



---

## ***Plano Anual de Atividades***

***3ª Idade – Serviço de Apoio Domiciliário***

***Ano 2022***

---

## Contextualização

O **Plano Anual de Atividades** (PAA) é um documento de planeamento, que define, em função do público alvo e das suas características, os objetivos, as formas de organização e de programação das **atividades** e que procede à identificação dos recursos necessários à sua execução.

O PAA para o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) do ano de 2022 tenciona dar visibilidade às atividades que nos propomos concretizar com a população idosa de forma a continuarmos a ter um papel fundamental na promoção do bem-estar, conforto e qualidade de vida, assim como direta ou indiretamente no apoio às famílias e cuidadores informais, contribuindo de forma relevante para o retardamento da integração institucional. Em contexto da pandemia por SARS-COV-19 teremos que delinear estratégias para fazer face a esta realidade sem nos desviarmos do cumprimento dos objetivos que norteiam o SAD.

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

Atividade	Tipo									Principais objetivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização
	Lúdico-recreativa	Cultural	Desportiva	Espiritual/religiosa	Intelectual/formativa	Social	Intergeneracional	Festiva	Outra		Internos	Externos	
<b>Casa &amp; Companhia</b> Domiciliação do serviço de animação com visitas semanais e/ou quinzenais	x	x	x	x	x	x		x		Promover a comunicação; Promover a convivência; promover a ocupação dos tempos livres; promover a autoestima; Evitar o isolamento e prevenir a demência.	x		Ao longo de todo o ano
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
Projeto ASAS da ANGES	x	x	x		x	x				Promover a comunicação; Promover a convivência; promover a ocupação dos tempos livres; promover a autoestima; Evitar o isolamento e prevenir a demência.	x	x	4ª feiras das 15h às 16h
Atividades interinstitucionais organizadas pela REDE AVEIRO SENIOR	x	x	x	x	x	x	x	x		Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Implicar os idosos na realização da atividade; Reviver hábitos e costumes.	x	x	Datas a definir ao longo do ano
Atividades interinstitucionais <b>online</b> organizadas por outras IPSS	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
Festa de São Gonçálio (oferta de cavaca e calendário alusivo ao dia da festa)	x	x		x		x		x		Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes;	x	x	janeiro
Participação na exposição: <b>"O Amor é..."</b> atividade da RAS	x	x				x		x		Promover a autoestima; Promover a escrita; Proporcionar momentos de convívio.	x	x	14 de fevereiro
Comemoração do Carnaval	x	x				x		x		Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio.	x		25 de fevereiro
Comemoração do Dia da Mulher com almoço convívio e ofertas	x	x			x	x		x		Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio.	x	x	8 de 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		
Comemoração do Dia do Pai com almoço convívio e ofertas	x	x			x	x		x			Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio.	x		21 de março
Comemoração da Páscoa – Oferta de foliar e ovos de chocolate	x	x		x		x		x			Proporcionar momentos de convívio; Valorizar a data festiva junto do utente.	x		14 de abril
Comemoração do Dia da Mãe com dinamização de passeio e ofertas	x	x			x	x		x			Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio.	x		2 de maio
Comemoração do Dia da Mãe das colaboradoras com a participação dos idosos	x	x			x	x		x			Promover a ocupação dos tempos livres; Evitar o isolamento e prevenir a demência. Proporcionar momentos de convívio.	x		29 de abril
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		maio
Sessão de esclarecimento "Burlas e segurança" com a GNR					x	x					Promover a formação ao longo da vida Formar para a segurança.	x	x	A definir
Visita ao Museu da Chapelaria		x									Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio.	x	x	A definir
Projeto de correspondência entre idosos da freguesia de Eixo-Eirol – <b>"Palavras com esperança"</b>		x			x	x					Promover a comunicação; promover a convivência; Promover a ocupação dos tempos livres; promover a autoestima; evitar o isolamento e prevenir a demência.	x		Ao longo de todo o ano
Matiné de cinema	x	x				x					Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Promover o convívio	x	x	abril
Dia de Santa Joana com passeio à cidade e piquenique	x	x		x		x		x			Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Promover o convívio	x		13 de maio
Visita ao Santuário de Fátima	x	x		x		x					Conhecer/visitar locais de interesse religioso e cultural.	x	x	Em data a definir

Atividade	Tipo										Principais objetivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização
	Lúdico-recreativa	Cultural	Desportiva	Espiritual/ religiosa	Intelectual/ formativa	Social	Intergeracional	Festiva	Outra	Internos		Externos		
Comemoração do Aniversário do CSA		x	x			x	x	x			Promover a comunicação e convivência; Valorizar a data festiva junto do utente e amigos.	x		28 maio
Piqueniques em parques e espaços ao ar livre	x		x			x					Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio.	x		Ao longo do ano sempre que seja possível
Visitas a capelas e/ou santuários		x		x		x					Conhecer/visitar locais de interesse religioso			A marcar
Passeios a pé e caminhadas em diversos locais			x			x					Promover momentos de interesse desportivo; Proporcionar momentos de convívio.	x		Ao longo do ano sempre que seja possível
Visita ao Underground Museum		x			x	x					Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio.	x	x	junho
Praia	x	x	x			x					Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio.	x		Julho
Visita ao Museu do Vinho		x			x	x					Promover momentos de interesse cultural; Proporcionar momentos de convívio.	x	x	setembro
Dia Internacional do Idoso	x					x		x			Promover a comunicação e convivência; Valorizar a data festiva junto do utente e amigos.	x		1 de outubro
Magusto entre amigos		x				x	x	x			Promover a comunicação; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio Intergeracional.	x		11 de novembro
Visita à Agrovouga	x	x	x			x					Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio.	x		novembro
Atividade da AMLive (no gelo)	x	x				x					Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres;	x	x	novembro/dezembro
Visita à cidade de Águeda (iluminações de Natal e Pai Natal)	x	x				x		x			Conhecer/visitar locais de interesse cultural; Promover o convívio.	x		dezembro
Visita ao Presépio de Penela	x	x		x		x		x			Conhecer/visitar locais de interesse cultural; Promover o convívio.	x		dezembro
Comemoração do Natal	x			x		x		x			Promover a comunicação e convivência	x		dezembro

Data de finalização do documento: 01/02/2022

Aprovado na Reunião de Direção de 25/02/2022