



**ATC** ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO  
DE  
VILA CHÃ

**PLANO DE ACTIVIDADES 2022 – C.D / S.A.D / E.R.P.I**

<u>ACTIVIDADES SÓCIO CULTURAIS TIPO</u>	<u>ESTIMATIVA DE CUSTOS</u>	<u>ACTIVIDADES</u>	<u>IDOSOS COM DEFICIÊNCIAS MOTORAS</u>	<u>IDOSOS COM DEFICIÊNCIAS PSÍQUICAS VISUAIS E AUDITIVAS</u>	<u>CALENDARIZAÇÃO</u>	<u>OBJECTIVOS</u>	<u>LOCAL</u>
<b>LÚDICO RECREATIVAS</b>	<b>955,00€</b>	Jogos de sala (Damas, Cartas, Dominó, Xadrez, bingo, etc).	Ajuda na movimentação.	Ajuda da Educadora nos movimentos completando com som.	- Todas as semanas durante todo o ano.	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas assim, como a motricidade fina, convívio, criatividade.	A.S.T.V.C
		Trabalhos Manuais (Colagens, pinturas, Recortes, Croché, Costura, Decoração de pratos, copos, garrafas, técnica do guardanapo, trapilho etc).			- Fazer trabalhos para as festas cíclicas, Feirão, decoração, etc.	-Desenvolver a imaginação e a criatividade.	A.S.T.V.C
		S. Valentim / Dia do Amor.	Sem grandes dificuldades, obtêm ajuda nos movimentos.	Ajuda nos movimentos com explicação verbal.	- 14 de Fevereiro.	-Convívio, aquisição de novos conhecimentos, novas experiências, desenvolvimento das emoções, escrita, visão, concentração, memorização, Introspeção.	A.S.T.V.C. Ou local a definir
		Dia Mundial da Paz			- 03 de Janeiro		
		Dia Mundial do Riso / Sorriso.			- 18 Janeiro		
		Dia da escrita à mão			- 02 de Outubro.		
		Dia Mundial do Chocolate.			- 24 de Janeiro		
		Dia Mundial da árvore / Festejos da primavera			- 07 de Julho.		
		Dia das bruxas – Halloween.			- 21 de Março.		
		Passeio Anual.			- 31 de Outubro.		
Marchas Populares.	- Julho (dia a definir)						
	- 24 Junho.						
<b>CULTURAIS</b>	<b>780,00€</b>	Cinema.	Ajuda na movimentação.	Ajuda na percepção dos temas, com explicação verbal.	- De Janeiro a Dezembro (datas a definir).	-Convívio, aumento da autoestima, aquisição de novos conhecimentos, intercâmbio de	Local a definir
		Teatro.			- 28 de Março.		
		Dia Mundial do Teatro.					
		Museus.					



ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO  
DE  
VILA CHÃ

PLANO DE ACTIVIDADES 2022  
C.D / S.A.D / E.R.P.I

Handwritten initials and signature in blue ink.

<b>CULTURAIS</b>		Dia Internacional dos Museus. Visita a um Museu a definir.	Ajuda na movimentação.	Ajuda na movimentação, explicação dos temas.	- 18 de Maio	experiências, valores, sentimentos. -Apreciar a leitura/audição/visualizaçã o de histórias. - Cultura - Estar em contacto com a representação e o faz de conta. Convívio, aquisição de novos conhecimentos, novas experiências, desenvolvimento das emoções. - Sensibilizar para uma alimentação saudável.	Local a definir
		Exposições.			- 21 de Março.		A.S.T.V.C
		Dia Mundial da Poesia.			- 22 de Abril.		Alijó
		Dia Mundial do Livro.			- Data a definir.		Biblioteca A definir
		Feira do Livro.			- A Definir.		
		Dia Mundial das Bibliotecas. Visita a uma Biblioteca Municipal.			- 25 de Abril		A.S.T.V.C.
		Dia da Liberdade			- 17 de Outubro.		Vila Real ou Alijó
		Dia Mundial da Alimentação/Pão. Palestra c/ lanche alusivo à temática.			- 04 de Novembro.		A.S.T.V.C
		Dia Mundial do Cinema. Ida ao Cinema.			- 21 de Novembro.		
		Dia Mundial da Televisão. Filme alusivo ao tema e visualização das atividades elaboradas.					
<b>DESPORTIVAS</b>	120,00€	Dinâmicas de Geromotrocidade.	Fazer exercícios dependendo das suas deficiências, ajuda na movimentação e coordenação dos movimentos.	Fazer exercícios dependendo das suas deficiências, ajuda na movimentação e coordenação dos movimentos.	- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.	-Praticar exercício Físico para melhorar o seu bem- estar e as suas capacidades físicas, cognitivas e emocionais.	A.S.T.V.C
		Ginástica ao ar Livre.			- Uma vez por semana nos meses de Março a Setembro (sempre que o tempo permitir).		Local a Definir
		Caminhadas.			- Quinzenalmente nos meses de Março a Setembro., ou até o tempo permitir		A.S.T.V.C
		Jogos Tradicionais.			- Uma a duas vezes por semana, durante todo o ano.		A.S.T.V.C
		Jogo do Boccia.			- Terças e Quintas Feiras de Janeiro a Dezembro.		Jardim de Alijó
		Torneio do Boccia.			Um jogo possível para estes idosos, mesmo com dificuldades.		Adapta-se o jogo, ajudando nas coordenadas da bola, podendo jogar sentados.



**ATC ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO  
DE  
VILA CHÃ**

PLANO DE ACTIVIDADES 2022  
C.D / S.A.D / E.R.P.I

<b>DESPORTIVAS</b>		Dia Mundial da Atividade Física – Circuito de Manutenção.			- 06 de Abril.		Vila Chã	
		Dia mundial da Dança	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 29 Abril.	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas como o pensamento, a concentração e a atenção.	Danceteria V. Real ou A.S.T.V.C	
<b>ESPIRITUAL / RELIGIOSO</b>	93,00€	Leitura em voz alta de temas religiosos.	Sem grandes dificuldades Ajuda na movimentação.	Não há muita dificuldade visto que há sons. Explica-se os temas.	- Quinzenalmente ou mensalmente de Janeiro a Dezembro.	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas nomeadamente o pensamento, atenção, concentração e memória.	A.S.T.V.C	
		Visionamento de Filmes.			- Durante todo o ano uma vez por mês.		A.S.T.V.C	
		Dia de Reis (na instituição, devido à pandemia).	Ajuda na movimentação.	Ajuda na movimentação, completando com os sons.	- 06 de Janeiro.	-Combater o isolamento, a depressão. Convívio, gosto pela música. Desenvolver o gosto pelos trabalhos manuais	A.S.T.V.C	
		Cantar as Janeiras (na instituição, devido à pandemia).			- Durante o mês de Janeiro.		A.S.T.V.C	
		Dia Mundial do Doente. Institucional devido à pandemia.	Sem grandes dificuldades.	Sem grande dificuldade, explicação do tema.	- 11 Fevereiro.		A.S.T.V.C	
		Dia do Pai / S. José			- 19 Março			
<b>INTELLECTUAL / FORMATIVO</b>	340,00€	Dia Mundial da água	Sem grandes dificuldades.	Sem grande dificuldade, explicação do tema.	- 22 Março	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas nomeadamente o pensamento, atenção, concentração, memória e o gosto pela cultura, trabalhos manuais		
		Música.	Sem grandes dificuldades.	Ajuda na leitura, a Educadora lê para os idosos, fazendo movimentos para interpretarem as coisas.	- Uma a duas vezes por semana durante todo o ano.	-Desenvolver o gosto pela leitura, canto, dança e pelas novas tecnologias da atualidade.	A.S.T.V.C	
		Dia Mundial da Luta contra o Cancro.			- 04 de Fevereiro.			
		Dia Mundial da Rádio.			- 14 Fevereiro.			
		Dança.	- 1 a 2 x por mês durante todo o ano.	- 07 de Abril.	A.S.T.V.C			
		Dia Mundial da Saúde.	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 17 de Maio.			A.S.T.V.C
		Dia Mundial da Hipertensão.			- 30 de Setembro			
		Dia Mundial da Música.						



ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO  
DE  
VILA CHÃ

PLANO DE ACTIVIDADES 2022  
C.D/S.A.D/E.R.P.I

*Handwritten signature*

<b>INTELECTUAL / FORMATIVO</b>		Dia Mundial da Fotografia.		Ajuda na Movimentação.	- 19 de Agosto.		
		Dia Mundial do Coração.			- 29 de Setembro.		
		Dia Mundial da Diabetes.			- 14 de Novembro.		
		Cantares.	Ajuda nos movimentos.	Ajuda na leitura, a Educadora lê para os idosos, fazendo movimentos para interpretarem as coisas.	- 2 a 3 x por mês.		
		Leitura de contos, jornais, e livros à escolha.					
<b>QUOTIDIANAS</b>	150,00€	T. V.	Sem dificuldades.	Adapta-se bem aos idosos pelo som.	- Todos os dias durante todo o ano.	-Combater o isolamento, a depressão.	A.S.T.V.C
		Ouvir Rádio.			- Todos os dias durante todo o ano.		
		Jardinagem.	Ajuda nos movimentos.	- Tentar estabelecer contacto com a natureza ajudando nos movimentos e coordenação.	-1 a 2 x por semana durante todo o ano (assim o tempo permita).	-Desenvolver a sua motricidade e fazer um pouco de exercício físico.	A.S.T.V.C
		Ginástica, caminhadas.			- 1 a 2 x por semana.	- Contactar com diferentes texturas e sensações.	
		Escrita.			- 1 a 2 x mês.	- Mensagens de felicidade.	
		Culinária.			- 1 x mês.		
		Dia Internacional da Felicidade.			- 21 de Março.		
<b>SOCIAIS</b>	1035,00€	Passeios Coletivos.	Conciliar os passeios de forma a não haver grandes dificuldades na movimentação, tendo ajuda dos responsáveis.	Ajuda na deslocação e na explicação do que é visto, ajudando a perceber por onde se passeia.	- Mês de Julho (data a definir).	-Convívio com outros idosos, promovendo a socialização e evitando o isolamento, a tristeza e a depressão. -Adquirir experiências diversificadas.	Local a definir
		Carnaval, (realização de máscaras e enfeites carnavalescos).	Sem grandes dificuldades, obtêm ajuda nos movimentos.	Tentar explicar e ajudar na interação dos idosos.	- Entre Janeiro e Fevereiro.	-Promover os laços familiares - Valorizar as tradições que fazem parte da cultura da região,	Sem saída ao exterior devido à pandemia
		Desfile de carnaval na Associação (devido à pandemia).			- 28 de Fevereiro.	-Promover o intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes e	
		Dia da Mãe.	Sem grandes dificuldades, obtêm		- 01 Abril.		A.S.T.V.C
		Dia da Mulher.			- 8 Março.		Jardim de Alijó
Feirão.			Ajuda nos movimentos.	- 24 Junho.			



**ATC** ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO  
DE  
VILA CHÃ

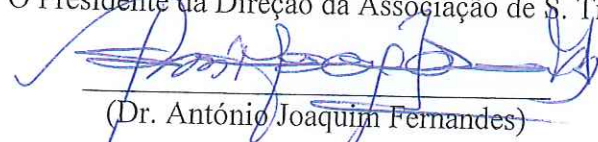
PLANO DE ACTIVIDADES 2022  
C.D/S.A.D/ E.R.P.I

<b>SOCIAIS</b>			ajuda nos movimentos.	Explicação dos temas.		também o sentimento de união, amor e família. -Promover afetos parentais -Promover o intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes e também o sentimento de união, amor e família. -Promover o convívio Familiar.	(se a pandemia permitir)
		Dia internacional do Piquenique Piquenique (local a definir).			- 18 Junho.		Local a definir
		Dia Mundial dos Avós.			- 27 Julho.		A.S.T.V.C
		Dia Mundial do Idosos.			- 3 de Outubro.		Local a definir
		Festa S. Martinho.			- 10 de Novembro.		A.S.T.V.C
	Festa de Natal, (decoração e enfeites da árvore de Natal e sala de convívio, realização de postais e lembrancinhas para oferecer aos idosos).	- 18 de Dezembro .	A.S.T.V.C				

**Nota:** Para além de todas estas atividades desenvolvidas, tanto da valência do CD e ERPI, a Educadora Social vai tentar efetuar visita domiciliária uma vez por mês a todos os utentes de SAD para realização de algumas atividades e verificação das necessidades dos clientes, tendo por finalidade minorar o isolamento e exclusão social. Salienta-se que os clientes de S.A.D, participam esporadicamente nas atividades diárias do plano, no entanto participam em todas as atividades pontuais (ex. Passeios, Jogo da Boccia, etc).

O Plano de atividades foi elaborado para as valências de CD, SAD e ERPI, contudo este plano encontra-se passível de alterações, especialmente nesta época de pandemia COVID-19.

O Presidente da Direção da Associação de S. Tiago

  
(Dr. António Joaquim Fernandes)

A Educadora Social

  
(Susana Pinto)

