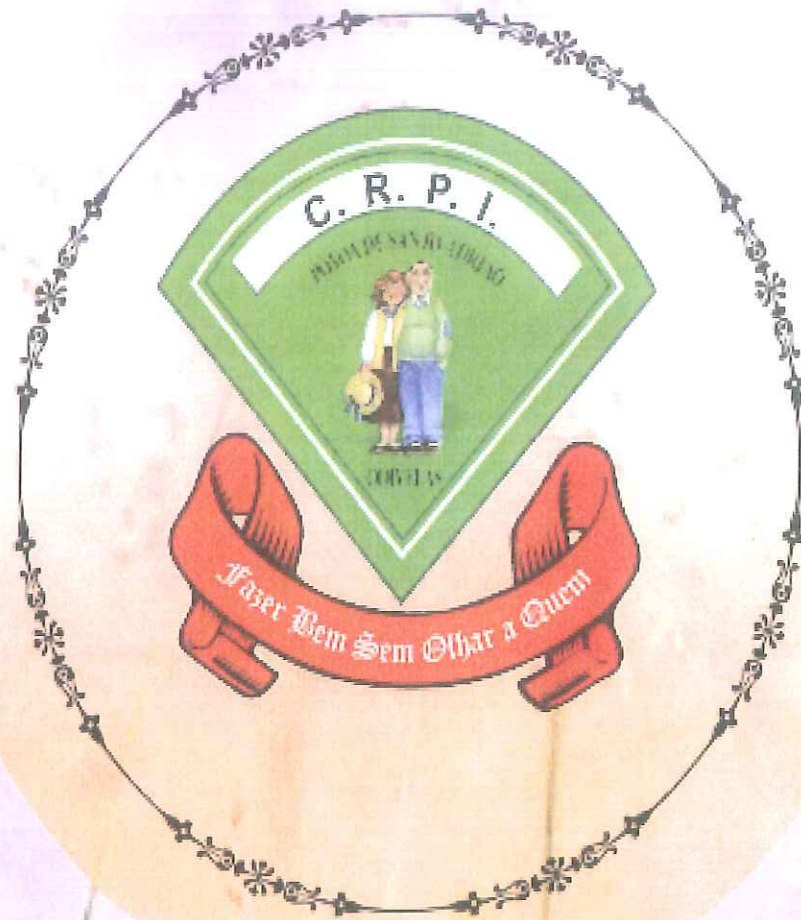


Alves
Eiras

PAA

2023



Ao Serviço do Bem-Estar...


Paula Nogueira _ Diretora de Serviços


PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

REALIZADO POR:

Índice

| | |
|---|--------|
| Índice | Pag.1 |
| Notas Introdutórias | Pag.2 |
| Desenvolvimento | Pag.4 |
| Atividades a Desenvolver em 2023 | Pag.5 |
| Planificação semanal atividades transversais CD e SAD | Pag.9 |
| Bem _Estar | Pag.12 |
| Síntese | Pag.13 |
| Anexo1_PAAASC | Pag.16 |



Aprovado em reunião de Direção de 11 de Novembro de 2022

NOTAS INTRODUTÓRIAS

A *Comissão de Reformados Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião*, adiante designada por CRPI, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, nos termos do nº1, do Artigo 1º do Estatuto aprovado pelo Decreto-lei nº119/83, de 25 de Fevereiro. Está sediada na Rua Alzira Beatriz Pacheco, na Póvoa de Santo Adrião, concelho de Odivelas, Distrito de Lisboa.

Para efeitos histórico-sociais, o dia 15 de Julho de 1987, é considerado o dia da fundação da instituição. O registo foi lavrado provisoriamente pela inscrição n.º 19/91, de fl.170 v.º a fl. a 171 do livro n.º 04 das Associações de Solidariedade Social e considera-se efetuado em 5 de Dezembro de 1989, nos termos do n.º 2 do Artigo 13º do regulamento aprovado pela portaria n.º 778/83, de 23 de Julho. O registo foi convertido em definitivo em 5 de Agosto de 1992 pelo averbamento n.º 1 à referida inscrição.

A CRPI tem como fins, apoiar permanentemente os reformados e idosos da Póvoa de Santo de Adrião e promover a sua ligação efetiva à comunidade envolvente. A partir de 2013, com a reorganização administrativa do concelho, as freguesias da Póvoa de Santo Adrião e do Olival Basto passaram a ser uma única freguesia. Assim, a área de intervenção da CRPI foi alargada, passando a prestar apoio à Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto.

A CRPI tem como **MISSÃO** a prestação de cuidados individualizados e personalizados, no meio natural de vida, a indivíduos e suas famílias que, por motivos de doença, idade, deficiência ou impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades e/ou AVD'S.

Os **VALORES** assumidos pelos atores/agentes (dirigentes, funcionários v voluntários, colaboradores...) da CRPI-PSA são os seguintes: Solidariedade, Humanismo, Ética, Responsabilidade,

Voluntariado, Profissionalismo, Pragmatismo, Privacidade, Dignidade, Respeito, Integridade, Afetividade e Qualidade.

A CRPI tem como **VISÃO** melhorar as respostas sociais existentes e criar novas respostas adequadas às necessidades e expectativas da pessoa idosa e suas famílias. Pretende ser um instrumento de efetivação dos direitos de cidadania, surgindo como modelo de referência, enquanto instituição com intervenção centrada na pessoa, na melhoria da qualidade de vida e dos serviços prestados, valorizando a pessoa idosa, através da consolidação de afetos e de suas capacidades.

O presente PAA - Plano Anual de Atividades para 2023 surge em plena articulação com os anos anteriores, nomeadamente no que se refere à uniformização de procedimentos através, entre outros, das Tecnologias de Informação, por via das diretrizes da DGS o Plano Anual de Atividades está subordinado ao Plano de Contingência aprovado para esta instituição, na Reabertura de Centro de Dia .

Sendo que as várias versões estão disponíveis no nosso site institucional www.crpipsa.pt.

O planeamento e gestão de atividades perante o risco e a incerteza no contexto que atravessámos de Pandemia e agora a crescer o cenário de guerra na Europa vem, sublinhar, a importância de pensarmos o dia a dia ao serviço do Bem-Estar da pessoa idosa em particular e da comunidade em geral.

Pretende este tema: **a CRPI ao Serviço do Bem-Estar** ser o nosso contributo numa tentativa de responder mais satisfatoriamente, ao desafio de se construir uma sociedade mais justa e solidária em que os indivíduos possam desfrutar de níveis mais elevados de Bem-Estar.

DESENVOLVIMENTO

O PAA caracterizar-se-á pela continuidade da uniformização dos procedimentos de trabalho, nas diversas áreas e basear-se-á nos seguintes objetivos gerais e específicos.

No que respeita aos objetivos gerais, atender ao bem-estar integral dos utentes/associados (as) privilegiando a sua tomada de consciência para que possam escolher, participar com autonomia, autodeterminação, promovendo desta forma a sua autoestima, consolidando o trabalho que vem sendo desenvolvido em anos transatos.

Elencam-se de seguida os objetivos específicos para 2023:

- Assegurar um atendimento personalizado e de qualidade aos (às) utentes/associados (as), ajustado às suas necessidades reais e concretas (Gabinete de Imagem; Gabinete de Animação Sociocultural e sala multifunções paredes meias com este último);

- Dar seguimento à atualização dos Planos Individuais Integrados dos(as) Utesntes das respostas sociais;

- Favorecer a execução de atividades e ações com base nos gostos, expectativas, sugestões e aptidões dos (as) utentes/associados (as);

- Motivar todos os agentes/intervenientes, capacitá-los através de ações de Sensibilização/Formação tendo em vista uma maior preparação para a concretização do projeto comum;

- Garantir a Humanização dos Cuidados ao utente, sensibilizando e formando os (as) funcionários (as) /colaboradores neste cuidado;

- Promover a interação com a família/tutores e com a comunidade, no sentido da articulação sociofamiliar dos (as) utentes/associados (as);

- **Criar novos protocolos/parcerias com outros agentes sociais que possam contribuir para a melhoria do Bem-Estar dos (as) utentes/associados (as);**
- **Reforçar o papel das Novas Tecnologias de Informação como elemento integrador e aglutinador das várias áreas.**
- **a interação com a família/tutores e com a comunidade, no sentido da integração sociofamiliar dos (as) utentes/associados (as);**
- **Criar novos protocolos/parcerias com outros agentes sociais que possam contribuir para a melhoria do Bem-Estar dos (as) utentes/associados (as), bem como a flexibilidade para renovar/innovar serviços, em função das necessidades a satisfazer (Exemplo: consultas de Podologia, Nutrição, Terapia da fala, Psicomotricidade...);**
- **Mantém-se a intenção de realizar candidatura a novas respostas sociais com resposta às necessidades identificadas, nomeadamente, um Centro de Noite.**

ATIVIDADES A DESENVOLVER EM 2023

Durante o ano de 2021 foi necessário proceder à reformulação dos Regulamentos Internos das Respostas Sociais quer de Centro de Dia, quer de Apoio Domiciliário. Contudo, não houve possibilidade de avançar durante 2022, pretende-se no primeiro quadrimestre de 2023 auscultar e efetuar os reajustes para validação dos Regulamentos Internos. Neste Plano Anual de Atividades será, igualmente, reformulado o código de prevenção e combate ao assédio no trabalho com a inclusão do novo Regime Geral de Prevenção da Corrupção e Infrações Conexas (RGPC) e o Regime Geral de Proteção de Denunciantes de infrações.

No âmbito da otimização das Tecnologias de Informação ao Serviço do trabalho realizado nestes Equipamentos Sociais é necessário dar continuidade:

- o trabalho de configuração do Servidor principal no sentido de disponibilizar um conjunto de serviços de rede interna, bem como cópias de segurança automáticas.

- a uniformização dos Sistemas Operativos (na ótica do acesso livre ou outros) dos computadores de trabalho;
- criação da "Intranet" e partilha de ficheiros base entre todos os utilizadores.
- Espera-se ainda, uniformizar a solução de software groupware para consulta de e-mails, partilha de calendário de tarefas, entre outros.

Pretende-se dar continuidade, igualmente, à atualização do **Inventário de Bens e Equipamentos da Instituição.**

No que concerne aos **Recursos Humanos** dar-se-á continuidade aos estágios de diversas áreas que forem solicitados à Instituição, como sucedeu em anos anteriores .

No que respeita à **qualificação dos funcionários (as)** procurar-se-á, ainda, incluí-los em formações pontuais e outras na sua área de ação.

A formação será maioritariamente interna através de parcerias e/ou protocolo com entidades certificadas na área da formação. As temáticas a trabalhar serão no âmbito da Gerontologia Social, abrangendo temas como ergonomia, higiene e conforto pessoal, Bem-Estar.

As **parceria com a CMO – Canta e Encanta** que cede, gratuitamente um professor de música, com a periodicidade de uma vez por semana será mantida . Bem como o protocolo com o Clube do Movimento cujas modalidades estão elencadas no Plano Anual de Atividades Sócio culturais para 2023

Continuar a proporcionar aos associados e comunidade local uma maior dinamização do Polo Cultural através de protocolo com Paim das Neves, associado fundador da CRPI, que é mentor e dinamizador deste polo em parceria com a Junta de Freguesia da PSA que cedeu um espaço na freguesia que serve de armazém, sendo as aulas administradas na sala 12 da CRPI.

Ergonomia no local de trabalho entre outras relacionadas com o tema do ano, Bem-Estar.

Assim como, prevê-se o regresso das sessões de **Palavra Puxa Palavra procurando associar dinâmicas socioculturais à cultura do Livro**, através de professora do 1º Ciclo aposentada, voluntária, uma vez por semana.

Seguidamente, refira-se que o **Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural** assenta num trabalho, essencialmente de Psicoeducação para e com as famílias.

Ao nível de voluntariado relacionado com a **Medição da Tensão** também o COVID-19 acrescentou regras de higiene e convivência que nos impedem de continuar nos moldes antigos.

O Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural com a respetiva proposta de calendarização das atividades encontra-se no ANEXO 1.

Vai ser dada continuidade à **gestão terapêutica, com dispensa de medicação para doença crónica a utentes com serviço contratualizado**, através de Enfermeiro inscrito na respetiva Ordem Profissional. A sua colaboração será alargada, entre outras, através da participação em sessões de sensibilização na sua área de especialização, no âmbito da atividade **Conversas com Especialistas Convidados** que o COVID-19 interrompeu. Através de temáticas no âmbito da Saúde tais como o **Controlo de Infeção na Comunidade**;

No anexo I -PAAASC estão contidas a totalidade das atividades programadas mensalmente, descritas pormenorizadamente, tratando-se da planificação mensal das atividades de animação sociocultural para todo o ano. Ao longo do ano serão, ainda, encetadas iniciativas pontuais que se enquadram em festividades diversas para celebração de diversos dias que se assinalam.

Mais abaixo e ainda no quadro 1, serão apresentadas as atividades

genéricas semanais que ocorrem nas Respostas Sociais de Centro de

Dia e Apoio Domiciliário.

Quanto ao quadro 2, é a proposta rumo ao Bem-Estar em que contamos estabelecer, com as parcerias locais, iniciativas diversas para apoio nos diversos sub-grupos.

Durante o ano de 2023, pretende-se otimizar a animação sociocultural com o objetivo principal de aliar a psicologia (Estágios Profissionais e outras Parcerias) como instrumentos de Estimulação Cognitiva e Emocional com vista à promoção do Bem-Estar, nos seniores com maior grau de dependência, que se encontram domiciliados, sem possibilidade de saída.

E, é, igualmente a pensar numa resposta para os familiares/cuidadores dos utentes que nos procuram em Centro de Dia quando estes se encontram num quadro inicial de Demência.

Quadro 1 - Planificação Semanal de Atividade Transversais a Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

| Responsável pela Coordenação Técnica: Paula Nogueira - DS - Diretora de Serviços | CALENDARIZAÇÃO | ATIVIDADES | INTERVENIENTES | |
|--|----------------------|--|--|---|
| | | | DINAMIZADORES | PARTICIPANTES |
| Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA | | | | |
| Centro de Dia | SEMANAL 4ªf | ATENDIMENTO SOCIAL Presencial e telefónico | Diretora Serviços Assistente Social | Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local |
| Centro de Dia | Diário - 2ª a 6ª | Refeitório | Quadro Pessoal 2 Voluntários(as) | Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local |
| Centro de Dia | Semanal 2ª a 5ª | Desporto Sénior: Boccia/ Karaté Senior Hidroginástica, Caminhadas, Yoga | Parceria CMO professores das modalidades | Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local |
| Centro de Dia | Semanal A definir | Danças | A definir | Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local |
| Centro de Dia | Diário - 2ª a 6ª | Atividades Lúdico-Recreativas: damas, xadrez, jogos de cartas, Bingo | Direção | Todos(as) Sócios(as) |

REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

| Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA | CALENDARIZAÇÃO | ATIVIDADES | INTERVENIENTES | |
|--|-------------------------|--|----------------------------|---|
| | | | DINAMIZADORES | PARTICIPANTES |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Todo o ano | Cuidados de Saúde | Parceria ECCI/USF PSA | Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Todo o ano | Gestão terapêutica | Enf. Nelson Nabais | Todos(as) utentes com serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Higiene Pessoal e Conforto | 5 Aj. A.D. | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Higiene Habitacional | 5 Aj. A.D. | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Distribuição Refeições | 5 Aj. A.D. 1 voluntário | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Por Sócio 1 x semana | Tratamento de Roupas | 5Aj. A.D. | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Transportes/Transferências e Mobilizações | 5 Aj. A.D. | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |

Aprovado em reunião de Direção de 11 de Novembro de 2022

REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

| Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA | CALENDARIZAÇÃO | ATIVIDADES | INTERVENIENTES | |
|--|----------------------------|---|---|--|
| | | | DINAMIZADORES | PARTICIPANTES |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Aquisições de bens no exterior | 5 Aj. A.D. 1 voluntário | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Diário 2ª a 6ª | Transporte a Centro Saúde Póvoa Santo Adrião (SOS ou penso) (sem cuidador de suporte) | 5 Aj. A.D. 1 voluntário | Todos(as) utentes c/ serviço contratualizado |
| Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário | Dias celebrativos | Aniversários Sócios último dia útil de cada mês | Todos(as) Direção/ Funcionários/ Colaboradores/ Voluntariado | Todos os (as) Sócios(as) |
| Centro de Dia | Primeiras 3ª feiras do Mês | Grupo Coral Canta e Encanta | C.M.O. | Todos os(as) sócios(as) |
| Centro de Dia | A definir | Ensaio Teatro | Parceria a definir | Todos os(as) sócios(as) |
| Centro de Dia | Domingos | Bailes com conjuntos musicais ao Vivo | Direção | Todos os(as) sócios(as)/comunida de Local |
| Centro de Dia | Dias Festivos | Animação/Bailes | DJ Gonçalves | Todos os(as) sócios(as) |

Aprovado em reunião de Direção de 11 de Novembro de 2022

Quadro 2 Bem-Estar

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

| Horário previsível | 2ª Feira | 3ª Feira | 4ª Feira | 5ª Feira | 6ª Feira |
|--------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 10:00 - 10:45 | Atividades de Animação Grupo 1 | Atividades de Animação Grupo 1 | Atividades de Motricidade Grupo 1 | Atividades de Motricidade Grupo 1 | Atividades de Motricidade Grupo 1 |
| 11:00 - 11:45 | Atividades de Animação Grupo 2 | Atividades de Animação Grupo 2 | Atividades de Motricidade Grupo 2 | Atividades de Motricidade Grupo 2 | Atividades de Motricidade Grupo 2 |
| 12:00 - 13:30 | Almoço Utentes | Almoço Utentes | Almoço Utentes | Almoço Utentes | Almoço Utentes |
| 14:45 - 15:15 | Atividades de Motricidade Grupo 1 | Atividades de Motricidade Grupo 1 | Atividades de Animação Grupo 1 | Atividades de Animação Grupo 1 | Atividades de Animação Grupo 1 |
| 15:30 - 16:15 | Atividades de Motricidade Grupo 2 | Atividades de Motricidade Grupo 2 | Atividades de Animação Grupo 2 | Atividades de Animação Grupo 2 | Atividades de Animação Grupo 2 |

SÍNTESE

Na continuidade do trabalho conjunto que tem vindo a ser desenvolvido pela comunidade CRPI, nos últimos Planos Anuais de Atividades, o presente Plano Anual de Atividades procura recuperar as pontas soltas deixadas antes da Pandemia Covid 19 procurará consolidar os objetivos gerais e específicos traçados anteriormente e que necessitam, como qualquer trabalho, de Tempo para serem profícuos.

No âmbito das **Novas Tecnologias e Internet Sénior** e por força da incapacidade de operacionalizar todas as necessidades ligadas aos softwares, sistemas operativos, internet e email em vigor (a Microsoft descontinuará até dezembro de 2022 acessos a plataformas com as principais entidades como é o caso da Autoridade Tributária) necessitamos de acompanhar

esta modernização da Era digital, procurando rentabilizar os recursos.

Recuperam-se aqui propostas de anos transatos:

- Continuar a criar, desenvolver e implementar serviços destinados, preferencialmente, às pessoas com incapacidades temporárias ou definitivas;
- Suportados nas atuais competências e recursos da instituição, gerando, desta forma, fontes de receitas que permitam manter a sua sustentabilidade financeira;
- Continuar a trabalhar para alargar o horário das atuais respostas/serviços para as 19H00 e não apenas pontualmente, bem como a frequência de cinco dias na semana + 1, isto é, de segunda a sábado. O desejável é que suceda de forma faseada, primeiro para a resposta de Apoio

- Domiciliário que presta serviço às situações de maior dependência e numa segunda fase para Centro de Dia;
- Numa fase posterior tal como já referido em 2018 o alargamento das respostas sociais (Centro de Noite), procurando dar resposta às solicitações dos associados mais antigos/comunidade.
 - Desenvolver ações concertadas para gerar novas fontes de financiamento, através de angariação de fundos, de donativos e angariação de novos (as) sócios (as) beneméritos.
 - Produção de materiais diversos para publicidade e divulgação da imagem CRPI, com o objetivo de autossustentabilidade dos projetos, como por exemplo, o Polo-cultural ; O projeto Despertar Sentido(s) ou outros;

- Criar condições que rentabilizem os conhecimentos da equipa técnica e que fomentem a sua participação e visibilidade, gerando maior partilha do conhecimento e contribuindo para a sustentabilidade da Instituição como, por exemplo, cursos de Formação/workshops).

Vamos estar atentos às conquistas que o dia a dia nos trará....



APROVAÇÃO

O Plano Anual de Atividades para 2023 foi aprovado em reunião de Direção, em 11 de Novembro de 2022 e assinado por:

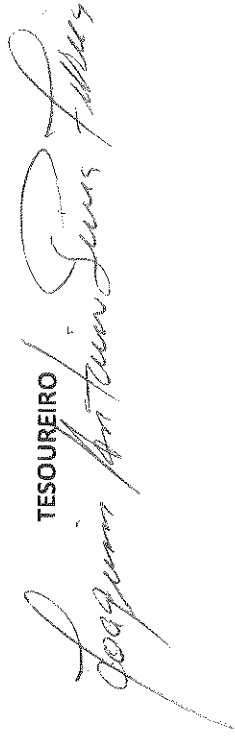
PRESIDENTE DA DIREÇÃO



RESTANTES ELEMENTOS DE DIREÇÃO



TESOUREIRO



Aprovado em reunião de Direção de 11 de Novembro de 2022



PAULA NOGUEIRA DIRETORA DE SERVIÇOS

ANEXO I

Plano Anual de Atividades de Animação Socioculturais

Aprovado em reunião de Direção de 11 de Novembro de 2022

Alfias Gomes

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião

Plano Anual de Atividades Socioculturais 2023



**Animadora Sociocultural
(Estágio ATIVAR - IEFP)**

Inês Francisco

Orientadora Local de Estágio: Paula Nogueira

Paula Nogueira

Outubro/Novembro de 2022

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



Índice

| | |
|--|----|
| Introdução..... | 3 |
| Animação Sociocultural..... | 4 |
| Atividades Socioculturais com Parcerias..... | 7 |
| Planificação Base Orientadora..... | 8 |
| Plano Anual de Atividades 2023..... | 9 |
| Conclusão..... | 29 |
| Referências..... | 30 |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipso.pt
<https://www.crpipso.pt>



Introdução

O presente documento apresenta o PAAASC -Plano Anual de Atividades de Animação Socioculturais para 2023. Este define a organização, os objetivos e a programação das atividades a decorrer ao longo do próximo ano. Foi elaborado pela animadora sociocultural, que se encontra a realizar estágio profissional do IEFP, tendo em conta os interesses, motivações e necessidades dos utentes, estando por isso sujeito a alterações, sempre que se assim se justifiquem.

No plano constam os objetivos gerais das atividades, a descrição das atividades socioculturais com parcerias e um quadro com as Atividades para 2023 que procuraremos desenvolver.

Realçamos que nos anos anteriores, derivado à pandemia, algumas atividades foram suspensas e outras reduzidas ao mínimo. Pretendemos, com o fim da Pandemia e alívio das restrições, retomar a pouco e pouco o dinamismo que sempre caracterizou a nossa instituição.

As atividades apresentadas neste PAAASC destinam-se às respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, e, pontualmente, também abrangem os nossos Associados não utentes.

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipso.pt
<https://www.crpipsa.pt>



Animação Sociocultural

A animação da pessoa idosa desempenha um papel fundamental na atualidade tendo em conta que a nossa população se encontra cada vez mais envelhecida e a esperança média de vida tende a aumentar.

O Plano Anual de Atividades do ano anterior partiu da premissa que “ Menos é, sem dúvida, mais” no sentido em que procurou, a nível da Animação e da Formação, sistematizar o máximo. Nesse sentido foram apenas selecionadas as ações que constituíram uma mais valia para a “Qualidade de vida” dos utentes do centro. Nos objetivos específicos para 2022 destaco:

“-Favorecer a execução de atividades e ações com base nos gostos , expectativas, sugestões e aptidões dos (as) utentes/ associados (as) “ , pois sem dúvida que é a partir daí que poderá ser feita uma planificação adequada à população-alvo.

Assim sendo, para o ano de 2023, iremos dar continuidade nomeadamente no que se refere ao objetivo acima referido. Pretendemos oferecer atividades diferenciadas e estimulantes aos nossos utentes sempre tendo em conta a premissa acima citada, pois o importante não é a quantidade mas a qualidade das atividades que implementarmos e sobretudo que as mesmas sejam do agrado e vão ao encontro das necessidades, sugestões e expectativas dos utentes como já foi anteriormente referido.

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



As Atividades de Animação têm como objetivos gerais:

- Promover o bem-estar e qualidade de vida;
- Promover uma vida mais ativa e criativa;
- Melhorar e desenvolver a relação com o outro e comunidade;
- Promover a autonomia;
- Trabalhar a autoestima;
- Desenvolver a personalidade do idoso como indivíduo único;
- Valorizar a experiência, nomeadamente as suas competências e capacidades;
- Incentivar a procura por conhecimento e novas descobertas.

Na tabela que se segue destacamos os diversos tipos de Animação e seus objetivos principais.

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipisa.pt
<https://www.crpipisa.pt>



| Tipos de Animação | Objetivos |
|---|--|
| Animação Cognitiva | <ul style="list-style-type: none"> -Retardar perdas a nível cognitivo de modo a manter ou pelo menos retardar a perda de memória; - promover o exercício mental mantendo o cérebro ativo. |
| Animação através da Comunicação | <ul style="list-style-type: none"> - Promover a comunicação da pessoa idosa e a expressão dos seus sentimentos e emoções. |
| Animação Associada ao Desenvolvimento Pessoal e Social | <ul style="list-style-type: none"> -desenvolver as competências sociais e pessoais do indivíduo e também da pessoa como elemento de um grupo. |
| Animação Física ou Motora | <ul style="list-style-type: none"> -Retardar ou minimizar as perdas a nível motor; -Aumentar a força e a resistência muscular; -Trabalhar a coordenação de movimentos; -Promover um envelhecimento ativo reduzindo o sedentarismo. |
| Animação Lúdica | <ul style="list-style-type: none"> -Ocupar o tempo de forma divertida, proporcionando momentos de lazer e convívio em grupo, através da divulgação de conhecimentos, artes e saberes. |
| Animação através da expressão plástica | <ul style="list-style-type: none"> -Possibilitar à pessoa idosa exprimir-se através das artes plásticas e trabalhos manuais; -Melhorar a motricidade fina; -Promover a criatividade; -Aumentar a auto-estima. |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsoa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



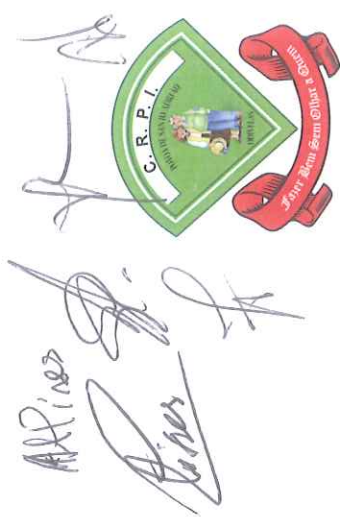
Atividades Socioculturais em parceria com a Câmara Municipal de Odivelas

| | |
|--|---|
| “Canta e Encanta” Grupo Coral | Horário: Ensaios semanais. Terças-Feiras às 14:00. |
|--|---|

| “Clube do Movimento” | Horário: | | | | | | |
|--|-----------------|----------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|--|
| Dança Sénior 5 ^o Feira-Manhã | T12 | 9:30-10:15 | | T13 | 10:15-11:00 | | |
| Yoga Sénior 3 ^a Feira-Manhã | T2 | 9:00-09:45 | | T3 | 9:45-10:30 | | |
| Karaté Sénior 6 ^o Feira-Manhã | T11 | 10:15-11:00 | | | | | |
| Boccia Sénior 5 ^o Feira-Tarde | T11 | 15:00-15:45 | | | | | |
| Ginástica Sénior | | 2 ^a Feira | | 4 ^a Feira | | | |
| | Manhã | T13 | 9:00-09:45 | | T52 | 9:00-9:45 | |
| | | T14 | 9:45-10:30 | | T53 | 9:45-10:30 | |
| | | T15 | 10:30-11:15 | | T54 | 10:30-11:15 | |
| | | T16 | 11:15-12:00 | | T55 | 11:15-12:00 | |
| | Tarde | T17 | 14:15- 15:00 | | T68 | 14:15- 15:00 | |
| | | T18 | 15:00-15:45 | | T69 | 15:00-15:45 | |
| | | T19 | 15:45-16:30 | | T70 | 15:45-16:30 | |
| | | T20 | 16:30-17:15 | | T71 | 16:30-17:15 | |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



PLANIFICAÇÃO BASE ORIENTADORA

| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|--|---|--|--|---|
| <p><u>10:00- 12:00</u></p> <p>Animação através da comunicação</p> <p>“Atelier De Expressão Oral e Escrita”</p> | <p><u>10:00- 12:00</u></p> <p>Animação através da expressão plástica</p> <p>“Atelier das artes manuais e decorativas”</p> | <p><u>10:00- 12:00</u></p> <p>Animação cognitiva</p> <p>“Atelier de Estimulação Cognitiva”</p> | <p><u>10:00- 12:00</u></p> <p>Animação física ou motora</p> <p>“ Atelier Desportivo”</p> | <p><u>10:00- 12:00</u></p> <p>Animação através da expressão plástica</p> <p>“Atelier das artes manuais e decorativas”</p> |
| ALMOÇO | | | | |
| <p><u>14:30-15:30</u></p> <p>Animação cognitiva e lúdica</p> <p>Jogos de mesa</p> | <p><u>14:30-15:30</u></p> <p>Animação cognitiva e lúdica</p> <p>Bingo</p> | <p><u>14:30-15:30</u></p> <p>Animação através da Comunicação; Cognitiva; Associada ao desenvolvimento pessoal e social</p> <p>“Palavra Puxa Palavra”</p> | <p><u>14:30-15:30</u></p> <p>Animação cognitiva e lúdica</p> <p>Jogos de mesa</p> | <p><u>14:30-15:30</u></p> <p>Animação cognitiva e lúdica</p> <p>Bingo</p> |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



Plano Anual de Atividades-2023 -Centro de dia e Serviço de Apoio Domiciliário

| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|---------------------------------|--|--|------------------------------------|--|--|--------------------------|
| JANEIRO | | | | | | |
| <u>Janeiro a Dezembro</u> | Comemoração do aniversário dos utentes. (Postal de Aniversário...) | - Proporcionar um dia especial; - Reforçar a auto-estima e a valorização pessoal. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural Ajudantes de Ação direta | Utentes de Centro de Dia e Utentes de Apoio Domiciliário | Centro de Dia Domicílios |
| <u>6 De Janeiro Dia de Reis</u> | Construção das Coroas dos Reis. | - Manutenção da motricidade fina; | A definir | Responsável: | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| | | | | | | |
|---|---|--|-----------|--|--------------------------|---------------|
| | | -Estimular a criatividade a a imaginação. | | Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | | |
| 11 de Janeiro <u>Dia Internacional do Obrigada</u> | Perguntar individualmente, e em grupo, a quem gostariam de dizer obrigada e o porquê. Registrar e partilhar. | -Sensibilizar para a importância de dizer "obrigado/ a"; -Promover a reflexão acerca do tema. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|

FEVEREIRO

| | | | | | | |
|--|--|--|-----------|--|--|--------------------------|
| <u>Fevereiro</u> | Decoração do espaço com o tema alusivo ao Carnaval. Baile de Carnaval (dia a definir) | - Comemorar o Carnaval; - Manutenção da motricidade fina; - Estimular a criatividade e a imaginação; - Promover momentos de diversão. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário e Associados | Centro de Dia |
| <u>14 de Fevereiro Dia dos Namorados</u> | Elaborar um cartão com palavras de amizade e afeto para partilhar entre utentes. | - Promover a comunicação da pessoa idosa e a expressão dos seus sentimentos e emoções. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia e Utentes de Apoio Domiciliário | Centro de dia Domicílios |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|

MARÇO

| | | | | | | |
|--|---|---|-----------|--|--|---------------------------|
| <u>Março</u> | Decoração do espaço com o tema alusivo à Primavera. | -Desenvolver a motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia |
| <u>8 de Março</u> Dia Internacional da Mulher | Entregar uma flor ou lembrança a cada mulher. | -Valorizar o papel da mulher; - Promover a auto estima. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: | Utentes de Centro de Dia e Utentes de Apoio Domiciliário | Centro de dia, Domicílios |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA

NIPC: 501995960

Tel: 219386719

FAX: 219385120

E-mail: info@crpipsa.pt

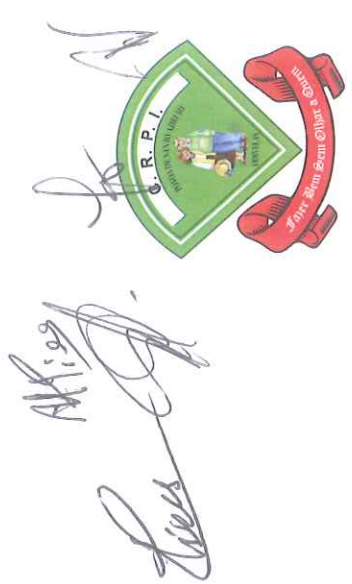
<https://www.crpipsa.pt>

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|-----------|-------------------------|--|--------------------------|---------------|--|--|
| | | | | | | | | | |
| <u>27 de Março</u> Dia Mundial do Teatro | Convidar um grupo teatral para apresentar um teatro aos utentes. | - Promover o convívio: - Proporcionar momentos de diversão. | A definir | Animadora Sociocultural | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia | | |



Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|

ABRIL

| | | | | | | |
|-------------------|--|---|-----------|--|--------------------------|---------------|
| <u>Abril</u> | Decoração do espaço com o tema alusivo à Páscoa. | -Desenvolver a motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia |
| <u>6 de abril</u> | Aula de expressão motora. | - Promover um envelhecimento ativo reduzindo o sedentarismo. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| | | | | | | | | |
|---|---|---|------------|---|--|---------------------------|--|--|
| | | | | | | | | |
| <u>7 de Abril</u> Dia Mundial da Saúde | Rastrear de Saúde. | -Sensibilização para o exercício físico e hábitos de vida saudáveis | A definir. | Animadora Sociocultural Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia | | |
| <u>25 Abril</u> Dia da Liberdade | Elaboração de uma lembrança alusiva à data. | -Comemorar a data e sua importância. -Manutenção da motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir. | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia e Utentes de Apoio Domiciliário | Centro de dia, Domicílios | | |
| <u>29 Abril</u> Dia Mundial da Dança | Realizar uma aula de dança. | -Promover um envelhecimento | A definir. | Responsável: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de Dia | | |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA

NIPC: 501995960

Tel: 219386719

FAX: 219385120

E-mail: info@crpipsa.pt

<https://www.crpipsa.pt>



| | | | | | |
|-------|--|---|--|---|--|
| Dança | | ativo reduzindo o sedentarismo. - Promover o convívio; - Proporcionar momentos de diversão. | | Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | |
|-------|--|---|--|---|--|

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



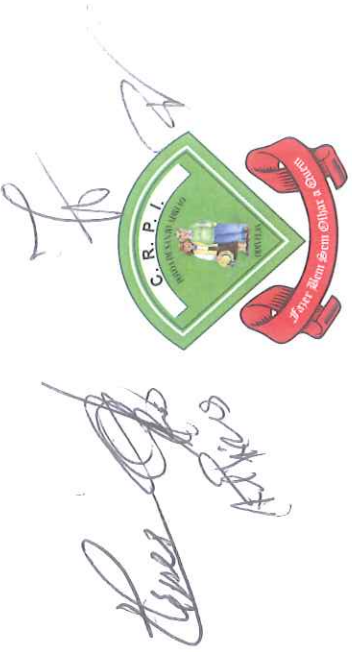
| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|

MAIO

| | | | | | | |
|---|-------------------------------------|--|-----------|--|-----------|-----------|
| <u>15 de Maio</u> Dia Internacional da Família | A definir | A definir | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | A definir | A definir |
| <u>18 de Maio</u> Dia Internacional dos Museus | Visita a um Museu (ainda a definir) | -Proporcionar momentos de convívio e de socialização; -Estimular a curiosidade e o interesse pela nossa História. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | A definir | A definir |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e /ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

JUNHO

| | | | | | | |
|--|--|---|-----------|--|--|---------------|
| Junho | Decoração do espaço alusivo ao Verão e aos Santos Populares | - Manutenção da motricidade fina; - Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia |
| <u>Dias 13, 24 29</u> Junho Comemoração dos Santos Populares | - Realizar um arraial dos Santos Populares, com música , baile.... | - Reviver as tradições; - Proporcionar momentos de diversão e convívio. | A definir | Responsáveis: Direção | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário e Associados. | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e /ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

JULHO

| | | | | | | |
|--|--|--|-----------|--|--|--------------------------|
| <u>Dia 15 Julho</u> Aniversário da CRPI | A definir | A definir | A definir | Responsável: Direção | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário e Associados | Centro de dia |
| <u>20 Julho</u> Dia Internacional do Amigo e da Amizade | Elaborar pequenos cartões com mensagens de amizade e partilhar com um amigo secreto. | - Promover e reforçar vínculos de amizade. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário | Centro de dia Domicílios |
| <u>26 Julho</u> Dia Mundial dos Avós | Elaborar uma lembrança para oferecer aos netos. | - Reforçar laços familiares. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA

NIPC: 501995960

Tel: 219386719

FAX: 219385120

E-mail: info@crpipsa.pt

<https://www.crpipsa.pt>

| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais /e ou logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

AGOSTO

| | | | | | | |
|--|---|--|-------------------------|--|--------------------------|---------------|
| A definir | Atividade fora da instituição | - Promover o convívio e a socialização. | A definir Transporte | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | A definir |
| <u>19 de Agosto</u> Dia Mundial da Fotografia | Realizar uma sessão fotográfica com os utentes. | - Proporcionar momentos de diversão; Reforçar a autoestima e a valorização pessoal. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e /ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

SETEMBRO

| | | | | | | |
|--|---|---|---------------------------|--|--------------------------|---------------|
| <u>Setembro</u> | Decoração do espaço com o tema Outono e Vindimas. | -Manutenção da motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de dia | Centro de dia |
| <u>17 Setembro</u> Dia Internacional da Paz | Lançamento de balões brancos/ou equivalente com mensagens de paz. | - Sensibilizar para a temática; -Promover a reflexão acerca do tema. | Balões brancos Canetas | Responsável: Diretora de Serviços Execução: | Utentes de centro de dia | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA

NIPC: 501995960

Tel: 219386719

FAX: 219385120

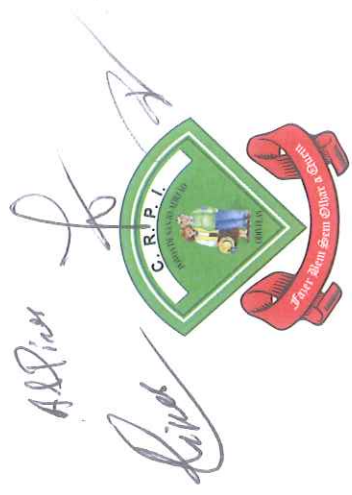
E-mail: info@crpipsa.pt

<https://www.crpipsa.pt>

| | | | | | | |
|--|-------------------------------|---|-----------|---|--------------------------|---------------|
| <u>21 de Setembro</u> Dia Mundial da Gratidão | Dinâmica do pote da gratidão. | -Sensibilizar para a importância de nos sentirmos gratos por pequenas coisas. -Promover a reflexão acerca do tema. | A definir | Animadora Sociocultural Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de dia | Centro de dia |
|--|-------------------------------|---|-----------|---|--------------------------|---------------|

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>



| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e /ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

OUTUBRO

| | | | | | | |
|---|--|---|------------------|--|---------------------------------|----------------------|
| <p><u>4 Outubro</u> Dia Mundial do Animal</p> | <p>Convidar uma Associação de animais para trazer um animal à Instituição.</p> | <p>- Proporcionar momentos de diversão e de afeto.</p> | <p>A definir</p> | <p>Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural</p> | <p>Utentes de Centro de dia</p> | <p>Centro de dia</p> |
| <p><u>5 Outubro</u> Dia da Implantação da República</p> | <p>Visualização de um documentário acerca da temática.</p> | <p>-Recordar um marco importante da nossa história.</p> | <p>A definir</p> | <p>Responsável: Diretora de Serviços</p> | <p>Utentes de Centro de dia</p> | <p>Centro de dia</p> |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>

Art. 1.º

[Handwritten signatures]



| | | | | | | |
|---|------------------|------------------|------------------|---|--|------------------|
| <p><u>28 Outubro</u> Dia Internacional do Idoso</p> | <p>A definir</p> | <p>A definir</p> | <p>A definir</p> | <p>Execução: Animadora Sociocultural</p> <p>Responsável: Diretora de Serviços</p> <p>Execução: Animadora Sociocultural</p> | <p>Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário</p> | <p>A definir</p> |
|---|------------------|------------------|------------------|---|--|------------------|

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>

| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e/ou logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|------------------------------------|------------------|---------------|-------|

NOVEMBRO

| | | | | | | |
|---|--|--|----------------------------|--|--|---------------|
| <u>5 de Novembro</u> Dia Mundial do Cinema | Visualização de um filme português com pipocas a acompanhar. | - Proporcionar momentos de diversão e convívio entre os utentes. | Televisão Pipocas Cadeiras | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de dia | Centro de dia |
| <u>11 de Novembro</u> Dia de São Martinho | Realizar um magusto na instituição. | - Reviver as tradições; - Proporcionar momentos de diversão e | A definir | Responsável: Direção | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário e Associados | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>

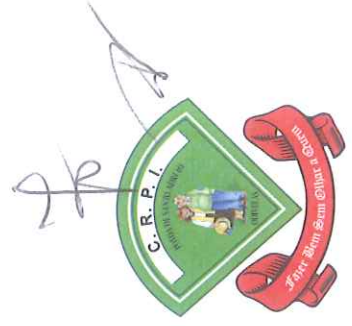


| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|--|
| | <p>Realização de lembranças alusivas ao dia.</p> | <p>convívio entre os utentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Manutenção da motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | | <p>Responsável: Diretora de Serviços</p> <p>Execução: Animadora Sociocultural</p> | | |
|--|--|---|--|---|--|--|

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>





| Calendarização | Atividade | Objetivos | Recursos Materiais e /ou Logísticos | Recursos Humanos | Destinatários | Local |
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|
|----------------|-----------|-----------|-------------------------------------|------------------|---------------|-------|

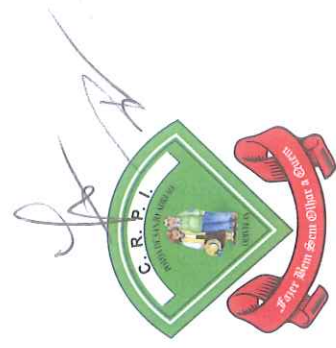
DEZEMBRO

| | | | | | | |
|------------------|---------------------------------------|--|-----------|---|--|---------------|
| <u>Dezembro</u> | Decoração do espaço alusivo ao Natal. | -manutenção da motricidade fina; -Estimular a criatividade e a imaginação. | A definir | Responsável: Diretora de Serviços Execução: Animadora Sociocultural | Utentes de Centro de Dia | Centro de dia |
| <u>A definir</u> | Festa de Natal | - Reviver as tradições; -Proporcionar momentos de diversão e convívio entre os utentes. | A definir | Responsável: Direção | Utentes de Centro de Dia, Utentes de Apoio Domiciliário e Associados | Centro de dia |

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
 Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
 Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipsoa.pt
<https://www.cripisoa.pt>

Alfons
Lina



Nota: Durante o ano irão haver ensaios autodatados de cavaquinho, mas sem periodicidade definida.



Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Este documento apresentou as orientações para o trabalho a desenvolver pela Animadora Sociocultural da instituição para o próximo ano, esperando que o mesmo represente uma nova fase após tempos difíceis e desafiantes derivado ao contexto pandémico a nível Mundial.

Que o ano de 2023 represente o início de uma nova dinâmica na instituição, que esperamos dar continuidade na perspetiva da melhoria contínua dos nossos serviços, sempre com o lema "Fazer o bem sem Olhar a quem".

Conclusão



Alf. Soares
[Handwritten signature]

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
 NIPC: 501995960
 Tel: 219386719
 FAX: 219385120
 E-mail: info@crpipsa.pt
<https://www.crpipsa.pt>

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da PSA
NIPC: 501995960
Tel: 219386719
FAX: 219385120
E-mail: info@crpipso.pt
<https://www.crpipso.pt>



Referências

Caride, J. (2004). "Paradigmas teóricos na animação sociocultural", in Trilla, Jaume (Coord.), Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos. Horizontes Pedagógicos. Lisboa: Instituto Piaget. Tradução de: Ana Rabaça.

Correia, A. et all (2015). "Jogos e Atividades adaptados ao trabalho com seniores"
Lisboa: Edição: Alfarroba

Plano Anual de Atividades CRPI 2022

Francisco José Pires
Joaquim António Dias Ferraz
Alda Maria Afonso Pires

Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião
Rua Alzira Beatriz Pacheco S/N * 2620-128 Póvoa de Santo Adrião
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública * Instituição Particular de Solidariedade Social

Francisco
Francisco