

Centro Social e
Paroquial Água
Viva de Alhadas

2ª a Sábado exceto feriados

Plano de Atividades Tipo 2022

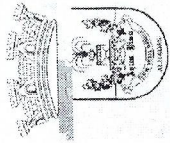
CENTRO DE DIA

Atividades Tipo	Objetivos	Ações	Indicadores	Calendarização												
				Jan	Feb	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 domic. 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 Higiene Pessoal Geral apoiada	Diária/ 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 Manicure / Pedicure Depilação / Barbear	Diária/ semanal/ Mensal	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Transporte	Garantir meios de deslocação do domicílio para o C.Dia e vice-versa.	O veículo 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 2ª a Sábado	Higiene e Tratamento de Roupa Pessoal	Diária/ 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 domicílio.	Diária	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Articulação com outras instituições	Estabelecer contactos com outras instituições públicas ou privadas que possam contribuir para esclarecimentos ou soluções.	Estabelecer contactos 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 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

A Direção

P. N. Silva
Mário do Carmo Silva Marget Gonçalves



Centro Social e
Paroquial Água
Viva de Alhadas

2ª a Domingo c/ exceção do Dia de Natal

Plano de Atividades Tipo 2022

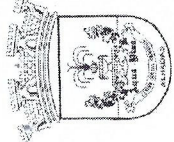
SERVIÇO APOIO DOMICILIÁRIO

Atividades Tipo	Objetivos	Ações	Indicadores	Calendarização												
				Jan	Feb	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	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/ Semanal	X	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	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 Semanal mensal	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 2ª a Sábado	Trazer as roupas para a lavanderia da instituição e devolve-las limpas e cuidadas.	Diária/ Semanal	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	1/2 x mês	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Preparação e Administração de Medicação	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	X
Aquisição de Géneros	Satisfazer necessidades de utentes em situação de incapacidade própria ou indisponibilidade/ inexistência de familiares.	Pagamento de Serviços Aquisição de Medicação /Outros	Diária/semanal ou mensal conforme necessidade	X	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, PSP ou outros.	1/2 xmês	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Aprovado em reunião de direção de

A Direção

Manoel Carlos Silva Pimenta Gonçalves



Centro Social e
Paroquial Água
Viva de Alhadadas

SEDE - ALHADADAS

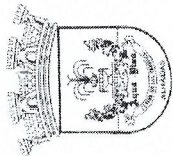
PLANO GERAL DAS ATIVIDADES SOCIO CULTURAIS II/ 2022

Atividades	Objetivos	Ações
Socioculturais Espirituais/ 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; Passeio a Fátima
Quotidianas	Ocupação de tempos livres Participação ativa em atividades da instituição Partilha de saberes intergeracionais Participação na preparação diária das mesas para refeições	Colaboração na confeção de doces e compotas para uso interno da instituição; Colaboração na elaboração de enfeites para eventos ou festas externas á instituição; Colaboração nas decorações da instituição nas épocas festivas (natal, páscoa e santos populares); Colaboração no descasque de frutos secos/frescos para a confeção de doces para venda; Apoio em serviços de jardinagem;
Dias a comemorar em 2022	Dia de Reis-6 de Janeiro Dia da Mulher -8 de Março Dia da Árvore Dia da Pastelaria -17 de Maio Dia da Alimentação- Dia da Espiga- Dia de S. Martinho-11 de Novembro Dia Mundial da Diabetes	Preparação de coroas.Preparação bolinhos. Construção de boneca e fazer a sua história de vida Plantação de árvore Confeção de bolos com receitas tradicionais Elaboração de receitas saudáveis Passeio no campo para apanhar a espiga Magusto na sede da instituição Pequena caminhada para movimento físico

Aprovado em reunião de Direção de:

A Direção

Maria do Carmo Silva Mouta Gonçalves
Maria do Carmo Silva Mouta Gonçalves



PLANO GERAL DAS ATIVIDADES SOCIO CULTURAIS / 2022

Atividades		Ações	
Socioculturais	Objetivos		
Lúdico Recreativas	Promover atividades que possibilitem ao utente treinar todas as suas capacidades físicas e intelectuais Promover a criatividade com atividades de interesse comum Promover o envelhecimento ativo através de atividades que contribuam para o bem comum Dinamizar a ocupação de tempos livres com atividades adaptadas ás suas motivações e capacidades.	Convívios inter - institucionais(mapa anexo) Comemoração de datas festivas a destacar em quadro próprio Atelier de trabalhos manuais Jogos tradicionais (cartas e dominó) Jogos de movimento c/ balões e música Jogos estimulação cognitiva Atelier de Teatro /Dramatização Passeios/Caminhadas/aulas de movimento Visita a museus Visita a exposições	
Sociais	Promover o convívio e a socialização evitando o isolamento Promover ,dentro do possível,a relação Instituição/Comunidade Promover convívio c/outras instituições Facilitar o convívio inter -geracional	Participação em atividades da comunidade(Fest'Alhadas,Feira das Freguesias,Festa de S. Martinho,etc)com exposição e venda de trabalhos dos ateliers Apresentações das dramatizações ensaiadas no ateliers(presencial ou online). Visita a feiras / mercados Organiz. de passeios ; Participação em palestras/eventos propostas por outras entidades (CLAS,C.Municipal,J.Freguesia ,Agrupa/escolas,etc. Exposições e venda de trabalhos dos ateliers de trabalhos manuais Venda de natal organizada e orientada por voluntária com vista á angariação de fundos Quermesses	



PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS INTERINSTITUCIONAIS

2022

1ª Semestre

MÊS	ATIVIDADE	ENTIDADES PARTICIPANTES	LOCAL ENT.ORG.	OBJETIVOS	AVALIAÇÃO
6/Jan.	Comemoração Reis Confeção coroas papel Confeção de broinhas Lanche	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	Cada instituição desenvolve atividade na sua instituição e partilha c/ as restantes parceiras.	-Promover a participação de utentes de todos os estabelecimentos, como forma de reviver algumas tradições e fomentar o convívio mesmo que em contexto interno.	
28/ Fev.	Confeção adereços carnavalescos para desfile em cada instituição. Lanche	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/	Cada instituição desenvolve a atividade na sua instituição e partilha com as restantes parceiras.	-Desenvolver as capacidades cognitivas, nomeadamente a imaginação, concentração na confeção de adereços para o evento assim como a motricidade fina. -Convívio	
8/Março	Dia Mundial da Mulher Construção de boneca de trapos. Construção da sua biografia /História de vida	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	Cada instituição desenvolve atividade na sua instituição e partilha c/as restantes parceiras	-Proporcionar espaço de partilha de opiniões sobre a tarefa em causa. Desenvolver a motricidade assim como a memória e imaginação. Dinamizar a participação conjunta.	
27/Abril	Partilha de memórias alusivas á revolução do 25 de abril/74. Experiências. Cartaz descritivo.	C.S.P. Água Viva; CSP Sto Aleixo; C.S.S. Salvador; ADSC Santana, CSP Ferreira Nova /C.S. Martinho	Cada instituição desenvolve atividade na sua instituição e partilha c/as restantes parceiras.	Ativar a memória de factos passados, assim como a partilha de experiências.	
25/Maio	Missa Campal Lanche Convívio	ADSC Santana; CSP Ferreira Nova; Água Viva Alhadas; CSP Sto Aleixo; C.S.S. Salvador Salvador/ C.S. M artinho	Zona externa ao Centro Social Paroquial Santo Aleixo em Vila Verde	-Proporcionar espaço de oração conjunta por todos os utentes que já faleceram	
2 Junho	Santos Populares Almoço /convívio Jogos Tradicionais	ADSC Santana; CSP Ferreira Nova; Água Viva Alhadas; CSP Sto Aleixo; C.S.S. Salvador/ C.S. Martinho	Parque de Merendas Das Queridas	Convívio e demonstração de saberes e sabores. Cada instituição Participará com a sua gastronomia e com jogos tradicionais.	

Centro Social e Paroquial Água Viva de Alhadas
Largo da Igreja
Nº Contrib.-502649470

PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS INTERINSTITUCIONAIS 2022

2º Semestre

MÊS	ATIVIDADE	ENTIDADES PARTICIPANTES	LOCAL	OBJETIVOS	AValiação
Julho 6	Pic Nic -Lanche	A.D.S.C.Santana, C.S.P.Água Viva Alhadas,C.S.S.Marti nho,C.S.S.Salvador C.S.Sto Aleixo,C.S.P.Ferreira a Nova	Parque Merendas Mont.-o-Velho	Conviver junto da natureza e em espaço aberto. Partilhar espaço de convívio assim como o lanche.	
Agosto	Não ficou estabelecida atividade				
Setembro 29	Dia do coração	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. SalvadorMaiorca/C. Social de S.. S. Martinho	Rastreio : T.A. Oxigénio Colesterol Glicémia	Promover espaço de convívio ao mesmo tempo que são monitorizados alguns valores importantes para o seu bem estar físico. Alertar participantes para a participação em rastreio.	
Outubro 12	Dia Mundial da 3ª Idade Musica e Dança (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/c. S.S.Martinho	C.S.S. Salvador Parque de Maiorca ou exterior instituição	Convívio	
Novembro 10	Magusto Tradicional	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. SalvadorMaiorca/c. S.S.Martinho	Em todas as instituições	Partilha. Manter tradições. Reviver memórias.	
Dezembro	Serão confeccionadas e partilhadas em todas as instituições os enfeites, previamente escolhidos, para a decoração das árvores de Natal.	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. SalvadorMaiorca, C.S.S.Martinho	Cada instituição oferecerá cerca de 6 enfeites a cada uma das instituições intervenientes neste protocolo, +a fim de todos terem árvores iguais.	Festejar a partilha da amizade, da alegria, das festas. Convívio.	

As atividades planeadas poderão ter que ser alteradas ou suspensas.
Aprovado em reunião de Direção em /11/2021

Instituição Particular de Solidariedade Social
Telef /Fax - 222020440

A Direção
Centro Social Paroquial
Água Viva
Maria do Carmo Silva Margarit Gonçalves
ALHADAS ♦ 3000 FIGUEIRA DA FOZ