

Guimarães
17 de Maio
Amélia

PLANO DE ACTIVIDADES 2025

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



Handwritten signatures and initials in blue ink.

Índice

Nota Introdutória	3
Atividades a desenvolver para o ano de 2025	
- 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 2025, 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 2025, sistematiza as diversas propostas de ação definidas para concretizar os objetivos



Handwritten signatures in blue ink, including names like 'Rafael', 'Guinele', and 'Amanda'.

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.



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

[Handwritten signature]
[Handwritten signature]
[Handwritten signature]

ATIVIDADES A DESENVOLVER PARA O ANO DE 2025

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/acompanhamento 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 - 2025	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	Jan a Dez - 2025	Informação escrita dos dias da visita, articulação presencial/oral com os técnicos de Saúde da área de	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente;



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Assinado
repetido

			para os profissionais competentes		abrangência	Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de 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 no mínimo 1X/mês	Jan. a Dez. de 2025	Informação Escrita do Dia da Visita, Contacto telefónico 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 2025	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas, Plataforma My Senior	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 2025	Dar conhecimento das alterações efetuadas às colaboradoras, 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	- 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; - Acompanhar 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 2025	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	- 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 2025	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 Receitas 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 2025	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas, Plataforma My Senior	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 2025	Dar conhecimento das alterações efetuadas às colaboradoras intervenientes e sempre que necessário à Direção; Questionários satisfação dos clientes	Segurança Social; Junta de Freguesia; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos; Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios



PLANO DE OBJETIVOS OPERACIONAIS – INTERVENÇÕES DE SUPORTE AOS SERVIÇOS/ACTIVIDADE S - 2025

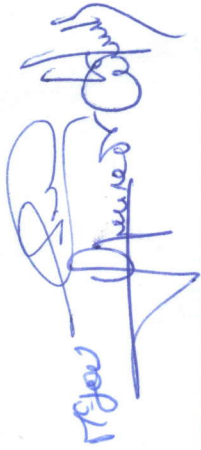
ORGANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS

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					Financiamento Próprio da Entidade
	Organizar o funcionamento das respostas sociais;					Segurança Social;
	Formação aos Trabalhadores;	Direção				Junta de Freguesia da área de abrangência;
	Manutenção do HACCP, - Segurança Alimentar,	Diretora Técnica, Gerontóloga, Técnica do HACCP	Registos do Processo de HACCP e HSST		Comunicação interna através da plataforma My Sénior, reuniões de trabalho, emails, notas informativas	Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes;
	Manutenção do sistema de Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho – HSST	Todos os Trabalhadores com especial enfoque na área alimentar;	Registos da organização e cumprimento dos serviços prestados	Ano 2025		Donativos/Angariação de fundos
	Manutenção do plano de segurança, executando as Medidas de Autoproteção testando a sua operacionalidade através de simulacros e formação continua (parecer favorável atribuído em Agosto de 2015)	Técnica do HSST, Médico Assistente e colaboradoras trabalhadores em geral				Receitas de Festas e Atividades Quotas dos Sócios



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Candidatar a Instituição a Contratos de Apoio – Inserção (CEI)	Apresentar as candidaturas via online ou qualquer outra via	Direção Diretora Técnica Técnicos da Empresa de Consultoria (quando aplicável)	Aprovação de Candidaturas	Ano 2025	Reuniões presenciais e via online; Notas informativas; Emails	Instituto de Segurança Social; Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) e Sistema Integrado de Informação do Fundo Social Europeu (SIIFSE) Financiamento; Balcão de Fundos ; Próprio da Entidade
Candidatar a Instituição a Incentivos de Contratação						
Candidatar a Instituição a Estágios Profissionais						
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 2025	Comunicação Social, Internet (pagina facebook, site da Instituição, outros) Contactos telefónicos, presenciais.	Financiamento Próprio da Entidade, Câmara Municipal, Junta de Freguesia
Candidatar a Entidade a Apoios de Financiamento Europeu - O Balcão dos Fundos - programas no âmbito do Portugal 2020, Portugal 2030 e PRR	Submeter candidaturas a medidas de apoio social e nacional para a criação da resposta social de Estrutura Residencial para Idosos, caso seja aplicável					Financiamento Próprio da Entidade Instituto Segurança Social Camara Municipal Junta de Freguesia
Fomentar novas oportunidades para a sustentabilidade ambiental e financeira da Instituição	Submeter candidaturas no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência – Mobilidade Verde – Aquisição de Viaturas Elétricas.	Direção Diretora Técnica Entidade Consultoras		Ano 2025		



Rating	Percentage
1	10%
2	20%
3	30%
4	20%
5	20%

[illegible]

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 2025, 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



10/5/2021

Reflete ainda, as atividades idealizadas pela equipa técnica da Instituição para o ano de 2025 no qual constam as atividades, os objetivos propostos e a alcançar, os recursos necessários, os parceiros associados e cronograma por extenso de cada atividade.

T.S.S – Técnica de serviço Social

A.A.D- Auxiliar de Ação Direta

C.M.A – Câmara Municipal de Anadia

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

 **Centro Social Recreativo e Cultural de Póvoa do Varzim**
N.º 1005-00000-0
Assinado eletronicamente
A Diretora Técnica

Aprovado a:
14.11.2024



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL ANUAL
2025

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Área Cognitiva	• Estimulação Cognitiva; • Estimulação multisensorial • Introdução às novas tecnologias; • Método Montessori; • Terapia da Reminiscência; • Terapia da validação; • Terapia de orientação para a realidade; • Acompanhamento individual: • Avaliação Multidimensional;	• Estimular funções como: ⇒ Memória; ⇒ Atenção; ⇒ Linguagem; ⇒ Perceção; ⇒ Funções executivas; • Ajuda na coordenação motora; • Melhorar a forma de controlar as emoções; • Reduzir os impactos das doenças mentais; • Partilha de experiências ao recordar velhos hábitos e vivências; • Melhorar a qualidade de vida e bem-estar;	X	X	GS + Biblioteca Municipal de Anadia Projetos "Leituras sem idade" + "Bibliosocial"	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 200€ (Anual)
Semanal/ Mensal							

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	1 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materials	Financeiros
Períodicidade Área Motora/Física Semanal/ Mensal	- Atividade Física; ⇒ Caminhada; ⇒ Treino funcional; ⇒ Pedalar; ⇒ Dançar;	- 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;	X	X	GS + C.M.A Projeto "Movimento sénior é vida"	Materials alusivos para cada atividade	Aprox. 40€ (Anual)
Área de Arteterapia Semanal	- Expressões Artísticas: ⇒ Pintura; ⇒ Escultura; ⇒ Restauro/Reutilização;	- 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;	X	X	GS + T.S.S + A.A.D	Materials alusivos para cada atividade	Aprox. 150€ (Anual)

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	2 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Períodicidade							
Área Lúdico-Recreativa	- Jogos de Mesa: ⇒ Dominó; ⇒ Sueca; ⇒ Damas; ⇒ Bingo; ⇒ Bisca dos nove; - Passeios ao Exterior: ⇒ Praias; ⇒ Praias fluviais; ⇒ Parques; ⇒ Jardins;	- Promover o convívio e a confraternização entre idosos; - Fomentar as relações interpessoais; - Proporcionar momentos de lazer;	X	X	GS + T.S.S + A.A.D	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
Área Social e Comemorativa	- Comemoração dos Aniversários; - Atelier de Jardinagem; - Atelier de Costura;	- Festejar o aniversário de cada utente; - Potenciar a autoestima e bem-estar; - Valorizar capacidades e saberes; - Trocar experiências e vivências; - Proporcionar a concentração, raciocínio e memória; - Estimular as atividades motoras/ exercício físico; - Impulsionar a realização pessoal; - Fomentar a socialização; - Criar vínculos sociais; - Promover a independência;	X	X	GS + T.S.S + D.T + A.A.D + T.A + COZ	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 170€ (Anual)
Mensal							

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	3 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Área de Musicoterapia Semanal	• Cantar; • Tocar instrumentos musicais; • Acompanhar o ritmo da música com palmas ou bater de pé; • Ouvir músicas;	• Despertar emoções; • Estimular interações sociais; • Estimular o potencial criativo e a capacidade comunicativa; • Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição; • Recordar tradições populares;	X	X	GS + Membro da comunidade	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
Área Cultural Mensal	• Concertos musicais; • Peças de teatro; • Feiras Gastronómicas; • Festas populares • Exibições de filmes; • Visitas a museus; • Cinema;	• 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;	X	X	GS + T.S.S + D.T + A.A.D	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 100€ (Anual)

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	4 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Áreas de Intervenção	Atividade	Objetivos Gerais	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Periodicidade							
Área Religiosa							
Semanal/ Mensal	- Reza do Terço; - Missa Institucional;	Fortalecer o vínculo da pessoa com a sua religião;	X	X	GS + Membro da comunidade + pároco	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)

	Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	Pág.	
							S.TV.FR.005.02.PC3



Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos			Financeiros
			CD	SAD	Humanos	Materiais		
Janeiro	Dia de Ano Novo (1 de Janeiro)	• 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 (6 de Janeiro)	• Preservar as tradições; • Promover a socialização; • Promover o gosto pela música;	X	X	GS + T.S.S + D.T + A.A.D + T.A	Materiais alusivos para cada atividade Aprox. 50€ (Anual)		
	Dia Internacional do Obrigado (11 de Janeiro)	• Incentivar o idoso a agradecer a todos que fazem parte das suas vidas; • Contribuir para a manutenção de um ambiente de proximidade entre utentes e utentes/colaboradoras;	X					
	Dia Internacional do Riso (18 de Janeiro)	• Proporcionar bem-estar; • Criar laços com outros utentes; • Prevenir estados depressivos;	X					

Elaboração	Aprovação		Código	Pág.
20.11.2017		20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	6 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
	Dia da Escrita à Mão (23 de Janeiro)	- Estimular a escrita e a leitura; - Trabalhar a motricidade fina; - Estimular a memória e a concentração;	X				
Fevereiro	Dia Mundial da Leitura em Voz Alta (1 de Fevereiro)	- Estimular a leitura; - Estimular a memória e a concentração; - Melhora a função cerebral;	X		GS + T.S.S + D.T + A.A.D + T.A + COZ		
	Dia Mundial da Nutella (5 de Fevereiro)	- Proporcionar novas experiências gastronómicas; - Valorizar capacidades e saberes; - Potenciar a autoestima e bem-estar; - Recuperar o sentimento de utilidade;	X			Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
	Dia dos Namorados (14 de Fevereiro)	- Fortalecer laços afetivos entre utentes/família ou entre utentes; - Enfatizar a existência de vários tipos de amor;	X	X			

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	7 de 18



	Elaboração		Aprovação		Código	Pág.
		20.11.2017		20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	8 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Abril	Dia Mundial do Teatro (27 de Março)	- Promover a arte do Teatro; - Desenvolver a socialização; - Sensibilizar para as diferentes formas de expressão e comunicação;	X				
	Dia Mundial da Atividade Física (6 de Abril)	Salientar a importância da atividade física;	X				
	Páscoa (20 de Abril)	- Preservar as tradições locais; - Apoiar as crenças religiosas; - Recordar a história bíblica;	X	X	GS + T.S.S + D.T + A.A.D	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 50€ (Anual)
	Dia da Liberdade (25 de Abril)	- Recordar os acontecimentos que marcaram a História de Portugal; - Recuperar memórias; - Refletir sobre as mudanças após o 25 de Abril; - Debater sobre a importância da Liberdade;	X				

Elaboração		Aprovação		Código	Pág.
20.11.2017		20.11.2017			
				S.TV.FR.005.02.PC3	9 de 18



	Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
	20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	10 de 18



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)	- Promover o convívio intergeracional, incitando a realização atividades entre as diversas gerações; - Incentivar o contacto e o respeito pelos mais velhos;	X		GS + T.S.S + D.T + COZ	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 60€ (Anual)
	Dia de Portugal (10 de Junho)	- Relembrar os feitos passados do povo lusitano; - Fomentar o sentimento de Patriotismo;	X				
	Santos Populares (13,24,29 de Junho)	- Recordar e reviver as tradições; - Propiciar o convívio e a diversão entre utentes e colaboradoras;	X				
	Dia Internacional do Piquenique (18 de Junho)	- Proporcionar momentos de lazer, convívio e boa disposição; - Estimular a socialização;	X				

Elaboração 20.11.2017	Aprovação 20.11.2017	Código S.TV.FR.005.02.PC3	Pág. 11 de 18



Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	12 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Agosto	Dia Mundial do Gato (8 de Agosto)	• 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				
	Dia Mundial da Fotografia (19 de Agosto)	• 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		GS + T.S.S + D.T	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 90€ (Anual)
	Dia Mundial do Artista (24 de Agosto)	• Melhorar a autoestima e confiança; • Explorar a imaginação e criatividade;	X	X			

Elaboração		Aprovação		Código	Pág.
20.11.2017		20.11.2017			
				S.TV.FR.005.02.PC3	13 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materiais	Financeiros
Setembro	Dia Internacional do Minigolfe (21 de Setembro)	- Promover o convívio e a confraternização entre idosos; - Proporcionar momentos de lazer;	X		GS + T.S.S + D.T + A.A.D + T.A	Materiais alusivos para cada atividade	Aprox. 40€ (Anual)
	Dia Internacional Da Paz (21 de Setembro)	Incentivar a harmonia entre as pessoas;	X				
	Dia Mundial dos Rios (28 de Setembro)	Proporcionar a concentração, o raciocínio e a memória;	X				

Elaboração	20.11.2017	Aprovação	20.11.2017	Código	S.TV.FR.005.02.PC3	Pág.
						14 de 18



	Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
	20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	15 de 18



	Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
	20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	16 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Mês	Atividade	Objetivos	Resposta social		Recursos		
			CD	SAD	Humanos	Materialis	Financeiros
Dezembro	Restauração da Independência (1 de Dezembro)	- Recordar os acontecimentos que marcaram a Independência de Portugal; - Debater sobre a importância da Liberdade; - Despertar o interesse pela história de Portugal;	X		GS + T.S.S		
	Dia da Bolacha (4 de Dezembro)	- Potenciar a autoestima e bem-estar; - Valorizar capacidades e saberes; - Promover momentos de partilha de conhecimentos; Recuperar o sentimento e utilidade;	X		+ D.T + A.A.D + T.A + COZ	Materialis alusivos para cada atividade	Aprox. 300€ (Anual)
	Natal (Mês de Dezembro)	- Promover a tradição do Natal de forma lúdica e criativa; - Reviver as tradições de natal; - Reforçar a relação Instituição/utentes;	X	X			

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	17 de 18



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Presidente da Instituição
**Centro Social Recreativo
e Cultural de Pedralva**
NIF: 503 235 519

Diretora Técnica

Gerontóloga Social

Aprovado a: 14 de Novembro de 2024

Elaboração	Aprovação	Código	Pág.
20.11.2017	20.11.2017	S.TV.FR.005.02.PC3	18 de 18