

2020

PLANO
ANUAL DE
ATIVIDADES



Contextualização

O **Plano de Atividades Anual** (PAA) é uma ferramenta de orientação, um guia das atividades e dos projetos da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social de Azurva.

Este **PAA** tem como principal objetivo que as atividades de animação desenvolvidas sejam um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva das pessoas que são utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, valorizando sempre as suas competências, gostos, saberes e hábitos culturais.

Este **Plano** foi realizado tendo por base o conhecimento dos utentes, das suas características pessoais, capacidades, dificuldades e apetências e, para isso, foram tidas em conta as respostas dos idosos aos questionários de avaliação de SAD, as sugestões verbalizadas ao longo do ano e, também, a opinião e sugestões de toda a equipa de Ajudantes de Ação Direta do SAD.

A execução das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a seu desenvolvimento normal, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com oportunidades de atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais quer informais.

A concretização deste **Plano** passa, em grande parte, pelo esforço e pela vontade de todos os intervenientes do Centro Social de Azurva, sem esquecer as pessoas da comunidade que também participam nas atividades e vão dando uma marca menos institucional ao grupo, misturando-se a componente comunitária e institucional, em benefício de ambas as partes.

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|--|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-------------------|---------|-------|---|----------|----------|--|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeneracional | Festiva | Outra | | Internos | Externos | |
| Comemoração dos Aniversários dos utentes de SAD | x | | | | | x | | x | | Promover a autoestima; Valorizar a data festiva junto do utente, da família e amigos. | x | | Nas datas em que ocorrem |
| Atividades interinstitucionais organizadas por outras IPSS | x | x | x | x | x | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Conhecer outras realidades. | x | x | Datas a definir ao longo do ano |
| Teatro/Cinema/Concertos | x | x | | | x | x | | | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | Em datas a definir mediante a oferta externa |
| Festa dos Reis – Vida Mais | x | x | | x | | x | | x | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | 8 janeiro |
| Festa de São Gonçálio e visita à Capela | x | x | | x | | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; | x | x | 13 janeiro |
| Teatro “Selva com elas” | x | x | | | | x | | | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | 5 fevereiro |
| Festa dos Namorados RAS | x | x | | | | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Conhecer outras realidades. | x | x | 14 ou 19 fevereiro |
| Baile de Carnaval | x | x | | | | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; | x | x | 21 de fevereiro |
| Festival de Sopas | x | | | | | x | x | x | | Proporcionar momentos de convívio; Conhecer outras realidades; Reviver hábitos e costumes. | x | x | 6 março |

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|---|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-------------------|---------|-------|----------|--|----------|---|----------------|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeneracional | Festiva | Outra | Internos | | Externos | | |
| Workshop de massagem com óleos essenciais | x | | | | x | x | | | | | Promover a formação em áreas específicas e que vão de encontro a gostos e interesses dos interessados; Promover o convívio. | x | x | março |
| Comemoração do Dia da Mulher | x | x | | | x | x | | | | x | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio; Conhecer outras realidades. | x | x | 9 de março |
| Festa Primavera com Poesia - RAS | x | x | | | | x | | | | x | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio; Conhecer outras realidades. | | | 20 de março |
| Baile da Primavera na Turol | x | | x | | | x | | | | x | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio; Conhecer outras realidades. | x | x | março |
| Visita à Feira de Março | x | x | | | | x | | | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes. | x | | 31 março |
| RAS Sénior Runners | | | x | | | x | | | | | Proporcionar atividades físicas adequadas à condição física dos utentes; | x | x | 7 abril |
| Festa da Pascoa - Vida Mais | | | | x | | x | x | | | x | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; | x | x | 22 abril |
| Festa da Família - Vida Mais | | | | | | x | | | | x | Promover a ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio. | x | x | 20 maio |
| Festa do Senhor da Serra d'Eixo | | x | | x | | x | | | | x | Visitar locais de interesse religioso; Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres. | x | x | 22 maio |
| Rir é o melhor Remédio - RAS | x | | | | | x | | | | | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio; Conhecer outras realidades. | x | x | 27 maio |

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|---|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-----------------|---------|-------|----------|---|----------|---|--|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeracional | Festiva | Outra | Internos | | Externos | | |
| Festa de Aniversário do CSA | | x | x | | | x | x | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Promover a implicação dos idosos na realização da atividade; Promover o convívio Intergeracional. | x | | 28 maio |
| Visita à Capela e Parque de La-Saete em Oliveira de Azemeis | x | | x | x | | x | | | | | Conhecer/visitar locais de interesse religioso e cultural. | x | x | junho |
| Torneio de Bingo - RAS | x | | | | x | x | | | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio. | x | x | 26 junho |
| Piquenique | x | | | | | x | | | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio. | x | | junho |
| Visita ao Museu do Papel - Leiria | | x | | | x | x | | | | | Conhecer/visitar locais de interesse cultural. | x | x | julho |
| Encontro Final de Ano Vida Mais | x | | | | | x | | x | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio. | x | x | 8 julho |
| Concurso de Boias de Verão - RAS | x | | | | | xx | | | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio. | x | x | julho |
| Praia | x | | x | | | x | | | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio; Promover a saúde. | x | | Em julho, em datas a definir mediante outras atividades a decorrer |
| Passeio dos Avós | x | x | | | | x | x | x | | | Promover o convívio Intergeracional. | x | x | julho |
| Visita à cidade de Viseu e à Feira de São Mateus | x | x | | | | x | | | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Visitar locais de interesse religioso e cultural. | x | x | setembro |
| Passeio turístico de moliceiro na cidade de Aveiro | x | x | | | | x | | | | | Promover momentos de interesse cultural; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | setembro |
| Sessão de Musicoterapia - RAS | x | x | | | x | x | | | | | Promover momentos de interesse cultural; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | 24 ou 25 setembro |

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|---|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-----------------|---------|-------|----------|--|----------|---|----------------|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeracional | Festiva | Outra | Internos | | Externos | | |
| Dia do idoso - RAS | x | | | | | x | | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Valorizar a data festiva junto do utente, da família e amigos. | x | x | 1 outubro |
| Visita ao Museu do Brincar | | x | | | x | x | | | | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | outubro |
| Torneio de Sueca | x | | x | | x | x | | | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres. | x | x | outubro |
| Magusto entre amigos | | x | | | | x | x | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio Intergeracional. | x | | 11 de novembro |
| "A tradição ainda é o que era" - RAS | x | x | | | | x | | | | | Reviver hábitos e costumes; | x | x | 18 novembro |
| Musical da AMLive | x | x | | | | x | | | | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; | x | x | 25 novembro |
| Visita à cidade de Águeda (iluminações de Natal e maior Pai Natal do Mundo) | x | x | | | | x | | x | | | Conhecer/visitar locais de interesse religioso e cultural; Promover o convívio. | x | | 3 dezembro |
| Almoço de Natal do Serviço de Apoio Domiciliário | x | | | x | | x | | x | | | Promover a comunicação e convivência entre utentes, colaboradoras e diretores; Promover a implicação dos idosos na realização da atividade. | x | | 12 dezembro |
| Visita à Natál(i)a - Terra do Pai Natal em Vagos | x | x | | x | | x | | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; | x | x | 14 dezembro |
| Visita ao Presépio de Penela | | x | | x | | x | | x | | | Conhecer/visitar locais de interesse religioso e cultural; Promover o convívio. | x | x | 16 dezembro |