



# *Plano Anual de Atividades*

*Ano  
2021-2022*

**Serviço de Apoio Domiciliário**





## PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Idosos

### PLANO ANUAL DE ATIVIDADES SERVIÇO APOIO DOMICILIARIO 2021-2022

MÊS	DIA	LOCAL	ATIVIDADES	OBJETIVOS	AVALIAÇÃO/MEDIÇÃO
Setembro	(29-qua)	Domicílios	<b>Dia Mundial do Coração</b> " Use o coração para prevenir".	Sensibilização para criar ou retomar hábitos e rotinas que são mais favoráveis à saúde do nosso coração. Introdução de novos conhecimentos e aprendizagens.	100% de adesão.
Outubro	(15-sex)	Domicílios	<b>Dia Mundial da Alimentação</b> Elaboração de uma ementa para o almoço alusiva ao dia.	Promoção da consciencialização e apelo para a erradicação da fome de garantir dietas nutritivas, saudáveis e acessíveis para todos.	100% de adesão.
	(29- sex)	Domicílios	<b>Halloween</b> Comemoração do Dia das bruxas	Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
Novembro	(11-qui)	Domicílios	<b>Festa de S. Martinho</b> Almoço especial com a fruta temática <i>A CASTANHA</i>	Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
Dezembro	(3-sex)	Domicílios	<b>Dia da Bolacha 04/12</b> Bolachas confeccionadas e acondicionadas pelas crianças da creche.	Aumento da auto estima e auto valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão. Promover o respeito e intercâmbio entre gerações diferentes.	100% de adesão.



## PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Idosos

MÊS	DIA	LOCAL	ATIVIDADES	OBJETIVOS	AVALIAÇÃO/MEDIÇÃO
	(22-quar)	Domicílios	<b>Almoço de Natal</b> Entrega de almoço e prenda de natal.	Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
<b>Janeiro</b>	(7-sex)	Domicílios	<b>Dia Nacional do Leitor</b> Entrega de um pequeno livro e marcador de paginas alusivo ao tema.	Desenvolvimento das capacidades de comunicação, interpretação e de cognição.	100% de adesão.
<b>Fevereiro</b>	(11-sex)	Domicílios	<b>Dia Mundial do Doente</b> Entrega de uma lembrança realizada pelas crianças da instituição.	Aumento da auto estima e auto valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão. Promoção do respeito, intercâmbio de experiencias, valores, sentimentos e pensamentos entre diferentes gerações.	100% de adesão.
	(14-18)	Pólo de Fontão	<b>Semana lúdico-recreativa</b> Celebração do 26.º aniversário da Instituição com actividades relacionadas com o projeto educativo Conhecer e Sentir Paços.	Desenvolvimento da capacidade expressiva e criativa. Desenvolvimento lúdico. Desenvolvimento da imaginação e criatividade. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	70% de adesão dos utentes de baixa dependência e 30 % de adesão dos utentes de média dependência.
<b>Março</b>	(18-sex)	Domicílios	<b>Celebração do Dia do Pai 19/03</b> Entrega de uma lembrança.	Aumento da auto estima e auto valorização. Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
<b>Abril</b>	(14-qui)	Domicílios	<b>Celebração da Páscoa</b> Entrega de uma lembrança.	Aumento da auto estima e auto valorização. Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.



## PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Idosos

MÊS	DIA	LOCAL	ATIVIDADES	OBJETIVOS	AVALIAÇÃO/MEDIÇÃO
	(29-sex)	Domicílios	<b>Dia da Mãe 01/05</b> Entrega de uma lembrança.	Aumento da auto estima e auto valorização. Promoção de costumes e tradições. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
<b>Maio</b>	(26-qui)	Câmara Municipal	<b>Dia Municipal Sénior</b> a definir	Promoção da socialização. Aumento da auto estima e auto valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	70% de adesão dos utentes de baixa dependência e 30 % de adesão dos utentes de média dependência.
<b>Junho</b>	(6-seg)	Domicílios	<b>Dia Mundial do Ambiente-05/06</b> Troca de vasos de plantas entre todos os utentes da resposta social. Estarão identificados com nome, freguesia e data nascimento do utente-remetente.	Sensibilização para a promoção de ações positivas de protecção e preservação do ambiente. Quebra do isolamento, tristeza e depressão. Desenvolvimento lúdico	100% de adesão.
<b>Julho</b>	(26-ter)	Frazão	<b>Celebração do Dia dos Avós</b> Sardinhada no S. Braz Animação musical	Promoção da socialização. Aumento da auto estima e auto valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão. Encerramento das atividades 2020-2021	70% de adesão dos utentes de baixa dependência e 30 % de adesão dos utentes de média dependência.



## PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Idosos

MÊS	DIA	LOCAL	ATIVIDADES	OBJETIVOS	AVALIAÇÃO/MEDIÇÃO
	(19-sex)	Domicílios	<b>Dia Mundial da Fotografia</b> Entrega de fotografia do utente durante ano 2021/2022.	Aumento da auto estima e auto valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão.	100% de adesão.
	Ainda a definir	Fátima	<b>Santuário de Fátima</b> Visita ao santuário e ao museu do Santuário de Fátima.	Conhecimento do património português. Promoção de atitudes positivas face ao conhecimento. Introdução de novos conhecimentos, experiências e aprendizagens. Busca da Espiritualidade.	70% de adesão dos utentes de baixa dependência e 30 % de adesão dos utentes de média dependência.

Este plano de atividades pode ser sujeito a alterações durante o ano 2021-2022



## PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Idosos

### OUTRAS ATIVIDADES

DIA	LOCAL	ATIVIDADE	HORÁRIO	OBJETIVOS	AValiação/ MEdição
Dia de aniversário dos utentes	Domicílios	Aniversario		Aumento da auto-estima e auto-valorização. Quebra do isolamento, tristeza e depressão. Promoção dos costumes e tradições.	100% de adesão.

**Baixa dependência-** *apenas necessitam de alguma supervisão, pois possuem alguma autonomia no que respeita à mobilidade e à realização das AVD e AIVD.*

**Média dependência-** *não necessitam apenas de supervisão, mas também de apoio de terceira pessoa para desempenho de algumas atividades diárias.*

**Elevada dependência-** *requerem apoio extensivo e intensivo, o que quer dizer, que "não têm capacidade para desempenhar um conjunto de tarefas 'básicas': são pessoas que estão acamadas ou que têm fortes restrições ao nível da mobilidade, tendo algumas delas outras incapacidades associadas como, por exemplo a diminuição de aptidões cognitivas e do controlo esfinteriano.*

Assinaturas:

Diretora Técnica

Técnica Superior de Serviço Social

Direção do C.S.P.C.

Data: 31-08-21

Data: 31-08-21

Data: 31-08-21