

## PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS INTERINSTITUCIONAIS

1º SEMESTRE

2020

| MÊS      | ATIVIDADE  | ENTIDADES PARTICIPANTES   | LOCAL ENT.ORG.  | OBJETIVOS  | AVALIAÇÃO |
|----------|--|---|---|--|-----------|
| 8 Jan.   | Festejar os Reis<br>Lanche-convívio com Grupo Cantares da Casa Do Lavrador | C. S. P. Água Viva De Alhadas; Assoc santana; C. S. Sto Aleixo; C. S. F. a Nova; C. S. Maiorca, C. Soc. S. Martinho | C. Social S. Salvador de Maiorca<br><br>Local - Casa do Povo de Maiorca   | -Promover a participação de utentes de todos os estabelecimentos, como forma de reviver algumas tradições e fomentar o convívio.             |           |
| 20 Fev.  | -Convívio de carnaval c/ desfile de mascarados . (Lanche partilhado)       | C.S.P. Água Viva de Alhadas; C.S.P. Fer. A Nova; A.D.S.C. Santana; C.S.P. Sto Aleixo C. S. S. Salvador/             | Assoc.p/o desenv. Cultural Social de Santana (Local)<br>Banda Filarmónica | -Desenvolver as capacidades cognitivas e motoras, nomeadamente a imaginação, concentração na confeção de adereços para o evento<br>-Convívio |           |
| 25 Março | Eucaristia Celebrada pelo pároco da freguesia (lanche partilhado)          | A.D.S.C. Santana C.S.P. Água Viva Alhadas; C.S.P. Sto. Aleixo; C.S.P. Fer. -a- Nova; C. S.P.S. Salvador/Maiorca     | Centro Social Santo Aleixo Vila Verde                                     | -Convívio e partilha espiritual, principalmente para os utentes católicos.<br>-Promover um espaço de convívio abrangente a todos os utentes. |           |
| 29 Abril | Desfile da Primavera (lanche partilhado)                                   | C.S.P. Água Viva; CSP Sto Aleixo; C.S.S. Salvador; ADSC Santana, CSP Ferreira Nova/C.S. Martinho                    | C.S.P. Ferreira a Nova  | Proporcionar e divulgar cultura tradicional que faz parte da maioria dos participantes.  |           |
| 20 Maio  | Atividades de música e de Movimento (lanche partilhado)                    | ADSC Santana; CSP Ferreira Nova; Água Viva Alhadas; CSP Sto Aleixo; CS S. Salvador/C.S. Martinho                    | Centro Social Paroquial Água Viva de Alhadas                              | -Momento de convívio e descontração com idosos de várias Zonas do concelho e de outras instituições;   |           |
| 3 Junho  | Almoço /convívio Jogos Tradicionais (lanche partilhado)                    | ADSC Santana; CSP Ferreira Nova; Água Viva Alhadas; CSP Sto Aleixo; CS S. Salvador/C.S. Martinho                    | Parque de Merendas (a confirmar)<br><br>Centro Social S. Martinho         | Convívio e demonstração de saberes e sabores. Cada instituição Participará com a sua gastronomia e com jogos tradicionais.                   |           |

## PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS INTERINSTITUCIONAIS

2º SEMESTRE

2020

| MÊS                                   | ATIVIDADE   | ENTIDADES PARTICIPANTES  | LOCAL ENT.ORG.   | OBJETIVOS   | AVALIAÇÃO |
|---------------------------------------|---|--|--|---|-----------|
| Setembro<br>23                        | Festa das Vindimas<br>(lanche partilhado)                                 | A.D.S.C. Santana,<br>C.S.P.Água Viva<br>Alhadas;C.S.P.Sto.<br>Aleixo;C.S.P. Fer.-a-<br>Nova;C. S.P.S.<br>SalvadorMaiorca/C.S.<br>S. Martinho | Centro Social de<br>Sto Aleixo   | Convívio e partilha de antigas<br>práticas na agricultura.<br>Partilha de estórias, músicas e<br>tradições. |           |
| Outubro<br>28                         | Dia Mundial da 3ª<br>Idade<br><br>Torneio de Jogos<br>(lanche partilhado) | A.D.S.C. Santana<br>C.S.P.Água Viva<br>Alhadas;C.S.P.Sto.<br>Aleixo;C.S.P. Fer.-a-<br>Nova;C. S.P.S. Salvador<br>Maiorca/c. S.S.Martinho     | ADSCSantana<br>e<br>C.Soc.Ferreira a Nova<br><br>(Local a confirmar)   | Convívio  |           |
| Novembro<br>11                        | Magusto Tradicional<br>(lanche partilhado)                                | A.D.S.C. Santana<br>C.S.P.Água Viva<br>Alhadas;C.S.P.Sto.<br>Aleixo;C.S.P. Fer.-a-<br>Nova;C. S.P.S.<br>SalvadorMaiorca/c.<br>S.S.Martinho   | C.S.P.Agua Viva Alhadas<br>e<br>ADSCSantana<br><br>(local a confirmar) | Partilha e convívio.  |           |
| Dezembro<br><br>(data a<br>Confirmar) | Convívio de Natal<br>(lanche partilhado)                                  | A.D.S.C. Santana<br>C.S.P.Água Viva<br>Alhadas;C.S.P.Sto.<br>Aleixo;C.S.P. Fer.-a-<br>Nova;C. S.P.S.<br>SalvadorMaiorca,<br>C.S.S.Martinho   | C.Social de S.Martinho<br><br>(local a confirmar)                      | Festejar a partilha da amizade, da<br>alegria, das festas.<br>Convívio.                                     |           |

Aprovado em reunião de Direção em 23/11/2019

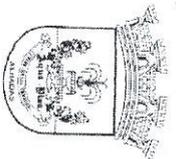
A Direção  




Centro Social e  
Paroquial Água  
Viva de Alhadadas

## PLANO GERAL DAS ATIVIDADES SOCIO CULTURAIS / 2020

| Atividades Socioculturais | Objetivos   | Ações  |
|---------------------------|---|--|
| <b>Lúdico Recreativas</b> | Dinamizar o convívio saudável entre os utentes dos vários equipamentos da Instituição e de outras instituições .<br>Valorizar todas as capacidades dos utentes<br>Promover a criatividade<br>Dinamizar a ocupação de tempos livres<br>Promover a atividade física | Convívios inter - institucionais(mapa anexo)<br>Comemoração de datas festivas a destacar em quadro próprio<br>Atelier de trabalhos manuais<br>Jogos tradicionais (cartas e dominó)<br>Jogos de movimento c/ balões e música<br>Jogos estimulação cognitiva<br>Atelier de Teatro /Dramatização<br>Passeios/Caminhadas/aulas de movimento<br>Visita a museus<br>Visita a exposições  |
| <b>Sociais</b>            | Promover o convívio e a socialização evitando o isolamento<br>Promover a relação Instituição / Comunidade<br>Promover convívio c/outras instituições<br>Facilitar o convívio inter -geracional  | Participação em atividades da comunidade(Fest Alhadadas,Feira das Freguesias,Festa de S. Martinho,etc)com exposição e venda de trabalhos dos ateliers<br>Apresentações públicas das dramatizações ensaiadas no ateliers.<br>Visita a feiras / mercados<br>Organiz. de viagens/passeios abertas à comunidade<br>Participação em palestras propostas por outras entidades (CLAS,C.Municipal,J.Freguesia ,Agrupa/escolas,etc.<br>Exposições e venda de trabalhos dos ateliers de trabalhos manuais<br>Venda de natal organizada e orientada por voluntária com vista á angariação de fundos<br>Quermesses |



Centro Social e  
Paroquial Áqua  
Viva de Alhadadas

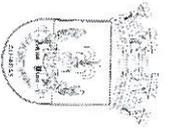
## SEDE - ALHADADAS

### PLANO GERAL DAS ATIVIDADES SOCIO CULTURAIS II/ 2020

| Atividades Socioculturais  | Objetivos  | Ações  |
|----------------------------|--|--|
| Espirituais/<br>Religiosas | Promover ações de reflexão, oração e de espiritualidade.   | Celebrações eucarísticas na instituição c/ o apoio de elementos da comunidade no que diz respeito á animação musical das mesmas;<br>Apoio nas deslocacões a atividades religiosas que se realizem n'outros lugares;<br>Rezar o terço ( Orientado pelo grupo da Legião de Maria em Moinhos da Gândara)  |
| Quotidianas                | Ocupação de tempos livres<br>Participação ativa em atividades da instituição<br>Partilha de saberes intergeracionais<br>Participação na preparação diária das mesas para refeições   | Colaboração na confeção de doces e compotas para uso interno da instituição;<br>colaboração na elaboração de enfeites para eventos ou festas externas á instituição;<br>colaboração nas decorações da instituição nas épocas festivas (natal, páscoa e santos populares);<br>colaboração no descasque de frutos secos/frescos para a confeção de doces para venda;<br>apoio nas deslocacões de materiais a colocar em feiras e quermesses;<br>apoio em serviços de jardinagem; |
| Dias a comemorar em 2020   | Dia de Reis-6 de Janeiro<br>Dia da Mulher - 8 de Março<br>Dia da Árvore-21 de Março<br>Dia da Pastelaria - 17 de Maio<br>Dia da Alimentação-16 Outubro<br>Dia da Espiga-21 de Maio<br>Dia do Idoso/Dia Internacional da Música-1 de Outubro<br>Dia de S. Martinho-10 de Novembro<br>Dia Mundial da Diabetes-14 de Novembro | Preparação de coroas, Desfile<br>Construção de iman decorativo<br>Plantação de flores nos jardins da instituição<br>Confeção de bolos com receitas tradicionais<br>Elaboração de receitas com base em recortes de revistas<br>Passaio no campo para apanhar a espiga<br>Convívio com participação de acordeonista voluntário<br>Magusto na sede da instituição<br>Palestra sobre a alimentação /Prevenção da diabetes  |

Aprovado em reunião de Direção de: 23/11/2019

R.P. A.Direção



Centro Social Paroquial  
Água Viva de Alhadas  
Largo da Igreja  
3090 – 402 Alhadas

PLANO DE ATIVIDADES SOCIO-CULTURAIS / 2020  
CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL ÁGUA VIVA DE ALHADAS  
(Atividades acompanhadas por Educadora Social)

| TEMPOS | 2ªfeira  | 3ªfeira  | 4ªfeira                                       | 5ªfeira   | 6ªfeira  |
|--------|--|--|---|---|--|
| MANHÃ  | POLO N. SRª DA CONCEIÇÃO<br>Atelier de Trabalhos Manuais | POLO N. SRª DA SAÚDE<br>Atelier de Trabalhos Manuais | SEDE -ALHADAS<br>Atelier de Trabalhos Manuais | POLO N. SRª DA SAÚDE<br>Oração do terço por Legião de Maria | POLO N. SRª DA CONCEIÇÃO<br>Jogos de Movimento/Memória |
| TARDE  | SEDE-ALHADAS<br>Jogos de Movimento                       |  | Jogos de Movimento/Memória                    |   |  |

Aprovado me reunião de direção de : 23/11/2019

A Direção  
*R. N. Silva*

Contribuinte n.º 502649470

Telefone e Fax n.º 233930449



Centro Social e  
Paroquial Água  
Viva de Alhadas  
2ª a Sábado exceto feriados

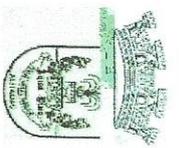
## Plano de Atividades Tipo 2020

### CENTRO DE DIA

| Atividades<br>Tipo                      | Objetivos   | Ações  | Indicadores                                    | Calendarização |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |   |
|---|---|--|--|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---|
|   |   |  |  | Jan            | Fev | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Out | Nov | Dez |   |
| Alimentação                             | Garantir o fornecimento de refeições conforme a necessidade do cliente de 2ª a Sábado. A entrega no domicílio em dom. e feriados é excepcional. | Peq.almoço; almoço,lanche e Supl.jantar  | 1 a 4 x dia conforme solicit. utente / família | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Higiene Pessoal                         | Garantir os cuidados essenciais de higiene e Imagem diários ou semanais de 2ª a Sábado  | Higiene Pessoal Parcial apoiada<br>Higiene Pessoal Geral apoiada                             | Diária/<br>Semanal                             | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Cuidados de Imagem                      | Garantir cuidados de Imagem regulares com vista a melhorar a auto - estima e a proporcionar conforto e bem estar                                | Pentear /Ir ao cabeleireiro<br>Manicure / Pedicure<br>Depilação /Barbear                     | Diária/<br>semanal/<br>Mensal                  | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Transporte                              | Garantir meios de deslocação do domicilio para o C.Dia e vice-versa.  | O veiculo da instituição efetuará o transporte p/a frequência do C.Dia.                      | Diário   | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Higiene e Tratamento de Roupas          | Satisfazer necessidades dos utentes ao nível da lavagem, secagem e engomagem das roupas semanais de 2.ª a Sábado                                | Higiene e Tratamento de Roupa Pessoal  | Diária/<br>semanal/                            | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Preparação e administração de medicação | Assegurar a assistência , preparação da medicação diária (total ou parcial ),conforme prescrição médica.  | Será preparada diariamente a medicação para tomar no C.Dia e/ou para levar para o domicilio. | Diária   | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Articulação com outras instituições     | Estabelecer contatos com outras instituições públicas ou privadas que possam contribuir para esclarecimentos ou soluções.                       | Estabelecer contatos ou encaminhamento para Seg.Social,C.de Saúde, hospital,PSP ou outros.   | Sempre que necessário                          | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Aquisição de Géneros                    | Satisfazer necessidades de utentes em situações de incapacidade , indisponibilidade / ou inexistência de familiares.                            | Pagamento de Serviços<br>Aquisição de medicação / outros                                     | Conforme necessidade do utente / família       | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |
| Marcação de Consultas                   | Satisfazer necessidades dos utentes por indisponibilidade / ausência familiar.  | Marcação de consultas e pedidos de receituário.  | 1 a 2 vezes /mês                               | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X |

Aprovado em reunião de Direção de 23/11/2019

A Direção  
*[Assinatura]*



Centro Social e  
Paroquial Água  
Viva de Alhadadas  
2ª a Domingo c/ exceção do Dia de Natal

## Plano de Atividades Tipo 2020

### SERVIÇO APOIO DOMICILIÁRIO

| Atividades<br>Tipo                     | Objetivos   | Ações  | Indicadores                                   | Calendarização |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|--|---|--|---|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|  |   |  |   | Jan            | Fev | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Out | Nov | Dez |
| Alimentação                            | Garantir o fornecimento de refeições conforme a necessidade do utente de 2ª a Domingo incluindo feriados com exceção de dia de Natal.   | Pequeno - Almoço; Almoço Lanche Jantar / Suplemento para Jantar                            | Diária  | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Higiene Pessoal                        | Garantir os cuidados essenciais de higiene e conforto diários/semanais a clientes com dependência e sem autonomia.  | Higiene Pessoal Geral Higiene Pessoal Parcial  | Diária/<br>Semanal                            | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Higiene Habitacional                   | Garantir a higienização e manutenção dos espaços utilizados pelo cliente.   | Higiene e Tratamento de Roupas pessoal/cama/wc/cozinha                                     | Semanal                                       | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Cuidados de Imagem                     | Garantir cuidados de imagem regulares com vista a aumentar a auto - estima e melhorar os níveis de conforto e bem estar, contribuindo tb para uma melhor relação com os outros. | Pentear Manicure / Pedicure Depilação /Barbear   | Diário<br>Semanal<br>mensal                   | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Higiene e Tratamento de roupas         | Satisfazer necessidades dos utentes ao nível da lavagem, secagem e engomagem das roupas semanais de 2.ª a Sábado  | Trazer as roupas para a lavanderia da instituição e devolver-las limpas e cuidadas.        | Diária/<br>Semanal                            | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Marcação de Consultas                  | Satisfazer necessidades dos utentes por indisponibilidade/ausência familiar.  | Marcação de consultas e pedidos de receituário   | 1/2 x mês                                     | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Preparação e Administração de Medicção | Assegurar a assistência na medicação diária de incapacidade própria ou indisponibilidade/ de forma a ser cumprida a prescrição da mesma.  | Preparar e Administrar a medicação oral/injetável (insulina) Medição e Registo de glicémia | Diária e conforme prescrição médica           | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Aquisição de Géneros                   | Satisfazer necessidades de utentes em situação de incapacidade própria ou indisponibilidade/ inexistência de familiares.  | Pagamento de Serviços Aquisição de Medicção /Outros  | Diária/semanal ou mensal conforme necessidade | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |
| Articulação c/ serviços                | Prestar apoio ao cliente ou familiares que necessitem de serviços de outras instituições.   | Encaminha/Seg.Social, Centro de Saúde,Hospital ,BSP ou outros.                             | 1/2 x mês                                     | X              | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   | X   |

Aprovado em reunião de direção de 23/11/2019

A Direção  
*[Assinatura]*