



CENTRO SOCIAL NOSSA
SENHORA DA CONFIANÇA

PLANO DE ATIVIDADES
ANO 2024

Índice

Introdução.....	3
Missão e objetivos.....	4
Respostas Sociais.....	5-6
Plano de Ação para 2024.....	7-11
O envelhecimento ativo e as Atividades de Animação.....	12-24

Introdução

Com sede na Rua José Fernandes, nº 29, Pedrógão Pequeno, Concelho da Sertã, o Centro Social Nossa Senhora da Confiança é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), registada na Direção Geral de Segurança Social sob o nº 32/96 no livro 6 das Associações de Solidariedade Social. Tem Estatutos próprios, aprovados a 17 de Agosto de 1995, e foram revistos por imposição do Decreto – lei nº. 172-A/2014 de 14 de novembro, em novembro de 2015.

Nos termos da alínea b), do artigo 28º dos Estatutos do Centro Social Nossa Senhora da Confiança (CSNSC), compete á Direção elaborar o Plano de Atividades. Assim sendo, o documento em apreço, exhibe o Plano de Atividades para o ano de 2024. Trata-se de um documento orientador para as Respostas Sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

O Plano de Atividades para 2024 baseia-se na necessidade de responder aos desafios da conjuntura do quotidiano, bem como às necessidades, capacidades e expectativas do utente e da sua família. Assim sendo, este ano a Direção fez uma grande aposta na melhoria dos serviços prestados, tendo sido celebrado um protocolo com a clínica Oleimed de Oleiros para a prestação de serviços de Fisioterapia e de Terapia Ocupacional. Contudo, não podemos deixar de agradecer aos nossos parceiros que contribuíram para o financiamento deste novo projeto, nomeadamente à Junta de Freguesia de Pedrógão Pequeno, que vai ceder um apoio mensal, bem como às empresas Francisco Laia Nunes Lda, Frutas do Bonjardim Lda e Farmácia Baeta Rebelo. Bem hajam!

A Direção do CSNSC compromete-se a estar atenta às oportunidades que certamente irão surgir por parte de Entidades Externas, nomeadamente apoios financeiros que possam ser utilizados para melhorar as condições físicas do espaço e atividades lúdicas.

Ao longo de 2024 pretendemos manter e se possível melhorar a nossa prestação de serviços. O reconhecimento pelos serviços prestados ultrapassa as fronteiras do nosso município, sendo já procurados por pessoas de outros concelhos.

A Direção pretende concretizar na íntegra este Plano de Atividades, contudo, salvaguardando questões que impossibilitem a execução do estipulado. Desejamos que todos façam parte da solução e contribuam para a melhoria dos serviços, em prol da população idosa, tendo por base as necessidades, capacidades e gostos dos utentes.

Juntos seremos mais fortes e capazes de promover o bem-estar destes Idosos.

Missão e objetivos

Missão

No âmbito da sua ação, o Centro Social, tem como missão principal apoiar idosos e a comunidade em geral em situação desfavorável. Para o efeito, a Instituição possui duas Respostas Sociais: Apoio Domiciliário e Centro De Dia.

Objetivos

- ✓ Garantir o bem-estar, a qualidade de vida e a segurança dos clientes;
- ✓ Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- ✓ Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- ✓ Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação inter-familiar;
- ✓ Potenciar a integração social;

Contribuir para melhorar as relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento

Respostas Sociais

Serviço de Apoio Domiciliário

O Centro Social Nossa Senhora da Confiança na sua resposta social de Apoio Domiciliário tem como propósito proporcionar cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possa assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e / ou atividades da vida diária.

Objetivos

Os objetivos de SAD são:

- ✓ Contribuir para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos e das famílias;
- ✓ Prevenir situações de dependência e promover a autonomia;
- ✓ Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- ✓ Criar condições que permitam preservar e incentivar as relações inter – familiares;
- ✓ Apoiar os clientes e as famílias na satisfação das necessidades básicas e atividades da vida diária;
- ✓ Colaborar no acesso à prestação de cuidados de saúde;
- ✓ Contribuir para o retardamento da institucionalização dos idosos;

Serviços prestados

- ✓ Distribuição de refeições no domicílio e o seu acompanhamento quando se justifique,
- ✓ Cuidados de higiene, conforto e imagem;
- ✓ Higiene Habitacional (pequenas limpezas no domicílio, estritamente necessárias para o bem-estar da pessoa);
- ✓ Tratamento de roupas de uso pessoal;
- ✓ Apoio/ acompanhamento psicossocial;
- ✓ Animação socioeducativa e recreativa.
- ✓ Apoio no acesso a cuidados de saúde;

Centro de Dia

A Resposta Social de Centro de Dia tem como finalidade manter os idosos no seu meio sociofamiliar, com o intuito de retardar ou evitar a sua institucionalização, proporcionando um conjunto de serviços individualizados e personalizados ao idoso que lhe garantem um envelhecimento mais saudável.

Objetivos

Os objetivos desta Resposta Social são:

- ✓ Garantir o bem-estar, a qualidade de vida e a segurança dos clientes;
- ✓ Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- ✓ Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- ✓ Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação inter-familiar;
- ✓ Potenciar a integração social;
- ✓ Contribuir para melhorar as relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

Serviços prestados

O Centro de Dia presta os seguintes serviços aos clientes:

- ✓ Alimentação;
- ✓ Cuidados de higiene, conforto e imagem;
- ✓ Higiene Habitacional (pequenas limpezas no domicílio, estritamente necessárias para o bem-estar da pessoa);
- ✓ Tratamento de roupas de uso pessoal;
- ✓ Apoio/ acompanhamento psicossocial;
- ✓ Animação socioeducativa e recreativa.
- ✓ Apoio no acesso a cuidados de saúde;
- ✓ Atividades relacionadas com a religião.

PLANO DE AÇÃO PARA 2024

1. Intervenção:

Serviço Apoio Domiciliário:

ATIVIDADE	OBJETIVO	PRAZO	FINANCIAMENTO
Prestar Serviço de Apoio Domiciliário em conformidade com as orientações técnicas da Segurança Social	Garantir a satisfação das necessidades básicas dos indivíduos, proporcionando uma melhor qualidade de vida.	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos.
Confeccionar e fornecer as refeições aos utentes	Contribuir para uma alimentação saudável.	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos.
Tratamento de Roupa	Melhorar o conforto através de uma imagem cuidada.	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos
Higiene Habitacional	Tornar o espaço habitacional mais limpo e saudável.	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos
Cuidados de higiene e imagem pessoal	Melhorar o conforto através da prestação de cuidados de higiene pessoal	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos
Assistência medicamentosa	Melhorar o estado de saúde (assistência medicamentosa mediante receita médica).	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes;
Compra de medicamentos mediante receita médica	Melhorar o estado de saúde – assistência medicamentosa mediante receita médica.	Janeiro a Dezembro 2024	Apoio logístico da Farmácia Baeta Rebelo; Dinheiro do utente
Aquisição de bens e serviços	Contribuir para uma melhor qualidade de vida e acesso aos serviços	Janeiro a Dezembro 2024	Dinheiro do utente.

Centro de Dia:

ATIVIDADE	OBJETIVO	PRAZO	FINANCIAMENTO
Prestar Serviço de Centro de Dia em conformidade com as orientações técnicas da Segurança Social	Garantir a satisfação das necessidades básicas dos indivíduos, proporcionando uma melhor qualidade de vida	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos
Transporte para o Centro de Dia	Garantir o acesso dos utentes à Resposta Social; Contribuir para uma melhoria na qualidade de vida	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas.
Confecionar e fornecer as refeições aos utentes	Confecionar e fornecer as refeições aos utentes	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos.
Tratamento de Roupa	Melhorar o conforto através de uma imagem cuidada	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos.
Higiene Habitacional	Tornar o espaço habitacional mais limpo e saudável	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas;
Cuidados de higiene e imagem pessoal	Melhorar o conforto através da prestação de cuidados de higiene pessoal	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Receitas das Quotas; Donativos.
Assistência medicamentosa	Melhorar o estado de saúde – assistência medicamentosa mediante receita médica	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Dinheiro do utente.
Compra de medicamentos mediante receita médica	Melhorar o estado de saúde – assistência medicamentosa mediante receita médica	Janeiro a Dezembro 2024	Acordo Cooperação Segurança Social; Prestação mensal dos utentes; Dinheiro do utente.
Aquisição de bens e serviços	Contribuir para uma melhor qualidade de vida e acesso aos serviços	Janeiro a Dezembro 2024	Dinheiro do utente.

2. Apoio à Infância:

<u>Atividade</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Prazo</u>	<u>Estratégia Financiamento</u>
Confeção de refeições escolares aos alunos do 1º CEB e Jardim de Infância.	Fornecer refeições escolares	Duração do ano lectivo	Camãra Municipal da Sertã

3. Organização dos serviços:

ATIVIDADE	OBJETIVO	PRAZO	ESTRATÉGIA
Formação às colaboradoras	Organizar e executar um plano de formação adequado às colaboradoras da Instituição; formar e apostar numa melhor qualidade dos serviços.	A DESIGNAR	Apoio da empresa de HCCP- Actionlive ; Parceria com o IEFP de Abrantes
Apresentação das contas do Ano de 2023 – Assembleia Geral	Informação e transparência nas contas e atividades da Instituição	ATÉ AO DIA 31/03/2024	Financiamento Próprio da Instituição
Apresentação e aprovação do plano de atividades e Orçamento para o ano de 2025– Assembleia Geral	Informação das atividades a realizar e previsão dos gastos previstos em 2025.	ATÉ AO DIA 30/11/2024	Financiamento Próprio da Instituição

4. Sustentabilidade

ATIVIDADE	OBJETIVO	PRAZO	ESTRATÉGIA
Divulgação da Instituição	Aumento da Sustentabilidade; Aumento de novos clientes.	Janeiro a dezembro 2024	Financiamento Próprio da Instituição
Angariação de novos sócios / utentes	Aumento da Sustentabilidade;	Janeiro a dezembro 2024	Financiamento Próprio da Instituição
Realização de Cabaz de Natal e Páscoa.	Angariação de receitas	Abril e Dezembro 2024	Financiamento Próprio da Instituição e doações de produtos pelas colaboradoras e fornecedores
Angariação de donativos	Aumentar a Sustentabilidade	Janeiro a dezembro 2023	Financiamento Próprio da Instituição

5. Intervenção / Investimento:

<u>Atividade</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Prazo</u>	<u>Estratégia Financiamento</u>
Procura de possíveis projetos de apoio à melhoria das instalações do Centro.	Implementação do Projeto contra Incêndios.	De acordo com as candidaturas em vigor	Financiamento Próprio da Instituição;
Divulgação on-line da Instituição para angariar novos clientes.	Aumentar as receitas.	Janeiro a dezembro	Financiamento próprio da Instituição.

6. Acordos / Parcerias:

Centro Distrital de Segurança Social - Comparticipação financeira para 14 utentes em Centro de Dia e 36 em Serviço de Apoio Domiciliário. Para além desta comparticipação financeira, o Centro Distrital de Segurança Social apoia também em questões técnicas, relacionados com o funcionamento da Instituição.

Câmara Municipal da Sertã – Comparticipação financeira nas refeições dos alunos do Jardim de Infância e 1º Ciclo de Ensino Básico da freguesia de Pedrógão Pequeno.

Apoio logístico para a realização de passeios com os utentes.

IEFP de Abrantes- Formação e certificação das colaboradoras nas funções que cada uma desempenha em concreto.

Junta de Freguesia de Pedrógão Pequeno – Apoio e colaboração quando solicitado.

Posturofísio – Recolha de amostras clínicas diretamente na Instituição, evitando a deslocação dos utentes até ao laboratório.

Actionlive Lda – Apoio na implementação do HCCP e formação das colaboradoras.

Oleimed – Contrato de prestação de serviços em Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Farmácia Baeta Rebelo- Apoio na aquisição da medicação, evitando a deslocação à farmácia, bem como, testes de glicose e colesterol.

Vacinação contra a gripe e Covid.

Donativos.

Centro de Saúde da Sertã- apoio nos cuidados inerentes à saúde mental e enfermagem.

GNR Sertã – Ações de sensibilização e prevenção de burlas á população idosa.

Biblioteca da Sertã – Visita da Biblio Andante.

Escola Primária de e Jardim de Infância de Pedrógão Pequeno - Atividades intergeracionais.

O envelhecimento ativo e as Atividades de Animação

O envelhecimento é um processo universal e natural, comum a todos os seres vivos. Desde o momento em que nascemos até ao momento em que morremos, vamos passando por várias etapas ao longo da nossa vida.

Quando chegamos à idade da reforma, deixamos de ter um papel ativo na sociedade, e à medida que vamos envelhecendo, vamos perdendo as nossas capacidades físicas e motoras, cognitivas, mentais e intelectuais.

Esta diminuição da atividade, ou até mesmo a sua inexistência, pode provocar a perda ou a diminuição da capacidade de concentração, coordenação, raciocínio, compreensão, expressão verbal e reação. Deste modo, pode ocorrer a perda de autoestima, depressão e isolamento social. É importante a ocupação do tempo livre, manter a atividade evita a depressão e o isolamento social.

Por outro lado, com a evolução da sociedade e de toda a conjuntura económico-social, sobretudo com a modificação do papel da mulher na sociedade, em que esta deixou de ser exclusivamente dona de casa e passou a ter um papel ativo, atualmente quase todas as mulheres têm o seu trabalho, a maior parte das famílias está impossibilitada de tomar conta dos seus idosos a tempo integral. Assim, quando os idosos ficam mais dependentes, ou vão para os lares ou frequentam os Centros de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário.

Quando frequentam equipamentos de apoio social, por vezes, os idosos tendem a ficar muito depressivos, encaram como o fim de um ciclo. Então, é fundamental quebrar este pensamento, tornar os dias deles os mais felizes possíveis, dando sentido à sua vida.

Face a todo este contexto de mudanças, e à necessidade de mudar a rotina, surge a importância da animação. De acordo com Quintas e Castaño (1998) “animação é uma atividade interdisciplinar e intergeracional que actua em diversas áreas e que influencia a vida do individuo e do grupo. Já na opinião de Choque (2000), “animação é sinónimo de vida, de movimento, de atividade. O ato de dar vida, calor.”

A animação para idosos, de uma forma geral, tem como finalidade estimular o idoso a nível físico, mental, afetivo e cognitivo, de forma a estabilizar ou entardecer o seu processo de envelhecimento, preservando as suas faculdades mentais, sensoriais e motoras, dando-lhe autonomia. Permite ao idoso passar o seu tempo livre de forma ativa, proporcionando um envelhecimento ativo e com qualidade, dando alegria de viver e sentimento de pertença a um grupo. A animação previne a depressão e conseqüentemente, o isolamento social, melhorando assim a sua capacidade de se relacionar com os outros.

Podemos ainda referir que, a animação também procura promover a inovação e novas descobertas, valorizando a formação ao longo da vida. Se os utentes estiverem ocupados com tarefas positivas, nem dão pelo tempo passar e vão estar sempre entusiasmados.

A animação contempla vários tipos, a saber, animação: física ou motora; cognitiva; expressão plástica; comunicação; associada ao desenvolvimento pessoal e social; lúdica e comunitária.

Animação física ou motora, tem como objetivo promover a autonomia do utente a nível físico. Pressupõe que o idoso faça movimentos aos seus membros superiores e inferiores, de forma a estimular a coordenação motora; e a psicomotricidade. Este tipo de animação fomenta a autonomia do utente, dando alguma capacidade para as suas AVD's.

Animação cognitiva, pretende estimular a concentração, atenção, memória, raciocínio, os sentidos (visão, olfato, gosto, audição e tato) e verbalização. Também acaba por reavivar as memórias das tradições e dos costumes. No fundo, tem o propósito de incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e da sua autonomia, fomentando a sua capacidade de decisão e orientação.

Animação através da expressão plástica, tem por base a elaboração de trabalhos manuais, nomeadamente, pintura de desenhos, corte de desenhos e papel, construção de postais ou outros trabalhos. Este tipo de animação tem como finalidade estimular a motricidade fina, a coordenação psicomotora, imaginação e criatividade e potenciar também as capacidades cognitivas.

Animação de comunicação pressupõe todas as atividades que permitem a expressão corporal. Expressam os seus sentimentos e emoções através da voz, do comportamento, da postura e do movimento. Deste modo, estimula a verbalização, os movimentos e capacidades cognitivas.

Animação de desenvolvimento pessoal, pretende desenvolver o “eu” do idoso, as suas experiências de vida, as emoções e sentimentos. Tem como intuito a interação entre a pessoa e o grupo e a dinâmica de grupo. Esta vertente proporciona a partilha e a aquisição de novos conhecimentos; permite a partilha de experiências de vidas entre o grupo. Por outro lado, também inclui a componente religiosa, espiritualidade e meditação, o que se traduz em momentos de bem-estar emocional e espiritual.

Animação lúdica, diz respeito a momentos de diversão, brincadeira e convívio. Pretende ocupar o tempo livre de forma divertida, promovendo o convívio. De uma forma geral proporciona momentos de diversão e de satisfação emocional. Fomenta o sentimento de pertença a um grupo, evitando a depressão e isolamento social

Animação comunitária, está relacionada com todas as atividades promovidas por outras Entidades da comunidade onde estamos inseridos. Tem como objetivo primordial envolver os idosos em projetos da comunidade, onde também se insere o voluntariado

De uma forma geral, todos os tipos de animação têm como objetivo comum, proporcionar momentos de convívio, prevenir o isolamento social, fomentar a autoestima e o bem-estar da pessoa, estimular as capacidades cognitivas e físicas, bem como, promover um envelhecimento ativo e saudável. Dão ao idoso um sentimento de pertença a um grupo, evitando a depressão e isolamento social.

Neste sentido, este Plano de Atividades foi elaborado de acordo com as necessidades e as capacidades dos utentes, pautado nos vários tipos de animação existentes.

Nas tabelas seguintes podemos observar a planificação das várias atividades de animação diárias, bem como a comemoração das datas festivas mais importantes.

PLANO DE ATIVIDADES 2024

Atividades Lúdico- recreativas – comemoração de dias festivos e datas importantes							
Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
06 de janeiro	Festa dos Reis	Cantar dos Reis em conjunto com as crianças da escola.	- Promover o convívio intergeracional; - Reavivar as memórias e as tradições.	- Funcionárias; - Docentes e auxiliares da escola;	-----	-----	Centro de Dia
13 de fevereiro	Construção de máscaras de papel alusivas ao Carnaval.	Comemoração do Carnaval	- Estimular a imaginação e desenvolver a criatividade; - Estimular motricidade fina e desenvolver a psicomotricidade;	- Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos.	- Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola;	Centro de Dia
14 de fevereiro	Construção de um Postal alusivo ao dia dos namorados.	Comemoração do dia de São Valentim	- Estimular a imaginação e desenvolver a criatividade; - Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade;	- Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos.	- Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; -Materiais para colar na máscara.	Centro de Dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
19 de março	Construção de um postal e pintura de desenhos alusivos ao Dia do Pai.	Comemoração do dia do Pai.	- Reavivar as memórias; - Estimular a criatividade; - Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade; - Estimular a coordenação motora	Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	- Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; -Materiais para colar no postal.	Centro de Dia
20 e 21 de março	Plantação de uma árvore no jardim em conjunto com as crianças da escola. Plantação de flores em vaso; Pintura e recorte de flores para decorar o Centro.	Comemoração do Dia da árvore. Celebração da chegada da Primavera.	-Promover o convívio intergeracional; -Fomentar a consciência de preservação do ambiente; - Proporcionar momentos de satisfação emocional; Estimular a criatividade; - Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade	- Funcionárias; - Docentes e auxiliares da escola;	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	- Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; -Materiais para colar no postal. - Vasos; - Flores e árvores.	Centro de Dia
25 de março	Caça aos ovos. Visualização do filme “Paixão de Cristo”.	Reavivar memórias acerca da Páscoa;	Reflexão espiritual e religiosa.	Animadora socio cultural.	-----	Televisão	Centro de Dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
27 de março	Confissões; Missa; Almoço convívio com os utentes e Órgãos Sociais do CSNSC.	Celebração da Páscoa.	- Proporcionar momentos de bem-estar ; - Reflexão espiritual e religiosa. - Promover o convívio intergeracional; - Reavivar as memórias e as tradições.	Animadora socio cultural. Funcionárias; Padre da Freguesia; Voluntários da Igreja.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	-----	Centro de dia
25 de abril	Tertúlia sobre o “Revolução dos Cravos”.	Comemoração dos 50 anos do 25 de abril.	- Proporcionar momentos de bem-estar ; - Promover o convívio; - Reavivar as memórias e as tradições.	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	Portátil para transmitir imagens.	Centro de dia
1 de maio	Tertúlia sobre o Dia do Trabalhador	Explicar no que consiste e qual é a importância para a sociedade do Dia do Trabalhador.	- Promover conhecimento de cultura geral; - Troca de ideias e conhecimentos entre os utentes.	Animadora socio cultural.	-----	Portátil para transmitir imagens	Centro de dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
07 de maio	Construção de um postal e pintura de desenhos alusivos ao Dia da Mãe.	Comemoração do dia do Mãe.	<ul style="list-style-type: none"> - Reavivar as memórias; - Estimular a criatividade; - Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade; - Estimular a coordenação motora 	Animadora socio cultural.	<ul style="list-style-type: none"> - Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos 	<ul style="list-style-type: none"> - Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; -Materiais para colar no postal. 	Centro de Dia
31 de maio	Passeio a Fátima	Visitar o Santuário de Fátima	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de bem-estar; - Reflexão espiritual e religiosa. - Promover o convívio geracional; - Reavivar as memórias e as tradições. 	Animadora socio cultural. Funcionárias; Padre da Freguesia; Voluntários da Igreja	<ul style="list-style-type: none"> - Transporte cedido pelo município, - Apoio da Junta de Freguesia de Pedrógão Pequeno; - Recursos próprios do centro. 	Almoço e lanche	Fátima
01 de junho	Construção de um postal para oferecer às crianças do 1º ciclo e JI de Pedrógão Pequeno.	Comemoração do Dia da Criança.	<ul style="list-style-type: none"> -Promover o convívio intergeracional; - Proporcionar momentos de satisfação emocional 	Animadora socio cultural.	<ul style="list-style-type: none"> - Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas; - Donativos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; -Materiais para colar no postal. 	Centro de Dia. Escola primária.

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
			- Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade;				
09 de junho	Tertúlia sobre o Dia de Portugal	Explicar no que consiste e qual é a importância deste dia.	- Promover conhecimento de cultura geral; - Troca de ideias e conhecimentos entre os utentes.	Animadora socio cultural.	-----	Portátil para transmitir imagens	Centro de dia
21 de junho	Arraial de S ^o João e sardinhada c/ meninos da escola. Concurso de quadras para vasos de manjericos.	Comemoração dos Santos Populares	- Proporcionar convívio intergeracional e momentos de diversão; - Proporcionar momentos de satisfação emocional; - Fomentar a participação ativa dos idosos no evento. - Estimular a criatividade;	Animadora socio cultural. Funcionárias; Pessoal docente e não docente da Escola.	- Apoio da Junta de Freguesia de Pedrógão Pequeno; - Recursos próprios do centro.	- Cartolina; - Lápis e canetas; - Tesoura; - Cola; - Vasos com manjericos.	Centro de Dia.
07 de julho	Confeção de um bolo de chocolate.	Comemoração do Dia Internacional do chocolate.	- Promover a aproximação com a família; - Proporcionar momentos de satisfação emocional.	Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	_ Quadro para escrever; - Giz;	Centro de Dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
26 de julho	Lanche convívio entre avós e netos	Comemoração do Dia Internacional dos Avós	- Estimular motricidade e desenvolver a psicomotricidade;	Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	- Alimentos.	Centro de Dia
30 de julho	Construção de um postal com mensagem para trocar entre os utentes	Comemoração do Dia Internacional do Amigo	- Promover conhecimento de cultura geral; - Troca de ideias e conhecimentos entre os utentes.	Animadora socio cultural.	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	Portátil para transmitir imagens	Centro de dia
19 de agosto	Elaboração de um cartaz com fotografias dos utentes	Comemoração do Dia Internacional da Fotografia	- Proporcionar momentos de satisfação emocional; - Fomentar a participação ativa dos idosos no evento. - Estimular a criatividade;	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	- Máquina fotográfica; - Portátil; - Cartolina; - Cola; - Tesoura.	Centro de Dia.
Agosto (dia a definir)	Piquenique com os utentes	Proporcionar novas experiências.	- Proporcionar momentos de bem-estar e de diversão; - Promover o convívio geracional;	Animadora socio cultural. Funcionárias;	Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios;	-----	Moinho Das Freiras.

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
7 de setembro	Ida à Missa Da Romaria da Sra. Da Confiança	Participar na Romaria da festa.	-Proporcionar momentos de bem-estar; - Reflexão espiritual e religiosa. - Promover o convívio geracional; - Reavivar as memórias e as tradições.	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	-----	Monte da Sra. Da Confiança
21 de setembro	Decoração de velas brancas	Comemoração do Dia Internacional da Paz.	-Proporcionar momentos de bem-estar; - Reflexão espiritual e religiosa. - Promover o convívio geracional; - Reavivar as memórias e as tradições.	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Acordo de cooperação c/ a segurança social; - Mensalidade dos utentes; - Quotas dos sócios; - Donativos	-----	Centro de Dia
Outubro (dia a definir)	Participação na Festa do Município no dia do Idoso.	Comemoração do Dia Internacional do Idoso.	- Proporcionar momentos de bem-estar e de diversão; - Promover o convívio geracional;	Animadora socio cultural. Funcionárias	- Apoio da Junta de Freguesia de Pedrógão Pequeno; - Recursos próprios do centro.	-----	Carvalha da Sertã
16 de outubro	Confeção de uma salada de fruta com a ajuda dos utentes.	Celebração do Dia Mundial da Alimentação.	- Informar e incentivar hábitos alimentares saudáveis.	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Recursos próprios.	- Frutas variadas.	Centro de Dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
01 de novembro	Confeção de Bolinhos dos Santos	Comemoração do Dia de Todos os Santos	<ul style="list-style-type: none"> - Convívio geracional e momentos de diversão; - Proporcionar momentos de satisfação emocional; - Reavivar as memórias. 	<p>Animadora socio cultural.</p> <p>Funcionárias;</p>	- Recursos próprios.	- Ingredientes para fazer os bolos.	Centro de Dia
12 de novembro	Magusto	Comemoração do Dia de S ^o Martinho	<ul style="list-style-type: none"> - Convívio geracional e momentos de diversão; - Proporcionar momentos de satisfação emocional. - Reavivar as memórias. 	<p>Animadora socio cultural.</p> <p>Funcionárias;</p>	- Recursos próprios.	- Castanhas.	Centro de Dia
Dezembro	Decorar o centro com adereços de Natal. Festa de Natal.	<p>Participação na Decoração do Espaço.</p> <p>Participação na Missa e almoço de natal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de bem-estar ; - Reflexão espiritual e religiosa. - Promover o convívio geracional; - Reavivar as memórias e as tradições. 	<p>Animadora socio cultural.</p> <p>Padre da Freguesia Voluntários da Igreja.</p> <p>Funcionárias;</p>	- Recursos próprios.	- Enfeites de Natal.	Centro de Dia

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
Janeiro a Dezembro Segunda-feira	Atelier de Expressão plástica	- Pintura de desenhos; - Cortes de desenhos e papel; - Construção de postais.	Estimular a: - Motricidade fina; - Coordenação psicomotora; - Imaginação e criatividade; - Capacidade cognitiva.	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Recursos próprios.	- Cartão; - Papel; -Canetas e lápis; - Tesoura; - Cola; - Fitas; - Papel brilhante.	Centro de Dia
Janeiro a Dezembro Terça-feira	Fisioterapia	Animação física e motora.	-Promover a autonomia do utente a nível físico; - Fomentar a autonomia do utente para a realização das suas AVD's.; -	Fisioterapeuta (Oleimed)	- Recursos próprios. - Donativo mensal da Junta de Freguesia de Ped. Peq. - Donativo de fornecedores.	O material será estipulado pela Fisioterapeuta de acordo com o tipo de atividade realizada.	Centro de Dia
Janeiro a Dezembro Quartas-feiras	Hora do conto	- Jogos de exercício de memória; - Jogos de escrita e leitura; - Jogos das diferenças. - Tertúlias.	- Estimular a concentração, atenção, memória e raciocínio; - Fomentar a sua capacidade de decisão e orientação; -Reavivar as memórias e as tradições	Animadora socio cultural. Funcionárias;	- Recursos próprios.	- Livros de histórias; - Canetas e lápis; - Vários objetos; - 1 Caixa; - Vendas para os olhos.	Centro de Dia

PLANO ATIVIDADES 2024

Calendarização	Atividade	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Recursos Humanos	Recursos Financeiros	Material	Espaço
Janeiro a Dezembro Quinta-feira	Rezar o terço	Desenvolvimento Pessoal.	- Desenvolver as suas experiências de vida, as emoções e sentimentos. - Convívio geracional; - Partilha de conhecimentos em grupo. - Sentimento de pertença a uma grupo.	Voluntária da Igreja	Recursos próprios.	1 Terço	Centro de Dia
Janeiro a Dezembro Sexta-feira	Terapia Ocupacional	Animação física e motora. Animação Cognitiva	-Promover a autonomia do utente a nível físico; - Fomentar a autonomia do utente para a realização das suas AVD's.; - Convívio geracional.	Terapeuta Ocupacional (Oleimed)	- Recursos próprios. - Donativo mensal da Junta de Freguesia de Ped. Peq. - Donativo de fornecedores.	O material será estipulado pela Terapeuta de acordo com o tipo de atividade realizada.	Centro de Dia
Janeiro a Dezembro Terças-feiras (3 em 3 semanas)	Hora do conto	- Leitura de uma história; - Diálogo sobre a história.	- Estimular a concentração, atenção, memória e raciocínio; -Reavivar as memórias e as tradições	Biblioteca Andante da Biblioteca Municipal da Sertã	Recursos próprios.	Livros de histórias;	Centro de Dia

PLANO DE ATIVIDADES 2024

O presente Plano de Atividades foi elaborado pela Direção do CSNSC, aprovado na reunião de Direção do dia 09 de novembro de 2023.

Aprovado em Reunião de Assembleia Geral no dia 26 de novembro de 2023.

O Presidente da Direção:

O Presidente da Assembleia Geral:

PLANO DE ATIVIDADES 2024