



ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ

PLANO DE ACTIVIDADES 2024 – C.D / S.A.D / E.R.P.I

ACTIVIDADES SÓCIOCULTU RAIS TIPO	ESTIMATIVA DE CUSTOS	ACTIVIDADES	IDOSOS COM DEFICIÊNCIAS MOTORAS	IDOSOS COM DEFICIÊNCIAS PSIQUICAS VISUAIS E AUDITIVAS	CALENDARIZAÇÃO	OBJECTIVOS	LOCAL
LÚDICO RECREATIVAS	1120,00€	Jogos de sala (Damas, Cartas, Dominó, Xadrez, bingo, etc).	Ajuda na movimentação.	Ajuda da Educadora nos movimentos completando com som.	- Todas as semanas durante todo o ano.	-Desenvolver as suas capacidades cognitivas assim, como a motricidade fina, convívio, criatividade.	A.S.T.V.C
		Trabalhos Manuais (Colagens, pinturas, Recortes, Croché, Costura, Decoração de pratos, copos, garrafas, técnica do guardanapo, trapilho etc).			- Fazer trabalhos para as festas cíclicas, Feirão, decoração, etc.	-Desenvolver a imaginação e a criatividade.	A.S.T.V.C
		S. Valentim / Dia do Amor.			- 14 de Fevereiro.	-Convívio, aquisição de novos conhecimentos, novas experiências, desenvolvimento das emoções, escrita, visão, concentração, memorização, Introspecção.	A.S.T.V.C. Ou local a definir
		Dia Mundial da Paz			- 02 de Janeiro		
		Dia Mundial do Riso / Sorriso.			- 04 de Outubro.		
		Dia da escrita à mão			- 23 de Janeiro		
		Dia Mundial do Chocolate.			- 07 de Julho.		
		Dia Mundial da árvore / Festejos da primavera			- 21 de Março.		
		Dia das bruxas – Halloween.			- 31 de Outubro.		
		Marchas Populares.			- 13 Junho.		
		Cinema.			-De Janeiro a Dezembro (datas a definir).	-Convívio, aumento da autoestima, aquisição de novos conhecimentos, intercâmbio de experiências, valores, sentimentos. -Apreciar a leitura/audição/visualização	Local a definir
		Teatro.			- 27 de Março.		
		Dia Mundial do Teatro.			- 17 de Maio		
		Dia Internacional dos Museus.			- Local a Definir		
CULTURAIS	830,00€	Exposições.	Ajuda na movimentação.	Ajuda na percepção dos temas, com explicação verbal. Ajuda na movimentação, explicação dos temas.			Local a definir



**ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ**

PLANO DE ACTIVIDADES 2024
C.D / S.A.D / E.R.P.J

CULTURAIS	Dia Mundial da Poesia e da árvore	Ajuda na movimentação.	Ajuda na percepção dos temas, com explicação verbal.	- 21 de Março.	o de histórias. Plantação de árvores. - Cultura, visitar feira do Livro - Estar em contacto com a representação e o faz de conta. Convívio, aquisição de novos conhecimentos, novas experiências, desenvolvimento das emoções. Visita ao museu do pão Ida ao cinema - Sensibilizar para uma alimentação saudável.	A.S.T.V.C
	Dia Mundial do Livro.			- 23 de Abril.		
	Feira do Livro.			- Data a definir.		Alijó
	Dia Mundial das Bibliotecas.			- A Definir.		Biblioteca A definir
	Visita a uma Biblioteca Municipal.			- 26 de Abril		
	Dia da Liberdade			- 16 de Outubro.		A.S.T.V.C.
DESPORTIVAS	Dia Mundial da Alimentação/Pão.	Fazer exercícios dependendo das suas deficiências, ajuda na movimentação e coordenação dos movimentos.	Fazer exercícios dependendo das suas deficiências, ajuda na movimentação e coordenação dos movimentos.	- 05 de Novembro.	- Uma vez por semana nos meses de Março a Setembro (sempre que o tempo permitir). - Quinzenalmente nos meses de Março a Setembro, ou até o tempo permitir - Uma a duas vezes por semana, durante todo o ano. - Tercas e Quintas Feiras de Janeiro a Dezembro. - 24 de Maio. - 05 de Abril.	Vila Real ou Alijó
	Palestra c/ lanche alusivo à temática.			- 21 de Novembro.		A.S.T.V.C
	Dia Mundial do Cinema.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		
	Ida ao Cinema.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		
	Dia Mundial da Televisão. Filme alusivo ao tema e visualização das atividades elaboradas.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		
	Dinâmicas de Geromotricidade.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		
180,00€	Ginástica ao ar Livre.	Um jogo possível para estes idosos, mesmo com dificuldades.	Adapta-se o jogo, ajudando nas coordenadas da bola, podendo jogar sentados.	- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.	- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.	A.S.T.V.C
	Caminhadas.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		Local a Definir
	Jogos Tradicionais.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		A.S.T.V.C
	Jogo do Boccia.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		A.S.T.V.C
	Torneio do Boccia.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		Jardim de Alijó
	Dia Mundial da Atividade Física – Circuito de Manutenção.			- 1 a 2 x por semana, durante todo os meses.		Vila Chã



**ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ**



PLANO DE ACTIVIDADES 2024
C.D./S.A.D./E.R.P.I

DESPORTIVAS	Dia mundial da Dança	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 29 Abril.	- Desenvolver as suas capacidades cognitivas como o pensamento, a concentração e a atenção.	Danceteria V. Real ou A.S.T.V.C
	Leitura em voz alta de temas religiosos.	Sem grandes dificuldades	Não há muita dificuldade visto que há sons.	- Quinzenalmente ou mensalmente de Janeiro a Dezembro.	- Desenvolver as suas capacidades cognitivas nomeadamente o pensamento, a atenção, concentração e memória.	A.S.T.V.C
ESPIRITUAL/ RELIGIOSO	Visionamento de Filmes.	Ajuda na movimentação.	Explica-se os temas.	- Durante todo o ano uma vez por mês.		A.S.T.V.C
	Dia de Reis (na instituição, devido à pandemia).	Ajuda na movimentação.	Ajuda na movimentação, completando com os sons.	- 05 de Janeiro.	- Combater o isolamento, a depressão.	A.S.T.V.C
	Cantar as Janeiras			- Data a definir	Convívio, gosto pela música.	Alijó
	Dia Mundial do Doente. Institucional devido à pandemia.	Sem grandes dificuldades.	Sem grande dificuldade, explicação do tema.	- 12 Fevereiro.	Desenvolver o gosto pelos trabalhos manuais	A.S.T.V.C
	Dia do Pai / S. José			- 19 Março		
INTELLECTUAL/ FORMATIVO	Dia Mundial da água	Sem grandes dificuldades.	Sem grande dificuldade, explicação do tema.	- 22 Março	- Desenvolver as suas capacidades cognitivas nomeadamente o pensamento, a atenção, concentração, memória e o gosto pela cultura, trabalhos manuais	A.S.T.V.C
	Música.				- Desenvolver o gosto pela leitura, canto, dança e pelas novas tecnologias da atualidade.	A.S.T.V.C
	Dia Mundial da Luta contra o Cancro.	Sem grandes dificuldades.	Ajuda na leitura, a Educadora lê para os idosos, fazendo movimentos para interpretar as coisas.	- Uma a duas vezes por semana durante todo o ano.	- sensibilizar os doentes para esta doença	A.S.T.V.C
	Dia Mundial da Rádio.			- 04 de Fevereiro.		
	Dança.			- 13 Fevereiro.		
	Dia Mundial da Saúde.	Ajuda na Movimentação.	Ajuda na Movimentação.	- 1 a 2 x por mês durante todo o ano.		
	Dia Mundial da Hipertensão.			- 08 de Abril.		A.S.T.V.C
	Dia Mundial da Música.			- 17 de Maio.	- FOTOS com os nossos idosos	A.S.T.V.C
	Dia Mundial da Fotografia.			- 01 Outubro	- sensibilizar os utentes para os riscos das doenças do coração e diabetes	
	Dia Mundial do Coração.			- 19 de Agosto.		
	Dia Mundial da Diabetes.			- 30 de Setembro.		
				- 14 de Novembro.		

485,00€

185,00€



**ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ**

PLANO DE ACTIVIDADES 2024
C.D./S.A.D./E.R.P.I

INTELLECTUAL /FORMATIVO	Cantares.	Ajuda nos movimentos.	Ajuda na leitura, a Educadora lê para os idosos, fazendo movimentos para interpretar as coisas.	- 2 a 3 x por mês.	-Desenvolver o gosto pela leitura, canto, dança e pelas novas tecnologias da atualidade.	A.S.T.V.C
	Leitura de contos, jornais, e livros à escolha.					
QUOTIDIANAS	T. V.	Sem dificuldades.	Adapta-se bem aos idosos pelo som.	- Todos os dias durante todo o ano.	-Combater o isolamento, a depressão.	A.S.T.V.C
	Ouvir Rádio.			- Todos os dias durante todo o ano.		
	Jardinagem.	Ajuda nos movimentos.	- Tentar estabelecer contacto com a natureza ajudando nos movimentos e coordenação.	-1 a 2 x por semana durante todo o ano (assim o tempo permitia).	-Desenvolver a sua motricidade e fazer um pouco de exercício físico.	A.S.T.V.C
	Ginástica, caminhadas.			-1 a 2 x por semana.	- Contactar com diferentes texturas e sensações.	
	Escrita.			-1 a 2 x mês.	- Mensagens de felicidade.	
	Culinária.			-1 x mês.		
SOCIAIS	Dia Internacional da Felicidade.	Conciliar os passeios de forma a não haver grandes dificuldades na movimentação, tendo ajuda dos responsáveis.	Ajuda na deslocação e na explicação do que é visto, ajudando a perceber por onde se passeia.	-20 de Março.	-Convívio com outros idosos, promovendo a socialização e evitando o isolamento, a tristeza e a depressão.	Local a definir
	Passeios Coletivos.			- Mês de Julho (data a definir).	-Adquirir experiências diversificadas.	
	1220,00€	Carnaval, (realização de máscaras e enfeites carnavalescos).	Sem grandes dificuldades, obtêm ajuda nos movimentos.	Tentar explicar e ajudar na interação dos idosos.	-Promover os laços familiares - Valorizar as tradições que fazem parte da cultura da região, -Promover o intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes e também o sentimento de união, amor e família. -Promover afetos parentais	Sem saída ao exterior devido à pandemia
	Dia da Mãe.	Sem grandes dificuldades, obtêm ajuda nos movimentos.	Ajuda nos movimentos.	- Entre Janeiro e Fevereiro.	A.S.T.V.C	Jardim de Alijó
	Dia da Mulher.			-06/Maio.		
	Festa S. João	Sem grandes dificuldades, obtêm ajuda nos movimentos.	Ajuda nos movimentos.	-8 Março.	Local a definir	
	Dia internacional do Piquenique			-13 Junho.		
	Piquenique (local a definir).			-18 Junho.		



ASSOCIAÇÃO DE S. TIAGO
DE
VILA CHÃ

PLANO DE ACTIVIDADES 2024
C.D / S.A.D / E.R.P.I

SOCIAIS			Explicação dos temas.							
	Dia Mundial dos Avós.			- 26 Julho. - 27 de Outubro. - 10 de Novembro. - 15 ou 22 de Dezembro . - Data definir	-Promover o intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes e também o sentimento de união, amor e família. -Promover o convívio Familiar.					
	Dia Mundial do Idosos.									
	Festa S. Martinho.									
	Festa de Natal, (decoração e enfeites da árvore de Natal e sala de convívio, realização de postais e lembranças para oferecer aos idosos).									
Festa Natal Município										

Nota: Para além de todas estas actividades desenvolvidas, tanto da valência do CD e ERPI, a Educadora Social vai tentar efetuar visita domiciliária uma vez por mês a todos os utentes de SAD para realização de algumas actividades e verificação das necessidades dos clientes, tendo por finalidade minorar o isolamento e exclusão social. Salienta-se que os clientes de S.A.D, participam esporadicamente nas actividades diárias do plano, no entanto participam em todas as actividades pontuais (ex. Passeios, Jogo da Boccia, Actividades em conjunto com a CMA, etc).

O Plano de actividades foi elaborado para as valências de CD, SAD e ERPI, contudo este plano encontra-se passível de alterações.

O Presidente da Direcção da Associação de S. Tiago
(Dr. António Joaquim Fernandes)

A Educadora Social
(Susana Pinto)

