actividades da instituição.</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola, - Cadeiras; -cartolinas; - lápis de cor; - Fitas de cetim; - papel cavalinho. 	<p>Respostas Sociais:</p> <p>- Utentes da Estrutura Residencial.</p>

	<p>Comemoração do Dia Internacional dos Museus- (18 maio) Conversa informal acerca dos Museus: (Dr. Carlos Faísca)</p> <p>Estimulação Cognitiva em grupo e pequeno grupo (Puzzles; Operações Aritméticas Simples; Jogos de destreza manual;</p> <p>Visitas ao CAC</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. -Estimular o idoso para a preservação do meio ambiente. - Promover a cultura e a tradição. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reviver tradições; - Promover a escuta ativa. 	<ul style="list-style-type: none"> - garrafas e garrações de plástico; -Rolo de papel reciclado; -Rolos de papel higiénico; - Transporte. 	
--	--	---	--	---	--

Junho

Expressão Físico – Motora-Ginástica

(5 vezes por semana);
Hidrogenástica (2 vezes por semana)
Música (1 vez por semana)

Santos Populares

- Decoração da Instituição:
 Construção de arcos; balões; manjericos; Bandeiras
- Sardinhada:
 Convívio entre Colaboradores e Utentes;
Marchas Populares. (Dia a definir) e com convite a entidades parceiras.

Dia Mundial da Criança

Encontro Intergeracional:
 Relembrar a Infância -
 Elaboração de um brinquedo;

- Maximizar o potencial motor;
- Desenvolver a destreza física e motora;
- Aumentar a coordenação de movimento;
- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;
- Aumentar a auto-estima;
- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;
- Desenvolver a motricidade e precisão manual;
- Desenvolver a coordenação físico-motora;
- Manter as funções executivas;
- Estimular autonomia do idoso;
- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos.
- Despertar para a importância da reciclagem;
- Estimular o espírito de ajuda.

- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;
- Comemorar os Santos Populares.
- Celebrar o Dia Mundial da Criança.
- Promover os encontros intergeracionais;
- Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências;
- Promover saídas a locais de interesse dos utentes;
- Contribuir para a interação / o convívio entre os Utentes e Colaboradores;
- Celebração do início da época balnear.

Humanos:

- Animadores;
- Professores de Ginástica;
- Técnica Auxiliar de Fisioterapia
- Professores de Música;
- Psicólogo;
- Voluntários;
- Colaboradores.

Materiais:

- Balões/bola;
- Cadeiras;
- Papel crepe de várias cores;
- Vasos de Plástico;
- Tesouras;
- Cola;
- Papel Cenário;
- Cartolinas coloridas;
- Cartolina esponjosa;
- paus de espetada;
- computador;
- papel fotocópia;
- lápis de cor;
- Fita de velcro;
- Balões;
- Arame;
- Rádio;
- Papel autocolante;
- Tecidos;
- Material de costura;
- Transporte.

Respostas Sociais:

- Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>Colónia de Férias: O Búzio – Fundação António Silva Leal -Albufeira;</p> <p>Comemoração dos Aniversário dos utentes</p>				
--	--	--	--	--	--

Julho

Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);
Hidroginástica (2 vezes por semana)
Música (1 vez por semana)
Dia Mundial das Bibliotecas (1 de Julho):
 - Visita ao CAC
Participação nas Festas da Cidade Expressão Plástica- Pintura de Bustos- (P/ Exposição).
Dia Mundial dos Avós:
 - Realização de uma **Peça de Teatro** feita pelos utentes.
 - **Visita ao Museu da Manta** – Belver;
 - **Viagem de barco no Alamal** (Piquenique);
Comemoração dos Aniversários dos utentes

- Maximizar o potencial motor;
- Desenvolver a destreza física e motora;
- Aumentar a coordenação de movimento;
- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;
- Aumentar a auto-estima;
- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;
- Desenvolver a motricidade e precisão manual;
- Desenvolver a coordenação físico-motora;
- Estimular autonomia do idoso;
- Manter as funções executivas;
- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos.
- Desenvolver a participação ativa e atenção do utente.

Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;

Comemorar o dia Mundial das Bibliotecas;

Comemorar o dia Mundial dos Avós;

Promover saídas a locais de interesse dos utentes.

Promover os encontros intergeracionais;

Humanos:

- Animadores;
- Professores de Ginástica;
- Técnica Auxiliar de Fisioterapia
- Professores de Música;
- Psicólogo;
- Voluntários;
- Colaboradores.

Materiais:

- Balões/bola;
- Cadeiras;
- Papel crepe de várias cores;
- Cartolinas;
- Tesouras;
- Cola;
- Papel Cenário;

Respostas Sociais:

- Utentes da Estrutura Residencial.

Agosto

<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Expressão Musical (Noite de Fados)</p> <p>Treino de escrita- Exercícios cognitivos.</p> <p>Expressão Plástica: Elaboração de carteiras recicladas.</p> <p>Exposição de Fotografia e Trabalho Artístico dos utentes no CAC.</p> <p>Hora do conto, história a definir.</p> <p>Atuação de um grupo Musical (A Definir)</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes e da Instituição</p>	<p>-Maximizar o potencial motor;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; -Manter as funções executivas; - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. 	<p>-Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>- Realizar eventos para expor os trabalhos realizados pelos utentes.</p> <p>-Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso.</p> <p>- Promover os encontros intergeracionais.</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; - Arame; - Missangas coloridas; - Cola; - Alicate de pontas; - Papel crepe colorido; - Folhas de Cavalinho; - Fotografias; - Pacotes de leite e de sumo; -computador; -fita adesiva de várias cores; -papel fotocópia. 	<p>Respostas Sociais:</p> <p>- Utentes da Estrutura Residencial.</p>
--	---	--	--	---

Setembro

<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Hidrogenástica (2vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Visita às Termas de Nisa e ao Museu do Bordado e do Barro de Nisa</p> <p>Visita ao Arquivo Municipal</p> <p>Expressão Plástica: Pintura de vidro</p> <p>Hora do conto, história a definir.</p> <p>Jogos cognitivos e desportivos (bingo, bowling, gnosias, cálculo, memória, puzzles, linguagem)</p> <p>Tertúlias sobre Dias Assinalados</p> <p>Espetáculo com</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; -Manter as funções executivas; - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. 	<p>-Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>-Realizar jogos periódicos entre os utentes;</p> <p>-Promover saídas a locais de interesse dos utentes.</p> <p>-Realizar exercícios/jogos mentais, para manter a capacidade mental do idoso.</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; - Folhas de cartolina; - máquina fotográfica; -Computador; - Cartolinas; - Tesoura; - Papel Autocolante; - Garrafas de vidro; - Transporte. 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.
---	--	--	--	--

	<p>Grupo Internacional (Sete Sóis Sete Luas)</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>				
Outubro	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Hidrogenástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Dia Internacional do Idoso, (1 de Outubro):</p> <p>- Realização de uma festa convívio na Instituição;</p> <p>- Atuação de um grupo musical (a definir; Danças de Salão de Montargil)</p> <p>Expressão Plástica:</p> <p>Roda dos Alimentos (Dia da Alimentação)</p> <p>Mealheiros (Dia da Poupança)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; -Manter as funções executivas; - Desenvolver a coordenação físico-motora; 	<p>Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>Comemorar o dia Internacional do Idoso;</p> <p>Comemorar dias assinalados</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Balões/bola; - Cadeiras; - Cadeiras; - Bastões; - Elásticos; - Bola medicinal; - Utensílios de cozinha; -Forno; - Papel cenário; - Cartolinas; - Papel crepe; - Cola; 	<p>Respostas Sociais:</p> <p>- Utentes da Estrutura Residencial.</p>

	<p>Ateliê de culinária-cozedura de bolos</p> <p>Participação na Feira do Idoso;</p> <p>Encontros Intergeracionais</p> <p>Tertúlias sobre dias assinalados</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. 			
Novembro	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Hidroginástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Comemoração do Dia de Martinho</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ida à caruma com os utentes; - Magusto na Instituição; Lembrar o Dia Mundial da Diabetes; Sessão Esclarecimento acerca da Diabetes com testemunhos reais. <p>Natal:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Desenvolver a coordenação físico-motora; 	<p>Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>Comemorar o dia de S.Martinho;</p> <p>Promover a reciclagem;</p> <p>Iniciar a decoração Natalícia.</p> <p>- Interagir com pessoas portadoras de deficiência-partilha de saberes.</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; - Paus de espetadas; - Retalhos; - Cartão; - Cartolinas douradas/prateadas para decoração de natal; - Fio de pesca; - Feltro verde e branco. - Agulhas, linhas e tesouras. -bolas em esferovite; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>- Início da decoração alusiva à época natalícia e preparação/ ensaios para a festa de Natal.</p> <p>Encontro Intergeracional-CRIPS</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. - Promover e incutir a reciclagem e a sua importância nesta faixa etária. 		<ul style="list-style-type: none"> -fotografias dos idosos; -bengalas. -caricas; -dracalon; -cola quente e pistola. 	
Dezembro	<p>Expressão Físico-Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Hidroginástica (2 vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Expressão Plástica:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Elaborações de Postais de Natal; -Realização de uma prenda de Natal para os utentes; <p>Festa de Natal (Dia a definir)</p> <p>Apresentação de uma coreografia entre os colaboradores da Casa dos Avós.</p> <p>Apresentação de Canções / Coro de</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Aumentar a coordenação de movimento; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a auto-estima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Manter as funções executivas. 	<p>Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</p> <p>Realizar postais para oferta aos familiares;</p> <p>Elaborar decorações natalícias feitas pelos utentes.</p> <p>Festa de Natal para convívio entre utentes, familiares, colaboradores e Direcção da Instituição.</p> <p>Comemorar o Natal e Ano Novo.</p>	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bolas de vários tamanhos; - Cadeiras; - Máquina fotográfica; - Cartão; - Enfeites Natalícios para aplicar nos postais; -tesouras; -cola; Papel fotocópia; -Lápis de cor; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utes da Estrutura Residencial.

	<p>Natal apresentada pelos utentes. Expressão Musical Baile de Fim de Ano (Ano Novo) Hora do conto, história a definir. Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos 		<ul style="list-style-type: none"> -agrafador/agrafos; -caricas; -cartolinas; -bengalas; -palha; -azevinho; -cola branca; -velas. 	
--	---	---	--	---	--

Nota: Haverá ainda atividades pontuais, tais como a **jardinagem, idas a exposições culturais, teatro, ateliê de informática, eventos desportivos, sessões de esclarecimento e informação e intercâmbios com outros lares/ instituições**, que serão colocadas no Plano de Atividades, consoante a disponibilidade e oferta das mesmas.

Este plano de Actividades de Animação Sociocultural está sujeito a alterações durante o ano 2016.

Plano de Atividades de Animação Sociocultural

Animadora Sociocultural

Alda Maria Marques

Diretora Técnica

Carina Isabel de Moura Constantino Veludo