



# Plano de Atividade de 2023

---

*Centro Paroquial de Solidariedade Social de Ançã – IPSS*

Instituto Particular de Solidariedade Social

Pessoa Coletiva nº 501229884

Terreiro do Paço, nº 16 – 3060-057 Ançã

Telefone: 239961683

E-mail: [cpssa@sapo.pt](mailto:cpssa@sapo.pt)

Elaborado:

Aprovado:



O presente Plano de Atividade tem por objetivo programar as atividades a desenvolver no ano de 2023, tendo em conta avaliação provisória do ano 2022.

A incapacidade anímica e muitas vezes dramática para responder aos efeitos da pandemia e crise, ameaçam prolongar-se em 2023 marcado por uma situação de crise, incerteza e imprevisibilidade. À luz da experiência dos anos anteriores e de acordo com a sua cultura empreendedora, o Centro Paroquial de Solidariedade Social de Ançã, propõe prosseguir o desenvolvimento dos projetos em curso e de outros que possam ser abraçados. Para que tal possa acontecer todos sabemos que só pela coesão de energias, pela cultura de responsabilidade, pelo trabalho em equipa, pelo empenho pessoal e perseverante dos nossos colaboradores, clientes, fornecedores, amigos, parceiros e Comunidade em geral, iremos responder com o melhor de nós para a felicidade dos nossos clientes.

Na sequência da estratégia da Instituição, o Plano de Atividades para 2023, o Centro Paroquial de Solidariedade Social de Ançã – CPSSA – IPSS, tendo em conta as respostas sociais que promove: Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Cantina Social, tenderá o mais claramente possível, retratar as atividades a desenvolver em cada uma delas.

### **O Programa de Ação para o ano de 2023 integra:**

- Plano de Atividade, contributo técnico que constitui um instrumento fundamental de planeamento, informação e transparência que identifica os objetivos operacionais e atividade.

Este documento inicia-se com uma introdução, identificação da entidade, constituição dos seus Órgãos Sociais e delimitação da área de atuação geográfica.

De seguida serão descritas as atividades a desenvolver em 2023, assim como os Planos Específicos das Atividades Socioculturais a serem promovidas.



## Orçamento para o ano 2023:

- Rendimentos previstos
- Gastos previstos que explicam e fundamentam a variação ocorrida entre os dois exercícios económicos.

### 1. Apresentação da Instituição:

O CPSSA, situa-se no Terreiro do Paço, mº 16 – 3060-057 – Ançã, o seu contato telefónico é o 239961683, email [cpssa@sapo.pt](mailto:cpssa@sapo.pt), e endereço eletrónico [www.centroparoquilanca.com](http://www.centroparoquilanca.com).

### *Missão, Visão, Valores, Política de qualidade e objetivos gerais*

Missão	Proporcionar bem-estar e qualidade vida às famílias e clientes, especialmente os mais desfavorecidos e de maior carência económica: - Apoiar a comunidade e servir aqueles que a procuram corporificando assim as suas responsabilidades sociais; - Prestar serviços de qualidade à comunidade, desenvolvendo as suas respostas sociais de modo controlado, normalizado, rigoroso e solidário; - Apoiar e garantir os direitos dos seus clientes de forma integral e personalizada, criando respostas inovadoras que vão ao encontro das necessidades e desejos.
Visão	A instituição aspira a ser uma Instituição de referência e excelência na ação social, reconhecida pelos serviços que presta, criando para isso novas respostas e melhorando as existentes de modo a que cada dia seja um passo ao encontro das necessidades sentidas pela Comunidade.
Valores	Os valores da instituição, encontram-se ancorados aos princípios, igualdade, justiça verdade, solidariedade, participação suporte de uns para com os outros, entreajuda e dedicação, onde o trabalho de equipe e apoio recíproco, através do profissionalismo e rigor, respeito e abertura ao bem-estar dos outros, visa o bem-estar de todos.
Política Qualidade	O CPSSA, tem assim como política de qualidade: - Satisfazer as necessidades e expectativas dos clientes e outras partes interessada, controlando a conformidade dos processos (práticas e registos) com o objetivo de melhorar a sustentabilidade da organização; Garantir uma prestação de serviço qualificada, competente e certificada de forma a satisfazer as necessidades dos seus cliente, colaboradores bem como da comunidade em geral; - Apostar no trabalho em equipa e no respeito pela responsabilidade e contribuição individual, motivando a participação de todos, preparando e implementando ações que contribuem para melhoria da qualidade, nomeadamente através do aumento de competências dos colaboradores; - Gerir eficazmente os sistema de segurança e higiene no trabalho, assim coo a segurança alimentar; - Promover e continua a estimular com outros agentes e intuições locais, regionais e nacional de forma a prestar serviços sociais e comunitários que servimos



## Área de intervenção geográfica

Freguesia de Ançã e zonas limítrofes no Concelho de Cantanhede

## Recursos Humanos

A gestão de Recursos Humanos é uma área estratégica do CPSSA, que deve acompanhar as mudanças que se colocam à Instituição, nos seus diversos domínios de atuação.

Para o sucesso de qualquer Instituição deverá ser o alvo da mais profunda atenção e análise, algo que se torna mais importante pois é o recurso principal de qualquer instituição. A valorização dos trabalhadores não é mais do que zelar pela integridade da imagem da Instituição e pelos seus direitos.

Portanto é preciso motivá-los para que possam desempenhar da melhor forma o seu trabalho, a fim de alcançar os objetivos organizacionais de eficaz, sem nunca se esquecer da qualidade do serviço, do conforto e bem-estar dos clientes desta instituição.

Assim, o CPSSA conta com:

- 7 Dirigentes
- 1 Técnico Superior
- 1 Psicólogo estagiário
- 1 Escriturário
- 1 Animador
- 10 Operacionais

## Análise SWOT

Análise SWOT, é uma ferramenta de gestão utilizada para o diagnóstico estratégico do ambiente interno e externo

Pontos Fortes	Pontos Fracos
<b>Nível interno</b>	
- Qualidade do serviço prestado - Equipa técnica e operativa dinâmica	- Pouca visibilidade da instituição; - Falta de recursos financeiros e humanos;



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidade dos colaboradores</li> <li>- Alinhamento dos colaboradores com os valores da instituição;</li> <li>- Instituição de referência em várias respostas sociais;</li> <li>- Transporte adaptado para cadeiras de roda;</li> <li>- Promoção de atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Forte dependência do estado;</li> <li>- Baixas participações da Segurança Social</li> <li>- Ausência de mecanismos facilitadores da conciliação da vida profissional e vida familiar;</li> <li>- Falta de mecanismos de captação de recursos;</li> <li>- Falta de novas instalações sede;</li> <li>- Falta de requalificação do edifício existente</li> </ul>
<b>Oportunidades</b>	<b>Ameaças</b>
<b>Nível externo</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- PRR</li> <li>- Portugal 2020</li> <li>- Portugal 2030</li> <li>- Projetos Nacionais</li> <li>- Envelhecimento Populacionais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escassez de recursos financeiros;</li> <li>- Baixo nível socioeconómico dos clientes das respostas sociais;</li> <li>- Instituições de outras zonas a vir para a freguesia.</li> </ul>

## *2. Avaliação do Plano de Atividade de 2022*

Em cumprimento de imperativos legais e estatutários definidos, o CPSSA, apresenta o Plano de Atividade e Orçamento para o ano de 2023.

Este instrumento visa organizar a atividade da IPSS, para o prosseguimento dos seus objetivos, desempenhando um papel fundamental na boa gestão dos seus recursos.

O Plano de Atividade e Orçamento para 2023 é um documento que irá esclarecer as ações do CPSSA, previstas para o próximo ano através de um conjunto de objetivos, estratégias e atividades que preveem aumento de sustentabilidade de recursos, melhorias contínuas dos serviços prestados; qualificação das respostas sociais e colaboradores indo de encontro às expectativas dos clientes, familiares e comunidade.

### *Nível Interno*

- A continuação do quadro pandémico vivido em Portugal, obrigou-nos a continuar como o plano de contingência ajustando o mesmo sempre de acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde e Segurança Social;

- As alterações sentidas nomeadamente no que diz respeito as rotinas institucionais, por força das circunstancias, tiveram que ser mantidas, nomeadamente,



ao nível da organização de serviço, gestão da estrutura de recursos humanos e logísticos das respostas sociais;

- A reabertura da resposta social de Centro de Dia permitiu retomar uma rotina institucional “normal” acolhendo assim durante o dia idosos nesta resposta, embora se continua a registrar certos condicionamento fruto das exigências definidas nas normas legais que ainda se mantém;

- Aumento das receitas, pelo aumento do número de cliente que procuram as respostas sociais a fim de combater o isolamento social sentido.

### *Nível Externo*

- Envolvimento da Comunidade;
- Aumento das doações e os custos;
- Envolvimento do Unidade de Saúde Local;
- Apoio da autarquia – Câmara Municipal de Cantanhede, Junta de Freguesia de Ançã;
- Reconhecimento do papel social da Instituição a nível local e do concelho.

### *Objetivos Estratégicos:*

Os objetivos estratégicos têm como finalidade representar a mudança para o sucesso. Estes permitirão tomar decisões a partir de um referencial que compara os resultados obtidos com os resultados desejados.

Neste priorizam-se cinco eixos de ação:

Eixo 1	Qualidade e inovação
Eixo 2	Apoio à Comunidade
Eixo 3	Gerontologia
Eixo 4	Gestão de Recursos Humanos
Eixo 5	Gestão de Infraestruturas e Sustentabilidade



## Eixo 1 – Qualidade e inovação

---

O CPSSA, garante a satisfação das necessidades e expectativas dos seus clientes e famílias, promovendo a melhoria contínua dos serviços prestados, assim a instituição tem a preocupação em analisar a realidade ao seu redor e traçar objetivos estratégicos com a melhoria da prestação da sua resposta social.

Os objetivos têm sido revistos aquando a realização do Plano Anual de Atividade, procurando uniformizar todos os parâmetros de avaliação entre os diversos documentos anuais.

A tabela em anexo resulta deste modo de uma reflexão aquando do Plano Anual e Orçamentos 2022, para o qual convergem os contributos das partes interessadas de outubro de 2021, traduzindo-se nos seguintes objetivos operacionais:

<i><b>EIXO 1</b></i>		
<b>Objetivos operacionais</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>
Elaborar, desenvolver e avaliar de forma colaborativa o PAA	Registo de reunião de trabalho.	1 Reunião por resposta social em Agosto
Responder às necessidades dos clientes e das famílias	Inquérito de satisfação.	Grau de satisfação igual ou superior a 3 a ser avaliado anualmente
Diversificar os serviços de forma inovadora e desenvolver projetos empreendedores	Novos procedimentos e técnicas sociais.	
Melhorar os equipamentos e incentivar a sua utilização	Melhorar o equipamento.	

## Eixo 2 – Comunidade

---

Garantir a satisfação dos clientes, com serviços diferenciados e inovadores da comunidade, mantendo uma presença alargada nas redes, continuando deste modo divulgar o trabalho desenvolvido na Instituição nas redes sociais.



## 2.1 – Cantina social

Resposta social desenvolvida em parceria com a Fundação Ferreira Freire e a Santa Casa da Misericórdia de Cantanhede. Destina-se ao fornecimento de refeições, em especial a indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade socioeconómicas, nomeadamente, almoços.

<b>Objetivos</b>	<b>Ações a desenvolver</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Parceiros</b>	<b>Estratégia de financiamento</b>
Fornecimento de refeições a família/indivíduos em vulnerabilidade socioeconómica	Confeção e distribuição de refeições	Nº de refeições	Servir 2130 refeições	Fundação FF S. C. M. C.	Compromisso com a Segurança Social

## 2.2 – Gabinete social

O CPSSA, faz atendimento variados, com o objetivo de orientar e apoiar socialmente indivíduos e/ou famílias em situação de vulnerabilidade, mobilizando recursos próprios ou comunitários, encaminhado para PROGRAMAS, Equipamentos, Serviços ou Prestações Sociais, tendo como objetivo resoluções e uma efetiva Inserção Social.

<b>Objetivos</b>	<b>Ações a desenvolver</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Estratégia de financiamento</b>
Orientar, apoiar famílias e/ou indivíduos em situação de vulnerabilidade	Encaminhar famílias e/ou indivíduos	Nº de atendimento	Próprio

## Eixo 3 – Gerontologia

### 3.1. Serviço de Apoio Domiciliário

Esta resposta social, visa a prestação de cuidados e serviços a clientes e/ou famílias que se encontram no seu domicílio, em situação de dependência física ou outra que não possam assegurar, temporariamente ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais de vida diária, nem de apoio familiar par o efeito. Pretende atender 30 clientes.





<b>Objetivo</b>	<b>Ação a desenvolver</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Estratégia de divulgação</b>	<b>Estratégia de financiamento</b>
Respeitar a legislação aplicável a RS do SAD  Cumprir com as orientações da DGS	Fornecimento de refeições, cuidados de higiene, imagem, conforto pessoal do cliente, tratamento de roupa higiene habitacional e saúde  Atividades de animação e sociabilização  Apoio psicossocial	Nº de clientes abrangidos	Previsão de alargamento do acordo de cooperação	Visita da equipa técnica a potencia clientes.	Acordo de cooperação  % dos rendimentos de clientes  Donativos
Melhorar a organização dos serviços prestados	Reuniões mensais com a Direção e a Direção Técnica  Reuniões mensais com a Direção Técnica e trabalhadoras dos SAD	Nº de reuniões efetuadas  Nº de reunião efetuada registrada em impresso	12 Reuniões	Não aplicável	
Avaliar a qualidade do serviço	Visitas domiciliare para avaliar os destinatários do serviço e ou a qualidade deste	Nº de reclamações recebidas  Taxa de satisfação	Melhorar a qualidade do serviço  Mais de 70% de satisfação	Comunicar as alterações efetuadas	Acordo de cooperação  % dos rendimentos de clientes  Donativos
Prevenir situações de dependências e promover a autonomia e a qualidade de vida dos clientes e suas famílias	Avaliar e conceção de planos individuais por parte da equipa técnica	Avaliação de PI	Mais de 80% de execução de PI	Não aplicável	



### 3.2. Centro de Dia

O Centro de Dia é uma resposta social, que consiste na prestação de serviços que contribuem para a manutenção do cliente no seu meio socio familiar, visando a promoção da sua autonomia e a prevenção de dependência ou do seu agravamento.

Pretende atender 50 clientes

Objetivo	Ação a desenvolver	Indicadores	Metas	Estratégia de divulgação	Estratégia de financiamento
<p>Respeitar a legislação aplicável a RS do SAD</p> <p>Cumprir com as orientações da DGS</p> <p>Manter as capacidades físicas, mentais e sociais dos seus clientes e a sua inclusão social na comunidade</p> <p>Acompanhar os clientes e cooperar na identificação de necessidades a nível de saúde</p>	<p>Promover a permanência do cliente durante o dia nas instalações da sede, assegurando os cuidados descritos no guião orientador da RS</p> <p>Promover e organizar atividades de ginásticas 1 vez por semana</p> <p>Promover e organizar atividades de musicoterapia 1 vez por semana</p> <p>Promover e organizar atividades de animação</p> <p>Promover e organizar atividades de cariz religioso</p> <p>Celebrar aniversários</p> <p>Entregar refeições aos feriados e fim de semana quando solicitado pelo cliente e ou família</p> <p>Identificar atempadamente todas as situações de cuidado de saúde, encaminhando para USF ou CHUC.</p> <p>Registrar as ocorrências</p>	Nº de clientes abrangidos	Contribuir para o bem-estar dos clientes	Informação aos familiares via correio eletrónico ou telefone	Financiamento proprio
Melhorar a	Reuniões mensais com a	Nº de reuniões	12 Reuniões	Não aplicável	



organização dos serviços prestados	Direção e a Direção Técnica  Reuniões mensais com a Direção Técnica e trabalhadoras do Centro de Dia	efetuadas  Nº de reunião efetuada registrada em impresso			
Avaliar a qualidade do serviço	Entrevista aos clientes e/ou famílias para aferir a qualidade dos serviços	Nº de reclamação recebidas  Taxa de satisfação	Melhorar a qualidade dos serviços  Mais de 70% de satisfação	Comunicar as alterações efetuadas	Acordo de cooperação  % dos rendimentos de clientes  Donativos

## Eixo 4 – Gestão de Recursos Humanos

O CPSSA, reconhece que os recursos humanos são parte importante da instituição. O investimento na sua formação ficou aquém do desejado e necessário. Aos níveis de motivação dos colaboradores registar-se uma grande melhoria que tem contribuindo para melhorar a sua autoimagem no seio institucional bem como um maior envolvimento na tomada de decisão.

Continua-se a registar uma grande dificuldade em conseguir mão-de-obra para trabalhar nesta área, criando constrangimentos e contribuindo para uma sobrecarga física e psicológica do trabalhador.

<b>EIXO 4</b>		
<b>Objetivos operacionais</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>
Criar mecanismos de reconhecimento dos colaboradores e de motivação	Nº de iniciativas para minimizar o impacto de envelhecimento, desgaste emocional e físico dos colaboradores	Distinção e reconhecimento das boas práticas profissionais
Potenciar a participação e envolvimento destes na tomada de decisão, promovendo o sentido de pertença à Instituição	Não aplicável	
Promover formação interna e facilitar o acesso à formação externa	Plano de formação	Cumprimentos das horas de formação



## Eixo 5 – Gestão de infraestruturas e sustentabilidade

Ao nível de infraestruturas, o CPSSA continua a debater-se com vários constrangimentos, nomeadamente de imposição legal mas também estrutural. Tem sido recorrente os avisos quanto a necessidade de executar obras devido às necessidades de funcionalidade. É imprescindível dar continuidade ao processo de criar um edifício de raiz, podendo este abarcar uma resposta inovadora nomeadamente na neuroestimulação, para pessoas em processo de demência.

<b>EIXO 5</b>		
<b>Objetivos operacionais</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>
Melhorar as infraestruturas	Registo de manutenção e avaria	90% de avaria
Melhorar as infraestruturas obras	Diminuir o consume energético  Melhorar a eficácia e eficiência energética  Substituir caixilharia	Aguardar resposta do PRR
Garantir fontes de financiamento	Candidaturas de financiamento  Controlo das mensalidades em atraso	
Nova sede para o CPSSA	Iniciar o projeto de arquitetura e devidos orçamento para a execução da obra	Contratualizar arquitetos e engenheiros  Registrar terreno em nome do CPSSA

## Atividades de cumprimento de Estatutos

<b>Objetivos operacionais</b>	<b>Ação a desenvolver</b>	<b>Pessoas a envolver</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Divulgação</b>
Dar cumprimento ao definido nos Estatutos	Apresentação de contas de 2022	Direção  Direção Técnica  TOC	Realizar as assembleias definidas nos estatutos	Definidas nos Estatutos



## Atividades de Animação sociocultural

---

A animação sociocultural é fundamental num projeto de intervenção na 3ª idade, em que a estratégia de relacionamento e de intervenção social é de promover a motivação dos saberes, valorizar as experiências pessoais, preservar e divulgar as vigências pessoais, valores, tradições e costumes dos idosos.

Jacob (2007) define “a animação de idosos como a maneira de atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa.” (p.31).

O programa anual da animação, visa proporcionar ao idoso um acompanhamento positivo no seu processo de envelhecimento abrindo-lhe horizontes para atividades socioculturais que lhes proporcionam a melhoria e desenvolvimento das suas capacidades biopsicossociais.

Tendo em conta as várias definições de animação podemos dizer que esta deve dar resposta a vários domínios:

- Valorizar a formação ao longo da vida;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa, atrativa e dinâmica;
- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso;
- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua autoestima e autoconfiança.

A animação sociocultural para idosos pode-se dividir em sete níveis, todos eles fundamentais, complementando-se uns aos outros:

1. Animação física ou motora
2. Animação cognitiva
3. Animação através da expressão plástica



4. Animação através da comunicação
5. Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social
6. Animação lúdica
7. Animação comunitária

Assim sendo, ao longo da semana, meses e ano 2023, iremos aplicar este níveis as duas valências, CD e SAD, para que os utentes se sintam incluídos, satisfeitos e que se mantenham ativos.

Assim pretende-se um projeto em permanente construção, respondendo às transformações do meio envolvente, propondo-nos para o ano de 2023, desenvolver atividades que visem a reciclagem de materiais: “Reciclar Faz Bem”.

A reciclagem é um processo de transformação de material, cuja primeira utilidade terminou. Este processo, contribui significativamente para a diminuição de lixo e dos impactos causados pelos resíduos no meio ambiente, como a poluição do solo, água e ar. Assim a planificação anual das atividades (anexo 1) socioculturais aponta para a concretização de objetivos inerentes às respostas sociais de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário, as quais passam pela ocupação dos nossos idosos e respetivo envolvimento nas atividades, de forma a sentirem prazer na sua realização, sentindo-se ativos e incluídos.

A escolha deste tema vai ao encontro dos trabalhos iniciados no ano anterior, elaborados com produtos reciclados: decoração da rua e floreiras; elaboração de uma “mini” horta, projetos estes que queremos dar continuidade.



# Plano de Atividades

---

(Anexo 1)



Calendarização	Domínio	Objetivos	Atividades	Materiais	Intervenientes	Indicadores	Respostas sociais	
							CD	SAD
Semanal	Estimulação cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenir a orientação espaço- temporal</li> <li>- Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> <li>- Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio</li> <li>- Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo</li> <li>- Estimular a leitura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clube da leitura</li> <li>- Jogos de tabuleiro</li> <li>- Jogos de memória e concentração</li> <li>- Calendário espaciotemporal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jornais</li> <li>- Revistas</li> <li>- Jogos</li> </ul>	Animadora Estagiaria Colaboradoras	Taxa de participação Grau de satisfação	x	x
	Estimulação Física Motora	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a motricidade fina</li> <li>- Desenvolver a psicomotricidade</li> <li>- Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento</li> <li>- Desenvolver o espírito de interajuda</li> <li>- Estimular a concentração</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ginástica do Idoso</li> <li>- Caminhadas</li> <li>- Sessões de Movimento</li> <li>- Dinâmicas de Grupo</li> <li>- Motricidade Fina e Grossa</li> <li>- Bóccia Sénior</li> <li>- Jogos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogo Bóccia</li> <li>- Bolas de vários tamanhos</li> <li>- Balões</li> <li>- Garrafas</li> <li>- Arcos</li> <li>- Pinos</li> </ul>	Prof. Ginástica Animadora Estagiária		x	
	Atividades Lúdicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver e estimular a concentração, a memória e as capacidades de raciocínio;</li> <li>- Promover a comunicação, a interação e o diálogo entre os idosos;</li> <li>- Estimular as funções cognitivas e a criatividade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogos Lúdicos e Cognitivos</li> <li>- Jogos de Mesa</li> <li>- Comemoração de Datas Festivas</li> </ul>	- Vários jogos	Animadora Estagiaria Colaboradoras		x	x
	Expressão Plástica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar momentos de lazer;</li> <li>- Promover a envolvimento dos clientes nas atividades, o convívio e entretenimento;</li> <li>- Fomentar a criatividade e expressão;</li> <li>- Estimular a entreajuda;</li> <li>- Partilhar conhecimentos e costumes;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabalhos em papel (corte; colagem e pintura)</li> <li>- Trabalhos com recursos a materiais reciclados</li> <li>- Trabalho com tecidos, lã</li> <li>- Trabalhos com materiais reutilizáveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Materiais de desgaste (colas, tintas, cartolinas, ...)</li> <li>- Materiais recicláveis</li> </ul>	Animadora Estagiaria Colaboradoras	Taxa de participação Grau de satisfação		x
	Comemoração dos aniversários dos clientes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio social</li> <li>- Valorizar hábitos e costumes dos clientes</li> <li>- Fortalecer a função da memória</li> <li>- Comemoração dos aniversários dos clientes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jardinagem</li> <li>- Elaboração do Calendário de Aniversários</li> <li>- Cantar os Parabéns</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bolo de aniversário</li> <li>- Velas</li> <li>- Plantas e sementes</li> </ul>	Animadora Estagiaria Colaboradoras		x	x
	Atividade musical	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a memória</li> <li>- Promover o convívio e entretenimento</li> </ul>	- Música ao vivo	- Instrumentos musicais	Prof. Ginástica Animadora Estagiária Colaboradoras		x	
Mensalmente	Eucaristia	- Promover/manter hábitos religiosos	- Celebração da Eucaristia pelo pároco		Prior Animadora Estagiária Colaboradoras	x		





Sempre que pertinente	Exposição de fotografias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorizar o papel dos utentes</li> <li>- Dar a conhecer atividades realizadas pelos utentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposição de fotografias</li> <li>- Publicação no Facebook</li> </ul>		Animadora Estagiária Colaboradoras		x	x
	Visitas ao exterior	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Permitir novas descobertas;</li> <li>- Intercâmbio sociocultural;</li> <li>- Favorecer o convívio e a troca de experiências e vivências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realização de visitas culturais e passeios</li> </ul>	Autocarro da Câmara Veículos da Instituição	Animadora Estagiária Colaboradoras		x	x



Mês	Dia	Objetivos	Atividade
Janeiro	6 - Dia de Reis	- Desenvolver a criatividade - Proporcionar momentos de alegria, convívio e lazer	- Celebrar o dia - Cantar as Janeiras
	11- Dia do Obrigado	- Dar valor aos valores - Trocar experiências e aprendizagens - Valorizar o papel de cada um na instituição	- Confeccionar biscoitos - Elaborar um cartão a agradecer, clientes e colaboradoras
	18 - Dia do riso	- Promover o convívio entre os clientes	- Celebrar o dia
	23 - S. Sebastião (20)	- Visitar a capela de S. Sebastião	- Celebrar o terço na capela de S. Sebastião
Fevereiro	2 - Dia de nossa Senhora das Candeias	- Celebrar o Dia	- Colocar uma candeeira na oliveira
	13 - Dia do Rádio	- Desenvolver a criatividade - Proporcionar momentos de alegria, convívio e lazer	- Secção de discos pedidos
	14 - Dia dos Namorados	- Promover a experiência de partilha de emoções - Fortalecer as relações interpessoais - Valorizar laços afetivos	- Decorar a instituição com motivos alusivos aos sentimentos
	17 - Carnaval	- Reviver tradições carnavalescas	- Construção de elementos decorativos - Criar ambiente musical dedicado ao tema
Março	8 - Dia mundial da mulher	- Valorizar o papel da mulher	- Oferta de uma lembrança às mulheres da instituição
	19 - Dia do Pai	- Valorizar o papel de pai	- Fazer uma lembrança para entregar aos idosos
	20 - Aniversário da instituição	- Comemorar a criação da instituição	- Atividades a combinar
Abril	6 - Dia mundial da atividade física	- Promover o convívio entre os tentes	- Jogos dedicados à atividade física
	10 - Dia de S. Bento	- Manter a tradição	- Visitar a capela de S. Bento
Maio	8 - Dia da Mãe	- Valorizar o papel de mãe	- Realizar uma lembrança para as utentes
	17 - Dia mundial da hipertensão	- Alertar para os cuidados a ter	- Medir a pressão arterial
	18 Dia da espiga	- Reviver tradições culturais - Promover o convívio entre os tentes - Manter viva a tradição	- Colher o ramo - Elaborar raminhos para todos os utentes
Junho	13 Dia de Santo António	- Valorizar a opinião de cada um - Reviver tradições culturais - Promover o convívio entre os clientes - Manter viva a tradição	- Decorar a sala



	24 - Dia de S. João	- Promover o trabalho de equipa - Promover o convívio entre os tentes	- Realizar um arraial
Julho	7 - Dia Mundial do chocolate	- Celebrar o dia	- Confeção de uma sobremesa
	10 - Dia Mundial da pizza	- Promover o trabalho de equipa - Promover o convívio entre os tentes	- Confeccionar pizzas com os utentes
	26 - Dia dos avós	- Comemorar o dia	- Atividade a combinar
Setembro	21 - Dia mundial da doença de Alzheimer	- Sensibilizar para a diferença	- Secção de esclarecimento sobre o Alzheimer
	29 - Dia mundial do coração	- Promover os bons hábitos	- Atividade a combinar
Outubro	1 - Dia internacional do idoso	- Comemorar o dia	- Atividade a combinar
Novembro	2 - Dia dos fiéis defuntos	- Manter viva a tradição	- Visita ao cemitério
	11 - Dia de S. Martinho	- Reviver tradições culturais - Promover o convívio entre os clientes - Manter viva a tradição	- Decorar o espaço - Magusto
	21 Dia Mundial da TV	- Promover o convívio entre os clientes	- Visualização de um filme escolhido por eles
Dezembro	Dia a agendar Festa de natal	- Promover o convívio entre os tentes - Manter viva a tradição	
Saídas ao exterior	Sempre que pertinente	- Promover momentos de interação social	- Datas e locais a combinar

Algumas atividades podem ser alteradas ou trocadas por outras caso seja conveniente, assim como novas atividades podem ser introduzidas.

	Técnica Responsável	Diretora Técnica
Assinatura		
Data:	___/___/___	___/___/___



## Considerações finais

---

É nossa preocupação continuar a proporcionar momentos de lazer e bem-estar a todos os nossos clientes, não só pela prestação de cuidados básicos, mas também, através de ainação e diversas atividades.

Assim a equipa de profissionais do Centro Paroquial de Solidariedade Social de Ançã, trabalha todos os dias no sentido de respeito e dignidade de cada cliente.

O plano de atividade é apenas um exemplo dos esforços e dedicação dos Corpos Gerentes da Instituição e de todos os seus profissionais.

Infelizmente, a nossa instituição não escapou ao vírus e tivemos um surto de COVID no início do ano, mas nunca as palavras serão suficientes para agradecer as famílias, colaboradoras e clientes o apoio e compreensão que tivemos.

Em termos financeiros, economizar será sempre a palavra de ordem, gerindo deste modo melhor os recursos disponíveis evitando acima de tudo o desperdício otimizando assim os nossos custos e recursos.

Este documento foi organizado, discutido e redigido com a colaboração da Direção Técnica, TOC e aprovado pela Direção sendo posteriormente submetido a parecer do Conselho Fiscal e divulgado no sítio oficial da instituição em [www.centroparochialanca.com](http://www.centroparochialanca.com).

O Presidente

Padre Manuel de Jesus