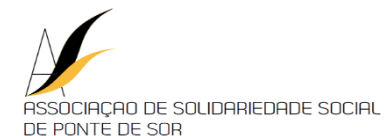




Plano de Atividades

2018



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: -Encontro Intergeracional – “Cantar os Reis”</p> <p>Expressão Plástica: Realização de trabalhos comemorativos da Estação do Ano – Inverno (reutilização de materiais)</p> <p>Jogos de estimulação cognitiva (treino de escrita)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Comunicação oral e corporal- (Paz; Liberdade; Braile; Vinho do Porto).</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; -lápis 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 do Amor”
- Trabalho alusivo.

Carnaval

Criação e confeção de fatos (**Charlot Charlie Chaplin**) e participação no desfile promovido pelo Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor

Jogos desportivos e cognitivos (gnosias; linguagem e memória)

Comemoração dos Aniversários dos utentes.

Tertúlias sobre dias assinalados
(namorados; rádio)

Participação em direto na **Rádio Comercial**
Visitas ao CAC a exposições patentes

- 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.

		Reorganização cognitiva e afetiva.			
--	--	------------------------------------	--	--	--

Março

<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 do Pai - Realização de atividade entre pais e filhos (reunião familiar e visualização de um vídeo alusivo ao tema).</p> <p>Dia da Mulher - Almoço Comemorativo entre Residentes, Colaboradoras, Voluntárias e Direção</p> <p>4º Torneio da Sueca da Casa dos Avós</p> <p>Visita ao Hotel do Lago de Montargil – Grupo Nau (comemoração da Estação do Ano – Primavera)</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; - Entidades parceiras. <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.
---	---	---	--	--

	<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> <p>Tertúlias sobre Dias assinalados (Teatro; poesia; pai)</p> <p>Realização de trabalhos manuais inerentes à Comemoração da Páscoa (Expressão Plástica)</p>				
Abril	<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><u>25 De Abril-</u> Encontro Intergeracional.</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; 	<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> <p>-Reavivar a memória de tempos passados e partilhar histórias de vida em grupo.</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; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>Jogos desportivos e cognitivos (Belho; Jogo das diferenças e semelhanças; Sopa de Letras; Bingo.)</p> <p>Comemoração do Dia Mundial da Dança (29 Abril)</p> <p>Visita ao Borboletário Tropical de Constância e Jardim Horto de Camões</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>-Assegurar o envelhecimento ativo no idoso;</p> <p>-Promover intercâmbios entre gerações;</p> <p>Partilha de vivências e saberes.</p>	<p>-Realizar exercícios mentais, para manter a capacidade mental do idoso.</p> <p>- Realizar encontros intergeracionais para troca de saberes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tintas Acrílicas; - Cola para a técnica; - Pincéis; - Cola; - Tesouras; - Papel crepe; -computador; - Aparelhagem; -jogo Bingo; 	
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:</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; 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o Dia da Mãe; - Comemorar o Dia Internacional dos Museus; 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. 	<p>Respostas Sociais:</p> <p>- Utes da Estrutura Residencial.</p>

	<p>Realização de uma prenda para as “mães” da Instituição.</p> <p>Dia da Família- Visita do Pároco</p> <p>Comemoração do dia Internacional dos Museus- Museu do Fado – Visita Cantada</p> <p>Estimulação Cognitiva em grupo e pequeno grupo (Puzzles; Operações Aritméticas Simples; Jogos de destreza manual)</p> <p>Atuação de Grupos Culturais</p> <p>Visitas ao CAC – Exposições temporárias</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. -Estimular o idoso para a preservação do meio ambiente. - Promover a cultura e a tradição. 	<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>- Reviver tradições;</p> <p>- Promover a escuta ativa.</p>	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola, - Cadeiras; -cartolinas; - lápis de cor; - Fitas de cetim; - papel cavalinho. - garrafas e garrafões de plástico; -Rolo de papel reciclado; -Rolos de papel higiénico; - Transporte. 	
--	--	---	--	---	--

Junho

Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);
Hidroginástica (2 vezes por semana)
Música (1 vez por semana)
Santos Populares
 - Decoração da Instituição;
 Construção de arcos; balões; manjericos; Bandeirolas
- I Sardinhada da Casa dos Avós:
 Convívio entre Direção; Colaboradores e Utentes;
Marchas Populares. (Dia a definir)
Dia Mundial da Criança
 Encontro Intergeracional: Relembrar a Infância)
Atuação de Grupo Cultural

- 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 entre 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;
- lápiz de cor;
- Fita de velcro;
- Balões;
- Arame;
- Rádio;
- Papel autocolante;
- Tecidos;
- Material de costura;
- Transporte;
- Mesas.

Respostas Sociais:

- Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>Colónia de Férias – Estada na Messe Militar de Lagos –</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 – Stand (venda de Rifas) e demonstração de atividade

Dia Mundial dos Avós:

Peça de Teatro

feita pelos residentes.

Lanche no Parque de Campismo de Montargil.

Atuação de Grupo Cultural

- 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.

	Comemoração dos Aniversários dos utentes				
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.</p> <p>Hora do conto, história a definir.</p> <p>Atuação de Grupo Cultural</p> <p>Intercâmbio com Instituição Congénere.</p> <p>Espectáculos com Grupos Internacionais (Sete Sóis Sete Luas)</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>-Manter as funções executivas;</p> <p>- Desenvolver a coordenação físico-motora;</p> <p>- Estimular autonomia do idoso;</p> <p>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos.</p>	<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; -Entidades parceiras. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; - Arame; - Missangas coloridas; - Cola; - Alicates 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>

	<p>Comemoração dos Aniversários dos utentes e da Instituição (decoração a definir)</p> <p>5.º Aniversário da Associação – Almoço Comemorativo.</p>				
Setembro	<p>Expressão Físico – Motora-Ginástica (5 vezes por semana);</p> <p>Hidroginástica (2vezes por semana)</p> <p>Música (1 vez por semana)</p> <p>Encontro Intergeracional – “Profissões de Outrora” (início do ano escolar).</p> <p>Hora do conto, história a definir.</p> <p>Caça ao Tesouro.</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; 	<ul style="list-style-type: none"> -Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; -Realizar jogos periódicos entre os utentes; -Promover saídas a locais de interesse dos utentes. -Realizar exercícios/jogos 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/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>Jogos cognitivos e desportivos (bingo, bowling, gnosias, cálculo, memória, puzzles, linguagem)</p> <p>Tertúlias sobre Dias Assinalados</p> <p>Atuação de Grupo Cultural</p> <p>Espectáculos com Grupos Internacionais (Sete Sóis Sete Luas)</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<p>-Manter as funções executivas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a coordenação físico-motora; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos. 			
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>- Comemoração com Momento Musical.</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; 	<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; -Entidades parceiras. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Balões/bola; - Cadeiras; - Cadeiras; - Bastões; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utenes da Estrutura Residencial.

	<p>Encontro Intergeracional: “Dia da Alimentação” – Elaboração chapéu de palha.</p> <p>Ateliê de culinária-cozedura de bolos</p> <p>Participação na Festa do Idoso – “Sor Sem Idade”.</p> <p>Encontros Intergeracionais Tertúlias sobre dias assinalados</p> <p>Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - Elásticos; - Bola medicinal; - Utensílios de cozinha; -Forno; - Papel cenário; - Cartolinas; - Papel crepe; - Cola; 	
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 S. Martinho :Magusto</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; 	<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>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores; -Entidades parceiras. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balões/bola; - Cadeiras; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>Atuação de Grupo Cultural</p> <p>Marcar o Dia Mundial da Diabetes: Sessão de Esclarecimento Parceria com o Centro de Saúde Local.</p> <p>Natal: Início da decoração alusiva à época e preparativos - Festa de Natal. (coreografia/teatro)</p> <p>Visita à Sala de Snoezelen Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Promover e incutir a reciclagem e a sua importância nesta faixa etária. 	<ul style="list-style-type: none"> - Interagir com pessoas portadoras de deficiência-partilha de saberes. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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; -fotografias dos idosos; -bengalas. -caricas; -dracalon; -cola quente e pistola. 	
Dezembro	<p>Expressão Físico-Motora-Ginástica (5 vezes por semana); Hidroginástica (2 vezes por semana) Música (1 vez por semana) Expressão Plástica: Postais de 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; 	<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>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Professores de Ginástica; - Técnica Auxiliar de Fisioterapia - Professores de Música; - Psicólogo; - Voluntários; - Colaboradores. 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utentes da Estrutura Residencial.

	<p>Festividades: Natal Entre - Famílias Apresentação de coreografia/ teatro apresentado por colaboradores e utentes.</p> <p>Celebração de Natal e Almoço: Residentes, Colaboradores, Voluntários, Órgãos Sociais e Entidades Parceiras.</p> <p>Expressão Musical Baile de Fim de Ano. Hora do conto, história a definir. Comemoração dos Aniversários dos utentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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>Festa de Natal para convívio entre utentes, familiares, colaboradores e Direcção da Instituição.</p> <p>Comemorar o Natal e Ano Novo.</p>	<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; -agrafador/agrafos; -caricas; -cartolinas; -bengalas; -palha; -azevinho; -cola branca; -velas. 	
--	--	--	--	--	--

Nota: Haverá ainda atividades pontuais, tais como **a participação em Eventos Culturais, Artísticos, Desportivos, desenvolvimento de Ateliês de Informática (skype), Jardinagem, Sessões de Esclarecimento e Intercâmbios com outras Instituições**, que serão colocadas no Plano de Atividades, consoante a realização das mesmas.

Este plano de Actividades de Animação Sociocultural está sujeito a alterações durante o ano 2018.

Plano de Atividades de Animação Sociocultural

Animadora Sociocultural Responsável

Alda Marques Nunes

Diretora Técnica

Carina Constantino Veludo