

Handwritten signature in blue ink, possibly reading "Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva" and "2024".

PLANO DE ACTIVIDADES 2024

Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva



Instituição Particular de Solidariedade Social
Rua Central, 60 – Pedralva
3780-177 – S. Lourenço do Bairro
Telefone: 231528255
Fax: 231528255
E-mail: csrc.pedralva@sapo.pt
Site: www.csrcpedralva.pt



Índice

Nota Introdutória.....	3
Atividades a desenvolver para o ano de 2024	
- Plano de Objetivos Operacionais Serviços/Atividades	5
Plano de Objetivos Operacionais	
- intervenção de suporte de serviços	9
Plano de Atividades de Desenvolvimento Individual (Anexo)	



Nota Introdutória

O Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva tem como propósito principal a concessão de bens, prestação de serviços e a realização de iniciativas, culturais, humanitárias e recreativas, com vista à promoção de bem-estar e qualidade de vida das pessoas, famílias e comunidades da localidade de Pedralva, da freguesia de São Lourenço do Bairro, freguesias limítrofes, bem como no concelho de Anadia e concelhos circundantes. Segundo os estatutos desta Instituição poder-se-á aferir que como objetivos principais detém:

- a) Apoio às pessoas idosas, fomentando a permanência no seu meio natural de vida, proporcionando os serviços adequados às suas necessidades biopsicossociais e assegurando um atendimento individual personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- b) Apoio à integração social e comunitária, promovendo os contactos sociais e as relações interpessoais num ambiente inclusivo e fomentando as relações com a comunidade e na comunidade;
- c) Proteção social dos cidadãos nas eventualidades da doença, velhice, invalidez, ou em situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho, mediante a prestação de cuidados individualizados e personalizados, a indivíduos e famílias que não consigam assegurar a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Como objetivos secundários integra:

- d) Prevenção, promoção e proteção da saúde, especificamente através da prestação de cuidados de medicina preventiva, curativa e assistência medicamentosa;
- e) Educação e formação profissional dos cidadãos, direcionada a profissionais de cada um dos setores de atividade abrangidos e à comunidade em geral;
- f) Promoção de eventos e realização de projetos culturais e ações recreativas, no seio da população idosa e da comunidade em geral, contribuindo para um processo de envelhecimento ativo, promovendo as capacidades físicas e cognitivas, privilegiando a estimulação da memória, o respeito pela história, pela cultura pela espiritualidade pessoais e pelas reminiscências e vontades conscientemente expressas.
- g) Ajuda alimentar, mediante a participação ativa em campanhas de recolha e distribuição de produtos alimentares;

Nesta linha de pensamento, antes de avançar para a objetivação do plano anual de atividades para o ano de 2024, pretendemos referir que esta Instituição cumpriu com os objetivos operacionais a que se propôs não só referente ao Centro de Dia mas igualmente ao nível do Serviço de Apoio Domiciliário,

Neste contexto, o Plano de Atividades do Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva para o ano de 2024, sistematiza as diversas propostas de ação definidas para concretizar os objetivos



operacionais para responder às necessidades da Instituição e de todos os sujeitos ativos que nela participam desde Clientes, Colaboradores e Direção e Associados.

As atividades apresentadas estão definidas, tendo em conta os valores, missão e visão da nossa Instituição.

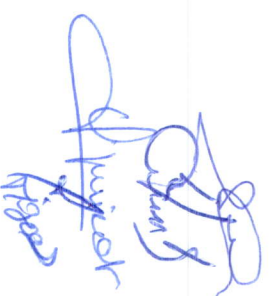
Prioriza-se, a melhoria dos serviços prestados, a comunicação externa e reforço na imagem da Instituição. Os propósitos a atingir, as formas de executar e os meios a utilizar serão expostos através de planos operacionais relativos a cada resposta social.

A formação dos trabalhadores continuará a ser uma preocupação permanente. Como Instituição Particular de Solidariedade Social queremos ações que premeiem o mérito mas também que estimulem e motivem todo o grupo de trabalho, a quem solicitamos todos os dias muito empenho e trabalho.

Este Plano de Atividades deve ser entendido como um plano flexível, que será reformulado mediante as necessidades que poderão surgir ao longo deste processo, a partir do trabalho conjunto entre a Direção, Direção Técnica e Trabalhadores do Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva e restantes intervenientes, de forma a proporcionar aos seus Clientes respostas que se coadunem com as suas reais necessidades, promovendo a melhoria contínua dos serviços prestados.

ACTIVIDADES A DESENVOLVER PARA O ANO DE 2024

PLANO DE OBJETIVOS OPERACIONAIS - SERVIÇOS/ ATIVIDADES Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)



Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Continuar a prestação do Serviço de Apoio Domiciliário	Fornecimento de refeições; higiene pessoal e cuidados de imagem do cliente; tratamento de roupas; higiene habitacional, auxílio em pequenas tarefas domésticas na residência do cliente, como o pagamento de água e da eletricidade e marcação de exames médicos, quando solicitado pelo cliente; assistência medicamentosa Transporte dos clientes/accompanhamento ao exterior, quando solicitado; Promoção e organização das atividades lúdico-recreativas; Apoio de pequenas reparações no domicílio Apoio psicossocial Cedência/Empréstimo de ajudas técnicas Disponibilização facilitadora de acesso a serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades; Formação/Sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos clientes.	Assistente Social/Direção Técnica Direção da Instituição Gerontóloga Trabalhadores	Estudar e definir o método mais adequado de avaliação de todo o sistema	Jan a Dez - 2024	Visitas da Assistente Social, Gerontóloga e dos restantes intervenientes (se necessário) aos clientes e/ou potenciais Clientes	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios
Acompanhar o Cliente / cooperar na identificação de necessidades a nível de saúde dos clientes	Visitas da Assistente Social, Gerontóloga, restantes colaboradoras no domicílio dos clientes para identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação da sua situação aos familiares responsáveis pelo cliente	Assistente Social, Gerontóloga Trabalhadores	Responder atempadamente às situações de cuidados de saúde, encaminhando-as para os profissionais competentes	Jan a Dez - 2024	Informação escrita dos dias da visita, articulação presencial/oral com os técnicos de Saúde da área de abrangência	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

							fundos; Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios
Divulgar os Serviços da Instituição	Visitas da Assistente Social/Gerontóloga, colaboradores, outros intervenientes no Domicílio dos clientes para divulgação de serviços e outras informações respeitantes ao idoso e do seu interesse. Esta divulgação pode sempre que necessária ser feita pelas Ajudantes de Ação Direta/Trabalhadora Auxiliar Serviços Gerais, Animadora, Gerontóloga	Assistente Social Gerontóloga Trabalhadores	Efetuar uma visita ao domicílio de cada cliente sempre que necessário num mínimo 1X/mês	Jan. a Dez. de 2024	Informação Escrita do Dia da Visita, Contacto telefonico e/ou presencial, Via WEB através do site e facebook da Instituição	Financiamento da Entidade	
Gerir a organização dos Serviços Prestados	Continuação das reuniões quinzenais entre a Direção do Centro Social da Pedralva e a Diretora Técnica e sempre que exista necessidade; Continuação de reuniões entre a Diretora Técnica e as Colaboradoras, sempre que se justifique Reuniões com os clientes e rede de suporte familiar sempre que se justifique	Direção Diretora Técnica Trabalhadores	Registrar as reuniões no formulário de registo elaborado para o efeito e/ou Livro de atas de Direção	Durante o ano de 2024	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas	Financiamento Próprio da Instituição	
Controlar a qualidade do Serviço de Apoio Domiciliário	Visitas da Assistente Social/Diretora Técnica/Gerontóloga ao domicílio dos clientes para analisar junto dos destinatários do serviço, a qualidade do serviço e possíveis alterações a implementar, proceder a alterações quando necessário	Diretora Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Direção Trabalhadores	Estudar e definir o método mais adequado de avaliação de todo o sistema	Jan. a Dez. de 2024	Dar conhecimento das alterações efetuadas às colaboradoras intervenientes e sempre que necessário à Direção; Questionários satisfação dos clientes	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Quotas dos Sócios	



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Serviço de Centro de Dia (CD)

Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Continuar a Prestação dos Serviços de Centro de Dia	<ul style="list-style-type: none">- Promover a permanência do cliente durante o dia nas instalações do Centro de Dia, assegurando, a sua higiene pessoal e cuidados de imagem, tratamento de roupas e as suas refeições diárias e o devido transporte;- Acompanhamento ao exterior, aquisição de bens e serviços, requisição e administração da medicação; disponibilização de informação facilitadora de acesso aos serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades;- Promover e organizar atividades para o bem-estar dos clientes;- Nos fins-de-semana fornecer as refeições, bem como outros serviços necessários, no domicílio dos clientes de Centro de Dia e assegurar os serviços consoante as necessidades de cada Cliente.	Direção Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Direção Trabalhadores	Aplicar um sistema de avaliação	Jan. a Dez. de 2024	Visitas da Assistente Social, Gerontóloga a clientes e potenciais Clientes	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades Quotas dos Sócios
Acompanhar o cliente / Cooperar na identificação de necessidades a nível de saúde dos clientes	<ul style="list-style-type: none">- Identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação da sua situação aos familiares responsáveis pelo cliente. Esta intervenção poderá ser feita sempre que se justifique pela Diretora Técnica, Assistente Social ou Gerontóloga mas também pela colaboradora responsável pela assistência medicamentosa, bem como as	Diretora Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Colaboradoras Colaboradores Externos: Médico, Fisioterapeuta	Responder atempadamente a às situações de cuidados de saúde, encaminhando-as para os profissionais competentes	Jan. a Dez. de 2024	Informação Escrita Contactos telefónicos, via e-mail, presencial	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

	Colaboradoras designadas para o efeito						área abrangente; Hospitais da zona de abrangência Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Recetas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios
Gerir a organização dos Serviços Prestados	- Continuação das reuniões quinzenais entre a Direção do Centro Social e a Diretora Técnica - Continuação das reuniões entre a Diretora Técnica e as Colaboradoras sempre que exista necessidade; - Reuniões com os clientes e rede de suporte -familiar sempre que se justifique	Direção/ Diretora Técnica Trabalhadores	Registrar as reuniões no formulário de registo elaborado para o efeito e/ou Livro de atas de Direção	Durante o ano de 2024	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas	Financiamento Próprio da Instituição	
Controlar a qualidade do Serviço de Centro de Dia	- Promoção de reuniões sempre que se justifique entre os clientes do Centro de Dia, a Direção do Centro Social e a Diretora Técnica analisando junto dos destinatários do serviço, a qualidade do serviço e possíveis alterações a implementar, proceder a alterações quando necessário	Direção Técnica/Assistente Social Direção	Reunião de acordo com as necessidades dos Clientes	Jan. a Dez. de 2024	Dar conhecimento das alterações efetuadas aos clientes	Segurança Social; Junta de Freguesia; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos; Recetas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios	



PLANO DE OBJETIVOS OPERACIONAIS – INTERVENÇÕES DE SUPORTE AOS SERVIÇOS/ACTIVIDADE S - 2024

ORGANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS

Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Organizar, gerir e controlar o funcionamento anual da Instituição e dos serviços prestados.	Definir prioridades ao nível do funcionamento da Instituição Organizar o funcionamento das respostas sociais; Formação aos Trabalhadores; Manutenção do HACCP, - Segurança Alimentar, Manutenção do sistema de Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho – HSST	Direção Diretora Técnica, Gerontóloga, Técnica do HACCP Todos os Trabalhadores com especial enfoque na área alimentar; Técnica do HSST, Médico Assistente e colaboradoras trabalhadores em geral	Registos do Processo de HACCP e HSST Registos da organização e cumprimento dos serviços prestados	Ano 2024	Comunicação interna através do livro de ocorrências, notas informativas, plano de formação anual	Financiamento Próprio da Entidade Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades Quotas dos Sócios
Candidatar a Instituição a Contratos de Apoio – Inserção (CEI)		Direção Diretora Técnica Técnicos da Empresa	Aprovação de Candidaturas	Ano 2024	Reuniões presenciais e via online; Notas	Instituto de Segurança Social; Instituto de Emprego



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Candidatar a Instituição a Incentivos de Contratação Profissionais	Apresentar as candidaturas via on-line ou qualquer outra via	de Consultoria (quando aplicável)				informativas; Emails	e Formação Profissional (IEFP) e Sistema Integrado de Informação do Fundo Social Europeu (SIFSE) Financiamento; Balção de Fundos ; Próprio da Entidade
Candidatar a Entidade a Apoios ao nível de financiamentos do Fundo Social Europeu –							
Candidatar a Entidade a formação financiada e não financiada							
Continuar a fomentar a relação entre a Instituição e a Comunidade Envolvente	Criar relações de proximidade entre a comunidade e a instituição; Sensibilizar a comunidade para as especificidades desta população; Criar sinergias entre a comunidade e a instituição.	Direção Diretora Técnica; Gerontóloga Trabalhadores, Outros Intervenientes	N. de pessoas nos eventos promovidos pela Instituição e Instituições parceiras	Ano 2024		Comunicação Social, Internet (pagina facebook, site da Instituição, outros) Contactos telefónicos, presenciais.	Financiamento Próprio da Entidade, Câmara Municipal, Junta de Freguesia
Fomentar novas oportunidades para a sustentabilidade ambiental e financeira da Instituição	Submissão candidaturas a medidas de apoio social e nacional para a criação da resposta social de Estrutura Residencial para Idosos. — Submissão de candidaturas no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência — Mobilidade Verde — Aquisição de Viaturas Eléctricas .	Direção Diretora Técnica Entidade Consultoras		Ano 2024			Financiamento Próprio da Entidade Instituto Segurança Social Camara Municipal Junta de Freguesia



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

	Submissão de candidaturas para a aquisição e instalação de postos de carregamento de veículos eléctricos para a mobilidade social.								
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

O Plano Anual de Atividades para o ano de 2024, contempla igualmente o Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (**em Anexo**). Com este plano propõe-se a ocupação dos clientes, tornando-os assim mais ativos na sociedade, quebrando estereótipos de imagem pré concebida de que os idosos são inúteis e inativos, demonstrando-se que os nossos clientes trabalham para atingir o bem-estar biopsicossocial.

Este não é um plano para trabalhar para a População Idosa, mas sim para trabalhar com a População Idosa, transformando os Clientes em protagonistas, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes e das suas inquietações. Pretendemos desenvolver atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas.

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal para 2024, pretende seguir a linha de trabalho dos anos anteriores, proporcionando diferentes atividades e experiências direcionadas para os diferentes níveis de autonomia e dependência, contemplando parcerias de forma a fomentar a partilha com pessoas externas à Instituição, para o convívio diversificado em idades e experiências.

Assim sendo, o Plano **em Anexo**, apresenta diversos áreas, ateliers, dinâmicas e atividades, sempre com todos os cuidados e segurança máxima, esperando-se uma melhoria do grau de satisfação, partilha de conhecimentos, aumento da confiança, manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas e consequente melhoria da qualidade de vida.



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Reflete ainda, as atividades idealizadas pela equipa técnica da Instituição para o ano de 2024 no qual constam as atividades, os objetivos propostos e a alcançar, os recursos necessários, os parceiros associados e cronograma por extenso de cada atividade.

Definições e abreviaturas

A.S.C – Animadora Sociocultural

T.S.S – Técnica de serviço Social

A.A.D- Auxiliar de Ação Direta

T.A – Trabalhadora Auxiliar de Serviços Gerais

C.M.A – Câmara Municipal de Anadia

CD – Centro de Dia

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

A Direção

Diretora Técnica

Gerontóloga Social

Aprovado a:
24.11.2023

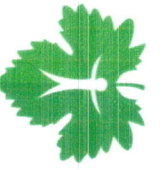


CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL ANUAL
2024

Área de Intervenção	Periodicidade	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
				CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Área Cognitiva	Semanal/ Mensal	<ul style="list-style-type: none">• Estimulação Cognitiva;• Estimulação multisensorial• Introdução às novas tecnologias;• Snoezelen;• Método Montessori;• Terapia da Reminiscência;• Terapia da validação;• Terapia de orientação para a realidade;• Acompanhamento individual;⇒ Avaliação Multidimensional;	<ul style="list-style-type: none">• Estimular funções como:<ul style="list-style-type: none">⇒ Memória;⇒ Atenção;⇒ Linguagem;⇒ Percepção;⇒ Funções executivas;• Ajuda na coordenação motora;• Melhora a forma de controlar as emoções;• Reduzir o impacto das doenças mentais;• Partilha de experiências ao recordar velhos hábitos e vivências;• Melhorar a qualidade de vida e bem-estar;			Biblioteca Municipal de Anadia Projetos "Leituras sem idade" + "Bibliosocial"	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 200€ (Anual)
Área Motora/Física	Semanal/ Mensal	<ul style="list-style-type: none">• Atividade Física;<ul style="list-style-type: none">⇒ Caminhada;⇒ Treino funcional;⇒ Pedalar;⇒ Dançar;	<ul style="list-style-type: none">• Estimular a dinâmica de grupo e as relações entre pares;• Prevenir o sedentarismo;• Promover um envelhecimento ativo e saudável;• Melhorar a funcionalidade e a independência;• Aumentar a autoestima, a autoconfiança e a autoaceitação do idoso;			GS + C.M.A Projeto "Movimento sénior e vida"	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 40€ (Anual)

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	1 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de intervenção	Periodicidade	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
				CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Área de Arteterapia	Semanal	<ul style="list-style-type: none"> • Expressões Artísticas: ⇒ Pintura; ⇒ Escultura; ⇒ Restauro/Reutilização; 	<ul style="list-style-type: none"> • Melhorar a autoestima e confiança; • Explorar a imaginação e criatividade; • Melhorar a concentração, atenção e memória; • Diminuir os níveis de stress e ansiedade; • Reabilitar movimentos; • Estimular a motricidade fina; • Sensibilizar para a reutilização de materiais; 					
Área Lúdico-Recreativa		<ul style="list-style-type: none"> • Jogos de Mesa: ⇒ Dominó; ⇒ Sueca; ⇒ Damas; ⇒ Bingo; ⇒ Bisca dos nove; • Passeios ao Exterior: ⇒ Praias; ⇒ Praias fluviais; ⇒ Parques; ⇒ Jardins; 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o convívio e a confraternização entre idosos; • Fomentar as relações interpessoais e comunitárias; • Proporcionar momentos de lazer; 					
Área Social e Comemorativa	Semanal/ Mensal	<ul style="list-style-type: none"> • Comemoração dos Aniversários; • Atelier de Jardinagem; • Atelier de Costura; 	<ul style="list-style-type: none"> • Festejar o aniversário de cada utente; • Potenciar a auto-estima e bem-estar; • Valorizar capacidades e saberes; • Trocar experiências e vivências; • Proporcionar a concentração, raciocínio e 					

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	2 de 15

[Illegible handwritten text]



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Área de Intervenção	Períodicidade	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
				CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Mensal			<ul style="list-style-type: none"> memória; Estimular as atividades motoras/ exercício físico; Reduzir stress e ansiedade; Alterar o humor e a sensação de bem-estar; Impulsionar a realização pessoal; Fomentar a sociabilização; Criar vínculos sociais; Promover a independência; 			D.T + A.A.D + T.A + COZ		
Área de Manutenção								
Semanal		<ul style="list-style-type: none"> Cantar; Tocar instrumentos musicais; Acompanhar o ritmo da música com palmas ou bater de pé; Ouvir músicas; 	<ul style="list-style-type: none"> Melhorar a frequência cardíaca e respiratória; Reduzir a pressão sanguínea e diminuir os níveis de stress; Despertar emoções; Estimular interações sociais; Estimular o potencial criativo e a capacidade comunicativa; Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição; Recordar tradições populares; 			GS + Membro da comunidade	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
Área Cultural		<ul style="list-style-type: none"> Concertos musicais; Peças de teatro; Feiras Gastronómicas; Festas populares Exibições de filmes; Visitas a museus; Cinema; 	<ul style="list-style-type: none"> Fomentar atividades que promovam o contacto com a sociedade e com o meio envolvente; Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição e de contacto com a comunidade; 			GS + T.S.S + D.T + A.A.D	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 100€ (Anual)
Mensal								

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	3 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Área Religiosa	<ul style="list-style-type: none">Reza do Terço;Missas Institucionais;	<ul style="list-style-type: none">Fortalecer o vínculo da pessoa com a sua religião;	X	X	GS + Membro da comunidade + Pároco	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
Semanal/ Mensal							

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	4 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

➤ Atividades comemorativas/ Festividades

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Humanos	Materiais	Financeiros
			CD	SAD			
Janeiro	Dia de Ano Novo (1 de Janeiro)	<ul style="list-style-type: none"> Celebrar o início do Ano-Novo; Refletir sobre o ano que passou; Proporcionar o convívio e a socialização entre utentes e elementos da instituição; 	X				
	Dia dos Reis (Janeiras) (6 de Janeiro)	<ul style="list-style-type: none"> Preservar as tradições; Promover a socialização; Promover o gosto pela música; 	X	X	GS + T.S.S		Aprox. 50€ (Anual)
	Dia Internacional do Obrigado (11 de Janeiro)	<ul style="list-style-type: none"> Incentivar o idoso a agradecer a todos que fazem parte das suas vidas e que, de alguma forma, nos ajudam e alegram; Contribuir para a manutenção de um ambiente de proximidade entre utentes e utentes/colaboradoras; 	X		D.T + A.A.D + T.A		
	Dia Internacional do Riso (18 de Janeiro)	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar bem-estar; Criar laços com outros utentes; Prevenir estados depressivos; 	X				

Elaboração		Aprovação	
20.11.2017		20.11.2017	
Código		S.TV.FR.005.02.PC3	
Pág.		5 de 15	



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Handwritten signatures and initials at the bottom right of the page.

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Fevereiro	Dia da Escrita à Mão (23 de Janeiro)	<ul style="list-style-type: none"> Estimular a escrita e a leitura; Trabalhar a motricidade fina; Estimular a memória e a concentração; 	X				
	Dia Mundial da Leitura em Voz Alta (1 de Fevereiro)	<ul style="list-style-type: none"> Estimular a leitura; Estimular a memória e a concentração; Melhora a função cerebral; 	X				
	Dia mundial da Nutella e do Crepe (5 de Fevereiro)	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar novas experiências gastronómicas; Valorizar capacidades e saberes; Potenciar a auto-estima e bem-estar; Recuperar o sentimento de utilidade; 	X		GS + T.S.S + D.T	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
	Carnaval (13 de Fevereiro)	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolver a socialização; Promover a interação e a comunicação; Proporcionar o convívio e momentos de diversão; Explorar a imaginação e criatividade; 	X		A.A.D + T.A + COZ		
	Dia dos Namorados (14 de Fevereiro)	<ul style="list-style-type: none"> Fortalecer laços afetivos entre utentes/família ou entre utentes; Enfatizar a existência de vários tipos de amor; 	X				

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	6 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Responsabilidade social		Humanos	Materiais	Financeiros
			CD	SAD			
Março	Dia Internacional da Mulher (8 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Contribuir para a valorização pessoal; Reflectir acerca do progresso do papel da mulher na sociedade; Promover a igualdade de género; 	X	X			
	Dia do Pai (19 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Instigar o carinho, respeito e gratidão pela figura paterna; Fortalecer laços familiares; 	X		GS +		
	Dia Mundial da Poesia (21 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Estimular a escrita e a leitura; Contribuir para uma melhor autoestima; 	X	X	T.S.S + D.T +	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 100€ (Anual)
	Domingo de Ramos (24 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Recordar e reviver as tradições; Apoiar as creanças religiosas; 	X		A.A.D + T.A +		
	Dia Mundial do Teatro (27 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Promover a arte do Teatro; Desenvolver a socialização; Proporcionar a concentração, o raciocínio e a memória; Sensibilizar para as diferentes formas de expressão e comunicação; 	X		COZ		

[Handwritten signatures and initials]

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	7 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
	Páscoa (31 de Março)	<ul style="list-style-type: none"> Preservar as tradições locais; Apoiar as crenças religiosas; Recordar a história bíblica; 	X	X			
	Dia Mundial da Atividade Física (6 de Abril)	<ul style="list-style-type: none"> Salientar a importância da atividade física; Proporcionar momentos de interação entre utentes e colaboradores; 	X				
	Dia da Liberdade (25 de Abril)	<ul style="list-style-type: none"> Recordar os acontecimentos que marcaram a história de Portugal; Recuperar memórias; Partilhar experiências vividas; Reflectir sobre as mudanças após o 25 de Abril; Debater sobre a importância da Liberdade; 	X		GS + T.S.S + D.T + A.A.D	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
	Dia Mundial da Dança (29 de Abril)	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolver o estímulo dos sentidos; Promover a interação social; Exercitar a capacidade motora; Combater a depressão e melhorar a autoestima; 	X				
Maio	Dia do Trabalhador (1 de Maio)	<ul style="list-style-type: none"> Identificar e valorizar as diferentes profissões; Combater as desigualdades sociais; Partilhar experiências ao recordar grande parte da história individual de 	X		GS + T.S.S + D.T	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 80€ (Anual)

[Handwritten signatures and initials]

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	8 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Miss	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
		cada utente;					
	Dia da Mãe (7 de Maio)	<ul style="list-style-type: none"> • Instigar o carinho, respeito e gratidão pela figura paterna; • Fortalecer laços familiares; 	X				
	Dia da Espiga (9 de Maio)	<ul style="list-style-type: none"> • Apoiar as crenças religiosas; • Recordar e reviver as tradições; 	X	X			
	Dia Internacional da Família (15 de Maio)	<ul style="list-style-type: none"> • Reforçar a importância da união, do amor e da compreensão entre elementos da mesma família; 	X				
	Dia Internacional do Chá (21 de Maio)	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular todos os sentidos; • Proporcionar a concentração, o raciocínio e a memória; • Promover momentos de partilha e conhecimento; 	X				

[Handwritten signatures and initials in blue ink]

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV/FR.005.02.PC3	Pág.	9 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	---------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Junho	Dia Mundial da Criança (1 de Junho)	<ul style="list-style-type: none"> Promover o convívio intergeracional, incitando a realização actividades entre as diversas gerações; Incentivar o contacto e o respeito pelos mais velhos; 	X				
	Dia de Portugal (10 de Junho)	<ul style="list-style-type: none"> Relembrar os feitos passados do povo lusitano; Fomentar o sentimento de Patriotismo; 	X		GS + T.S.S	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 60€ (Anual)
	Santos Populares (13,24,29 de Junho)	<ul style="list-style-type: none"> Recordar e reviver as tradições; Propiciar o convívio e a diversão entre utentes e colaboradoras; 	X		COZ + D.T		
Julho	Dia Internacional do Piquenique (18 de Junho)	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar momentos de lazer, convívio e boa disposição; Estimular a socialização; 	X				
	Dia Mundial da Pizza (10 de Julho)	<ul style="list-style-type: none"> Potenciar a auto-estima e bem-estar; Valorizar capacidades e saberes; Trocar experiências e vivências; Recuperar o sentimento e utilidade; 	X	X	GS + T.S.S + D.T	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)

[Handwritten signature]
17.12

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	10 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	----------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materials	Financeiros
Agosto	Dia Mundial do Amigo (20 de Julho)	<ul style="list-style-type: none">Celebrar a amizade;Promover a cultura da paz entre todas as pessoas, celebrando assim a diversidade cultural e o respeito mútuo;Fortalecer laços;	X		+ A.A.D + T.A + COZ		
	Dia Mundial dos Avós (26 de Julho)	<ul style="list-style-type: none">Promover momentos de lazer e de convívio que estimulam a socialização;Proporcionar o fortalecimento de laços afetivos entre avós e netos;	X	X			
	Dia Mundial do Gato (8 de Agosto)	<ul style="list-style-type: none">Melhorar a inibição social;Diminuir a ansiedade, stress e estados depressivos;Diminuir a pressão arterial e os problemas cardíacos;Aumentar a sensação de bem-estar;Recuperar o sentimento e utilidade;	X		GS + T.S.S + D.T	Materials alusivos para cada atividade	Aprox. 90€ (Anual)
	Dia Mundial da Fotografia (19 de Agosto)	<ul style="list-style-type: none">Promover o espírito artístico e criativo;Recordar momentos passados através de fotografias;Proporcionar momentos de socialização e sensação de bem-estar;Estimular a memória e o autoconhecimento;	X				

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV/FR.005.02.PC3	Pág.	11 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	----------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Humanos	Materiais	Financeiros
			CD	SAD			
	Dia Mundial do Artista (24 de Agosto)	<ul style="list-style-type: none"> Melhorar a autoestima e confiança; Explorar a imaginação e criatividade; 	X	X			
	Dia Internacional do Minigolfe (20 de Setembro)	<ul style="list-style-type: none"> Promover o convívio e a confraternização entre idosos; Proporcionar momentos de lazer; Fomentar as relações interpessoais e comunitárias; 	X		GS + T.S.S +		
Setembro	Dia Mundial da Língua Gestual (23 de Setembro)	<ul style="list-style-type: none"> Promover a aprendizagem da língua gestual; Conhecer a identidade da comunidade surda no contexto da diversidade linguística e cultural; 	X	X	D.T + A.A.D +	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 40€ (Anual)
	Dia Mundial dos Rios (29 de Setembro)	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar a concentração, o raciocínio e a memória; 	X				

Responsável
 20/11/2017

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	12 de 15



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

[Handwritten signatures and initials]

Mes	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Outubro	Dia Internacional do Idoso (1 de Outubro)	<ul style="list-style-type: none"> Promover e valorizar os direitos dos idosos; Proporcionar o convívio e momentos de diversão; 	X	X	GS + T.S.S + D.T +		
	Dia Mundial da Música (1/2 de Outubro)	<ul style="list-style-type: none"> Despertar emoções; Estimular interações sociais; Estimular o potencial criativo e a capacidade comunicativa; Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição; Recordar tradições populares; 	X		A.A.D + T.A + COZ	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 80€ (Anual)
	Dia Mundial do Sorriso (4 de Outubro)	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilizar os idosos para o cuidado que se deve ter para melhorar a saúde oral; Diminuir os níveis de stress e ansiedade e reduzir estados depressivos; Estimular a auto-estima e bem-estar; 	X				
	Dia Mundial da Alimentação e do pão (16 de Outubro)	<ul style="list-style-type: none"> Valorizar capacidades e saberes; Promover a independência; Potenciar a auto-estima e bem-estar; Recuperar o sentimento e utilidade; 	X				

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV/FR.005.02.PC3	Pág.	13 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	----------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
	Dia das Bruxas (31 de Outubro)	<ul style="list-style-type: none">Explorar a imaginação e criatividade;Proporcionar o convívio e momentos de diversão;	X				
	Dia Mundial do Cinema (5 de Novembro)	<ul style="list-style-type: none">Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição;Aumentar o repertório de conhecimentos e socialização;Viver uma nova experiência;	X	X	GS + T.S.S + D.T		
Novembro	Dia de São Martinho (11 de Novembro)	<ul style="list-style-type: none">Proporcionar o convívio e a socialização entre utentes e elementos da instituição;Recordar e reviver as tradições;	X	X	D.T + A.A.D + T.A + COZ	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 80€ (Anual)
	Dia Internacional do Homem (19 de Novembro)	<ul style="list-style-type: none">Contribuir para a valorização pessoal;	X		GS + T.S.S + D.T + A.A.D		
Dezembro	Restauração de Independência (1 de Dezembro)	<ul style="list-style-type: none">Recordar os acontecimentos que marcaram a Independência de Portugal;Debater sobre a importância da Liberdade;Despertar o interesse pela história de Portugal;	X			Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 300€ (Anual)

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.	14 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	----------



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos			
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros	
	Dia da Bolacha (4 de Dezembro)	<ul style="list-style-type: none">Potenciar a autoestima e bem-estar;Valorizar capacidades e saberes;Promover momentos de partilha de conhecimentos;Recuperar o sentimento e utilidade;		X		+ T.A + COZ		
	Natal (Mês de Dezembro)	<ul style="list-style-type: none">Promover a tradição do Natal de forma lúdica e criativa;Descobrir a polivalência dos materiais;Reviver as tradições de natal;Reforçar a relação Instituição/utentes;		X	X			

Presidente da Instituição

Diretora Técnica

Gerontóloga Social

Aprovado a:

24.11.23

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV/FR.005.02.PC3	Pág.	15 de 15
------------	------------	-----------	------------	--------	--------------------	------	----------