

Plano Anual de Actividades para 2015

Projecto de Animação 2015

Tema Geral - «Eu Consigo»



Plano Anual de Actividades para 2015

MÊS	DIA	Actividade	Local	Participantes	Despesas previstas	Objectivo
JANEIRO	5 (segunda-feira)	Cantar as JANEIRAS	AD <i>69 pelo do parque de Leopoldina</i>	Utentes do CD e Sr Acácio Lopes	Comprar Bolo-rei	Manter as raízes e a Tradição Visitar os utentes do AD
	6 (terça-feira)	Cantar as JANEIRAS	CD	Utentes do CD e SAD e Sr Acácio Lopes	Comprar Bolo-rei	Manter as raízes e a Tradição
	<i>para a parque de Leopoldina</i> A definir	<i>Visita à Saída ao Exterior</i> Óbidos / <i>compras</i>	Vila de Óbidos	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD		Promover o bem-estar físico / psicológico
	1 x por semana	Livro das memórias	CD e SAD	Utentes CD e SAD		Manter e promover a memória a médio e a longo prazo
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD		Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x no Mês	Ação de sensibilização sobre o «Enfarte Miocárdio»	CD	Utentes CD		Sensibilizar os idosos a terem certos cuidados de saúde para evitar o enfarte
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocopias, canetas, lápiz , etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina

Plano Anual de Actividades para 2015

MÊS	DIA	Actividade	Local	Participantes	Despesas previstas	Objectivo
JANEIRO	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
		Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custos	Aumentar / fortalecer as relações entre colegas
	1 x por semana	Manicure e pedicure	CD	Utentes CD	Água, gel de duche, e luz	Proporcionar momentos de relaxamento

Plano Anual de Actividades para 2015

MÉS	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Fevereiro	Primeira Semana	Preparativos para o carnaval e decorar o CD	CD	Utentes CD	Diversos materiais a definir	Desenvolver a criatividade
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	1 x por semana	Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custos	Aumentar / fortalecer as relações entre colegas
	1 x por semana	Manicure e pedicure	CD	Utentes CD	Sem custos	Proporcionar momentos de relaxamento
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico

Plano Anual de Actividades para 2015

1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	/psicológico
13 ou 14 de Fevereiro	Baile de Mascaras Carnaval SENIOR	Local a definir com o Grupo de Trabalho « Pessoas Idosas , conselho de Peniche »	Utentes do CD e de outras instituições	Deslocação das nossas carrinhas	Estimular a destreza manual, concentração e atenção Contribuir para um envelhecimento activo e saudável através da promoção de acesso e participação dos idosos em iniciativas culturais de lazer e de bem estar .

Plano Anual de Actividades para 2015

MÊS	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISITAS	OBJECTIVO
Março	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	1 x por semana	Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custo	Aumentar / fortalecer as relações entre colegas
	1 x por semana	Manicure e pedicure	CD	Utentes CD	Sem custo	Proporcionar momentos de relaxamento
	Durante todo o mês de Março	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior

Plano Anual de Actividades para 2015

A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
9 (segunda-feira)	Comemoração do Dia Internacional da Mulher	A definir com as utentes	Utentes (senhoras) CD e SAD	Deslocação e Lanche	Promover a inserção social das pessoas idosas
27 (sexta-feira)	Comemoração do Dia Mundial do Teatro	Lisboa	Utentes CD e SAD	Deslocação e Refeição	Contribuir para um envelhecimento activo a nível cultural

Plano Anual de Actividades para 2015

MÊS	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Abril	1ª Semana	Momentos de Reflexão	CD e Igreja de Serra Del Rei	Utentes do CD	Sem custo	Fomentar o espírito Religioso
	1 x por semana	Manicure e pedicure	CD	Utentes CD	Sem custo	Proporcionar momentos de relaxamento
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais

Plano Anual de Actividades para 2015

	1 x por semana	Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custo	Aumentar / fortalecer as relações entre colegas
	Durante o mês de Abril	Elaboração de Terços para oferta	CD	Utentes CD	Materiais diversos (pasta de modelar, esferovite, etc ...)	Aumentar a motricidade fina e aumentar a auto estima

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Maio	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	1 x por semana	Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custo	Aumentar / fortalecer as relações entre colegas
	1 x por semana	Manicure e pedicure	CD	Utentes CD	Sem custo	Proporcionar momentos de relaxamento
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Junho	1 (segunda-feira)	Dia Mundial da Criança	Jardim Escola	Utentes CD	Material a definir	Convívio Inter geracional
		Passeio no Comboio Turístico de Peniche	Peniche	Utentes CD	Sem custo	Proporcionar bons momentos de lazer
	9 (terça feira)	Comemorações do Dia de Portugal	CD	Utentes CD	Sem Custo	Reconhecer a importância da historia de Portugal e o seu hino .
	12 (sexta feira)	Comemorações dos Santos Populares Enfeites para o S. João	Jardim Publico de Peniche	Utentes CD e Utentes de Outras instituições	Lanche partilhado Roupas para as marchas de São João - 100 € aproxm/	Contribuir para um envelhecimento activo e saudável através da participação dos idosos em iniciativas culturais
	Durante todo o mês	Praia e Pinhal	Diversas praias e espaços verdes	Utentes CD	Deslocação e lanches	Promover o Bem-estar físico e psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Junho	24 (quarta feira)	Almoço da instituição no pinhal	Pinhal de Ferrel	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis , etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Julho	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISITAS	OBJECTIVO
Julho	27 (segunda-feira)	Festa do Dia dos Avós	A decidir	Utentes de varias instituições	O almoço e lanche	Contribuir para um envelhecimento activo e saudável através da participação dos idosos em iniciativas culturais
	29 (quarta-feira)	Acção de sensibilização sobre «Bons hábitos de higiene oral»	CD	Utentes CD e SAD	Sem custos	Dar informação e formação aos idosos sobre determinados cuidados a ter com a saúde oral
	Durante todo o mês	Praia	Praias de Peniche e arredores	Utentes CD	Deslocação da carrinha	Promoção d a Saúde e bem estar físico e psíquico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Agosto	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESpesas PREVISTAS	OBJECTIVO
Agosto	Durante o mês	Praia	Praias Peniche	Utentes CD	Deslocação da carrinha	Promover o bem-estar físico /psicológico
	1ª Semana	Passoio à Festa de N.S.ª. Boa Viagem	Peniche	Utentes CD	Deslocação da carrinha	Promover o bem-estar físico /psicológico
	Durante todo o mês	Dia Mundial da Fotografia – Exposição	CD	Utentes CD, SAD e Funcionarias	Impressão fotográfica, papel fotografia.	Desenvolver nos nossos idosos capacidade de observação e de abstracção

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
Setembro	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPEAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Setembro	1ª Semana	Dinâmicas de grupo	CD	Utentes CD	Sem custos	Técnicas para os idosos se conhecerem melhor
	Durante o mês	Grupo de Cantares	CD	Utentes CD	Sem custos	Contribuir para um envelhecimento activo
		Vindimar	Vinha da Maria José	Utentes CD	Deslocação da carrinha	Mantem as tradições

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESpesas PREVISITAS	OBJECTIVO
Outubro	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	1 x por semana	Jogos de mesa	CD	Utentes CD	Sem custo	Estimular a destreza manual, concentração e atenção
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico / psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Outubro	1 (quinta-feira)	Dia Internacional do Idoso	CD	Utentes CD e SAD	Lanche para utentes e para os meninos do jardim-escola. Lembranças para os meninos	Fortalecer as relações intergeracionais ., Promover o respeito, experiências, valores e sentimentos entre gerações diferentes
	Durante o mês	Manicure , pedicure	CD	Utentes CD	Vernizes, cremes corporais, acetona, etc...	Incentivar o interesse dos Idosos por eles próprios
	1ª semana	Tarde de Cinema com pipocas e sumo	CD	Utentes CD	Pipocas e sumo	Contribuir para um envelhecimento activo
	16 (sexta-feira)	Visita a uma fábrica (PEIPEN)	Peniche	Utentes CD	Deslocação na carrinha	Proporcionar o contacto com a sociedade e com a evolução da indústria
	Ultima Semana	Jornadas Sénior	Local a decidir	Utentes CD	Sem custos	Contribuir para um envelhecimento activo e saudável através da participação dos idosos em iniciativas culturais

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Novembro	A definir	Saída ao Exterior	A definir com os utentes CD	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	12 (quinta-feira)	Festa de S. Martinho Teatro alusivo ao tema	CD	Utentes CD e SAD	Castanhas, agua pé	Fortalecer o auto estima e as tradições
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo-manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocópias, canetas, lápis, etc....	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpessoais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Dezembro	1ª Semana	Decoração e Enfeites da árvore de Natal e sala de convívio e restantes divisões.	CD	Utentes CD	Tintas , sprays, velas , etc...	Promover um bom ambiente Natalício
	Durante o mês	Exposição e venda de trabalhos alusivos ao Natal	CD e exterior	Utentes CD	Sem custos	Angariar Fundos
	Durante o mês	Angariação de Fundos através de varias iniciativas	CD e exterior	Utentes CD	Sem custos	Angariar Fundos
	A definir	Festa de NATAL SENIOR	Exterior a definir	Utentes CD	Sem custos	Promover o sentimento de união de grupo
	A definir	Festa de Natal	CD	Utentes CD ,SAD,	Lanche	Lembrar o sentimento Natalício
	(18)					

Plano Anual de Actividades para 2015

Mês	DIA	ACTIVIDADE	LOCAL	PARTICIPANTES	DESPESAS PREVISTAS	OBJECTIVO
Dezembro	A definir	Saída ao Exterior Teatro	A definir com os utentes	Utentes CD	Deslocação carrinha CD	Promover o contacto com o exterior
	2 x por semana	Artes Decorativas	CD	Utentes CD	Consoante os trabalhos	Desenvolver e estimular a coordenação óculo- manual e a criatividade
	Durante todo o mês	Comemorar aniversários dos Utentes	CD e SAD	Utentes CD e SAD	Bolo de aniversário (confeccionado no CD)	Felicitar os Utentes pelo seu aniversário
	1 x por semana	Alfabetização Atelier «Saber Mais»	CD	Utentes CD	Folhas (recicladas), fotocopias, canetas, lápiz , etc ...	Estimular a memória, a destreza manual e a motricidade fina
	1 x por semana	Visita aos utentes SAD	SAD	Utentes SAD e Sr Acácio Lopes	Deslocação do carro	Momentos de conforto e companhia, fortalecer as relações interpersonais
	2 x por semana	Actividade física	CD	Utentes do CD	Sem custo	Promover o bem-estar físico /psicológico

P.S. – Este plano de actividade pode ser sujeito a alterações durante o ano 2015

Plano Anual de Actividades para 2015

2014-2014

A Animadora Socio Cultural



.....
(Nidia Isabel Ricardo da Silva)

O Presidente da Instituição

.....
(Sr.Artur da Silva Patriarca)

Plano Anual de Actividades para 2015

Planeamento Actividades	Ginástica de manutenção	EXPRESSAO PLÁSTICA	Ginástica de manutenção (Dança)	Dinâmica de grupo/histórias de vida
Cuidados de imagem	(Caminhada)			Passaio ao Exterior
Elaboração do jornal Semestral	Actividades de treino de memória (provérbios/lenga lengas)	Expressão Plástica Cuidados de Beleza	Visita ao SAD	Alfabetização
Alfabetização				Jogos de mesa
Tarde culinária e Tarde de Cinema (1x por mês)	Jogos de mesa	Jogos de mesa	Jogos de mesa	Domino, cartas e loto
Jogos de mesa	Domino, cartas e loto	Domino, cartas e loto	Domino, cartas e loto	Domino, cartas e loto

Descrição do projecto Geral

Plano Anual de Actividades para 2015

As Actividades constantes no plano de Actividades de Desenvolvimento Pessoal dividem-se em três tipologias: **Actividades semanais, pontuais e de intercâmbio** com Instituições que desenvolvem actividades com pessoas idosas.

As actividades semanais desenvolvem-se em dia fixo, com a duração de 60 minutos a 90 minutos, sendo que algumas destas actividades são dinamizadas por voluntários. **As actividades pontuais** passam pela comemoração de datas festivas, dias internacionais e tardes culturais de fado, cinema, etc.... No que diz respeito às **actividades de intercâmbio** com outras instituições, são actividades planeadas no seio do grupo de trabalho da área dos idosos do concelho de Peniche, constituído por representantes das instituições e Câmara Municipal de Peniche.

Plano Anual de Actividades para 2015

«Promover o Envelhecimento Activo significa criar melhores oportunidades para que as mulheres e os homens mais velhos desempenham o seu papel no mercado de trabalho, combater a pobreza, sobretudo das mulheres, e a exclusão social, encorajar o voluntariado e a participação activa na vida familiar e na sociedade, e incentivar o envelhecimento com dignidade».

Decisão Nº940/2011/EU do Parlamento Europeu e do Conselho, de 14 de Setembro

Associação do Centro de Dia Serra D'el Rei