



Centro Social e Paroquial de Mindelo
IPSS

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

Centro De Dia

JANEIRO A DEZEMBRO DE 2020

INDICE

INTRODUÇÃO.....	Pág. 3
BREVE CARACTERIZAÇÃO DO CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE MINDELO.....	Pág.3
ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO GERAIS DA INSTITUIÇÃO	Pág. 4
PLANO ANUAL DA INSTITUIÇÃO.....	Pág. 4
VALÊNCIA DE CENTRO DE DIA	
Objetivos Gerais.....	Pág. 5
Atuação para idosos.....	Pág. 5 e 6
Caracterização dos Utentes de Centro Dia.....	Pág. 6
Recursos Humanos.....	Pág. 6
Recursos Materiais.....	Pág. 6
Plano Semanal de Atividades.....	Pág. 7
Descrição das Atividades fixas semanais.....	Pág. 8 e 9
Plano Diário de Atividades Funcionais Básicas.....	Pág. 9
Outras atividades pontuais.....	Pág. 9
PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA	Pág.10 a 20

INTRODUÇÃO

A Missão do Centro Social e Paroquial de Mindelo consiste no exercício vivo da caridade cristã, enquanto instituição de apoio às famílias da comunidade, através, designadamente, do acolhimento das famílias, das crianças e do apoio diferenciado aos idosos. A sua missão vai ao encontro das necessidades das famílias, no que concerne à formação dos seus filhos e ao acompanhamento dos seus pais e avós. O desafio dos seus colaboradores deve centrar-se no exercício das suas funções com dedicação, zelo e brio profissional aplicando as suas competências e capacidades na prestação dos melhores serviços e cuidados, fazendo sentir aos Utentes que são parte duma grande família que tudo faz para lhes assegurar o bem-estar e qualidade de vida, com o amor e o carinho, que a dignidade humana requer, tendo sempre presentes os princípios e valores Estatutários.

A Instituição pretende afirmar-se como parceiro natural das pessoas e das famílias, nas diversas valências que oferece, porque sentem que a instituição cuida de si e/ou dos seus familiares, tao bem ou melhor que eles mesmos.

O lema usado para com os utentes é “o bem-estar com qualidade”, para tal é determinado em cada reunião com os colaboradores que este princípio nunca seja esquecido.

Desta forma, o Centro Social e Paroquial de Mindelo propõe-se a:

- Contribuir para a promoção integral de todos os utentes, coadjuvando os serviços públicos competentes e as instituições particulares num espírito de solidariedade humana, cristã e social;
- Sempre que tal se justifique, e seja possível a ação do Centro estender-se-á aos habitantes das freguesias vizinhas;

Ainda no exercício das suas atividades, o Centro terá sempre presente:

- O conceito unitário e global da pessoa humana e respeito pela sua dignidade;
- O aperfeiçoamento cultural, espiritual e moral de todos os utentes;
- O espírito de convivência e solidariedade social como fator decisivo de trabalho comum, tendente à valorização integral dos indivíduos das famílias e demais agrupamentos e da comunidade;

Assim sendo, ao longo do ano 2020, pretendemos concretizar ações, atividades e iniciativas que promovam o envolvimento de todos os elementos da instituição, através de uma participação ativa e ajustada com vista a conseguir um balanço de sucesso para a instituição.

BREVE CARACTERIZAÇÃO DO CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE MINDELO

Denominação:

Centro Social e Paroquial de Mindelo

Natureza Jurídica:

Instituição Particular de Solidariedade Social

Sede:

Rua Padre Joaquim Ferreira nº 55 – Mindelo – Vila do Conde

Âmbito de Ação:

Mindelo e freguesias limítrofes

Valências da Instituição:

Infância:

- Creche – 65 vagas, capacidade para 76
- Jardim-de-Infância – 44 vagas, capacidade 71

Terceira Idade:

- Centro de Dia – 32 vagas
- Serviço de Apoio Domiciliário – 30 vagas

ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO GERAIS DA INSTITUIÇÃO

O Plano Anual de atividades do Centro Social e Paroquial de Mindelo tenta dar resposta a todas as respostas sociais da Instituição, numa visão de unificação de todos os que procuram os nossos serviços. No sentido de assegurar a participação de todos e de nos certificarmos da sua eficácia e sucesso, a Instituição planeia anualmente um conjunto de atividades e reuniões entre técnicos, colaboradores, utentes e famílias, como de seguida se descreve.

De Ordem Geral

Atividades	Local	Período
Reuniões Geral com os funcionários da Instituição	C.S.P.M.	Anual
Reuniões de Direção e Coordenadoras	C.S.P.M.	Mensal
Reunião de Coordenadoras	C.S.P.M.	Mensal
Reunião entre Coordenadora de valência e Auxiliares de ação direta	C.S.P.M.	Mensal
Reuniões periódicas com Familiares dos Utentes Centro de Dia	C.S.P.M.	Anual
Reuniões periódicas com os utentes	C.S.P.M.	Sempre que necessário

OrganizaçãoGrupos de Trabalho:

- Direção Executiva
- Coordenadora dos Serviços Seniores
- Coordenadora da Unidade de Desenvolvimento
- Professor de Educação Física/ Animador
- Auxiliares de Ação Direta
- Utentes
- Educadoras de Infância
- Auxiliares de Ação Educativa
- Crianças da Creche e Jardim-de-infância
- Motorista
- Outros funcionários da Instituição (Cozinha, Auxiliares de Serviços Gerais, Serviços administrativos)
- Outros colaboradores (Médica, Técnico de HACCP, Professores de Atividades Enriquecimento Curricular, Voluntários, Estagiários)
- Familiares
- Liga dos Amigos

Formas de cooperação da comunidade:

- Visitas a instituições públicas;
- Partilha de saberes e experiências (através de feiras e outros eventos)

Contactos com Entidades Locais

- São efetuados pela Coordenadora dos Serviços Seniores

Infraestruturas

Será preocupação do Centro Social e Paroquial de Mindelo, procurar manter as infraestruturas de apoio às atividades da instituição com conforto, higiene e segurança.

VALÊNCIA DE CENTRO DE DIA

O Centro de Dia é uma resposta social que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas no seu meio sociofamiliar.

É primordial para o nosso trabalho, valorizar e desenvolver o apoio psicossocial, a fim de diminuir a vulnerabilidade e isolamento social a que poderão estar sujeitos. Neste sentido, tentamos proporcionar aos nossos utentes, um melhor aproveitamento do seu tempo livre, através da participação nas diversas atividades que o Centro coloca ao serviço dos seus utentes.

O Centro de Dia é assim um espaço de acolhimento onde se desenvolve um conjunto de programas ocupacionais e de lazer adequados aos utentes nas mais variadas condições e etapas das suas vidas. Estes programas visam promover a qualidade de vida da pessoa, assim como atividades que premeiam a prevenção, estimulação e manutenção das capacidades físicas, mentais, cognitivas e relacionais da mesma tendo em vista a revalorização da individualidade e da sua contínua autonomia.

Objetivos Gerais

- Reduzir o isolamento e os seus inconvenientes;
- Retardar os efeitos de envelhecimento, evitando e prevenindo uma velhice degradada, visando o reencontro de novos objetivos para uma existência social saudável;
- Dinamizar e ocupar em função dos seus interesses, reforçando laços de solidariedade e conveniência;
- Estimular o convívio com outros indivíduos, outros locais e comunidade envolvente e valorizar o papel útil do indivíduo na vida da comunidade e suas atividades, estimulando a participação comunitária;
- Retardar ou evitar a institucionalização promovendo e alongando a autonomia do indivíduo;
- Assegurar aos indivíduos e famílias a satisfação das necessidades e expectativas;
- Prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos indivíduos e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar;
- Colaborar na prestação de cuidados de saúde;
- Transmitir ao idoso um ambiente de segurança;
- Manter a autoestima.

Animação

Com a progressiva diminuição das suas capacidades físicas o indivíduo vai alternando os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-as por atividades que lhe exijam um menor grau de atividade. Esta diminuição da atividade, ou mesmo inatividade, pode acarretar várias consequências, como redução da capacidade de concentração e reação, diminuição da autoestima, apatia, desmotivação, solidão e isolamento social. Estudos recentes demonstram que realizar atividades intelectualmente estimulantes reduz em 47% a possibilidade das pessoas desenvolverem a doença de Alzheimer.

Desta forma uma das funções do Centro de Dia passa pela elaboração e realização de programas de intervenção com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos utentes.

É fundamental que seja realizada uma avaliação psicológica e física de cada um dos indivíduos, no sentido de perceber quais as capacidades reais de cada idoso relativamente a cada uma das atividades propostas.

Para além disso na animação é importante seguir as seguintes regras:

- Perguntar-lhes o que gostam de fazer e o que querem fazer
- Não desistir de trabalhar com eles mas ao mesmo tempo não insistir demasiado
- Tentar realizar as atividades no mesmo horário no mesmo dia, não alternando muito as

rotinas

- Muitos jogos de crianças e jovens podem adaptar-se às pessoas mais velhas, mas não acriançar

- Ser paciente e alegre

Caracterização dos Utentes de Centro Dia

O Centro de Dia é composto por 32 utentes, com predominância do sexo feminino. As suas idades variam entre os 57 anos aos 99 anos, sendo a média de idade de 79 anos.

Horário de Funcionamento

7.30 – 19.30 (com supervisão permanente entre as 9.00 e 17.30)

Recursos Humanos

- Coordenadora dos Serviços Seniores
- 6 Auxiliares de Ação Direta (serviço rotativo CD e SAD)
- 1 Auxiliar de Serviços Gerais
- Animador/Professor de Educação e Física e Desporto
- Motorista
- Outros funcionários da Instituição (Educadoras de Infância, cozinheira e ajudantes de cozinha, serviços administrativos)
- Dirigentes da Instituição
- Estagiários (Serviço Social)

Infraestruturas

- 2 Salas de convívio
- 2 WC (F/M) e 2 de Mobilidade Condicionada
- 1 Sala de banho acompanhado
- 1 Gabinete Médico e Cuidados de Enfermagem
- 1 Gabinete de Estética e Cabeleireiro
- 1 Ginásio (de uso comum com outras valências)
- 1 Refeitório (comum também aos Funcionários)
- Salão de atividades conjunta (de uso comum com outras valências)

Recursos Materiais

- 3 Carrinhas de 9 lugares, 1 carrinha de 3 lugares para SAD, uma carrinha de 9 lugares adaptada para mobilidade reduzida / 1 autocarro
- Mesas e cadeiras para atividades lúdicas e de expressão
- 3 Mesas de Jogos
- Jogos de tabuleiro / Cartas
- Livros com atividades de cognição, sopa de letras, diferenças
- Material audiovisual (televisão, aparelhagem de som, vídeo projetor, leitor de DVD, máquina fotográfica)
- Material para ginástica
- Livros/jornais/revistas
- Material para expressão plástica (papeis vários, cartolinas, tesouras, cola, vários tipos de papeis, material para colorir, tintas, pincéis, tecidos etc.)
- Todo o material inerente a preparação de festas

PLANO SEMANAL DE ATIVIDADES

O plano semanal apresentado contempla em linhas gerais as atividades fixas semanais. A estas, é acumulado ou adaptado, tanto no horário livre da manhã como no da tarde, os Ateliers de Expressão Plástica, Dramática e Musical ou outras atividades socioculturais decorrentes da Planificação Anual, de seguida descrita.

Todas as semanas o plano semanal é adaptado, contemplando ainda o destino do passeio semanal, as atividades descritas no plano mensal, bem como qualquer alteração resultante de uma atividade esporádica, como é o caso, de uma visita, convite ou outra atividade de articulação com a resposta de infância, não prevista.

O plano semanal tem, assim, uma natureza flexível.

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
9.00 - 10.00	Transportes - Receção na sala de Convívio				
10.00 - 10.30	Pequeno-Almoço				
11.00 -12.15	Higiene Pessoal Diária (banho, cuidados de imagem primários)				
11.00 -12.00					
12.30 -13.30	Almoço				
13.30 - 14.30	Hora de Repouso /Atividade Livre				
14.30 - 16.00					
15.00 -16.30					
16.00 -16.30	Lanche				
16.30	Transporte Utentes Residência				

Descrição das Atividades Fixas Semanais

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Periodicidade	Local
Visita Médica	Prevenção à saúde Atuar a nível primário no tratamento Avaliação da tensão arterial, glicemia	Médica Auxiliar com formação em cuidados de saúde primários	1 vez por semana	Gabinete Médico CSPM
Projeto Dar e Receber CSPM	Desenvolvimento das capacidades Cognitivas e de Memória Desenvolvimento da motricidade grossa e fina Desenvolvimento da capacidade de concentração e memória Aumento da autoestima e autovalorização Estimular o gosto pela música Promoção de momentos de descontração Promoção de momentos de partilha e intercâmbio	Professora + Grupo de Jovens da EB 2/3 Mindelo (em serviço de voluntariado) Auxiliares de Ação Direta Outros funcionários	1 vez por semana	Ginásio CSPM
Pequenos e Velhos Sorrisos (Visita das salas de Creche e Jardim de Infância)	Desenvolver a relação entre utentes de Centro de Dia e a Infância Promover a troca de ideias e experiências sobre determinada temática Proporcionar momentos de alegria e felicidade Aumentar a autoestima e a autovalorização Evitar o isolamento social	Educadoras e Auxiliares	1 vez por semana	Salas de Convívio de Centro de Dia
Mobilidade Articular/ Ginástica Sénior	Sensibilização para a Saúde através da atividade física Desenvolvimento da motricidade grossa e fina Desenvolvimento da capacidade de concentração e atenção Desenvolvimento do equilíbrio Promoção de momentos de descontração	Professor de Educação Física	1/2 vezes por semana	Ginásio CSPM
Boccia/ Jogo dos Baldes	Trabalhar a coordenação óculo-manual e a precisão Desenvolver a motricidade grossa e fina Promover momentos de descontração e lazer	Professor de Educação Física	1 vez por semana	Ginásio do CSPM
Caminhada	Promover momentos de descontração e lazer Exercitar os membros inferiores Melhorar a capacidade aeróbia	Professor de Educação Física	1/2 vezes por semana	Exterior do CSPM Ruas de Mindelo Passadiços Praia

Passeio Semanal	Estimular o gosto pela cultura Descobrir novos lugares Promoção da atividade física Promoção do convívio interpessoal e troca de experiências Promoção de momentos de descontração	Auxiliares de Ação Direta	1 vez por semana	São escolhidos sítios que proporcionem novas descobertas
Cuidados de Imagem Cabeleireiro / Barbeiro/Manicure	Aumento da autoestima e autovalorização Valorização da pessoa idosa Promoção de momentos de descontração	Auxiliares de ação direta	Diariamente	Sala de Cabeleireiro CSPM
Ateliers de Expressão	Desenvolvimento da motricidade grossa e fina Valorização das competências Interação Grupal	Auxiliares de Ação Direta Coordenadora de CD Estagiários	1 vez por semana	Salas de CD

Plano Diário de Atividades Funcionais Básicas

Diariamente	Transporte	Transporte dos utentes Domicílio-CD e CD -Domicílio	- Garantir o acesso a todas as atividades
	Higiene Pessoal	Banho completo ou parcial Cuidados de Imagem primários Cuidados a nível da Higiene Oral	- Garantir diariamente a cobertura das necessidades de higiene pessoal dos utentes.
			- Promover a capacidade motora do utente
	Alimentação	Pequeno-almoço; Almoço; Lanche; Suplemento sopa noite (quando solicitado)	- Garantir diariamente a cobertura das necessidades de refeições
	Administração Medicamentosa	Administração da medicação diária Preparação da medicação para casa (noite e fim de semana)	- Assegurar diariamente toda a assistência medicamentosa prescrita pelo médico.
	Tratamento de Roupas	Tratamento de roupa diária e/ou outra quando solicitado	- Assegurar a higiene completa do utente

Outras atividades pontuais:

- Deslocação e acompanhamento a consultas de saúde e a tratamentos
- Apoio em serviços burocráticos (pagamento de serviços, etc.)
- Apoio nas compras domésticas de bens primários
- Acompanhamento psicossocial
- Comemoração dos aniversários (com bolo / sumos e um postal elaborado pelos utentes)

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE CENTRO DE DIA

O Plano Anual de Atividades de Centro de Dia irá basear-se em protocolos ou envolvimento com outro tipo de Planos de Atividades, internos e externos à nossa instituição. Alguns desses protocolos/ planos transitam do ano anterior, devido ao conseqüente sucesso alcançado, no entanto sentimos a necessidade de criar novos protocolos e novas ideias para 2020.

Este ano o Plano Anual de Atividades de Centro de Dia visa:

- Protocolo com a Câmara Municipal de Vila do Conde/ Biblioteca Municipal de Vila do Conde;
- Projeto Educativo;
- Protocolo com a LIPOR;
- Plano Anual de Atividades do Serviço de Apoio Domiciliário do CSPM;
- TIC Sénior;
- Protocolo com a Paróquia de Mindelo;
- Olimpíadas Intergeracionais;
- Plano de Atividades Semanal;
- Calendário das Datas Comemorativas de 2020;

Protocolo com a Câmara Municipal de Vila do Conde/ Biblioteca Municipal de Vila do Conde

À semelhança do ano anterior o Plano Anual de Atividades de Centro de Dia contará com a Parceria da Câmara/ Biblioteca Municipal de Vila do Conde. Esta relação permite aos nossos utentes estar mais perto do concelho, evita a exclusão social e promove o convívio entre utentes de instituições de toda a cidade.

Ao longo dos anos, entre inúmeras atividades desenvolvidas que poderiam ser destacadas aqui, de destacar a Estafeta de Contos, a Estafeta de Janeiras, a Feira Grande de Janeiro e a Feira Social.

Para além dos pontos referidas anteriormente, serão realizadas ainda mais atividades promovidas através deste protocolo, que poderão ser verificadas na tabela descritiva posteriormente.

Projeto Educativo

Como já vem sendo hábito o Plano de Atividades de Centro de Dia voltará a estar relacionado com o Projeto Educativo “O Bichinho Verde – A arte da sustentabilidade”.

Foi também criada uma calendarização que levará todas as salas de Creche e Jardim de Infância, uma vez por semana, às salas de convívio de Centro de Dia com o objetivo de promover o contacto entre idosos e crianças da instituição, abordando diferentes temáticas adequadas a ambos os grupos.

Outro tipo de atividades poderá surgir de forma espontânea à semelhança de anos anteriores.

Protocolo com a LIPOR

Através do Projeto Educativo “O Bichinho Verde – A arte da sustentabilidade”, foi criado um protocolo institucional com a LIPOR.

Este protocolo trará ao nosso Centro de Dia campanhas de sensibilização, tertúlias a cerca da importância da reciclagem e da sustentabilidade. Permitirá ainda a realização de atividades práticas, promovendo uma vida mais ativa, trabalhando a Destreza, a Coordenação Óculo-Manual e a Motricidade Fina.

Plano Anual de Atividades do Serviço de Apoio Domiciliário do CSPM

À semelhança dos anos anteriores o nosso Plano Anual de Atividades de Centro de Dia voltará a estar extremamente relacionado com o Plano Anual de atividades do Serviço de Apoio Domiciliário. Com o objetivo de evitar a exclusão social, continuamos a tentar envolver os utentes de SAD em atividades do Centro de Dia, como já vem acontecendo, por exemplo, no dia do Passeio Semanal, da Celebração da Palavra, do Dia Metropolitano dos Avós.

O nosso compromisso passa por inserir ainda mais os utentes de Serviço de Apoio Domiciliário nas atividades de Centro de Dia, fazendo-os sair da sua zona de conforto envolvendo-os na comunidade do Centro Social e Paroquial de Mindelo.

TIC Sénior

Uma das novidades este ano trata-se da instalação de dois computadores numa das de Centro de Dia, onde poderão receber Aulas de Informática. Ao longo do ano iremos receber a visita de um voluntário, que durante 2h vai ensinar os nossos utentes a trabalhar com o computador. Inicialmente o trabalho será uma introdução ao funcionamento do computador, no entanto, o objetivo principal passa por fazer com que os nossos utentes possam saber o que é a Internet e posteriormente aprendam a navegar na mesma.

Se o interesse na atividade de Informática aumentar ao longo do tempo, as aulas poderão passar para a Sala de Formação, possibilitando a instalação de mais computadores e corresponder desta forma a uma procura ainda maior.

Protocolo com a Paróquia de Mindelo

Na última Quinta-feira de cada mês abrimos as portas do Centro de Dia à comunidade e aos nossos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário e recebemos a visita do Sr. Padre Diogo, que celebra uma missa para todos. Esta atividade permite aos nossos utentes renovar a sua Fé e ao mesmo tempo, fomenta o convívio entre os nossos utentes de CD, SAD, juntamente com a comunidade.

Olimpíadas Intergeracionais

Outra das novidades irão tratar-se destas Olimpíadas Intergeracionais. Como o próprio nome indica serão um conjunto de atividades, compostas por jogos e tarefas que irão ser realizadas por equipas compostas por crianças e idosos. Este programa irá ser vocacionado apenas à sala de Finalistas de Jardim de Infância e aos utentes de Centro de Dia, uma vez que é de extrema importância que seja criada uma relação entre ambos os grupos com vista à escolha das equipas.

Para que essa relação crie fortes laços, esta atividade irá ser realizada ao longo de todo o ano letivo, lembrando que o mesmo termina em Agosto para os nossos Finalistas, no entanto em Setembro este projeto irá iniciar-se novamente com os finalistas do próximo ano.

Depois de definidas as equipas, serão sujeitas a atividades compostas por jogos ou tarefas que deverão ser realizadas em conjunto, sendo no fim atribuída uma classificação.

No final de cada atividade será atribuída uma classificação será somada, às classificações anteriores formando uma classificação intermédia.

No final de todas as atividades haverá uma classificação final que ditará a equipa vencedora e consequentemente a equipa com melhor entendimento.

As atividades serão compostas por jogos e tarefas que permitam os idosos e as crianças a sua realização dos mesmos.

Os jogos e tarefas poderão ser compostos por:

- Atividades Cognitivas, como por exemplo, a montagem de um puzzle no mínimo de tempo possível;

- Atividades Físicas Motoras, como por exemplo corrida ou caminhadas, ou ainda jogos de precisão;
- Tarefas do quotidiano, como por exemplo, dobragem de mantas e arrumação no local apropriado;

Após todas as atividades será conhecida a equipa vencedora das Olimpíadas Intergeracionais e será entregue uma lembrança de participação a todos os participantes.

Plano Semanal de Atividades

Como não poderia deixar de ser trabalhamos para que os nossos utentes tenham uma rotina equilibrada, evitando dessa forma a sedentariedade. Para que seja possível uma rotina equilibrada o nosso Plano Anual de Atividades conta com um conjunto de Atividades Fixas Semanais que baseado em:

- Música, através do projeto com a escola D. Pedro IV “Dar e Receber”
- Passeio Semanal, que proporciona uma tarde de passeio no autocarro da instituição;
- Mobilidade Articular, promovida pelo Professor de Educação Física/ Animador da instituição;
- Caminhadas, também promovidas pelo Professor de Educação Física/ Animador da instituição;
- Boccia/ Jogo dos Baldes, atividades de Coordenação Óculo-Manual e Capacidade de Precisão, também promovidas pelo Professor de Educação Física/ Animador da instituição;

Calendário das Datas Comemorativas de 2020

As restantes atividades programadas ao longo do ano, baseiam-se no Calendário de Datas Comemorativas, como se pode verificar na tabela descritiva que se segue.

Mês	Dia	Atividade	Objetivos	Dinamizadores	Local
Janeiro		Comemoração dos Aniversários dos Utentes - Realização de um lanche, no qual se cantará os “Parabéns”, apagar-se-ão as velas e partir-se-á o bolo de aniversário	- Preservar a identidade dos idosos; -Promover o convívio entre todos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor/Animador	Refeitório do C.S.P.M.
		Feira Grande de Janeiro Os nossos utentes são convidados a decorar 10 colheres de pau que vão representar a nossa instituição. No dia da venda das colheres os utentes são convidados para vender as mesmas.	-Trabalhar a criatividade dos nossos utentes; - Reviver momentos dos seus tempos de juventude;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor/Animador	Centro de Dia
	6	Dia dos Reis Cantar das janeiras pelas Crianças da Creche, Jardim de Infância e utentes de CD	-Cantar das janeiras pelas Crianças da Creche, Jardim de Infância e utentes de CD	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta -Educadoras de Infância -Auxiliares de Ação Educativa	Centro de Dia
	17	Janeiras ao Domicílio Cantar as janeiras com um grupo de utentes autónomos, nas casas dos utentes de SAD que estão acamados	Promover o convívio entre utentes de SAD e Centro de Dia; Proporcionar uma tarde de alegria e improviso;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor/ Animador	Residências Domiciliares
	22	Estafeta de Janeiras Intercambio promovido pela Biblioteca Municipal de Vila do Conde (Recebemos na nossa instituição o Centro de Convívio Sénior de Bagunte, Ferreiró, Outeiro e Parada)	- Promover o convívio com utentes de outras instituições; - Trabalhar a capacidade de memória e ritmo através da música; Promover o contacto entre crianças e idosos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Educadora de Infância - Auxiliares de Ação Direta -Professor/Animador	Local a Definir
	23	Dia Mundial da Escrita à Mão Realçar a importância de saber escrever e incentivar os nossos utentes a tentar escrever	- Trabalhar a coordenação Oculo-manual e a motricidade fina;	- Professor/ Animador - Auxiliar de Ação Direta	C.S.P.M.

	24	Campanha de Sensibilização da GNR A Guarda Nacional Republicana vem à nossa instituição sensibilizar os nossos utentes e a atividade culmina com uma atuação da Banda Filarmónica da GNR.	- Sensibilizar os nossos utentes para os cuidados a ter em suas casas; - Promover um momento de apreciação musical;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor/Animador	C.S.P.M.
	28	Estafeta de Janeiras Intercambio promovido pela Biblioteca Municipal de Vila do Conde. (Visitamos a Associação Terramar, Vila chã)	Promover o convívio com utentes de outras instituições; - Trabalhar a capacidade de memória e ritmo através da música; Promover o contacto entre crianças e idosos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Educadora de Infância - Auxiliares de Ação Direta -Professor/Animador	C. S. P. M.
Fevereiro	11	Dia Mundial do Doente - Realização de uma lembrança para entregar aos utentes de SAD que estão acamados	- Trabalhar a destreza manual; - Proporcionar um momento de alegria aos utentes de SAD:	- Professor/ Animador - Auxiliares de Ação Direta	Centro de Dia
	13	Dia Mundial da Rádio - Relembrar a importância da rádio como meio de informação e trocar a televisão pela rádio ao longo deste dia	- Relembrar a importância da rádio e como foram evoluindo os meios de comunicação; Proporcionar um dia diferente do habitual;	- Professor/Animador Auxiliares de Ação Direta	Centro de Dia
	14	Dia do Amor - Realização de um lembrança relacionada com o dia dos namorados e demonstrar a importância de nos amarmos e apoiarmos uns aos outros	- Realçar a importância de nos amarmos uns aos outros; - Promover a relação intergeracional;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Educadoras de Infância	C.S.P.M.
	25 (6f - 21)	Carnaval - Desfile das crianças e dos Utentes de CD na instituição e no exterior; - Baile das Crianças e utentes de CD	- Incrementar a participação social dos idosos; - Promover o convívio entre crianças e idosos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Educadoras de Infância	C.S.P.M.

Março	08 (6f - 6)	Dia Internacional da Mulher - Entrega às senhoras CD e SAD de uma lembrança elaborada pelos utentes	-Valorização e aumento da autoestima das nossas utentes; - Promover a interação e a coesão grupal;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta	Centro de Dia
	14 (6f - 13)	Dia da Incontinência Urinária Realização de uma palestra de sensibilização acerca da Incontinência Urinária	- Sensibilizar os utentes para este problema;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Educadora de Infância - Auxiliares de Ação Direta -Professor/Animador	C.S.P.M.
	19	Dia do Pai Realização de uma lembrança para os utentes de Centro de Dia e SAD. Conversa com os utentes acerca dos seus filhos	- Proporcionar um momento de alegria aos idosos; - Valorizar o seu passado e aumentar a autoestima;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta	Centro de Dia
	21 (6f - 20)	Dia Mundial da Árvore Comemoração do dia plantando uma árvore no nosso terreno	- Sensibilização para a importância da plantação de árvores;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta -Professor/Animador	C.S.P.M.
Abril	01	Dia das Mentiras Encenação de uma mentira para os utentes que dure ao longo de todo o dia	- Promover um dia divertido, repleto de sorrisos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta -Professor/Animador	C.S.P.M.
	06	Dia Mundial da Atividade Física -Desenvolvimento de um circuito de exercícios para idosos e crianças, que permitam estar em constante movimento ao longo do dia	Realçar a importância da atividade física; Promover a interação entre idosos e crianças; -Proporcionar um momento de lazer relacionado com o desporto;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta -Educadoras de Infância -Auxiliares de Ação Educativa -Professor de Educação Física	C.S.P.M
	12 (6f - 10)	Páscoa Elaboração de uma lembrança para os idosos do Centro de Dia e S.A.D. - Decoração do espaço	- Desenvolver a criatividade; - Desenvolver a motricidade fina; -Manter a tradição da vivência da Páscoa;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta -Professor/ Animador	C.S.P.M.

	13	Dia do Beijo Realçar a importância do beijo e da troca de afetos	- Promover a troca de afetos; - Promover a relação intergeracional;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Educadoras -Professor/ Animador	C.S.P.M.
	A definir	Dia do Livro – Estafeta de Contos Articulação com a Biblioteca de Vila do Conde Intercâmbio com outras Instituições.	- Desenvolver o gosto pela leitura; - Estimular as capacidades dos utentes; -Promover o contacto com outros;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Educadoras -Professor/ Animador	C.S.P.M.
	25 (6ª – 24)	Dia da Liberdade Conversa informal sobre a revolução e troca de recordações	- Estimular a memória dos nossos utentes; - Recordar um dia marcante na história do País;	- Auxiliares de Ação direta -Professor/ Animador	C.S.P.M.
	29	Dia Mundial da Dança - Contactar uma Danceteria que nos permita passar um bocado durante a tarde, onde os utentes de CD possam dançar	- Aumentar a autoestima dos utentes; - Estimular capacidades coordenativas através da dança; - Promover um momento de diversão e convívio;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Professor/ Animador	A definir
Maio	03 (5ª – 30)	Dia da Mãe - Elaboração de uma lembrança para as idosas do CD e SAD	- Preservar a identidade das idosas;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta	Centro de Dia
	05	Dia Mundial da Higiene das Mãos´ - Sensibilizar os utentes para a importância da limpeza das mãos	- Sensibilização; - Promover a relação intergeracional;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Educadoras de Infância Professor de Educação Física	C.S.P.M.
	18	Dia Internacional dos Museus - Visita a algum museu no concelho de Vila do Conde ou nos arredores	- Permitir novas descobertas; - Favorecer o conhecimento de novos espaços;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta	Vila do Conde

	22	Dia de Santa Rita Realização do passeio semanal a Ermesinde, onde se encontra a Igreja de Santa Rita	- Promover um passeio diferente do habitual; Proporcionar um momento relacionado com a religião;	- Professor/ Animador; - Motorista; Auxiliar de Ação Direta;	Ermesinde, Igreja de Santa Rita
Junho	06 e 07	Festa da Primavera e Festa Final do Ano -Elaboração de artigos para a venda na barraquinha de CD e SAD. -Participação na festa com uma pequena atuação dos utentes CD e SAD	- Desenvolver a cooperação e a partilha de experiências; - Promover a ligação entre idosos e crianças;	-Todos os funcionários	Praça São João Evangelista
	13 a 29	Santos Populares - Atividades de expressão plástica. - Sardinhada Convívio com outra Instituição	- Relembrar hábitos e costumes oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; - Incrementar a participação ativa dos idosos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Educadoras de Infância -Professor/Animador	C.S.P.M.
	21 (6f - 19)	Dia do Relógio do Sol Passeio semanal para mostrar o relógio solar de Vila do Conde	- Proporcionar um passeio diferente aos utentes; - Mostrar o relógio e ensinar como funciona;	- Professor/ Animador - Motorista - Auxiliar de Ação Direta	Vila do Conde
Julho	01 a 31	Praia Durante quinze dias os utentes vão usufruir de barraca na praia para poderem passar a sua tarde depois do almoço	- Proporcionar momentos de lazer e entretenimento no exterior;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia - Auxiliares de Ação direta -Professor/Animador	A definir
	01	Dia Internacional da Piada Informação sobre o dia e ao longo do dia contar algumas piadas aos nossos utentes	- Proporcionar um dia de alegria, repleto de sorrisos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia - Auxiliares de Ação direta -Professor/Animador	Centro de Dia
	A Definir	Dia Metropolitano dos Avós - Passeio promovido pela área metropolitana do Porto	- Proporcionar momentos de lazer; - Promover a ligação entre idosos e crianças;	- Área Metropolitana do Porto	A definir
	07	Dia Mundial do Chocolate Produção caseira de chocolate para depois oferecermos aos nossos utentes e crianças	- Proporcionar um momento de alegria; - Trabalhar a coordenação Óculo Manual;	- Auxiliares de Ação direta -Professor/Animador	Centro de Dia

	10	Dia Mundial da Pizza Produção caseira de pizza para depois oferecermos aos nossos utentes e crianças	- Proporcionar um momento de alegria; - Trabalhar a coordenação Óculo Manual;	- Auxiliares de Ação direta - Professor/Animador	Centro de Dia
Agosto	19	Dia Mundial da Fotografia - Inauguração da 1ª Exposição de fotografia com retratos dos utentes de CD e SAD e também de toda a comunidade do C.S.P.M.	- Incrementar a participação ativa dos idosos; - Promover um momento de convívio entre todos os convidados e os utentes de CD e SAD;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia - Auxiliares de Ação direta - Professor/ Animador	C.S.P.M.
Setembro	A definir	Desfolhada - Em conjunta com as crianças fazer um lanche convívio na instituição, com música e fazer a desfolhada	- Proporcionar momentos de lazer; - Promover a ligação entre idosos e crianças; - Reviver tradições;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Educadoras de Infância	C.S.P.M.
	A definir	Passeio Anual do Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário	- Proporcionar momentos de lazer e entretenimento no exterior;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Professor/ Animador	A definir
	16	Dia de Santa Eufémia Passeio Semanal ao Monte de Santa Eufémia	- Proporcionar um momento de alegria de festa e de devoção;	- Professor/ Animador - Motorista Auxiliar de Ação Direta	Alvarelhos
	21	Dia Mundial da Doença de Alzheimer Palestra informativa para toda a comunidade Do Centro Social e Paroquial de Mindelo	- Proporcionar um momento informativo sobre a doença;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Professor/ Animador	C.S.P.M.
	29	Dia do Coração - Caminhada dos utentes de CD e SAD	- Sensibilização para a importância do exercício físico na prevenção de doenças cardiovasculares;	Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta	A definir
Outubro	01	Dia Internacional do Idoso - Realização de uma festa com uma instituição convidada.	- Favorecer a integração grupal; - Promover o convívio;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta	C.S.P.M.

	01	Dia Mundial da Música -Mini concerto dos utentes CD para as crianças de Cresce e Jardim de Infância	- Promover a interação entre os idosos e as crianças;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta	A definir
	A definir	Feira Social de Vila do Conde - Elaboração de trabalhos manuais -Visita à Feira dos utentes de CD e SAD	- Promover o convívio entre Instituições;	- Todos os funcionários e utentes do CSPM	Pavilhão de Jogos de Vila do Conde
	16	Dia Mundial da Alimentação -Feirinha de produtos agrícolas. - Confeção de “pão da avó” em maceira tradicional	- Promover o trabalho em equipa;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta	Centro de Dia
	31 (6f - 30)	Dia das Bruxas - Desfile das crianças de Creche e Jardim	- Interação entre crianças e idosos;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Educadoras de Infância	C.S.P.M.
Novembro	01 (2ªf – 2)	Dia dos Fieis Defuntos Proporcionar aos nossos utentes a ida ao cemitério de Mindelo	- Relembrar as pessoas que lhes são queridas; - Recordar boas memórias;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Professor/ Animador	Mindelo
	11	Dia de S. Martinho -Teatro conjunto (Jardim, CD) - Castanhada com animação musical (Participação dos utentes de SAD). -Decoração do espaço exterior.	- Criar um momento de descontração e diversão entre todos; - Vivenciar tradições populares;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação direta - Educadoras de Infância -Diretora Técnica	C.S.P.M.
	14 (6f - 13)	Dia Mundial da Diabetes - Organização de uma palestra sobre a doença convidando alguém para falar acerca do problema.	- Explicar aos utentes o que é a doença, quais os seus sintomas e as suas características; - Troca de vivências entre ambos os utentes;	- Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor de Educação Física	C.S.P.M.
Dezembro	02 a 06	Preparação da decoração da Instituição para o Natal - Elaboração da decoração natalícia através de pequenos trabalhos realizados pelos utentes	-Promover a criatividade; -Promover o espírito natalício;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Animador	Refeitório do CSPM Centro de Dia

	Data a definir	Festa de Natal da Instituição -Representação do CD e SAD	-Promover o espírito natalício; - Promover o elo de ligação entre família e a Instituição;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Educadoras de Infância - Auxiliares de Ação Educativa	A definir
	23	Almoço de Natal -Entrega de presentes	- Partilhar momentos de convívio entre todos os elementos do C.S.P.M; - Dar continuidade ao espírito natalício;	- Todos os funcionários do CSPM	Refeitório do C.S.P.M.
	27 (2f - 28)	São João Evangelista - Dia do padroeiro da freguesia, realização de uma atividade a definir	- Recordar o passado; - Enaltecer os costumes e tradições;	-Técnica responsável pelo Centro de Dia e SAD - Auxiliares de Ação Direta - Professor Animador	A definir
Nestas datas existem sempre possibilidades de intercâmbios com outras instituições – Grupo Sénior, convidados com atuações relacionados com a quadra natalícia					

Elaborado em: 02/01/2020

Elaborado por: João Moura

Cidália Silva

Aprovado por: _____ em ____/____/____