

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL
ANO DE 2020

O Plano de Atividades de Animação Sociocultural para o ano de 2020, tem como principal função o de corresponder a um instrumento de gestão e de orientação das atividades direcionadas à população idosa.

O Centro Social Santa Joana Princesa, na área da população idosa tem em funcionamento as respostas sociais de ERPI (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas) com capacidade para 29 utentes, o Centro de Dia com capacidade para 21 utentes e o SAD (Serviço de Apoio Domiciliário) com capacidade para 20 utentes.

Este plano, que é elaborado pela equipa técnica da instituição, pretende dinamizar atividades que se enquadrem nas necessidades específicas dos utentes, tendo por base um conjunto de objetivos que vão de encontro aos planos individuais dos utentes. O seu principal objetivo é o de definir a animação dos idosos proporcionando-lhes uma maior qualidade de vida, mais ativa, através da dinamização de momentos ocupacionais, lúdicos, criativos e comunicacionais, centrando-se sempre nos interesses, valores e saberes de cada um.

Assim sendo, a área de intervenção junto dos idosos, pretende promover a saúde e o bem-estar, desenvolver a autonomia pessoal e a autoestima, prevenindo o sedentarismo e o isolamento social. Face a isto, as atividades encontram-se divididas em diferentes áreas: Área Cognitiva, Área Motora-Física, Área Social e Comemorativa, Área Lúdico-Recreativa e Área das Expressões.

A avaliação das atividades é feita diariamente, em ficha destinada a este fim, que contempla a data, local, designação da atividade, objetivos, registo de presenças dos utentes, recursos materiais utilizados, avaliação e observações.

Por fim, resta salientar que o Plano Anual de Atividades prevê a reflexão, a identificação de necessidades dos utentes, pôr em causa decisões, avaliar resultados e/ou atividades em conjugação com os idosos, solicitar a colaboração dos familiares na sua elaboração, de forma a perspetivar-se o futuro e sempre com o intuito de se obter uma melhoria contínua.

Áreas de Intervenção:

Área Cognitiva	Resposta Social			Atividade	Objetivos	Recursos		
	ERPI	CD	SAD			Humanos	Materiais	Financeiros
Calendarização								
Semanal	×	×		Estimulação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimular o raciocínio; ✓ Desenvolver a atenção e concentração; ✓ Proporcionar a partilha de experiências; ✓ Relembrar hábitos, costumes e vivências; ✓ Incutir o respeito pelas diferentes opiniões. 	Assistente Social Estagiário EPA Curricular (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Mesa; Cadeiras; Jornal; Televisão; Computador.	Sem custos adicionais
Semanal	×	×		Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desenvolver a capacidade de comunicação; ✓ Estimular as funções mentais/cognitivas (memória, atenção, linguagem, orientação, cálculo); ✓ Treinar a motricidade global e fina; ✓ Estimular a coordenação motora; ✓ Estimular a coordenação oculo-manual; ✓ Melhorar a qualidade de vida e bem-estar. 	Assistente Social Terapeuta Ocupacional (mensalmente) Estagiário EPA Curricular (27 Jan – 17 Maio) AAD's CD e ERPI	Imagens; Figuras geométricas; Cartões; Puzzles e jogos de estimulação; Palavras cruzadas; Folhas e lápis; Mesas e cadeiras.	20,00€
Quinzenal	×	×		Snoezelen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover a capacidade de iniciativa e escolha; ✓ Estimular as competências sensoriais e cognitivas; ✓ Proporcionar experiências multissensoriais através dos sentidos primários; ✓ Promover o relaxamento. 	Assistente Social Terapeuta Ocupacional (mensalmente) Estagiário EPA Curricular (27 Jan – 17 Maio)	Material de snoezelen; Material sensorial.	100,00€
Área Motora-Física								
Semanal	×	×		Atividade física	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover amplitudes de movimento; ✓ Evitar o sedentarismo – caminhadas no exterior/jardim; ✓ Desenvolver hábitos de exercício físico; ✓ Manter/melhorar mobilidade articular e muscular; ✓ Estimular a dinâmica de grupo e as relações entre pares ✓ Manter/melhorar funcionalidade e autonomia. 	Assistente Social Prof. Educação Física (mensalmente) Estagiário EPA Curricular (27 Jan – 17 Maio)	Cadeiras; Sistema de som; Fitas, arcos, bastões, bolas, balões, fios, garrafas; Boccia.	Sem custos adicionais

Área social e comemorativa					<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proporcionar a participação ativa; ✓ Valorizar hábitos e vivências; ✓ Promover a valorização pessoal e espiritual; ✓ Expressar a fé. 	Assistente Social AAD CD e ERPI	Sistema de som; Cadeiras.	Sem custos adicionais
Diária	×	×		Oração do terço				
Todos os meses	×	×	×	Comemoração dos aniversários	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Festejo do aniversário de cada utente de forma a potenciar a sua autoestima e bem-estar; ✓ Elaboração de postais de aniversário para os utentes de SAD. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD, ERPI e SAD	Cartolinas; Lápis; Fitas decorativas.	Custos ocasionais
Mensal	×	×		Atelier de Culinária	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Confeccionar receitas conhecidas pelos utentes; ✓ Troca de experiências e vivências; ✓ Valorizar capacidades e saberes. 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD	Produtos alimentares	Custos ocasionais
Mensal	×	×		Biblioteca Paraíso	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover o gosto pela leitura; ✓ Vivenciar novas experiências; ✓ Promover a partilha e a troca. 	Assistente Social Animadora da Biblioteca Aveiro AAD CD e ERPI		Sem custos adicionais
Mensal	×	×		Projeto Eco Escolas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover a educação ambiental, a sustentabilidade e a cidadania; ✓ Participar em diferentes atividades promovidas pelas associações associadas ao Programa Eco Escolas; 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) Crianças da Sede AAD CD, ERPI e SAD		Sem custos adicionais
Área Lúdico-Recreativa					<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fomentar o espírito de grupo; ✓ Promover momentos de convívio e bem-estar; ✓ Estimular a atenção e concentração; 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio)	Jogos; Mesas; Cadeiras.	Sem custos adicionais
Semanal	×	×		Jogos de mesa				
Semanal	×	×		Bingo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimular a atenção e concentração; ✓ Estimular a memória auditiva e visual. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio)	Cartões; Mesas; Cadeiras.	Sem custos adicionais
Todos os meses	×	×	×	Passeios a organizar ao longo do ano	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proporcionar a interação social; ✓ Promover hábitos, vivências e costumes. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Carrinha/Mini-autocarro; Lanches.	Custos com combustível
Área das Expressões	×	×			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimular a motricidade fina; ✓ Treinar a coordenação oculo-manual; 	Assistente Social		

Semanal				Expressão Plástica	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimular a atenção e concentração; ✓ Desenvolver a criatividade; ✓ Promover o contacto com diferentes materiais e técnicas; ✓ Sensibilizar para a importância da utilização de materiais reciclados. 	Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Materiais de desgaste;	150,00€
Semanal	×	×		Expressão Musical Tarde Musical	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fomentar a coesão do grupo; ✓ Promover a interação; ✓ Estimular a atenção e a concentração; ✓ Fomentar o sentido rítmico e melódico; ✓ Proporcionar o convívio e momentos de lazer. 	Assistente Social Músico voluntário	Sistema de som; Guitarra.	Sem custos adicionais

Atividades Comemorativas/Festividades:

Calendarização	Resposta Social			Descrição da Atividade	Objetivos	Recursos		
	ERPI	CD	SAD			Humanos	Materiais	Financeiros
6 de Janeiro	×	×		Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> - Receção às crianças da Sede para cantar as Janeiras; - Estimular o convívio intergeracional; - Promover a partilha e a troca; - Promover hábitos, vivências e costumes. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI		Sem custos adicionais
Janeiro	×	×		Festejo de S. Gonçalinho	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover a tradição na instituição com o lançamento de cavacas; ✓ Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Cavacas de S. Gonçalinho	Custo com a compra das cavacas

14 de Fevereiro	×	×		Dia dos Namorados - Elaboração de um coração em cartão - Oferta de flores nas duas entidades - Exposição de fotografias na ERPI com cariz afetivo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ida à Junta de Freguesia e USF Santa Joana ✓ Enfatizar a existência de vários tipos de amor; ✓ Sensibilizar para a importância do afeto e da partilha; ✓ Promover a possibilidade de distribuir afetos junto da comunidade envolvente. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Material de desgaste	Sem custos adicionais
24 de Fevereiro	×	×	×	Carnaval - Realização de convites para SAD; - Decoração; - Realização de máscaras; - Realização de baile.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimular o convívio e momentos de lazer; ✓ Desenvolver o espírito de grupo; ✓ Promover a interação e a comunicação; ✓ Proporcionar momentos de bem-estar. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD, ERPI e SAD	Sistema de som; Enfeites alusivos; Serpentinas; Confetis.	10,00€
8 de Março (festejo a 09 de Março)	×	×	×	Dia Internacional da Mulher - Elaboração de prenda; - Passeio ao Glicínias; - Lanche convívio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aumentar a autoestima; ✓ Contribuir para a valorização pessoal; ✓ Proporcionar momentos de bem-estar. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD, ERPI e SAD	Material de desgaste	Sem custos adicionais
19 de Março	×	×	×	Dia do Pai - Elaboração de prenda; - Passeio ao Glicínias; - Lanche convívio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aumentar a autoestima; ✓ Contribuir para a valorização pessoal; ✓ Proporcionar momentos de bem-estar. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI e SAD	Material de desgaste	Sem custos adicionais
27 de Março	×	×		Dia Mundial do Teatro - Espetáculo de teatro na ERPI para as crianças da Sede	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Inculcar atividades de interesse cultural; ✓ Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; ✓ Incentivar o contacto intergeracional. 	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD e ERPI	Sistema de som; Enfeites alusivos à temática.	Sem custos adicionais
6 de Abril	×	×	×	Dia Mundial da Atividade Física - Mega aula de ginástica no Jardim junto à ERPI	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sensibilizar para a importância da mobilidade física; ✓ Estimular a dinâmica de grupo e as relações entre pares; ✓ Incentivar o contacto intergeracional; 	Assistente Social Prof. Educação Física Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio)	Material diverso	Sem custos adicionais

				- Convite às crianças da Sede	✓ Proporcionar momentos de bem-estar.	AAD CD, ERPI e SAD		
7 de Abril	×	×		Dia Mundial da Saúde - Ação de sensibilização	✓ Sensibilizar para a importância dos cuidados de saúde; ✓ Promover um check-up aos aspetos de saúde primários.	Assistente Social Enfermeira Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio)		Sem custos adicionais
Abril	×	×	×	Feira de Março	✓ Realizar um passeio para reviver costumes inerentes a este evento; ✓ Incentivar ao convívio intergrupar; ✓ Proporcionar momentos de lazer e de bem-estar.	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD	Autocarro do CSSJP	Custos com combustível
9 de Abril	×	×		Páscoa Confeção de Foliares	✓ Partilhar tradições e costumes afetos a esta data festiva; ✓ Confeção de foliares; ✓ Incentivar o contacto intergrupar.	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD	Produtos alimentares	Com custos ocasionais
27 de Abril	×	×		Comemoração do 25 de Abril -Jogo de perguntas e respostas. -Convite às crianças da escola do Solposto.	✓ Promover a intergeracionalidade; ✓ Estimular a memória; ✓ Proporcionar momentos divertidos; ✓ Partilha de experiências.	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD	Material de desgaste	Com custos ocasionais
29 de Abril	×	×	×	Dia Mundial da Dança - Baile/convívio	✓ Estimular capacidades físicas e artísticas; ✓ Criar momentos de diversão e bem-estar; ✓ Desenvolver o relacionamento interpessoal.	Assistente Social Prof. Dança Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio)	Sistema de som.	Sem custos adicionais
4 de Maio	×	×	×	Aniversário da ERPI e CD	✓ Festejar o 11º aniversário; ✓ Promover o contacto intergeracional; ✓ Proporcionar momentos de diversão, animação e boa disposição entre todos os envolvidos na instituição.	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) Direção e Trabalhadores		Sem custos adicionais
15 de Maio	×	×	×	Dia Internacional da Família	✓ Realização de exposição fotográfica de fotos das famílias dos utentes; ✓ Convite aos familiares para dinamização de atividades com os seus familiares; ✓ Incentivar a partilha e o afeto entre familiares; ✓ Proporcionar momentos de prazer e de bem-estar;	Assistente Social Estagiário EPA (27 Jan – 17 Maio) AAD CD, ERPI e SAD		Sem custos adicionais

					✓ Realização de lanche partilhado.			
19 de Junho	×	×	×	Santos Populares - Realização de Sardinhada com os familiares dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Partilhar tradições e costumes afetos a esta época festiva; ✓ Fomentar o contacto/partilha com os familiares; ✓ Proporcionar momentos de diversão, animação e boa disposição entre todos os envolvidos na instituição. 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD Direção e Trabalhadores	Decoração alusiva à época: arcos e balões; Material de desgaste	40,00€
6 a 10 de Julho	×	×		Época Balnear	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proporcionar o gosto pela época balnear; ✓ Promover a experiência de contacto com a praia e a natureza; ✓ Proporcionar momentos de diversão e de bem-estar. 	Assistente Social Motorista AAD CD e ERPI	Autocarro do CSSJP	Custos com combustível
26 de Julho (festejo a 27 de Julho)	×	×	×	Dia dos Avós	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizar um piquenique em conjunto com as crianças da Sede; ✓ Promover o contacto intergeracional; ✓ Fomentar a partilha e o afeto entre crianças e idosos; ✓ Proporcionar momentos de convívio e lazer ao ar livre. 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD Trabalhadoras da Sede		Sem custos adicionais
Setembro	×	×		Ida a Fátima	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Valorizar hábitos e vivências; ✓ Mover a valorização pessoal e espiritual; ✓ Expressar a fé. 	Assistente Social Motorista AAD CD e ERPI	Autocarro do CSSJP	Custos com combustível
01 de Outubro	×	×	×	Dia Internacional do Idoso	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realização de um concerto musical na instituição; ✓ Incentivar o convívio entre as 3 respostas sociais; ✓ Promover a comunicação e a convivência salutar; ✓ Promover e valorizar os direitos dos idosos. 	Assistente Social Convite a músico(os) AAD CD, ERPI e SAD		Sem custos adicionais
16 de outubro	×	×		Dia da Alimentação -Realização da roda dos alimentos (com alimentos verdadeiros) - Degustação de diversos alimentos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reforçar importância da alimentação; ✓ Estimular os 5 sentidos; ✓ Promover momentos de convívio; ✓ Fomentar o espírito de grupo 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD	Produtos alimentares	Com custos ocasionais
30 de Outubro	×	×		Halloween	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vivência de diferentes hábitos e costumes junto da comunidade institucional; 	Assistente Social	Produtos alimentares	Com custos ocasionais

					<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proporcionar momentos de convívio e boa disposição; ✓ Confeção e entrega à comunidade institucional de bolachinhas feitas pelos utentes. 	AAD CD, ERPI e SAD		
05 de Novembro	×	×		Dia Mundial do Cinema	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sessão de cinema no Glicínias; ✓ Promover o autoconhecimento; ✓ Promover momentos de lazer. 	Assistente Social Motorista AAD CD e ERPI	Autocarro do CSSJP	Custos com combustível
11 de Novembro	×	×	×	Dia de São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reviver emoções passadas; ✓ Elaboração de cartuchos e decorações inerentes à festividade; ✓ Promover a orientação temporal; ✓ Fomentar o espírito de partilha e convívio intergeracional; 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD Trabalhadoras da Sede		Sem custos adicionais
Mês de Dezembro	×	×	×	Vivência do Natal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elaboração de decorações natalícias; ✓ Elaboração de artigos alusivos a esta época para dinamização do Bazar de Natal (semana de 14 a 18); ✓ Promover a participação das famílias e comunidade; ✓ Estimular o convívio e momentos de partilha e afeto. 	Assistente Social AAD CD, ERPI e SAD Famíliares dos utentes	Material diverso	60,00€
18 de Dezembro	×	×	×	Almoço de Natal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proporcionar aos idosos um convívio de Natal, recriando a ceia tradicional; ✓ Oferta de presente aos idosos; ✓ Fomentar as relações e o espírito de cooperação/solidariedade entre os idosos e trabalhadores da instituição; 	Trabalhadores das respostas sociais de ERPI,CD e SAD Direção do CSSJP		250,00€

Santa Joana, 02 de Janeiro de 2020

Assistente Social

Diretora de Serviços

Apreciado e aprovado pela Direção