





## ÍNDICE

	<b>Página</b>
1. Introdução	<b>3</b>
2. Estrutura Organizacional	<b>4</b>
3. Gabinete de Atendimento e Acompanhamento Social	<b>5</b>
4. Projectos e Candidaturas	<b>5</b>
5. Actividades a Decorrer ao Longo do Ano	<b>7</b>
6. Actividades Mensais	<b>14</b>
7. Conclusão	<b>36</b>



## 1) Introdução

O presente Plano de Actividades tem como finalidade descrever as actividades que a Casa do Povo de Alagoa (CPA) se propõe a desenvolver durante o ano de 2016, tendo em conta os serviços que presta e as actividades que perspectiva.

Importa torná-lo público junto dos corpos gerentes, da comunidade de sócios, dos clientes, dos familiares e dos colaboradores e fazer com que constitua, após aprovação, um documento de trabalho que se pretende dotado de uma função orientadora para todos os responsáveis.

O planeamento das actividades da Casa do Povo de Alagoa faz-se anualmente e está alinhado com a estratégia Plurianual definida para 2014-2016. Além deste alinhamento, a CPA tem presentes as orientações que recebe dos Organismos do Estado com os quais tem estabelecido Acordos de Cooperação no âmbito da prestação de serviços que assegura. Além destas orientações específicas tem ainda em conta a legislação em vigor que se aplica às IPSS's e os Estatutos, revistos em Outubro de 2015.

A Casa do Povo de Alagoa norteia-se sempre por uma perspectiva de melhoria contínua dos serviços que presta e tem em conta os Manuais de Avaliação da Qualidade das Respostas Sociais do ISS, IP, visto ter a intenção de vir a ser uma Instituição certificada.

Conscientes das nossas potencialidades mas também das nossas limitações, e tendo em conta a conjuntura socio económica actual, propomos um conjunto de medidas cuja implementação nos parece possível e desejável, no quadro das necessidades identificadas na Instituição.

Estas actividades e medidas foram definidas em função da disponibilidade de recursos da Instituição e das necessidades concretas conhecidas e visam assegurar:

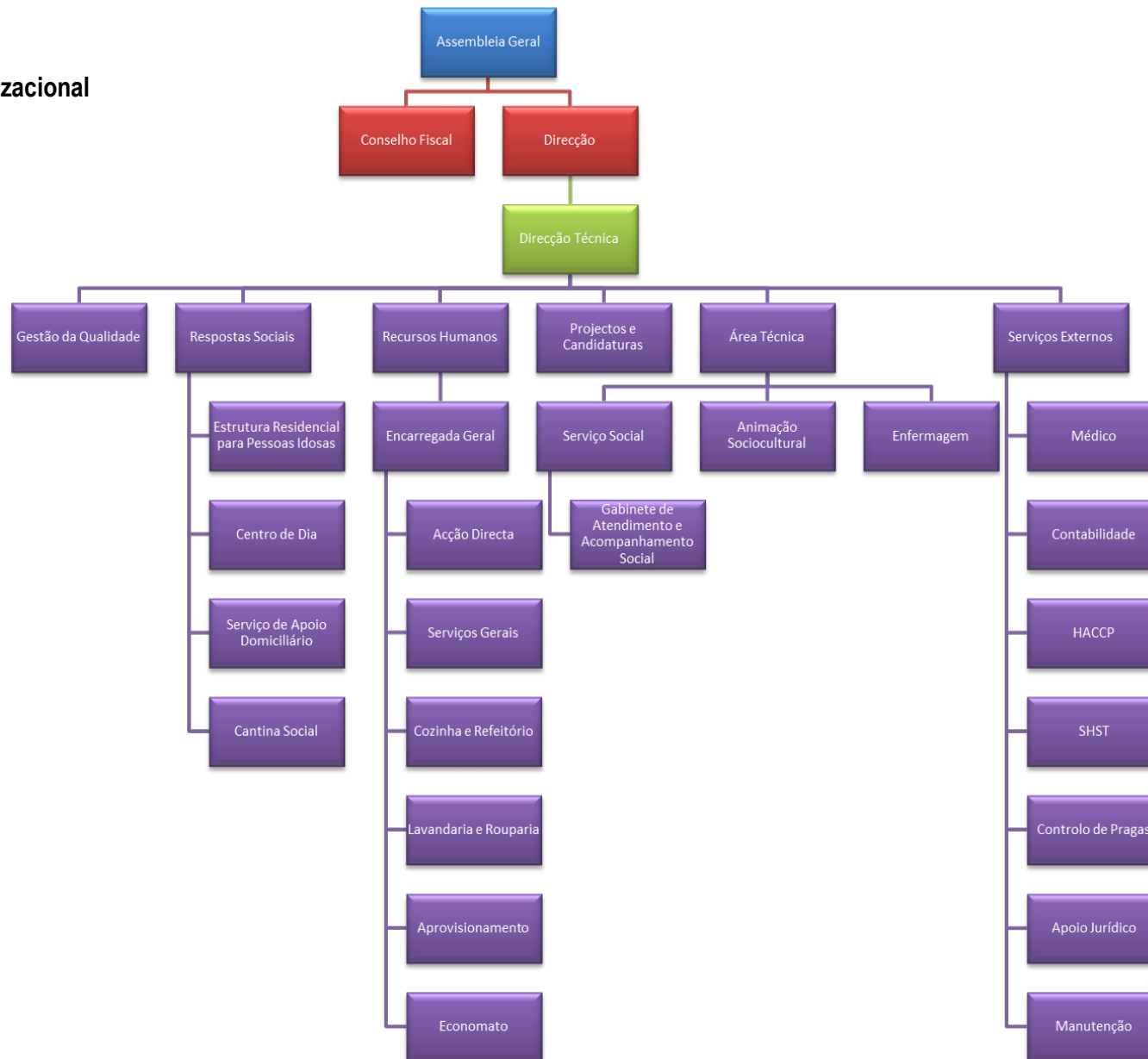
- A melhoria contínua do funcionamento e organização da Instituição;
- A criação de condições físicas que assegurem a prestação de serviços de qualidade;
- Proporcionar o bem-estar e melhorar a qualidade de vida de todos aqueles que usufruem dos serviços prestados por esta Instituição ou que nela trabalham.

Para a concretização dos seus fins, a CPA propõe-se a manter e criar, entre outras, as seguintes actividades:

- a) Estrutura Residencial para Pessoas Idosas;
- b) Centro de Dia;
- c) Serviço de Apoio Domiciliário;
- d) Cantina Social;
- e) Atendimento e acompanhamento social;
- f) Ajuda alimentar;
- g) Todas as respostas sociais úteis à prossecução dos seus fins.



## 2) Estrutura Organizacional



### 3) Gabinete de Atendimento e Acompanhamento Social

Como se pode constatar no organograma apresentado anteriormente, está prevista a existência de um Gabinete de Atendimento e Acompanhamento Social.

Através de um atendimento multidisciplinar aos nossos clientes, familiares, colaboradores e sócios da Casa do Povo de Alagoa pretendemos:

- Proporcionar um atendimento multidisciplinar com vista a apoiar a melhoria das condições de vida da população e o acesso aos benefícios das políticas sociais vigentes;
- Promover o desenvolvimento social, pessoal e familiar, com vista à elevação da qualidade de vida dos clientes e da população.
- Encaminhar e/ou acompanhar os indivíduos para as respostas sociais ou entidades competentes mais adequadas.
- Garantir o acesso aos direitos e deveres de políticas sociais vigentes, nomeadamente no apoio no preenchimento declarativo, por exemplo no âmbito da entrega da declaração de rendimentos, ou para a obtenção de apoios e/ou prestações sociais (Complemento por Dependência, Pedido de apoio jurídico, etc...).

### 4) Projectos e Candidaturas

A Casa do Povo de Alagoa fez o levantamento de necessidades (dos clientes, dos recursos humanos, institucionais, de funcionamento geral, ao nível das respostas sociais existentes, ao nível de recursos físicos e infra-estruturas) que gostaria de colmatar, através de realização de candidaturas, das seguintes formas:

- Através da **Requalificação de espaços/alargamento de infra-estruturas** será possível construir e equipar uma sala de actividades, uma capela, uma sala de reuniões, um gabinete para a Direcção, uma sala de visitas e um ginásio adaptado à terceira idade. Com este projecto seremos capazes de adaptar as instalações existentes e futuras às reais necessidades dos clientes, dos colaboradores e da instituição.

- Através da implementação de um **Projecto de Estimulação Cognitiva para Idosos (Com e Sem Demências)** seremos capazes de, em alguns casos, combater o avanço das demências e prevenir ou retardar o aparecimento das mesmas, capacitando os intervenientes/participantes para a resolução de problemas/situações-problema que possam vir a surgir.

É importante referir que este projecto de estimulação cognitiva pode (e deve) ser replicado na instituição e, inclusivamente, os técnicos (recursos humanos da Casa do Povo de Alagoa) que o vão implementar podem



alargar o âmbito de actuação do projecto à comunidade bem como a outras instituições com a mesma abrangência ao nível das respostas sociais para idosos.

- Através da **Criação de um espaço de actividade física para idosos (com e sem mobilidade reduzida)** seremos capazes de contrariar a ociosidade, impulsionar hábitos de vida mais saudáveis e proporcionar o bem-estar dos nossos clientes. Este espaço proporcionará a realização de exercícios físicos de manutenção e também de reabilitação.

- Através da **Certificação das Respostas Sociais (de acordo com os MAQRS do ISS, IP)** pretendemos que os nossos serviços sejam reconhecidos como sendo de qualidade e prestados de forma continuada e coerente com as exigências legais e, essencialmente, com as exigências e expectativas dos clientes. Sendo que a melhoria contínua já é, actualmente, um objectivo em desenvolvimento pelos vários sectores e serviços desta instituição.

- Por forma a conseguirmos dar respostas adequadas às necessidades dos nossos clientes, que estão em constante mutação, iremos proceder à **Aquisição de equipamento e ajudas técnicas**. Estes equipamentos/ajudas técnicas permitem um maior conforto para os clientes mas também facilitam e melhoram o desempenho profissional das colaboradoras que interagem e integram o plano individual de cuidados dos clientes.

- O **Empowerment dos Recursos Humanos** é, cada vez mais, um elemento diferenciador ao nível da qualidade dos serviços prestados e será alcançado através de Formação Contínua em contexto real de trabalho e em horário pós-laboral, nomeadamente através da frequência de Formações Modulares Certificadas.

Importa realçar que os investimentos previstos dependem da elaboração dos projectos referenciados no presente plano e da abertura de Avisos relativos a co-financiamento comunitário no âmbito do Portugal 2020



5) Actividades a Decorrer ao Longo do Ano

Área de Intervenção	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização																
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
Trabalhos Manuais	Desenvolver e enriquecer as qualidades grupais, coesão, partilha, trabalho em equipa, confiança, sensibilidade, relações interpessoais, iniciativa, expressão e autocontrolo; Incrementar a participação activa dos idosos; Desenvolver a capacidade lúdica; Evitar o isolamento e o ócio; Exprimir preferências e razões das acções; Comunicar, discutir, expressar, dar a vez, cooperar e simpatizar; Desenvolver as aptidões técnico-manuais dos idosos; Desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psico-motora; Desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica; Realizar actividades criativas e recreativas; Promover o convívio e o bem-estar; Desenvolver o sentido crítico; Exprimir-se através das artes plásticas e dos trabalhos manuais	Trabalhos Manuais; Tapeçarias e Bordados; Colagens; Arranjos Florais; Estampagem; Desenho; Patchwork; Escultura; Pintura;	Humanos																	
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa; Encarregada geral; Corpos Gerentes; Voluntários																	
			Materiais																	
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; Mesas; Cadeiras; feltro, tecidos, tintas, material reciclado; agulhas, lãs, linhas, algodão; recortes de revistas, livros, jornais, massas e feijão, todo o tipo de papel; barro, plasticina, gesso, madeira, pasta de papel; canetas, tela, plástico, vidro; PC, Impressora.	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
			Financeiros																	
			500 €																	



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

		Humanos												
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Música	Oferecer aos idosos um novo espaço com novos canais de expressão de sentimentos; Desenvolver o ouvido musical, o sentido rítmico, o reconhecimento e reprodução de frases musicais cada vez mais complexas; Trabalhar a interacção, a comunicação, encontros e desencontros do grupo de idosos; Libertar tensões e emoções; Descobrir e/ou aperfeiçoar competências vocais e instrumentais; Realizar sessões de musicoterapia; Animar o crescimento emocional, afectivo, relacional e social do idoso através da utilização de sons, movimentos e expressão corporal; Contribuir para a reorganização cognitiva, afectiva e física do idoso; Animar a catarse ou expressão dos processos afectivos através de canais motores ou expressivos.	Cantar; Ouvir música; Aprender músicas; Construir e tocar instrumentos musicais; Realizar Jogos musicais e rítmicos	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica;											
			Materiais											
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; Mesas; Cadeiras; PC; Instrumentos Musicais; Letras de Canções; Impressora											
			Financeiros											
			20 €											
Expressão Corporal	Possibilitar a relação de todos com todos, criando uma corrente afectiva; Expressar, individualmente ou em grupo, sentimentos e emoções quer de forma verbal como não-verbal; Evitar as barreiras que inibem a expressão pessoal; Fomentar a criatividade, a motivação, a imaginação, a improvisação, a descontração e o relaxamento; Estimular a comunicação não-verbal; Expressar-se através do movimento; Explorar ritmos corporais diferentes; Explorar o espaço envolvente; Obter noção do corpo, das suas capacidades e limitações; Desenvolver a concentração e a criatividade; Favorecer a amplitude de movimentos. Contribuir para uma elevação geral das capacidades e habilidades motoras do participante, auxiliando-o a desenvolver a cooperação e a auto-estima.	Expressão corporal, vocal, facial, dramática e orientação espacial.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa;											
			Materiais											
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; Mesas; Cadeiras; PC, Impressora.											
			Financeiros											
			20 €											





**PLANO DE ACTIVIDADES 2016**

		Humanos												
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Leitura e Escrita	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual; Relacionar acontecimentos que os idosos experienciam; Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio; Desenvolver o sentido da própria identidade; Estimular a motricidade fina; Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos clientes; Incentivar à participação nas actividades por parte dos idosos; Criar o gosto pela recolha de aspectos relacionados com o património literário e cultural.	Elaboração e leitura de contos e histórias; Produção de textos; Leitura de Poemas; Declamação de Poemas; Recolha de Poemas de diversos autores e exposição dos mesmos.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa;											
			Materiais											
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; Mesas; Cadeiras; PC, Impressora; Canetas; Papel; Livros; Revistas.											
			Financeiros											
			20 €											
			X				X					X		
Cultura e Recreio	Alargar os horizontes da imaginação dos idosos; Permitir novas descobertas; Intercâmbio sociocultural; Favorecer o convívio e a troca de experiências e vivências.	Realização de visitas culturais e passeios	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa; Encarregada geral; Corpos Gerentes; Voluntários											
			Materiais											
			Gabinete de Animação; PC, Impressora; Papel; Cartões de Identificação; Viaturas.											
			Financeiros											
			600 €											
				X	X	X		X			X	X		



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

		Humanos											
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Intercâmbios e Parcerias	Permitir o intercâmbio sociocultural; Favorecer o convívio, a troca de experiências e vivências, o conhecimento de novos espaços, pessoas e instituições parceiras; Evitar o isolamento e a depressão; Promover a comunicação e a interacção grupal; Participar na organização de eventos conjuntos no âmbito do Projecto "Envelhecer com Alegria, Sabedoria e Boas Lembranças".	Realização de intercâmbios com outras instituições; Participação em actividades dos parceiros da Rede Social de Portalegre ou de outras IPSS's ou entidades parceiras.											
		Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa; Encarregada geral; Corpos Gerentes; Voluntários											
		Materiais											
		Gabinete de Animação; PC, Impressora; Papel; Cartões de Identificação; Viaturas.											
		Financeiros											
		300 €											
Actividade Física e Desportiva	Desenvolver as capacidades físicas; fazer frente às limitações físicas e psicossomáticas; recuperar a confiança e o domínio do corpo e mente; Conseguir flexibilidade e o equilíbrio; Conseguir a distensão, relaxamento e a libertação de tensões perante o cansaço e a monotonia; Tornar o tempo de ócio em tempo de lazer; Preparar-se para os esforços do quotidiano; Favorecer o desenvolvimento psicomotor; Melhorar a qualidade do sono.	Exercícios de Aquecimento; Exercícios de Perícia e Manipulação de Objectos; Exercícios de Deslocamentos e Equilíbrios; Relaxamento; Jogos; Exercícios de fortalecimento muscular e de flexibilidade.											
		Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa											
		Materiais											
		Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Material de ginástica.											
		Financeiros											
		100 €											



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

		Humanos												
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dança	Criar o gosto pela dança e pelo movimento; Estimular as relações interpessoais e o trabalho em grupo; Desenvolver as capacidades físicas e artísticas do idoso; Incentivar a estimulação da memória e da criatividade; Promover a consciencialização corporal e o controlo do movimento; Melhorar a capacidade articular, motora e muscular.	Execução de Coreografias; Dança Sincronizada; Dança Livre; Dança de Roda.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa											
			Materiais											
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Leques; Balões; Arcos; Chapéus											
			Financeiros											
			30 €											
Estimulação Cognitiva	Desenvolver e estimular a concentração, a memória e as capacidades de raciocínio; Desenvolver o raciocínio abstracto, a agilidade mental e o vocabulário; Promover a capacidade perceptiva e espacial e as funções executivas e a velocidade de processamento; Inverter a deterioração das capacidades cognitivas associadas ao envelhecimento; Melhorar as capacidades cognitivas em idosos com demência; Estimular a criatividade, ampliar o imaginário e o reportório gestual, bem como libertar emoções, reforçar o autoconceito, auto-estima e auto-imagem; Relembrar aos idosos o gosto e o gozo que sentiam ao jogar e brincar na infância.	Jogos de Concentração e Memória; Jogos dinâmicos; Actividades de memória de associação; Estimulação multissensorial; Jogos seniores; Jogos teatrais; Jogos socio recreativos, lúdicos e didácticos.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa											
			Materiais											
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Leques; Balões; Arcos; Chapéus; Jogos diversificados; Papel, Canetas; Fichas de Actividades; Data show											
			Financeiros											
			2.000 €											



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

		Humanos												
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Culinária	Promover o saber-fazer dos clientes, o espírito de grupo e a manutenção das rotinas da vida diária.	Confecção de pratos/doces regionais e/ou típicos; Recorte e recolha de receitas.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa; Encarregada geral											
			Materiais											
			x		x								x	x
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Utensílios de Cozinha; Cozinha.											
		Financeiros												
		30 €												
Audiovisual e Multimédia	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; Ampliar o imaginário dos idosos; Tomar contacto com as Tecnologias de Informação e Comunicação.	Visionamento de variados filmes, documentários, PowerPoint, fotografias, vídeos, músicas, concertos, DVDs.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa											
			Materiais											
				x		x		x		x		x		x
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Data show; Pipocas; TV; Leitor DVD;											
		Financeiros												
		50 €												



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Área de Intervenção	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dinâmicas de Grupo	Sensibilizar e informar os clientes para diversas temáticas da sociedade; Esclarecer dúvidas sobre os temas, levando a desenvolver as capacidades de organização do pensamento; Promover actividades em grande grupo bem como a participação dos elementos; Perceber-se a si e ao outro no processo grupal; Criar vínculos afectivos; Facilitar o surgimento de lideranças diversificadas; Aumentar o nível de confiança do grupo; Ampliar a capacidade de resolução de problemas e conflitos; Aprender a ouvir; Aprender a lidar com as diferenças; Ajudar a libertar a tensão; fomentar a descontração; Aproximar os clientes; Resgatar e trabalhar as experiências dos idosos.	Brainstorming; Dinâmicas de Grupo; Terapias de Grupo; Actividades de Quebra-Gelo.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa																							
			Materiais												x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
			Salas de convívio; Gabinete de Animação; PC, Impressora; Data show; TV; Leitor DVD;																							
			Financeiros																							
			0 €																							

Área de Intervenção	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Assistência Espiritual e Religiosa	Integrar a dimensão espiritual no quotidiano dos clientes no âmbito de actuação da Igreja Católica e das Testemunhas de Jeová; Contribuir para o conceito de saúde integral dos clientes.	Distribuição da Comunhão; Dinâmicas de Grupo; Celebração de Missas.	Clientes; Ministro da Comunhão; Padre; Testemunhas de Jeová																							
			Materiais												x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
			Salas de convívio; Sala de Reuniões; PC, Impressora; Data show; TV; Leitor DVD; Velas; Crucifixos; Bíblias																							
			Financeiros																							
			0 €																							



6) Actividades Mensais

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização														
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
Aniversários dos Clientes	Preservar a identidade dos idosos; Desenvolvimento de capacidades, ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; Formar os idosos ao nível do desenvolvimento pessoal e social; Fomentar o reviver de vivências do passado.	Realização de um lanche-convívio, no qual se cantará os "Parabéns a Você...", apagar-se-ão as velas e partir-se-á o bolo de aniversário.	Humanos															
			Clientes de ERPI e CD; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradores CPA, Encarregada Geral; Familiares dos Clientes															
			Materiais	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
			Salas de convívio; bolo de aniversário, guardanapos, faca, fósforos, velas, bebidas, chávenas e copos, mesas e cadeiras.															
			Financeiros															
			150 €															

Dia de Ano Novo	Desenvolver o vocabulário e a escrita, a organização de pensamento e a destreza verbal dos clientes; Incentivar à participação nas actividades por parte dos idosos; Exprimir emoções e sentimentos de forma verbal e escrita; Dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos.	Elaboração de um painel com os desejos para o novo ano	Recursos	Calendarização															
				Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
				Clientes de ERPI e CD; Animadora Sociocultural															
				Materiais	X														
				Mesas, cadeiras, lápis, canetas, máquina fotográfica, painel, tesouras; Impressora, PC, etc.															
			Financeiros																
			5 €																



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização														
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
Dia de Reis	Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas. Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre clientes, colaboradoras da Instituição e restante comunidade.	Ensaio de canções alusivas às Janeiras; Leitura da história alusiva ao dia dos Reis, Confecção de Bolo-rei; Lanche-convívio.	Humanos															
			Cientes de ERPI e CD; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral; Cozinheira; Sr. Joaquim Narciso															
			Materiais															
			Sala de refeições; Impressora, PC, Mercearias; Utensílios de Cozinha, Mesas e Cadeiras; Máquina Fotográfica; Letras de Canções.	X														
			Financeiros															
			30 €															

			Recursos	Calendarização														
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
Dia Internacional do Obrigado	Promover a escuta activa; Promover o diálogo, a comunicação entre os membros do grupo. Promover a troca de ideias e opiniões. Promover o convívio, estimular atenção e a concentração; Promover a participação.	Leitura do Poema “ Saber Viver”; Realização de uma dinâmica de Grupo “Árvore de Agradecimento”; Escutar uma canção “ Certas Coisas Para Dizer” de Jorge Trevisol	Humanos															
			Cientes de ERPI e CD; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa															
			Materiais															
			Salas de convívio; Impressora, PC, Colunas; cadeiras; Cartolina ou Eva castanha e verde; Folhas brancas, canetas e lápis	X														
			Financeiros															
			5 €															



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização												
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia Internacional do Sorriso	Promover o bem-estar físico e psicológico dos clientes. Ajudar a libertar o stress, as energias e pensamentos negativos.	Risoterapia	Clientes de ERPI e CD; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa												X												
			Materiais																								
			Salas de convívio; Cadeiras; Máquina Fotográfica																								
			Financeiros																								
			0 €																								

			Recursos												Calendarização												
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia da Saudade	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os clientes estão inseridos. Promover o espírito crítico de cada um. Exercitar a memória através de um momento de reflexão.	Visionamento de um PowerPoint	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras												X												
			Materiais																								
			Sala de convívio; Computador, Cadeiras, mesas, Data show, Colunas																								
			Financeiros																								
			0 €																								





PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização												
			Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia Mundial da Rádio	Permitir novas descobertas; Favorecer o conhecimento de novos espaços; Conhecer o funcionamento da Rádio Portalegre.	Visitar as instalações da Rádio Portalegre	Cientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa	X												
			Materiais													
			Viaturas; Máquina Fotográfica													
			Financeiros													
			20 €													

			Recursos	Calendarização												
			Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia das Comadres e dos Compadres	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos. Contrariar o desenraizamento social dos clientes.	Torneio de sueca e jogo do tiro ao alvo; Festa gastronómica (arroz doce e fatias douradas ao lanche).	Cientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras	X												
			Materiais													
			Sala de convívio; Cadeiras; Jogos													
			Financeiros													
			0 €													



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Carnaval	<p>Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;</p> <p>Contrariar o desenraizamento social dos clientes;</p> <p>Desenvolver a capacidade lúdica;</p> <p>Realizar actividades criativas e recreativas;</p> <p>Incrementar a participação activa dos clientes;</p> <p>Promover o convívio e o bem-estar.</p>	<p>Elaboração de fatos de carnaval; Desfile de carnaval; Construção de máscaras; Decoração da Instituição; Realização de um baile de máscaras;</p> <p>Lanche-convívio.</p> <p>Intercâmbio com outra Instituição.</p> <p>Visita dos alunos da Escola Básica do 1.º Ciclo e Jardim de Infância de Alagoa.</p>	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral																							
			Materiais																							
			Salas de convívio; Gabinete de Animação, Impressora, Computador, Mercearias, utensílios de cozinha, mesas e cadeiras																							
			Financeiros																							
			150 €																							

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Internacional da Mulher	<p>Valorizar o papel da mulher na sociedade;</p> <p>Promover a interacção e a coesão grupal;</p> <p>Estimular a destreza manual, a imaginação e a criatividade.</p>	<p>Elaboração de uma lembrança para oferecer a todas as colaboradoras e clientes da Instituição.</p> <p>Aula de zumba para as colaboradoras.</p>	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras; Instrutora de Zumba.																							
			Materiais																							
			Sala de convívio; PC, Máquina Fotográfica; Material diverso (a designar), cadeiras.																							
			Financeiros																							
			10 €																							



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia da Incontinência Urinária	Fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; Fomentar e discutir ideias e opiniões; Desmistificar preconceitos; Promover o bem-estar, a comunicação verbal, a escuta activa e a escrita.	Preenchimento de um questionário referente à bexiga hiperactiva	Clientes; Animadora Sociocultural																							
			Materiais																							
			Sala de convívio; Impressora, Computador, mesas e cadeiras; Questionário; Lápis e Caneta																							
			Financeiros																							
			3 €																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia do Pai Dia de S. José	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; Estimular a destreza manual e a motricidade fina.	Elaboração de uma lembrança.	Clientes; Animadora Sociocultural																							
			Materiais																							
			Salas de convívio; Impressora, PC, Material diverso (a designar), cadeiras, mesas, Máquina fotográfica; lápis, tesouras, cola.																							
			Financeiros																							
			10 €																							



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização															
			Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D				
Dia Mundial da Floresta	Sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os clientes estão inseridos; Promover a participação dos clientes.	Fazer um piquenique no campo	Clientes de ERPI, CD e SAD; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras da CPA																
			Materiais																
			Viaturas; copos, pratos, talheres, comida, bebida, jogo do burro e jogo das latas; Máquina fotográfica																
			Financeiros																
			60 €																

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização															
			Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D				
Dia Mundial da Poesia	Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos clientes; Incentivar à participação nas actividades por parte dos idosos; Criar o gosto pela partilha do património literário e cultural; Estimular a destreza manual.	Declamação de poesias elaboradas pelos clientes e outras retiradas de outras fontes. Elaboração de um painel com as respectivas poesias.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras da CPA																
			Materiais																
			Salas de convívio; Impressora, PC, cadeiras, mesas, papel, cartolinas, cola, tesoura, etc.																
			Financeiros																
			10 €																



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial do Teatro	Fomentar a criatividade e a imaginação; Permitir novas descobertas; Quebrar a rotina para quem está institucionalizado.	Elaborar um teatro de fantoches. Confeccionar os fantoches e respectivo cenário. Dramatizar a peça.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA																							
			Materiais																							
			Salas de convívio, impressora, PC, mesas, cadeiras, tecidos, feltro, lã, lápis, canetas, caixas de cartão, máquina fotográfica, etc.																							
			Financeiros																							
			20 €																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Páscoa	Desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural. Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; Contrariar o desenraizamento social dos idosos; Estimular a destreza manual e a motricidade fina; Realizar actividades criativas e recreativas; Incrementar a participação activa dos clientes; Promover o convívio e o bem-estar.	Confeccionar bolos fintos; Festejar gastronomicamente com iguarias típicas desta época festiva; Conversar de forma informal acerca da celebração da Páscoa. Elaborar trabalhos manuais alusivos à data.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral, Cozinheiras																							
			Materiais																							
			Salas de convívio; Máquina fotográfica; Impressora, PC, Mercearias, utensílios de cozinha, cozinha, mesas e cadeiras																							
			Financeiros																							
			20 €																							



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial da Actividade Física	Desenvolver e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos idosos; Promover o convívio e o bem-estar.	Realização de uma aula de Ginástica Breve reflexão a respeito da importância da prática da actividade física	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA; Professor de Ginástica																							
			Materiais																							
			Salas de convívio; Gabinete de Animação, Impressora, PC, Máquina Fotográfica; Material diversificado de Ginástica, cadeiras																							
			Financeiros																							
			3 €																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial da Saúde	Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; Fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; Fomentar e discutir ideias e opiniões; Desmistificar preconceitos; Promover o bem-estar, a comunicação verbal, a escuta activa, o diálogo entre os membros e atitudes de comunicação autênticas e de fraternidade.	Realização de um jogo alusivo ao tema.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica, Colaboradoras CPA																							
			Materiais																							
			Salas de convívio; Gabinete de Animação, Impressora, PC, cadeiras e mesas, máquina fotográfica. Outro material a designar																							
			Financeiros																							
			3 €																							





PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos		Calendarização														
			Humanos	Materiais	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
Dia Mundial do Livro	Permitir novas descobertas; Favorecer o conhecimento de novos espaços; Conhecer a história da biblioteca Municipal de Portalegre	Visita à Biblioteca Municipal de Portalegre	Cientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral, Directora Técnica																
			Gabinete de Animação, Cartões de Identificação, viaturas																
			Financeiros																
			20 €																

			Recursos		Calendarização														
			Humanos	Materiais	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
Dia da Liberdade	Promover a participação; Estimular a atenção e a concentração. Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os clientes estão inseridos.	Visionamento de um vídeo alusivo ao tema; <i>Brainstorming.</i>	Cientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral, Directora Técnica																
			Gabinete de Animação, Data Show, PC, Colunas, Vídeo																
			Financeiros																
			5 €																





PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização															
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D				
Dia Mundial da Dança	Criar o gosto pela dança, pelo movimento e pela expressão corporal; Desenvolver e estimular as capacidades físicas e artísticas dos clientes; Promover o convívio, o bem-estar e a participação activa dos idosos; Permitir o intercâmbio sociocultural; Favorecer o convívio, a troca de experiências, vivências e o conhecimento de novas pessoas	Tarde dançante com a realização de uma coreografia e dança com os clientes.	Humanos																
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral, Professora de Dança																
			Materiais																
			Gabinete de Animação, PC, Colunas, Sala de Convívio, Máquina Fotográfica																
			Financeiros																
			10 €																

Dia da Mãe	Dar a possibilidade ao idoso de se exprimir através das artes plásticas e dos trabalhos manuais, desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica; desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora; evitar o isolamento e o ócio; desenvolver o sentido crítico; exprimir preferências e razões das ações; comunicar, discutir, expressar, dar a vez, cooperar e simpatizar; desenvolver e enriquecer as qualidades grupais, coesão, partilha, trabalho em equipa, confiança, sensibilidade, relações interpessoais, iniciativa, expressão e autocontrolo; desenvolver as aptidões técnico-manuais dos idosos; desenvolver a capacidade lúdica; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação activa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar.	Elaboração de uma lembrança	Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
			Clientes; Animadora Sociocultural; Colaboradoras CPA															
			Materiais															
			Gabinete de Animação, PC, Salas de Convívio, Impressora, Máquina Fotográfica, outro material a designar															
			Financeiros															
			25€															



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização															
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D				
Dia da Família	Relembrar a estrutura familiar de cada cliente; Compreender os laços familiares e perceber as suas alterações ao longo da vida.	Visionamento de um Vídeo alusivo ao tema. Brainstorming Realização de um lanche com os familiares dos clientes	Humanos																
			Cientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica, Colaboradoras CPA																
			Materiais																
			Gabinete de Animação, PC, Salas de Convívio, Impressora, Máquina Fotográfica, Data Show, Vídeo, Lanche, Cozinha.																
			Financeiros																
			20€																

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização															
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D				
Dia Mundial dos Museus	Permitir novas descobertas; Favorecer o conhecimento de novos espaços.	Visita cultural ao Museu José Régio	Humanos																
			Cientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa, Encarregada Geral e Directora Técnica																
			Materiais																
			Gabinete de Animação, PC, Cartões de Identificação, Viaturas																
			Financeiros																
			30€																



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização																
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
Santos Populares	<p>Realizar actividades criativas e recreativas;            Desenvolver as aptidões técnico-manuais dos idosos;            Desenvolver a capacidade lúdica;            Incrementar a participação activa dos idosos;            Promover o convívio e o bem-estar;            Fomentar a criatividade, a imaginação e a improvisação;            Criar o gosto pela recolha de produções do património literário oral;            Promover o conhecimento da cultura e das tradições;            Desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural;            Estimular a memória e a mobilidade.</p>	<p>Festa Gastronómica (Sardinhada);            Construção de arcos, balões, manjericos e bandeiras para a decoração da Instituição;            Recolha de provérbios alusivos ao tema;            Realização de uma coreografia para as Marchas Populares.            Participar na organização de eventos conjuntos no âmbito do Projecto "Envelhecer com Alegria, Sabedoria e Boas Lembranças".</p>	Humanos																	
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA; Corpos Gerentes; Voluntários; Técnicas do Projecto																	
			Materiais																	
			Gabinete de Animação, PC, Salão da antiga sede da CPA, Impressora, Máquina Fotográfica, Viaturas, cadeiras, mesas, utensílios de cozinha, material diversificado, Colunas, Papel, Comida, bebida, etc.																	
			Financeiros																	
			150€																	

Dia do Amigo	<p>Promover o diálogo e a interacção grupal;            Promover a participação e o convívio.</p>	<p>Realização de uma dinâmica de grupo alusiva ao tema.            Brainstorming</p>	Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D			
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA															
			Materiais															
			Gabinete de Animação; PC; Salas de Convívio; Impressora; cadeiras; mesas; Colunas; Papel, Canetas e lápis; Outro material a designar															
			Financeiros															
			10€															



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos		Calendarização												
			Humanos	Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia do Chocolate	Promover o saber-fazer dos clientes, o espírito de grupo e a manutenção das rotinas da vida diária.	Confecionar receitas de culinária utilizando como ingrediente principal o chocolate. Realização de um lanche	Humanos														
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica Colaboradoras CPA														
			Materiais														
			Gabinete de Animação; PC; Salas de Convívio; utensílios de Cozinha; Cozinha, Chocolate; Máquina Fotográfica														
			Financeiros														
			10€														

			Recursos		Calendarização												
			Humanos	Humanos	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Dia dos Avós	Sensibilizar para os valores e desenvolvimento de competências: auto-estima, autoconceito, autoconfiança e autonomia; Fomentar a criatividade e a imaginação; Exprimir-se através das artes plásticas; Desenvolver e estimular a imaginação e criatividade; Promover o convívio intergeracional; Realizar actividades criativas e recreativas; Incrementar a participação activa dos idosos; Promover o convívio e o bem-estar.	Elaboração e entrega de uma lembrança a todos os clientes. Visionamento de um vídeo alusivo ao tema. Lanche- Convívio entre avós e netos.	Humanos														
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA; Netos dos Clientes;														
			Materiais														
			Gabinete de Animação; PC; Salas de Convívio; Impressora; Papel; Lanche; cola; tesouras, mesas; cadeiras; Máquina Fotográfica														
			Financeiros														
			20€														



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Calendarização											
			J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial da Fotografia	Desenvolver as competências: auto-estima, autoconceito, autoconfiança e autonomia; Relembrar, de uma maneira diferente, as actividades e os passeios que se foram realizando até à data; Estimular novas aprendizagens.	Realização de uma Sessão Fotográfica com utilização de diversos acessórios.	Humanos											
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA											
			Materiais											
			Gabinete de Animação; PC; Salas de Convívio; chapéus; perucas; óculos; colares; malas, lenços etc. mesas; cadeiras; Máquina Fotográfica											
			Financeiros											
			20€											

			Calendarização											
			J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Lembrar o Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer	Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; Promover o bem-estar, a comunicação verbal; Sensibilizar os clientes institucionalizados para interagirem de forma correcta com os clientes portadores desta doença; Ajudar a combater os sintomas da Doença de Alzheimer.	Realização de exercícios de estimulação relacionados com a Doença de Alzheimer	Humanos											
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Ajudantes de Acção Directa											
			Materiais											
			Gabinete de Animação; PC; Salas de Convívio; ficha de exercícios; canetas e lápis mesas; cadeiras Máquina Fotográfica											
			Financeiros											
			20€											



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização																
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
Dia do Idoso	Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; Contribuir para o enraizamento sociocultural; Favorecer a interacção grupal e o convívio com outros clientes, espaços e Instituições.	Realização de intercâmbio com as Instituições parceiras do Projecto “ Envelhecer com Alegria Sabedoria e Boas lembranças”	Humanos																	
			Cientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA; Corpos Gerentes																	
			Materiais																	
			Gabinete de Animação; PC; Impressora; mesas; cadeiras; Papel; Tesouras; Cola; Máquina Fotográfica, Viaturas e outro material a designar																	x
			Financeiros																	
			40€																	

			Recursos	Calendarização																
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
Dia da Alimentação Saudável	Corrigir hábitos alimentares; Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; Fomentar e discutir ideias e opiniões; Desmistificar preconceitos; Promover o bem-estar e implementar hábitos de vida saudável, tendo em vista o autocuidado e a auto-estima.	Realização de uma Palestra alusiva ao tema	Humanos																	
			Cientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA, Nutricionista																	
			Materiais																	
			Gabinete de Animação; PC; Impressora; mesas; cadeiras; Máquina Fotográfica																	x
			Financeiros																	
			20€																	



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos e Actividades	Recursos	Calendarização													
			J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D		
Dia da Erradicação para a Pobreza	Objectivos e actividades a designar posteriormente no âmbito da Parceria com a EAPN - Portalegre	Humanos														
		Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA														
		Materiais														
		Gabinete de Animação; PC; Impressora; Cartões de Identificação; Viaturas; Máquina Fotográfica													x	
		Financeiros														
		30€														

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização													
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D		
Dia da Animação Sociocultural	Desenvolver e estimular as capacidades de raciocínio, o vocabulário, a concentração, a memória e a audição; Promover o bem-estar, o prazer, o convívio e animação	Realização de um Jogo	Humanos														
			Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA														
			Materiais														
			Gabinete de Animação; PC; Impressora; mesas; cadeiras; Máquina Fotográfica													x	
			Financeiros														
		10€															



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial do Cinema	Proporcionar momentos de lazer; Reviver costumes antigos; Promover a participação, o bem-estar e o divertimento.	Realização da tarde de Cinema	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; PC; Data Show; Máquina Fotográfica; pipocas; guardanapos; Microondas																							x
			Financeiros																							
			10€																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
São Martinho	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; Promover o convívio e o bem-estar; Desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; Favorecer a interacção grupal; Estimular a destreza manual e a motricidade fina; Realizar actividades criativas e recreativas; Incrementar a participação activa dos idosos; Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas dos idosos.	Realização de um Magusto; Ensaio de canções alusivas à época. Decoração da Instituição. Intercâmbio com outras IPSS integrado no Projecto “Envelhecer com Alegria, Sabedoria e Boas Lembranças”.	Clientes; Animadora Sociocultural; Directora Técnica; Colaboradoras CPA; Técnicas do Projecto																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; PC; Impressora; Papel; Viaturas; Máquina Fotográfica;																							x
			Financeiros																							
			50€																							





PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial do Origami	Promover a participação; Promover o trabalho em equipa e a interação, adquirir novas experiências e novos conhecimentos; Estimular a motricidade fina e a precisão manual dos clientes	Realização de diversificadas formas em Origami	Clientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa;																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; PC; Diversos Tipos de Papel; Cadeiras; Mesas; Impressora; Viaturas; Máquina Fotográfica;																							
			Financeiros																							
			10€																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Mundial dos Diabetes	Fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; Promover o bem-estar e implementar hábitos de vida saudável, tendo em vista autocuidado e a auto-estima	Exposição alusiva ao tema. Medição do Índice de Glicemia no Sangue.	Clientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa; Enfermeira																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; Salas de Convívio; PC; Papel Cadeiras; Mesas; Impressora; Caneta; Material necessário para medição de Glicémia; Máquina Fotográfica;																							
			Financeiros																							
			10€																							



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia Internacional da Língua Gestual	Promover a brincadeira, o divertimento, o prazer, o convívio, a interação e a comunicação entre os clientes; Estimular o gosto por diferentes formas de linguagem e comunicação; Sensibilizar para a temática	Realização de uma dinâmica alusiva ao Tema.	Clientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa;																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; Salas de Convívio; PC; Papel Cadeiras; Mesas; Impressora; Caneta; Máquina Fotográfica;																							x
			Financeiros																							
			0€																							

			Recursos												Calendarização											
			Humanos												J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Dia da Bolacha	Promover o saber-fazer dos clientes, o espírito de grupo e a manutenção das rotinas da vida diária.	Confecção de uma receita de culinária com ingrediente principal a Bolacha	Clientes; Animadora Sociocultural; Ajudantes de Acção Directa; Encarregada Geral; Directora Técnica																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; Salas de Convívio; PC; Papel Cadeiras; Mesas; Utensílios de Cozinha; Cozinha; Mercarias; Máquina Fotográfica.																							x
			Financeiros																							
			10€																							



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Comemorações	Objectivos	Actividades	Recursos	Calendarização																						
				J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D											
Natal	<p>Proporcionar o divertimento, o bem-estar, o convívio e a confraternização entre clientes, familiares e colaboradores; Relacionar acontecimentos que os idosos experienciam; Desenvolver a atenção e a memória Desenvolver o sentido da própria identidade; Estimular a inter-relação humana e a integração social; Favorecer o desenvolvimento psico-motor; desenvolver as capacidades artísticas e plásticas; Possibilitar a relação de todos com todos, criando uma corrente afectiva; Proporcionar momentos lúdicos; Estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; Desenvolver o ouvido musical, o sentido rítmico e o reconhecimento e reprodução de frases musicais; Fomentar o sentimento de pertença a um grupo.</p>	<p>Elaboração de trabalhos alusivos à época. Interpretação de cânticos natalícios; Decoração da Instituição; Lanche-convívio; Missa Solene; Bailarico; Entrega de presentes; Ceia de Natal.</p>	Humanos																							
			Clientes de ERPI, CD e SAD; Colaboradoras CPA (Directora Técnica, Animadora Sociocultural, Enfermeira, Encarregada geral, Ajudantes de Acção Directa, Cozinheiras, Ajudante de Cozinha, Auxiliar de Serviços Gerais, Lavadeira) Familiares dos Clientes; Corpos Gerentes;																							
			Materiais																							
			Gabinete de Animação; Salas de Convívio; PC; Impressora, Papel Cadeiras; Mesas; Utensílios de Cozinha; Cozinha, Mercarias; Máquina Fotográfica																							
			Financeiros																							
			700€																							



## 7) Conclusão

O documento que se apresenta refere-se ao Plano de Actividades para o ano de 2016. Em suma, este plano tem o intuito de programar estrategicamente a intervenção a desenvolver pela Casa do Povo de Alagoa durante o ano de 2016.

Devemos ter em consideração que este plano de actividades não é estanque e estará sujeito a alterações, em virtude de novos eventos, actividades ou programas que surjam ao longo do ano.

Assim sendo, poderão surgir alterações de ordem orgânica e funcional, se a Direcção assim o entender ou quando a Direcção Técnica o julgar conveniente.

Este plano surge como uma ferramenta de planeamento visando a melhoria contínua na qualidade dos serviços prestados. É um instrumento que responde às necessidades e expectativas diagnosticadas, sendo composto pela identificação das actividades previstas para o ano de 2016, que surgem devidamente enquadradas na estratégia da Instituição.

É um documento exequível e não uma mera manifestação de intenções, implicando uma dimensão de contratualização entre clientes e colaboradores ao qual está inerente um processo participativo em sintonia com os valores da Instituição.

Contudo, a escassez de recursos humanos, materiais e financeiros poderá ser um entrave à plena concretização das actividades propostas.

### A Directora Técnica

---

(Paula Susana Olivença Dias)

### A Animadora Sociocultural

---

(Inês da Cruz Belém)



**A Direcção**

**O Presidente da Direcção**

---

(Rogério Marques Narciso)

**O Vice-Presidente**

---

(Maria Narcisa Marquito Angelino Lopes do Canto)

**O Tesoureiro**

---

(Sandra do Rosário Marques Gaspar Carvalho)

**O Secretário**

---

(Célia de Jesus Soares)

**O Vogal**

---

(Maria Ana Alexandre Salgueiro Narciso)