

Plano Anual de Atividades

Resposta Social:

Estrutura Residencial para Idosos



Arões, 2024

Introdução

O plano de atividades 2024 do Centro Social Paroquial de Arões, destinado aos utentes das valências de Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), tem como finalidade a ocupação dos utentes através da dinamização de um conjunto de atividades socioculturais que envolvam o utente e proporcionem um sentimento de utilidade assim como a sua integração na vida da instituição.

As atividades de animação sociocultural junto do utente:

- i) diminuem a ansiedade, o sentimento de inutilidade e a solidão;
- ii) aumentam a qualidade de vida, a capacidade de integração, a autoestima e a motivação;
- iii) atenuam as ruturas entre o ambiente familiar e a instituição.

A participação dos utentes nas atividades, permite o afastamento de uma vida sedentária, contribuindo para o aumento da qualidade de vida através de um envelhecimento ativo.

O plano de atividades para o ano de 2024 foi elaborado tendo em conta os horários e rotinas das diversas respostas sociais e o respeito pelas capacidades, dificuldades, interesses e gostos dos utentes. Para além deste aspeto, pretende-se que este seja ambicioso, no sentido de proporcionar oportunidades e novas experiências, contando com diversas e diferentes ocupações:

- Culinária e Jardinagem;
- Ginástica Sénior;
- Trabalhos Manuais;
- Laboratório da Memória;
- Escola dos Avós;
- Animação através da expressão e da comunicação;
- Animação Lúdica;
- Animação Litúrgica.

Objetivos:

- Promover o envelhecimento ativo;
- Promover a melhoria da qualidade de vida;
- Valorizar capacidades, competências, saberes e cultura do utente, promovendo a sua autoestima e o sentimento de utilidade;
- Motivar os utentes para as diversas atividades.

Intervenientes

Utentes da Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), animadora sociocultural (ASC), psicóloga, restante equipa técnica, colaboradoras, voluntários e outras entidades da comunidade.

Tipologia de Atividades

- **Culinária e Jardinagem**

A culinária é uma atividade que inclui a confeção de bolachas, doces, bolos, salgados, entre outras coisas bem como outras ações de apoio à cozinha, por exemplo descascar maçãs, debulhar feijões, ervilhas, entre outras. Tem como objetivo partilhar conhecimentos e receitas antigas, confeccionar diferentes produtos, estimular a motricidade fina, colaborar na preparação de refeições, promover o convívio entre idosos bem como promover o sentimento de utilidade.

A jardinagem envolve a criação de uma sementeira na primavera, bem como a sua manutenção, assim como outras atividades de manutenção do jardim da instituição. Tem como objetivo desenvolver trabalhos básicos de jardinagem, partilhar conhecimentos, promover o convívio entre os utentes e promover o sentimento de utilidade.

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

- **Ginástica sénior**

Inclui a ginástica de grupo, caminhadas e jogos desportivos. Tem como objetivo desenvolver a motricidade, estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento, desenvolver as relações interpessoais e o convívio e reduzir o sedentarismo.

- **Trabalhos manuais**

Atividades que incluem moldagem e modelação, pintura, desenho, colagem, recorte e estampagem, tapeçaria, bordados, renda e costura, bricolage, decorações temáticas bem como outros trabalhos com recurso a materiais reciclados. Tem como objetivo desenvolver a motricidade fina, estimular a criatividade, a imaginação e concentração e proporcionar sentimentos de bem-estar ao utente.

- **Laboratório da memória**

Estão incluídos jogos de mesa, como bingo, cartas, dominó, dinâmicas de grupo e sessões de estimulação cognitiva que permitem a orientação do utente no tempo e no espaço, bem como trabalhar a memória a curto e longo prazo, assim como exercícios de sequencias lógicas e atenção. Está incluído ainda, a estimulação sensorial que permite a identificação e reconhecimento de cheiros e sabores, assim como a distinção de sons, objetos e texturas através dos nossos sentidos. Tem como objetivos manter e/ou melhorar a capacidade de atenção, manter e/ou melhorar a memória e estimular os sentidos.

- **Escola dos Avós**

Atividades de leitura e escrita, incluindo a alfabetização, treino de escrita e leitura, como leitura de contos, provérbios, adivinhas, livros e jornais, tendo como objetivo estimular a escrita, desenvolver a capacidade de concentração, desenvolver a capacidade comunicativa e fomentar a imaginação.

- **Animação através da expressão e da comunicação**

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

Inclui atividades de expressão dramática e corporal, como teatro, dança, jogos/atividades que envolvem a expressão corporal. As atividades de expressão musical, como discos pedidos ou cantares populares, bem como atividade de cinema e fotografia também estão incluídos nesta tipologia de atividades. Este tipo de atividades tem como objetivos: desenvolver as capacidades artísticas e expressivas, promover as relações interpessoais e o convívio, reviver cantares tradicionais/populares, fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo, desenvolver a criatividade, imaginação e a capacidade de concentração, proporcionar momentos de convívio e lazer e desenvolver a capacidade comunicativa.

- **Animação lúdica**

Nesta tipologia de atividades estão incluídas atividades intergeracionais, passeios, convívios e comemoração de datas festivas. Tem como objetivo proporcionar momentos de convívio, promover momentos de troca de experiências e conhecimentos, promover o contacto com a cultura e o meio envolvente, promover o convívio interinstitucional e intergeracional, promover o encontro de gerações, bem como a partilha de vivências e histórias, proporcionar momentos lúdicos e recreativos e proporcionar ao utente o conhecimento da realidade fora do contexto institucional.

- **Animação Litúrgica**

Estão incluídas as atividades como Eucaristia e oração do terço. Tem como objetivos manter os hábitos religiosos que os utentes tinham antes de ingressar na instituição.

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

JANEIRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
6*	Comemoração Dia de Reis -cantares populares alusivos aos reis	-Proporcionar o convívio e o lazer; -Promover o sentimento de autoestima; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover atividades de estimulação sensorial através da audição; -Relembrar memórias passadas.	Máquina fotográfica, material e recursos necessários de apoio à atividade.	
18	Dia Internacional do Riso -Visualização de filmes/vídeos de rir.	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Proporcionar o convívio e o lazer; -Promover o sentimento de autoestima; -Proporcionar aos utentes um momento de diversão.	Máquina fotográfica, televisão, computador, coluna de som, materiais e recursos necessários de apoio à atividade.	
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

FEVEREIRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
5	Dia Mundial da Nutella -Confeção de panquecas com Nutella	- Assinalar e comemorar um dia temático; -Proporcionar momentos de convívio e lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Máquina fotográfica, ingredientes para os crepes, utensílios de cozinha, nutella e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:
14	Dia dos Afetos -trabalhos manuais alusivos ao dia; -sessão fotográfica.	-Proporcionar o convívio e o lazer; -Promover o sentimento de autoestima; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Relembrar memórias passadas; -Comemorar uma data temática.	Máquina fotográfica, material e recursos necessários de apoio à atividade.	
Durante o mês	Passaios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Carnaval -Construção de disfarces de Carnaval; -Baile de Carnaval; -Outras atividades alusivas ao Carnaval.	- Comemorar um dia temático; - Proporcionar momentos de convívio e lazer; -Promover a autoestima e valorização do utente.	Máquina fotográfica, computador, coluna som e material necessário para elaboração dos disfarces.	Valor estimado:
Todas as semanas	Comemoração dos aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

MARÇO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
01	Dia Mundial da Oração -Oração a Nossa Senhora de Fátima	- Promover ocasiões espirituais e religiosas; - Assinalar um dia temático; - Promover a autoestima e valorização do utente.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	
08	Dia da Mulher -oferta de 1 flor com mensagem as utentes e colaboradoras	- Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes; -Promover a autoestima e valorização do utente.	Máquina fotográfica, flores e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:
19	Dia do Pai - Passeio com os homens	- Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes; -Promover a autoestima e valorização do utente.	Máquina fotográfica, carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:40€
20/21	Início da Primavera -Manutenção da nossa sementeira	-Proporcionar o convívio e o lazer; -Promover o sentimento de autoestima; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Relembrar memórias passadas; -Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Comemorar uma data temática.	Máquina fotográfica, material e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 10€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Páscoa -Trabalhos manuais; -Eucaristia.	- Promover ocasiões espirituais e religiosas; - Assinalar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente.	Máquina fotográfica, material e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 50€

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	<ul style="list-style-type: none">-Comemorar datas festivas;-Possibilitar momentos de convívio e diversão;-Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.
-------------------------	---	--	---

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

ABRIL				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
06*	Dia Mundial da Atividade Física -atividade física no exterior em conjunto com a saúde	-Sensibilizar para a importância da mobilidade física; -Promover a atividade físicas no exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente.	Arcos, bolas, bastões, cones de treino e step.	
14*	Dia Mundial do café -saída ao exterior para oferta do café aos utentes	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	Oferta dos cafés aos utentes: 24,30€
23	Dia Mundial do Livro -contadora de histórias	- Assinalar e comemorar um dia temático; - Proporcionar momentos de convívio e lazer; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover a literacia dos utentes; -Relembrar hábitos e histórias antigas; -Incentivar a partilha de histórias e experiências de cada um.	Máquina fotográfica, livro de contos tradicionais e recursos necessários de apoio a atividade.	
25*	25 de Abril -elaboração de cravos e decoração da instituição alusiva ao 25 de abril; -recolha de testemunhos dos utentes.	-Relembrar memórias passadas; -Promover a autoestima e valorização do utente -Assinalar e comemorar um dia temático.	Máquina fotográfica, material e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:20€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

Data a definir	Atividade Centro Educaçãõ Ambiental (CEA) -Visita e manutenção da horta do CSPA no CEA	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes; -Relembrar hábitos antigos.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Deslocação de duas carrinhas ao parque da cidade: 40€
Todas as semanas	Comemoração dos aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

MAIO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
03	Festa Senhora da Lage -passeio à Festa da Senhora da Lage	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover e relembrar hábitos antigos; -Possibilitar momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, carrinhas, almoço, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:320€
05*	Dia da Mãe -celebração do Dia da Mãe com saída ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
15	Dia Internacional da família -construção de um postal para entrega aos familiares	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Relembrar momentos e acontecimentos passados; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Proporcionar a relação entre a família e o utente; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado;20€
28	Dia Internacional do Brincar -tarde de jogos tradicionais	-Relembrar hábitos e tradições antigas; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Máquina fotográfica, materiais e recursos necessários de apoio a atividade.	Valor estimado:100€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental (CEA) -Visita e manutenção da horta do CSPA no	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Deslocação de duas carrinhas ao parque da cidade: 40€

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

	CEA	bem-estar dos utentes; -Relembrar hábitos antigos.		
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

JUNHO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
Data a definir	Santos populares: -Biblioteca tricotada; -Marchas sêniores.	-Sensibilizar os utentes para a problemática do meio ambiente; - Assinalar e comemorar um dia temático.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:200€
Data a definir	Sardinhada institucional -Comemoração dos Santos Populares	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover a autoestima e sentimento de utilidade do utente; -Proporcionar o convívio e o lazer.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado:500€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Atividades na piscina	-Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Melhorar as condições físicas dos utentes; -Promover a atividade física nos idosos.	Recursos necessários de apoio à atividade.	
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental -visita e manutenção da horta do CSPA no Centro de Educação Ambiental	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes; -Relembrar hábitos antigos.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e Recursos necessários de apoio à atividade.	

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

JULHO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
Data a definir	Viver Arões -Missa -Participação nos lanches -Trabalhos manuais	-Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, material necessário para a atividade.	Valor estimado:50€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Atividades na piscina	-Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Melhorar as condições físicas dos utentes; -Promover a atividade física nos idosos.	Recursos necessários de apoio à atividade.	
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

AGOSTO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Atividades na piscina	-Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Melhorar as condições físicas dos utentes; -Promover a atividade física nos idosos.	Recursos necessários de apoio à atividade.	
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

SETEMBRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
21*	Dia Mundial da Doença de Alzheimer -Exercícios de estimulação cognitiva	-Sensibilizar os utentes para a temática em questão; -Assinalar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Incentivar a partilha de experiências e conhecimentos.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	
25	Dia Mundial do Sonho -Construção de moral com o tema “O meu sonho é...”.	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio à atividade.	
Data a definir	Passeio anual -Nossa Senhora dos Remédios, Fátima ou Santa Luzia	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Máquina fotográfica, autocarro, almoço, lanche, recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 1300€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Durante o mês	Atividades na piscina	-Proporcionar aos utentes uma experiência diferente; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Melhorar as condições físicas dos utentes; -Promover a atividade física nos idosos.	Recursos necessários de apoio à atividade.	
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental -Visita e manutenção da horta do CSPA no Centro de Educação Ambiental	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes; -Relembrar hábitos antigos.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	
Todas as semanas	Comemoração dos aniversários dos	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e	Bolo, sumo e recursos	

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

	utentes	diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	necessários de apoio à atividade.	
--	----------------	---	-----------------------------------	--

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

OUTUBRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
01	Dia Mundial da Música/Dia Internacional do Idoso -Convívio ERPI, CD e SAD com convidado musical	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 450€
04	Dia Mundial do sorriso/Dia mundial do animal -Sessão fotográfica com a boneca e os utentes	-Assinalar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, tela, projetor e recursos necessários de apoio à atividade.	
16	Dia Mundial da Alimentação -Atividade de culinária: bolachas de aveia	-Assinalar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover hábitos de vida saudáveis.	Máquina fotográfica, tela, projetor e recursos necessários de apoio à atividade.	
Data a definir	Desfolhada	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; - Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, lanche, espigas de milho e recursos necessários de apoio à atividade.	
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental -Visita e manutenção da horta do CSPA no Centro de Educação Ambiental	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	<ul style="list-style-type: none">-Comemorar datas festivas;-Possibilitar momentos de convívio e diversão;-Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.
-------------------------	---	--	---

**Plano Anual de Atividades
Estrutura Residencial para Idosos 2024**

NOVEMBRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
5	Dia Mundial do Cinema -Sessão de cinema	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover momentos de convívio e lazer.	Projetor, tela, pipocas recursos necessários de apoio à atividade.	
11	Dia de São Martinho -Magusto Institucional	-Assinalar e comemorar um dia temático; -Promover a autoestima e valorização do utente; - Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;	Máquina fotográfica, castanhas e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 250€
20	Dia Nacional do pijama	-Sensibilizar os utentes para esta temática; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Promover momentos de convívio e lazer.	Máquina fotográfica, pijamas e recursos necessários de apoio à atividade.	
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental -Visita e manutenção da horta do CSPA no Centro de Educação Ambiental	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	
Todas as semanas	Comemoração dos aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

Plano Anual de Atividades Estrutura Residencial para Idosos 2024

DEZEMBRO				
Data	Atividades	Objetivos	Recursos	Orçamento
(A decorrer durante o mês)	Preparação do Natal -Almoço convívio de Natal no CSPA (ERPI,CD, SAD); -Eucaristia de Natal; - Festa de Natal (entrega das prendas dos utentes); -Trabalhos manuais alusivos ao Natal.	-Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; - Estimular momentos de reflexão e oração; - Comemorar o Natal; -Desenvolver capacidades criativas, imaginativas e estéticas; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Máquina fotográfica e recursos necessários de apoio às atividades.	Valor estimado: 1200€
Durante o mês	Passeios/saídas ao exterior	-Promover a saída ao exterior; -Promover a autoestima e valorização do utente; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Proporcionar aos utentes uma experiência diferente.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Data a definir	Atividade Centro Educação Ambiental -Visita e manutenção da horta do CSPA no Centro de Educação Ambiental	-Promover atividades diferentes e em contacto com o meio ambiente; -Proporcionar momentos de convívio e de lazer; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Carrinhas, lanche e recursos necessários de apoio à atividade.	Valor estimado: 40€
Todas as semanas	Comemoração aniversários dos utentes	-Comemorar datas festivas; -Possibilitar momentos de convívio e diversão; -Promover o sentimento de utilidade e bem-estar dos utentes.	Bolo, sumo e recursos necessários de apoio à atividade.	

Metodologia de Avaliação

As metodologias a adotar para avaliação do Plano Anual de Atividades 2024 a desenvolver na resposta social ERPI e Centro de Dia são:

- métodos de observação direta, reflexão teórica e de escuta junto dos utentes;
- registos / monitorização da adesão, participação e desempenho dos utentes nas atividades;
- os indicadores para avaliação das atividades serão o número de participantes na atividade e o grau de satisfação dos utentes face às atividades.

Recursos Financeiros

Os custos associados às atividades propostas são suportados pelo Centro Social Paroquial da Freguesia de Arões.

O presente plano de atividades pode sofrer alterações, como a introdução de novas atividades, a supressão de atividades e a alteração das datas das mesmas. Estas alterações serão referidas no plano a elaborar mensalmente e no relatório de avaliação do plano anual de atividades. De referir, que as datas comemoradas ao fim- de-semana, serão celebradas no dia útil seguinte.

Arões, 15 janeiro de 2024