



## **CENTRO SOCIAL DE SANTO ESTÊVÃO**

### **Plano de Ação 2016**

No decurso do ano de 2016 temos por objetivo obter a cedência do Município em direito de superfície de um lote de terreno junto das piscinas e do polidesportivo da aldeia para desenvolver o projeto para uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, vulgo Lar.

Igualmente serão continuados os serviços de Cantina Social, bem como ações de formação para população desempregada.

A conservação do edifício merece especial atenção pelo que continuaremos com as diligências para que o Município possa ajudar a resolver os problemas detetados.

O Centro Social participará ativamente em todos os eventos que possam contribuir para valorizar os seus colaboradores e melhorar as condições de vida dos seus utentes.

Neste âmbito inserem-se as ações de formação para os profissionais, a participação dos técnicos em seminários, reuniões e conferências, assim como as atividades recreativas e promocionais do Centro.

As nossas respostas sociais acordadas são o Centro de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário.



## 1. Respostas Sociais

### **Centro de Dia**

O Centro de Dia é uma resposta social desenvolvida em equipamento que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos clientes no seu meio sociofamiliar. Tem capacidade para 30 clientes.

#### **Serviços:**

- Alimentação (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar);
- Higiene pessoal;
- Lavagem e tratamento de roupa;
- Administração medicamentosa;
- Atividades sociais, culturais e educativas;
- Acompanhamento ao exterior.

### **Serviço de Apoio Domiciliário**

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos que, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas e atividades de vida diária. Tem capacidade para 40 clientes.



**Serviços:**

- Almoço;
- Jantar;
- Higiene pessoal;
- Lavagem e tratamento de roupa;
- Higiene habitacional;
- Atividades sociais e culturais.



## Histórias e Tradições – Memórias de uma Vida



### Índice:

1. Tema
2. Fundamentação do tema
3. Caracterização do público-alvo
4. Objetivos gerais e específicos
5. Áreas de animação e objetivos gerais
6. Metodologias de divulgação
7. Monitorização e avaliação
8. Anexos
  - 8.1. Cronograma das atividades comemorativas e rotineiras (Anexo 1)
  - 8.2. Planeamento das atividades comemorativas e rotineiras (Anexo 2)



## 1. Tema

Para este ano o tema escolhido para o desenvolvimento de atividades é “Histórias e Tradições – Memórias de uma Vida”.

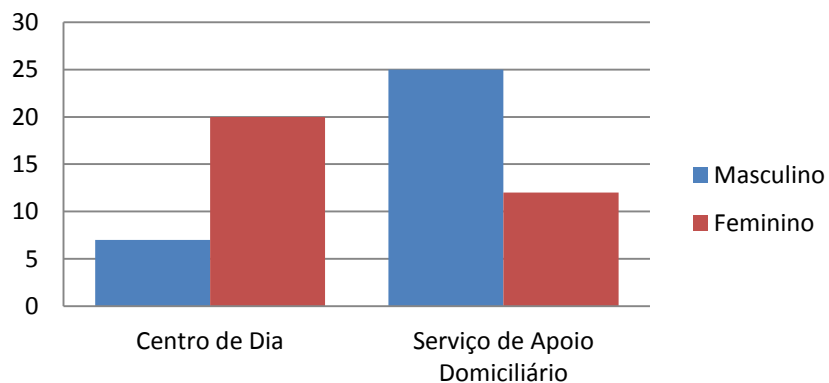
## 2. Fundamentação do Tema

Vivemos numa sociedade em que as pessoas idosas nem sempre são vistas como uma fonte de sabedoria e de histórias de vida. São muitas vezes desvalorizadas e inferiorizadas, assumidas como pessoas que perderam as suas capacidades físicas e cognitivas. Numa sociedade cada vez mais voltada para a produtividade e o mercado de trabalho, o idoso é muitas vezes visto como um fardo, especialmente no seu seio familiar. O intuito de trabalhar este tema é precisamente valorizar todos os conhecimentos e vivências que as pessoas idosas possuem, de forma a contribuir para que a nossa sociedade comece a alterar a sua visão da pessoa idosa. Uma das estratégias a adotar será a criação de um ateliê de reminiscência que permita aos clientes partilhar a sua história de vida e desenvolver a memória remota. Como Nuno Amado refere (2008), estas atividades permitem ao idoso tecer considerações sobre como a vida foi vivida, e diz respeito à “forma como o sujeito olha para o passado” (Amado, 2008).

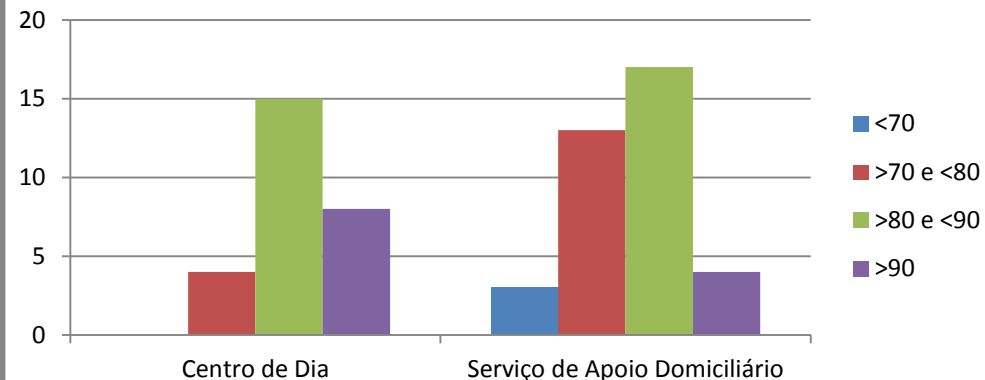


### 3. Caracterização do Público-alvo

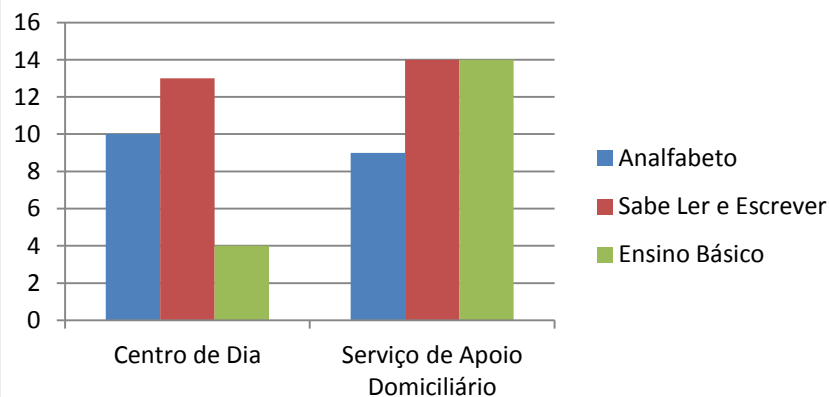
#### Caracterização por Género



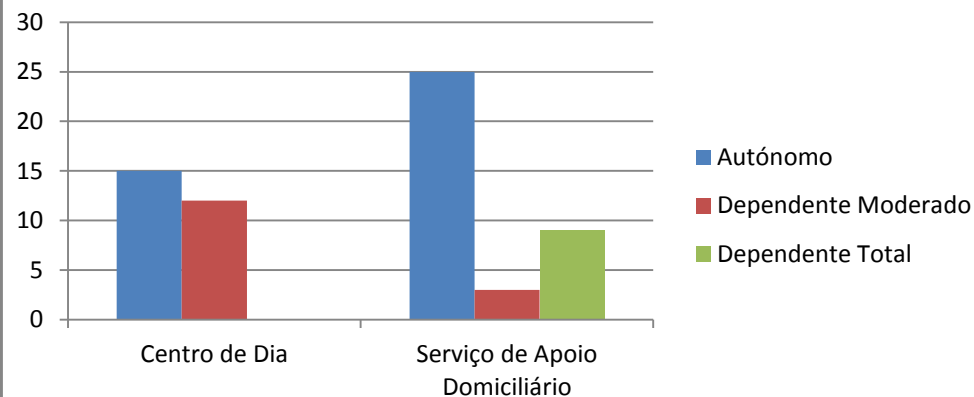
#### Caracterização por Idade



#### Caracterização por Escolaridade



#### Caracterização por Autonomia





#### 4. Objetivos Gerais e Específicos

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Indicadores	Metas
1. Promover a auto-valorização	1.1. Diminuir em pelo menos 30% a taxa de depressão geriátrica dos clientes	Taxa de depressão geriátrica dos clientes	30%
	1.2. Garantir a participação de pelo menos 50% dos clientes em atividades relacionadas com os Relatos Biográficos	Taxa de participação	50%
2. Trabalhar as principais capacidades funcionais e cognitivas	2.1. Proporcionar a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas de pelo menos 30% dos clientes.	% de clientes que mantiveram/melhoraram a sua capacidade cognitiva (Fonte: Escala de MMSE)	30%
	2.2. Estimular a leitura e a		40%



	escrita em pelo menos 40% dos clientes alfabetizados. 2.3. Consciencializar pelo menos 50% dos clientes para a importância das atividades de estimulação cognitiva	Taxa de participação	50%
--	---	----------------------	-----

#### 4. Áreas de Intervenção e Objetivos gerais

Áreas	Ateliê/Projeto	Objetivos Gerais
Lúdico-Recreativa	- Atividades recreativas	<b>Jogos de mesa e tradicionais</b> - Estimular e potenciar as várias áreas do funcionamento cognitivo e da motricidade fina - Promover o convívio e entretenimento - Promover a ocupação do tempo livre <b>Passeios culturais e interinstitucionais</b> - Incentivar ao contacto com o exterior





		<ul style="list-style-type: none"><li>- Combater o isolamento social</li><li>- Promover o convívio e entretenimento</li></ul>
Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliê de Estimulação Cognitiva<ul style="list-style-type: none"><li>- Educação de Adultos</li><li>- Ateliê de Reminiscência</li></ul></li></ul>	<p><b>Estimulação cognitiva</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Incrementar a agilidade mental</li><li>- Estimular e potenciar a linguagem, a memória, a atenção, o cálculo, as funções executivas e capacidade visuo-espacial</li><li>- Combater a deteriorização cognitiva</li></ul> <p><b>Educação de Adultos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fomentar a comunicação escrita</li><li>- Proporcionar a valorização pessoal aumentando a autoconfiança</li><li>- Promover atividades de educação ao longo da vida</li></ul> <p><b>Atividades de reminiscência</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular a memória remota</li><li>- Promover a auto-valorização através da expressão dos seus conhecimentos</li></ul>



Física/Motora	- Ateliê de Desporto	<b>Aulas de Ginástica Adaptada</b> - Promover estilos de vida saudáveis - Desenvolver a resistência, a força, o equilíbrio, a flexibilidade ea capacidade cardiorrespiratória. <b>Caminhadas Matinais</b> - Promover estilos de vida saudáveis - Desenvolver a resistência, a força, o equilíbrio, a flexibilidade ea capacidade cardiorrespiratória.
Expressão Plástica	- Ateliê de Pintura	<b>Pintura</b> - Fomentar a criatividade e a expressividade - Fomentar a auto-valorização - Desenvolver a motricidade fina <b>Trabalhos Manuais</b> - Proporcionar momentos de lazer e convívio - Percecionar e integrar as características dos diferentes materiais e sua utilidade
Saúde	- Cuidados de Saúde	<b>Medição da Tensão Arterial</b> - Contribuir para a promoção da saúde



## 5. Metodologias de Divulgação, Monitorização e Avaliação

As atividades planeadas serão divulgadas através da página do Facebook, do site institucional, das planificações mensais e semanais afixadas na instituição e serão feitos cartazes de divulgação em atividades específicas.

## 6. Monitorização e Avaliação

A monitorização das atividades é realizada de três formas: semanal, mensal, semestral e anualmente.

Na monitorização semanal a planificação é avaliada tendo em conta as atividades de cada dia e é considerada a sua execução.

Mensalmente é registado o grau de participação dos clientes em cada atividade/ateliê e verifica-se a execução das atividades programadas recorrendo à avaliação semanal como apoio.

No que diz respeito à avaliação semestral, é avaliado o grau de cumprimento dos objetivos determinados no programa de ação e das atividades planeadas, sendo se necessário reajustados os objetivos e as estratégias para o semestre seguinte.

Ao fim de 12 meses é feita a avaliação anual e final, em que é realizada uma análise geral e é verificado o nível de concretização dos objetivos e grau de cumprimento das atividades propostas. Nesta avaliação, a equipa técnica traça as linhas gerais para o programa de ação do próximo ano.



# ANEXO 1

## CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES









### Cronograma das Atividades Rotineiras

Dias da Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Ateliê					
Desporto					
Estimulação Cognitiva					
Saúde					
Reminiscência					
Educação de Adultos					
Pintura					
Lúdico-Recreativo					





# ANEXO 2

## PLANEAMENTO DAS ATIVIDADES

## COMEMORATIVAS



## Planeamento de Atividades Comemorativas

Mês	Dia Tema Comemorativo	Objetivos Específicos	Descrição das Atividades Estratégias	Destinatários	Recursos envolvidos		
					Materiais	Humanos	Financeiros *
Janeiro	Dia 6 (Dia de Reis)	Estimular a memória; Fomentar a partilha de conhecimentos	Recordar e registar poemas, canções e rimas referentes ao Dia de Reis; Atuação de um grupo de Charolas; Lanche de Convívio	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas; Lanche	Educadora Social; Clientes	30 €
	Dia 8 (Dia da Alfabetização)	Estimular a memória; Desenvolver a linguagem e a expressão oral	Realização de atividades de alfabetização; Conversas acerca da importância da alfabetização.	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 14 (Passeio a Lagos)	Desenvolver a cultura; Promover momentos de convívio; Incentivar ao contacto com o exterior.	Realizar um passeio à cidade de Lagos.	Clientes de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Almoço; Lanche	Educadora Social; Município de Tavira; Motorista; Clientes	30 €
Fevereiro	Dias 1 a 8 (Preparação para o Carnaval)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparação dos adereços para o Carnaval.	Clientes de Centro de Dia	Cartolinas; Marcadores; Cola; Tesouras; Papel; Tecidos; Material de Costura	Educadora Social; Clientes	30 €
	Dia 5 (Carnaval)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos	Realização de um baile de Carnaval.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Disfarces; Adereços elaborados	Educadora Social; Músico; Diretora	70 €



		de lazer e boa disposição.			anteriormente; Lanche; Transporte	Técnica; Colaboradores; Músico; Clientes	
	Dia 11 (Preparação Dia de S. Valentim)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparar as decorações para o Dia de S. Valentim; Decorar a instituição.	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas; Cartolinas	Educadora Social; Clientes.	0 €
	Dia 12 (Dia de S. Valentim)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Aumentar a autoestima dos clientes; Proporcionar momentos de bem-estar	Proporcionar um almoço romântico para os casais da instituição; Troca de cartas de amor entre os casais.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Almoço	Educadora Social; Colaboradores; Clientes.	0 €
	Dia 25 (Passeio ao Castelo de Silves)	Desenvolver a cultura; Promover momentos de convívio; Incentivar ao contacto com o exterior.	Realizar um passeio ao Castelo de Silves.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Almoço; Lanche	Educadora Social; Município de Tavira; Motorista; Clientes	30 €
Março	Dia 7 (Preparação dia da Mulher)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparação das decorações para o Dia da Mulher; Elaboração das lembranças do dia da Mulher	Clientes de Centro de Dia	Cartolinas; Marcadores; Tesouras; Fita-cola	Educadora Social; Clientes.	20 €
	Dia 8 (Dia da Mulher)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de lazer e boa disposição.	Realização de um lanche para as colaboradoras e clientes do sexo feminino.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Motorista; Colaboradores; Clientes.	10 €
	Dia 14 (Visita à ERPI Santa Casa da Misericórdia de Tavira)	Promover momentos de convívio; Estimular o contacto com o exterior	Realização de uma visita à ERPI Santa Casa da Misericórdia de Tavira.	Clientes de Centro de Dia	Transporte	Educadora Social; Motorista; Clientes.	3 €



	Dia 17 (Preparação Dia do Pai)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparação das decorações para o Dia do Pai; Elaboração das lembranças do dia do Pai	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Marcadores; Tesouras; Fita-cola	Educadora Social; Clientes.	20 €
	Dia 18 (Dia do Pai)	Promover momentos em família; Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de lazer e boa disposição.	Proporcionar um convívio e lanche entre pais e filhos.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Colaboradores; Clientes	10 €
	Dias 17 a 23 (Preparação para a Páscoa)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparação das decorações para a comemoração da páscoa; Decorar a instituição.	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Papel; Marcadores; Canetas; Tesouras; Fita-cola	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 24 (Páscoa)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de convívio; Desenvolver momentos de prazer e boa disposição	Realização do baile da Pinha.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Colaboradores; Diretora Técnica; Músico; Clientes.	60 €
Abril	Dia 1 (Dia das Mentiras)	- Estimular a criatividade; -Proporcionar momentos de bem-estar	Fazer o tradicional jogo do "telefone estragado" recorrendo a mentiras criadas pelos clientes.	Cientes de Centro de Dia	N.A.	Educadora Social; Clientes.	0 €
	Dia 6 (Dia Mundial da Atividade Física)	Fomentar o bem-estar físico e psicológico dos clientes; Estimular a prática de atividade física	Ir a um parque geriátrico e proporcionar momentos de atividade física.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educadora Social; Motorista; Clientes.	5 €



Dia 13 (Dia do Beijo)	Promover momentos de carinho;	Criar um "momento do beijo" aos clientes.	Cientes de Centro de Dia	N.A.	Educadora Social; Clientes	0 €
Dia 18 (Dia Internacional dos Monumentos e Sítios)	Contribuir para o enriquecimento cultural dos clientes; Proporcionar momentos de bem-estar; Promover o contacto com o exterior	Visita à Igreja de Cacula Velha.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educadora Social; Motorista; Clientes.	10 €
Dias 19 a 21 (Preparação para o Dia da Liberdade)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Elaborar cravos em papel; Recolher testemunhos sobre as vivências do 25 de Abril.	Cientes de Centro de Dia	Papel; Marcadores; Tesouras; Cola; Fita-cola	Educadora Social; Clientes	0 €
Dia 22 (Dia da Liberdade)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de convívio	Oferecer os cravos anteriormente elaborados à comunidade.	Cientes de Centro de Dia	N.A.	Educadora Social; Clientes	0 €
Dia 28 (Dia do Sorriso)	Fomentar a autoestima dos clientes; Proporcionar momentos de boa disposição	Fazer uma sessão fotográfica para obter o melhor sorriso.	Cientes de Centro de Dia	Máquina fotográfica	Educadora Social; Clientes	0 €
Dia 29 (Dia da Dança)	Incentivar à prática de atividade física; Promover momentos de convívio	Proporcionar aos clientes uma aula de zumba adaptada.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educadora Social; Técnicos de Desporto; Clientes.	5 €
Dia 29 (Preparação Dia da Mãe)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade	Preparar as decorações alusivas ao dia da mãe; Decorar a instituição; Elaboração das lembranças para o dia da mãe	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Papel; Marcadores; Tesouras;	Educadora Social; Clientes.	20 €



					Cola; Fita-cola		
	Dia 30 (Dia da Mãe)	Promover momentos em família; Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de lazer e boa disposição.	Proporcionar um convívio e lanche entre mães e filhos.	Clientes de Centro de Dia	Lanche	Educadora Social; Músico; Colaboradores; Clientes.	70 €
Maio	Dia 2 (Dia do Trabalhador)	Estimular a memória remota; Promover a autovalorização	Relembrar as profissões de cada cliente.	Clientes de Centro de Dia	N.A.	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 5 (Dia da Espiga)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Estimular a memória e a expressão oral	Elaborar ramos com espigas; Falar sobre o simbolismo da espiga.	Clientes de Centro de Dia	Espigas; Tecido	Educadora Social; Colaboradores; Clientes.	0 €
	Dia 13 (Dia da Nossa Senhora de Fátima)	Participar nas celebrações religiosas da comunidade; Promover momentos de bem-estar	Reza do terço.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Terços	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 13 (Dia da Família)	Estimular a memória remota; Valorização do cliente através da partilha das suas histórias de vida	Elaborar a árvore genealógica de cada cliente.	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas; Tesouras	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 26 (Passeio ao Zoomarine)	Proporcionar momentos de convívio; Promover o contacto com o exterior	Realizar um passeio ao Zoomarine; Convidar outra instituição para o passeio.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Almoço; Lanche	Educadora Social; Motorista; Município de Tavira;	30 €



					Cartolinas; Papel; Marcadores	Cientes Educatória Social; Clientes.	0 €
	Dia 31 (Preparação do Dia da Criança)		Preparação das decorações para o dia da criança.				
Junho	Dia 1 (Dia da Criança)	Incentivar a intergeracionalidade;	Convidar as crianças da pré-primária da freguesia para apresentar uma peça de teatro.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educatória Social; Diretora Técnica; Educadoras de Infância; Crianças; Clientes	10 €
	Dia 6 (Dia do Ambiente)	Consciencializar os clientes sobre a importância da preservação do ambiente	Explicar os diferentes tipos de ecopontos; Sensibilizar os clientes para a importância da preservação do ambiente.	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas	Educatória Social; Clientes	0 €
	Dia 9 (Dia de Portugal)	Estimular a memória; Fomentar o enriquecimento cultural	Elaboração de uma bandeira de Portugal; Relembrar o hino de Portugal.	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas	Educatória Social; Clientes	0 €
	Dia 13 (Visita aos Mestros dos Santos Populares)	Fomentar o enriquecimento cultural; Incentivar o contacto com o exterior	Visita aos Mestros dos Santos Populares em Tavira.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educatória Social; Motorista; Clientes	5 €
	Dias 6 a 22 (Preparação para o S. João; Ensaio da Marcha do Centro Social)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade; Estimular a memória	Preparação das decorações para a festa dos Santos Populares; Decoração da Instituição.	Clientes de Centro de Dia	Papel de lustro; Aglhas; Cartolinas; Marcadores	Educatória Social; Município de Tavira; Clientes	0 €
	Dia 23 (Dia de S. João)	Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de convívio	Realização de um arraial de S. João; Atuação da Marcha do Centro Social.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Tecidos; Manjericos; Lanche	Educatória Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Músico Clientes	100 €



Julho	Dia 1 (Ida à Praia)	Promover o bem-estar; Incentivar o contacto com o exterior	Realização de um passeio à praia da Retur.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educadora Social; Motorista; Clientes	10 €
	Dia 7 (Passeio a Sagres e Costa Vicentina)	Proporcionar momentos de convívio; Promover o contacto com o exterior; Fomentar o enriquecimento cultural	Visita à ponta de Sagres e Costa Vicentina.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Almoço; Lanche	Educadora Social; Motorista; Município de Tavira; Clientes	30 €
	Dia 20 (Dia da Amizade)	Estimular a memória; Valorizar o cliente através das suas perceções	Fazer uma tela com as palavras atribuídas pelos clientes sobre o significado da amizade.	Cientes de Centro de Dia	Tela; Pincéis; Tintas	Educadora Social; Clientes	10 €
	Dia 25 (Preparação Dia dos Avós)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade; Estimular a memória	Preparar as decorações para o dia dos avós; Elaboração das lembranças para o dia dos avós	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Papel; Canetas; Marcadores	Educadora Social; Clientes	20 €
	Dia 26 (Dia dos Avós)	Proporcionar momentos em família; Integrar os clientes nas festividades da comunidade; Proporcionar momentos de convívio	Realização de um convívio entre avós e netos; Atuação do Rancho Sénior.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Rancho; Clientes	30 €
Agosto	Dia 19 (Dia Mundial da Fotografia)	Estimular a autonomia; Incentivar ao espírito de entre-ajuda	Ensinar os clientes a utilizarem a máquina fotográfica digital e fotografarem os restantes colegas.	Cientes de Centro de Dia	Máquina Fotográfica	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dias 12 a 14 (Preparação Feira Franca Anual de Santo Estêvão)	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade; Estimular a memória	Preparação para a Feira Franca Anual de Santo Estêvão	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Telas; Pincéis; Tintas; Tesouras;	Educadora Social; Patrocinadores; Clientes.	170 €





					Colas; Cabazes		
Setembro	Dias 15 a 17 (Feira Franca Anual de Santo Estêvão)	Mostrar o trabalho da instituição à comunidade; Valorizar os saberes dos clientes	Participação na Feira Franca Anual de Santo Estêvão; Apresentação dos trabalhos realizados pelos clientes.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário; Comunidade	N.A.	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Clientes	0 €
	Dias 26 a 30 (Semana do Idoso)	Promover o convívio e as relações interpessoais; Incentivar o contacto com o exterior; Valorizar o cliente através da religião; Aumentar a auto-estima	Elaboração das lembranças para o dia do Idoso; Atividades Interinstitucionais; Passeios; Missa do Idoso; Desfile Sénior.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Clientes	35 €
Outubro	Dia 1 (Dia do Idoso)	Proporcionar momentos de divertimento e bem-estar; Integrar os clientes nas festividades da comunidade;	Proporcionar um lanche aos clientes.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Clientes	10 €
	Dia 1 (Dia da Música)	Promover momentos de bem-estar; Contribuir para o enriquecimento cultural dos clientes	Proporcionar uma tarde de fados.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte; Lanche	Educadora Social; Clientes	50 €
	Dia 10 (Dia Mundial dos Correios)	Estimular a memória; Promover o contacto com outros clientes; Estabelecer laços afetivos	Com a colaboração dos clientes redigir cartas endereçadas aos ex. clientes que estão em ERPI	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas; Envelopes	Educadora Social; Clientes	1 €
	Dia 12 (Administração da Vacina da Gripe)	Prevenir a doença; Contribuir para o bem-estar físico dos clientes	Em parceria com o Centro de Saúde de Santo Estêvão administrar a vacina da gripe aos clientes.	Clientes de Centro de Dia	Vacinas	Educadora Social; Enfermeira; Clientes	0 €



	Dia 14 (Ação de Sensibilização da GNR)	Sensibilizar os clientes para o perigo das burlas e outras temáticas	Em parceria com a GNR proporcionar uma ação de sensibilização aos clientes.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Projektor; Tela	Educadora Social; GNR; Clientes	0 €
	Dia 21 (Comemoração do Aniversário da Instituição)	Fomentar o convívio; Estimular momentos de bem-estar e lazer; Desenvolver a motricidade fina	Confeccionar bolos com os clientes; Fazer um lanche com bolo de aniversário.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Lanche; Bolo; Velas; Ingredientes; Utensílios	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; Clientes	15 €
Novembro	Dia 1 (Dia de Todos os Santos)	Estimular a memória remota	Visita ao cemitério para recordar os familiares e amigos que já faleceram.	Cientes de Centro de Dia	Transporte	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 11 (Dia de S. Martinho)	Promover o convívio; Proporcionar momentos de bem-estar	Realizar um lanche partilhado com castanhas assadas, cozidas e água-pé entre colaboradores e clientes.	Cientes de Centro de Dia; Colaboradores	Castanhas; Água-pé	Educadora Social; Diretora Técnica; Colaboradores; União Junta de Freguesia Santo Estêvão e Luz de Tavira; Clientes	0 €
	Dia 24 (Visita à ERPI Santa Casa da Misericórdia de Loulé)	Promover momentos de convívio; Estimular o contacto com o exterior	Realizar uma visita à ERPI Santa Casa da Misericórdia de Loulé.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário	Transporte	Educadora Social; Motorista; Clientes	20 €
Dezembro	Dias 9 a 16 (Fazer a Árvore de Natal e Decorações)	Fomentar a motricidade fina; Estimular a criatividade; Promover momentos de convívio	Elaborar as decorações alusivas ao Natal; Fazer a árvore de Natal do Centro com a colaboração dos clientes.	Cientes de Centro de Dia	Cartolinas; Marcadores; Cola; Tesouras; Árvore de Natal; Decorações de Natal	Educadora Social; Clientes	0 €
	Dia 21 (Festa de Natal)	Proporcionar o	Realização de um almoço de Natal com os clientes.	Cientes de Centro de Dia e de Serviço de	Transporte; Almoço	Educadora Social;	0 €



		envolvimento dos clientes na quadra natalícia; Promover momentos de bem-estar		Apoio Domiciliário		Diretora Técnica; Colaboradores; Clientes	
Orçamento total							969 €

## Planeamento das Atividades Rotineiras

Ateliê	Dias da Semana	Estratégias e Atividades	Destinatários	Recursos envolvidos		
				Materiais	Humanos	Financeiros*
Lúdico Recreativo	6ª feira	Jogos dinâmicos e tradicionais; Jogos de mesa	Clientes de Centro de Dia	Jogos diversos	Educadora Social; Clientes	0 €
Estimulação Cognitiva	2ª feira	Jogos de estimulação cognitiva	Clientes de Centro de Dia	Jogos diversos	Educadora Social; Clientes	0 €
Educação de Adultos	4ª feira	Realização de atividades de leitura, escrita, redações biográficas; Redigir rimas, provérbios e ditados populares	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas	Educadora Social; Clientes	0 €
Reminiscência	3ª feira	Realização de atividades direcionadas para a partilha de conhecimentos e histórias de vida	Clientes de Centro de Dia	Papel; Canetas; Gravador	Educadora Social; Clientes	0 €
Desporto	2ª, 3ª e 6ª feira	Caminhadas; Aulas de ginástica	Clientes de Centro de Dia	N.A.	Educadora Social; Clientes	0 €
Pintura	5ª feira	Pintura em papel, em tela; Trabalhos manuais	Clientes de Centro de Dia	Papel; Telas; Canetas; Lápis; Tintas; Pincéis; Tesouras; Colas	Educadora Social; Clientes	0 €



Saúde	2ª feira	Medição da Tensão Arterial	Clientes de Centro de Dia	Medidor da Tensão Arterial	Educadora Social; Clientes	0 €
Orçamento						0 €

### Execução

Nome	Categoria Profissional	Assinatura

### Aprovação

Valor total do Plano de Ação: 969 euros

Nome	Categoria Profissional	Assinatura