

**ATC****ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ****PLANO DE ACTIVIDADES 2023 – 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>
<u>LÚDICO RECREATIVAS</u>	1075,00€	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. -Contactar com diferentes texturas e sensações.	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			- 02 de Janeiro		
		Dia Mundial do Riso / Sorriso.			- 18 Janeiro - 06 de Outubro.		
		Dia da escrita à mão			- 23 de Janeiro		
		Dia Mundial do Chocolate.			- 07 de Julho.		
		Dia Mundial da árvore / Festejos da primavera			- 21 de Março.		
		Dia das bruxas – Halloween.			- 31 de Outubro.		
		Passeio Anual.			- Julho (dia a definir)		
Marchas Populares.	- 23 Junho.						
<u>CULTURAIS</u>	800,00€	Cinema.			Ajuda na movimentação.		
		Teatro.	- 27 de Março.				
		Dia Mundial do Teatro.					
		Museus.					



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

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

CULTURAIS		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/visualização 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.			- 24 de Abril.		Alijó
		Dia Mundial do Livro.			- Data a definir.		Biblioteca A definir
		Feira do Livro.			- 25 de Abril		
		Dia Mundial das Bibliotecas. Visita a uma Biblioteca Municipal.			- 16 de Outubro.		A.S.T.V.C.
		Dia da Liberdade			- 06 de Novembro.		Vila Real ou Alijó
		Dia Mundial da Alimentação/Pão. Palestra c/ lanche alusivo à temática.			- 21 de Novembro.		A.S.T.V.C
		Dia Mundial do Cinema. Ida ao Cinema.					
		Dia Mundial da Televisão. Filme alusivo ao tema e visualização das atividades elaboradas.					
DESPORTIVAS	175,00€	Dinâmicas de Geromotricidade.	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).		
		Caminhadas.			- Quinzenalmente nos meses de Março a Setembro., ou até o tempo permitir		Local a Definir
		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.		A.S.T.V.C
		Torneio do Boccia.			- 24 de Maio.		Jardim de Alijó

**ATC****ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ**PLANO DE ACTIVIDADES 2022
C.D / S.A.D / E.R.P.I

<u>DESPORTIVAS</u>		Dia Mundial da Atividade Física – Circuito de Manutenção.			- 06 de Abril.		Vila Chã
		Dia mundial da Dança	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 28 Abril.	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas como o pensamento, a concentração e a atenção.	Danceteria V. Real ou A.S.T.V.C
<u>ESPIRITUAL / RELIGIOSO</u>	180,00€	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 A.S.T.V.C
		Visionamento de Filmes.			- Durante todo o ano uma vez por mês.		
		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.	A.S.T.V.C
		Cantar as Janeiras			- 21 de Janeiro	Convívio, gosto pela música.	Alijó
		Dia Mundial do Doente. Institucional devido à pandemia.	Sem grandes dificuldades.	Sem grande dificuldade, explicação do tema.	- 10 Fevereiro.	Desenvolver o gosto pelos trabalhos manuais	A.S.T.V.C
Dia do Pai / S. José			- 20 Março				
<u>INTELLECTUAL / FORMATIVO</u>	480,00€	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 A.S.T.V.C.
		Dia Mundial da Luta contra o Cancro.			- 03 de Fevereiro.		
		Dia Mundial da Rádio.	- 13 Fevereiro.				
		Dança.	-1 a 2 x por mês durante todo o ano.				
		Dia Mundial da Saúde.	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 06 de Abril.		
		Dia Mundial da Hipertensão.			- 17 de Maio.		
		Dia Mundial da Música.			- 02 Outubro		
Dia Mundial da Fotografia.		Ajuda na Movimentação.	- 18 de Agosto.				



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

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

INTELLECTUAL / FORMATIVO		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.					
QUOTIDIANAS	195,00€	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. - Contactar com diferentes texturas e sensações. - Mensagens de felicidade.	A.S.T.V.C
		Ginástica, caminhadas.			- 1 a 2 x por semana.		
		Escrita.			- 1 a 2 x mês.		
		Culinária.			- 1 x mês.		
Dia Internacional da Felicidade.			- 20 de Março.				
SOCIAIS	1190,00€	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, -Promover o intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes e	Sem saída ao exterior devido à pandemia A.S.T.V.C Jardim de Alijó
		Desfile de carnaval na Associação (devido à pandemia).	Sem grandes dificuldades, obtêm	Ajuda nos movimentos.	- 17 de Fevereiro.		
		Dia da Mãe.			- 07 Maio.		
		Dia da Mulher.			- 8 Março.		
Feirão.			- 24 Junho.				



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

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

SOCIAIS			ajuda nos movimentos.			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).		Explicação dos temas.	- 19 Junho.		Local a definir
		Dia Mundial dos Avós.			- 26 Julho.		A.S.T.V.C
		Dia Mundial do Idosos.			- 27 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 lembranças para oferecer aos idosos).			- 17 de Dezembro .		A.S.T.V.C
	Festa Natal Município			- Data definir		Local a definir	

► **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)