



# **PADPS**

**PLANO DE ACTIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIOCULTURAL**

**2022**

**RESPOSTAS SOCIAIS DA TERCEIRA IDADE**

**ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS (ERPI)**

**E**

**SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)**

## Tema:

# Património Cultural e Religioso

Guilherme de Oliveira Martins (2009) referindo-se a “Património, Herança e Memória”, cita Santo Agostinho que, em Confissões (Livro XI, capítulo XX), identifica e define *“Um presente das coisas passadas, um presente das coisas presentes e um presente das coisas futuras. O presente das coisas passadas é a memória, o presente das coisas presentes é a vida e o presente das coisas futuras é a espera”*. Para Oliveira Martins, o entendimento de Património e de Cultura passa pela compreensão destes três presentes, de modo que a memória seja revivida e respeitada, assumindo a relação que se estabelece entre as pessoas, a sociedade e a herança que recebem e que projetam no futuro.

Assim, neste ano a base das nossas atividades serão sempre o património cultural e religioso.

Áreas	Atividades	Objetivos gerais	Recursos		Descrição das Atividades
			Internos	Externos	
<b>Lúdico Recreativa</b>	- Artes Manuais e Decorativas - Jogos - Expressão Musical - Expressão Dramática	1. Dinamizar o quotidiano Institucional com atividades facilitadoras do convívio e confraternização entre os clientes e potenciadoras de bem-estar; 2. Enquadrar os clientes nas dinâmicas lúdico-recreativas oferecidas pela comunidade, de forma a garantir uma melhor participação cívica e um efetivo enquadramento na sociedade local.	A animadora sociocultural é responsável pela monitorização das atividades ao longo do ano. As suas funções deverão ser as seguintes: 1. Elaboração sobre a orientação técnica da direção, o plano anual das atividades; 2. Criar parcerias-chave necessárias ao bom cumprimento de plano; 3. Providenciar os recursos e meios para a realização das atividades de acordo com o cronograma definido; 4. Analisar a agenda cultural da Camara Municipal e Junta de Freguesia, bem como, outras entidades com dinâmicas culturais, lúdicas, recreativas, sociais e desportivas que ocorrem mensalmente na comunidade e selecionar as mais adequadas aos nossos clientes. 5. Rentabilizar os recursos humanos e matérias da instituição que se destinam à animação, prezando pelos voluntários e dando prioridade ao aproveitamento de materiais que podem ser recicláveis.	- Criar parcerias com entidades com responsabilidades de dinamização cultural, designadamente: - Câmara municipal - Junta de Freguesia; - Escolas - Outras Instituições - Outros	- Tabelas correspondentes a cada atividade
<b>Sociocultural</b>	- Comemoração dos aniversários - Convívios/Encontros - Comemoração de Datas Festivas - Passeios	1. Promover um envelhecimento ativo, desenvolvendo dinâmicas que preservem os gostos, hábitos e interesses dos idosos e que fomentem a manutenção de tradições e costumes; 2. Promover o acesso a atividades culturais essenciais ao enriquecimento pessoal e individual do cliente; 3. Fomentar a interação entre clientes, colaboradores e a comunidade; 4. Enquadrar os idosos da instituição nas dinâmicas culturais oferecidas pela comunidade, de forma a garantir uma melhor participação cívica e um efetivo enquadramento na sociedade local.			
<b>Cognitiva e Sensorial</b>	- Grupo envelhecimento Normal - Grupo Demência	1. Promover atividades que otimizem as potencialidades dos clientes para prevenir o declínio do funcionamento mnésico.			
<b>Intelectuais e formativas</b>	- Exposição e debate de temas atuais - Exposição de temas relacionados com o envelhecimento e outros - Utilização do computador e Internet	1. Promover a aquisição de novos conhecimentos e experiências intelectuais; 2. Enquadrar os idosos da instituição nas dinâmicas intelectuais e formativas promovidas pela instituição ou pelas entidades locais.			
<b>Motora/Física</b>	- Ginástica - Exercício na pedaleira - Caminhadas	1. Impulsionar o desenvolvimento da atividade física, de forma a potenciar o bem-estar físico dos cliente e a preservar a sua autonomia.			
<b>Religiosa</b>	- Oração da Manhã - Meditação do Terço - Celebração da Eucaristia	1. Promover atividades de índole religiosas e espirituais promotoras de bem-estar e da fé.			

Mês: Janeiro

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Cantar dos Reis	Técnicos e Colaboradores	Instrumentos Lanche de Reis	0€		- Criação da letra e sua adaptação; - Ensaios com os clientes e colaboradores; - Tarde de festa com o cantar dos Reis - Visita ao SAD	Preservar os costumes e o convívio	6 de Janeiro	20€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros)	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço - Eucaristia e Festas Religiosas	Animadora Sociocultural	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreamentos HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€

- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Fevereiro**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Património Cultural e Religioso – Podence	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	21 e 23 Janeiro	10€
Desfile de Carnaval na Instituição	Técnicos e Colaboradores	<u>Desfile na Instituição:</u> Vestuário e adereços Rádio e Cd's	0€		- Preparação de fatos e adereços de carnaval	Preservar os costumes e o convívio	28 de Fevereiro	10€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cartão de Aniversário - Cantar os Parabéns	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado, preparação do Carnaval, início da preparação para o Dia Da Mulher)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€

Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Fisioterapeuta/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	- Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente -- Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
- Consultas de Enfermagem/ Rastreamentos HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Março**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Património Cultural e Religioso – Castro de Avelãs	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	A definir	0€
Carnaval	Técnicos e Colaboradores	Almoço de Carnaval Lembrança de Carnaval	0€		- Preparação do almoço Confeção de Lembranças	Preservar os costumes e o convívio	1 de Março	
Dia da Mulher	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor, Lembranças	0€		- Preparação das lembranças e apresentação em PowerPoint alusiva ao dia	Valorizar o papel da mulher	8 de Março	5€
Dia do Pai	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor, Lembranças	0€		- Preparação das lembranças e apresentação em PowerPoint alusiva ao dia	Valorizar o papel do pai na família.	19 de Março	5€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd`s	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€

Dia Mundial da árvore	Animadora Sociocultural/ Fisioterapeuta/ Educador Social	Plantas, vasos, terra, floreiras	0€	Câmara Municipal de Bragança /IPB	-Reunir o material para a atividade e preparar o espaço	Preservar os costumes e o convívio, Arranjo de floreiras e canteiros na instituição; Plantação de uma árvore	21 de Março	50€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração de Primavera, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado, preparação de lembranças para o Dia do Pai, Dia da Mulher e Páscoa)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Seleccionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Seleccionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Seleccionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas (Confeção do foliar de Pascoa)	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

Mês: Abril

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Semana Santa e Páscoa (Rezar a via-sacra na instituição)	Técnicos e Colaboradores	Computador, Projetor, trajes, Lembranças de Páscoa	0€		- Reunir o material para a atividade e preparar o espaço - Dramatizar da Via-Sacra com quadros vivos	Proporcionar momentos de reflexão e oração; Promover o bem-estar espiritual, valorizar a tradição e os ensinamentos da vida cristã. Promover e valorizar a integração social.	11 a 13 de Abril	10€
Património Cultural e Religioso – Museu Ferroviário Bragança	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	A definir	0€
Dia da Liberdade	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor	0€		- Preparar apresentação em PowerPoint alusiva ao dia	Relembrar esta data comemorativa preservando as memórias	25 de Abril	0€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado, confeção de cravos em papel, preparação de lembranças para a Páscoa e Dia da Mãe)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€



Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Maio**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Visita à Feira das Cantarinhas - Bragança	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha e lanche	0€		- Organizar a ida a Bragança	Relembrar esta data comemorativa preservando as memórias	2 de Maio	10€
Património Cultural e Religioso – Castelo de Pinela e Igreja	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	Data a definir	0€

Dia da Mãe	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor	0€		- Preparação das lembranças e apresentação em PowerPoint alusiva ao dia	Valorizar o papel da Mãe na família.	03 de Maio	10€
Dia de Nossa Senhora de Fátima - visionamento de filme sobre as aparições	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor, filme	0€		- Reunir o material para a atividade	Proporcionar momentos de reflexão	13 de Maio	0€
Semana da Saúde e do Coração (sessões de esclarecimento e atividades diversas nas aldeias de intervenção do Centro social)	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta Enfermeira	Materiais de diversificados	0€		- Reunir o material para a atividade - Contactar as escolas e Juntas de Freguesia para participar na atividade - Programar sessões de esclarecimento, ginástica e outras direcionadas para a saúde e bem estar	Prática desportiva, Convívio e estimulação cognitiva	23 a 27 de Maio	20€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (Ex: Confeção de lembrança para as crianças do Jardim de Infância para o dia da criança, realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado, preparação da semana do coração)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências, Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Comemoração dos aniversários dos clientes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos clientes	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€

Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Junho**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Dia da Criança	Animadora Sociocultural	Materiais diversificados	0€		- Organizar a ida ao Jardim de Infância para entrega de lembranças	Encontro Intergeracional, - reconhecer a importância do Ser Criança e o Ser idoso	3 de Junho	0€
Dia de Portugal / Dia de Camões	Animadora Sociocultural	Computador, Projetor	0€		- Preparar apresentação em PowerPoint alusiva ao dia - Selecionar poemas de Camões para dramatizar	Relembrar esta data comemorativa preservando as memórias	10 de Junho	0€
Património Cultural e Religioso – Macedo de Cavaleiros	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	Data a definir	0€
Santos Populares	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados	0€		-Elaboração do programa; - Reunir os recursos materiais necessários, - Ensaios de marchas, - Contactar o Jardim de Infância	Encontro Intergeracional, Convívio Relembrar esta data comemorativa preservando as memórias	16 de Junho	5€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd`s	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado, tecido, vidro e outros)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€

Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

Mês: Julho

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Dia dos Avós	Técnicos e Colaboradores	Jogos, rádio, CD'S, outros	0€		-Reunir o material para a atividade	Convívio, Valorizar as virtudes familiares.	26 de Julho	20€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Património Cultural e Religioso – Igreja da Sé e Sra. das Graças - Bragança	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	5 de Maio	0€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em diversos materiais para a feira de manualidades)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, tecidos e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estim. cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente	0€

							--Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Agosto**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Feira de Manualidades, Artes e Sabores	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados	0€		Reunir os recursos materiais necessários	Estimulação de competências; Angariação de fundos	08 a 31 de Agosto	0€
Património Cultural e religioso - N. Sra. do Pereiro	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta/ Educador social	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	A definir	0€
Festa da História – Castelo de Bragança	Técnicos e Colaboradores	Carrinha			- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio	17 de Agosto	10€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em diversos materiais para a feira de manualidades)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€

Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

Mês: Setembro

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Património Cultural e religioso - Nossa Senhora da Serra	Animadora Sociocultural	Carrinha e lanche	0€		- Organizar a viagem	Preservar os costumes e o convívio; promover momentos de oração	05 de Setembro	10€
Dia da Fisioterapia	Animadora Sociocultural Fisioterapeuta	Jogos, computador, projetor, outros	0€		-Elaboração do programa; - Reunir os recursos materiais necessários	Prática desportiva, convívio, idosos mais informados sobre o tema e as boas práticas	12 e 16 Setembro	0€
Património Cultural e religioso - Divino Senhor da Agonia dos Chãos	Técnicos e Colaboradores	Carrinha e lanche	0€		- Organizar a viagem	Preservar os costumes e o convívio; promover momentos de oração	A definir	10€
Património Cultural e religioso - Passeio Anual a Penafiel (Igreja do Sameiro)	Técnicos e Colaboradores	Guião de Animação da Viagem	0€	CMB	- Solicitar transporte à Câmara Municipal - Organizar a ementa; - Visita à Catedral e Barcos Moliceiros; - Almoço no parque de merendas	Convívio e oportunidade de conhecer locais religiosos e culturais	A definir	50€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado e outros)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€



Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	- Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente -- Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
- Consultas de Enfermagem/ Rastreamentos HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfingomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Outubro**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Dia do Idoso	Animadora Sociocultural	Computador, projetor	0€		- Preparar apresentação em PowerPoint sobre o tema - Visita ao SAD	Sensibilizar para o papel relevante do idoso na família.	3 de Outubro	0€
Património Cultural e religioso - N. Sra. do Rosário - Rebordãos	Animadora Sociocultural Colaboradores	Carrinha	0€		- Organização da viagem	Preservar os costumes e o convívio, proporcionar momentos de oração	1 de Outubro	0€
Implantação da República	Animadora Sociocultural	Computador, projetor	0€		- Preparar apresentação em PowerPoint sobre o tema - Folheto alusivo ao dia	Relembrar a história e preservar a identidade	5 de Outubro	0€
Dia da Alimentação (parceria com a escola e/ou Jardim de Infância de Sta Comba de Rossas)	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados	0€	Escola e Jardim de Infância de Sta C. de Rossas	- Preparar apresentação em PowerPoint sobre o tema;	Incentivar para a prática de uma alimentação saudável e equilibrada; Convívio e troca de saberes	17 e 21 de Outubro	20€

Património Cultural e religioso – Igreja de Vinhais e Rural Castânea - Vinhais	Técnicos e Colaboradores	Carrinha e lanche	0€		- Organizar a viagem	Preservar os costumes e o convívio;	A definir, conforme programação	10€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado e outros)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

**Mês: Novembro**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Comemoração do S. Martinho	Técnicos e Colaboradores	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Elaborar programa - Organizar os materiais necessários; Ensaios de uma peça de teatro alusiva ao dia;	Partilha, convívio	11 de Novembro	0€
Trabalhos manuais (ex: realizar cartazes, trabalhos para decoração, pintura de desenhos, confeção de trabalhos em material reciclado e outros, preparação de lembranças e decoração de Natal)	Animadora Sociocultural	Cartolinas, cores, fotocópias, material reciclado (rolos de papel, pacotes de leite, e outros), outros materiais	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente	0€

							--Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								


**Mês: Dezembro**

Produto das Atividades	Recursos				Tarefas	Resultados	Quando	Estimativa de Custo
	Internos		Externos					
	Humanos	Materiais	Financeiros	Parcerias				
<b>Atividades Definidas:</b>								
Restauração da Independência	Animadora Sociocultural	Computador, projetor	0€		-Preparar apresentação em PowerPoint sobre o tema - Folheto alusivo ao dia	Relembrar a história e preservar a identidade	2 de Dezembro	0€
Dia da Imaculada Conceição	Animadora Sociocultural	Materiais diversificados	0€		- Preparação de tarde de oração	Prática religiosa	8 de Dezembro	0€
Festa de Natal	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados	0€		- Organizar os recursos materiais necessários; - Ensaios de Cantigas e uma Peça de Teatro alusiva ao nascimento de Jesus; - Organização da ementa para o lanche convívio	Sensibilizar para os valores humanos e familiares da quadra; -Potenciar o convívio entre idosos e familiares; Vivenciar o espírito natalício; Promover o convívio Intergeracional através de cânticos e recreações natalícias;	12 e 23 de Dezembro	0€
Património Cultural e religioso Bragança Terra Natal e de Sonhos	Técnicos e Colaboradores	Carrinha e lanche	0€		- Organizar a viagem	Preservar os costumes e o convívio;	A definir	

Trabalhos manuais (Realizar o Presépio e decorar as Instalações (árvore de Natal e outros enfeites)	Animadora Sociocultural	Materiais diversificados	0€		- Reunir o material para a atividade	Estimulação de competências	Duas vezes por semana	10€
Jogos de mesa (dominó, cartas, damas, jogo do galo, outros)	Animadora Sociocultural Educador Social	-Jogos de mesa	0€		- Reunir o material para a atividade	Convívio e estimulação cognitiva	Uma vez por semana	0€
Expressão Musical/ Dramática	Animadora Sociocultural	Instrumentos musicais, rádio, cd's, adereços, outros.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Estimulação de competências Convívio e estimulação cognitiva	Duas vezes por mês	0€
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Técnicos e Colaboradores	Rádio, Cd's	0€		- Confeção do bolo de aniversário - Cantar os Parabéns - Cartão de Aniversário	Preservar a Identidade	Aquando o dia de aniversário dos Utentes	10€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Envelhecimento Normal	Animadora Sociocultural	Papel, lápis, canetas, borracha, computador, etc.	0€		- Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Duas vezes por semana	0€
Atividades de estimulação cognitiva e sensorial para clientes com Demência	Animadora Sociocultural e Fisioterapeuta	Materiais diversificados	0€		-Selecionar os exercícios a realizar	Prática cognitiva e sensorial	Uma vez por semana	0€
Ginástica Exercícios de reabilitação	Fisioterapeuta	Materiais diversificados de acordo com a atividade da Fisioterapeuta	0€		-Preparar os materiais para a prática de desporto	Prática desportiva	Duas a três vezes por semana	0€
Culinária	Animadora Sociocultural/ Cozinheira	Material de cozinha e produto para confeção mediante a atividade	0€		Preparar os materiais e receitas	Estimulação de competências Preservar os costumes	Duas vezes por mês	0€
- Oração da manhã e Meditação do Terço e/ou Via-sacra - Eucaristia	Animadora Sociocultural/ Educador Social	Bíblia, Terço, Rádio, vela, desdobráveis, missal, outros	0€		Preparar os materiais e espaço para a prática religiosa (cânticos, textos,...)	Prática religiosa	-Todos os dias de manhã e à tarde respetivamente --Eucaristia na TV e quando possível na Igreja	0€
-Consultas de Enfermagem/ Rastreios HTA, DM, Obesidade,...	Enfermeira	Esfigmomanómetro, Balança,...	0€		Avaliar TA, Pulsação, Peso, G. Cap., Perímetro Abdominal,...	Avaliação do estado de saúde	Três vezes por semana	0€
- Consultas médicas	Médico Enfermeira	Estetoscópio, otoscópio, outros	0€		- Consultar presencialmente	Avaliação do estado de saúde	Uma vez por mês	0€
Intercâmbio com outras Instituições da Unidade Pastoral de São Bento	Técnicos e Colaboradores	Materiais diversificados Carrinha	0€	CSP- Pinela, Salsas, França	- Reunir o material para a atividade - Contactar os responsáveis das Instituições	- Estimulação de competências - Convívio	Uma vez por mês	10€
<b>Atividades a Definir:</b>								

 Atividades ERPI – Património Cultural e Religioso

 Atividades ERPI e SAD

 Atividades ERPI

Aprovado por		Data:	
Elaborado por		Data:	

