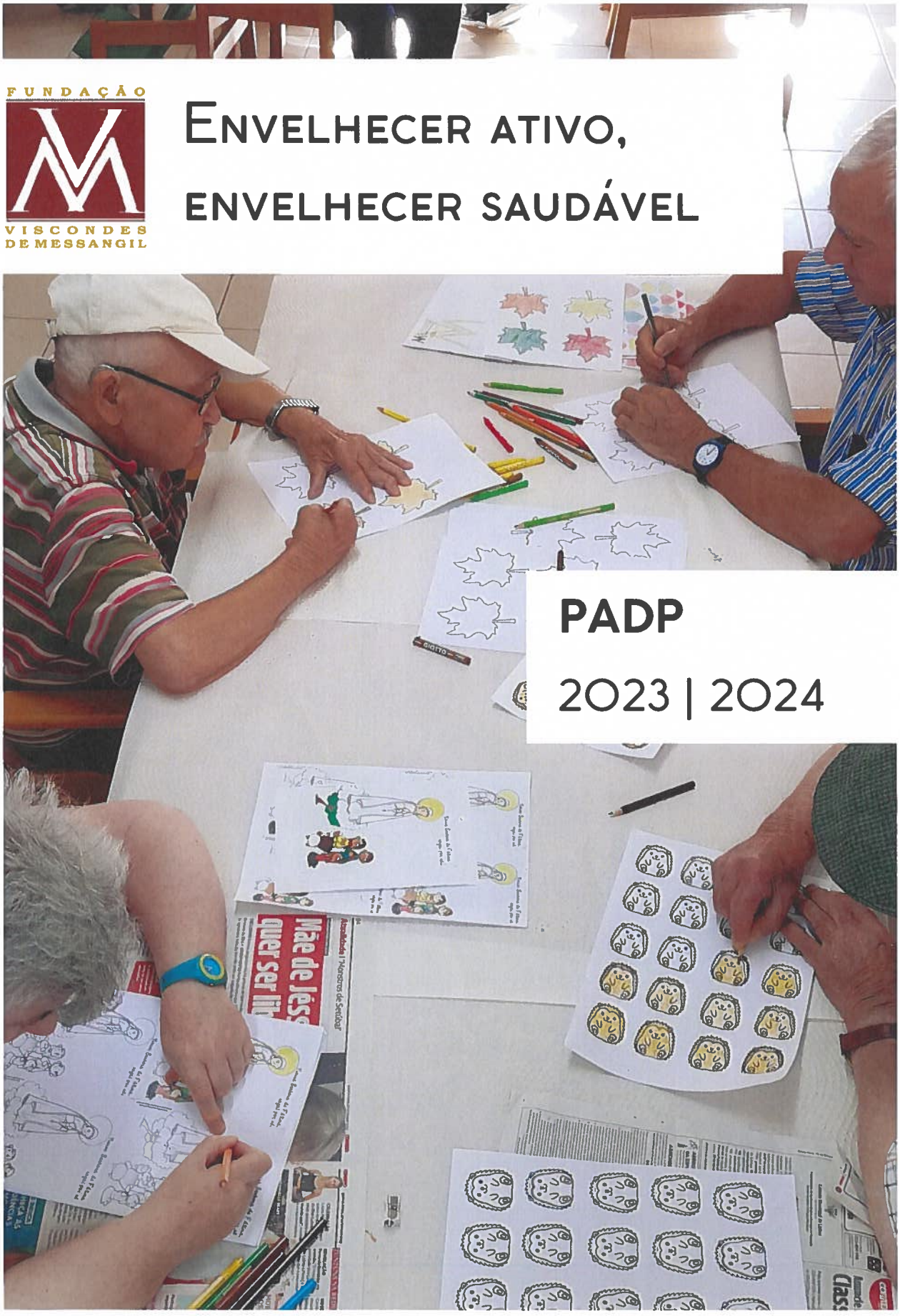
FUNDAÇÃO VISCONDES DE MESSANGIL

ENVELHECER ATIVO, ENVELHECER SAUDÁVEL



PADP

2023 | 2024

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal

Área Sénior: Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas e Serviço de Apoio Domiciliário

FUNDAÇÃO
VISCONDES
DE MESSANGIL

"A velhice, aquela da qual todos fugimos, mas à qual todos desejamos chegar, pode ser boa se nela existirem amor e respeito."

Carmen Garcia in "A Última Solidão", 2022

"O mundo está cheio de velhos. Dos que já o são e dos que o seremos um dia. E nós aqui andamos, fazendo de conta que ali, do outro lado do muro, a velhice não nos espreita enquanto se esforça por driblar a morte.

Mas sabem o que é que nos rebenta de verdade? A certeza de que a mesma velhice que repudiamos é a nossa maior esperança. A certeza de que a pele de agora, mais ou menos lisa, gritará vitória se chegar a ser marcada pelas rugas que não são mais do que linhas do tempo. Do que já vivemos e do que nos resta.

Porque também nós somos, no final, apenas o Chico ou a Chica."

Carmen Garcia in "A Última Solidão", 2022

Índice

04	Introdução
06	Fundação Viscondes de Messangil
07	Missão, Visão e Valores da Instituição
08	Breve Descrição do PADP
14	Objetivos do PADP
18	Metodologias Subjacentes à Operacionalização do PADP
22	Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP) – 2023/2024
23	Cronograma
33	Bibliografia
	Apêndices

Introdação

"O envelhecimento da população é um dos maiores êxitos da humanidade, porém é também um dos seus maiores desafios, devido às suas consequências sociais, económicas e políticas. (...) Daí a emergência das respostas sociais institucionalizadas, local privilegiado para a animação de idosos."

(Jacob, 2007, p. 15)

O envelhecimento é um processo natural, inerente a todos os seres vivos, e que tem o seu início a partir do momento em que se dá a conceção. Ao longo do processo de envelhecimento (envelhecimento biológico, envelhecimento social e envelhecimento psicológico), a pessoa idosa sofre várias alterações, nomeadamente, a nível cognitivo, tornando-a cada vez mais sensível ao meio ambiente, o que pode ser um elemento facilitador ou um obstáculo para a sua vida.

Devido à vida social e laboral da sociedade, nos tempos que decorrem, torna-se complicado as famílias cuidarem dos seus idosos no seu lar. Deste modo, surge a importância das instituições destinadas à terceira idade, as quais dão todo o conforto e bem-estar, o que lhes permite viver o dia-a-dia da sua velhice com maior qualidade de vida, prolongando a autonomia e a independência. Evidenciando-se a necessidade de cuidados geriátricos de longa duração que trabalhem a capacidade de concentração, coordenação e reação, diminuição da autoestima, apatia, desmotivação, solidão, isolamento social e depressão.

Tendo em conta esta realidade e apesar do envelhecimento ter características comuns em todas as pessoas, cada um de nós é um ser único e reúne características individuais, interesses, experiências, vivências, valores e saberes que conduzem a um envelhecimento também ele vivido de forma muito particular. Assim, a área da animação pode contribuir para um envelhecimento com sentido, estimulando e dando espaço às vivências de cada um. É muito importante a ocupação/lazer desta população com atividades de cariz lúdico, recreativo, de interação pessoal e social, tendo como objetivo principal que o seu processo

de envelhecimento seja o melhor possível. Sendo a Fundação Viscondes de Messangil uma Instituição de Solidariedade Social, destinada ao acolhimento de pessoas séniores, é nosso objetivo a prestação de serviços adequados às necessidades de cada utente, para que a sua qualidade de vida seja mais harmoniosa.

O presente relatório traduz assim, de forma sintética, as atividades socioculturais a desenvolver pela Fundação Viscondes de Messangil (FVM) durante o ano de 2023|2024.

A Fundação,

A Fundação Viscondes de Messangil, adiante designada por FVM, é uma IPSS, Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, sediada na Rua João Tiago Coelho, número trinta e seis, em Pias. Dispõe, atualmente, na Área Infantil, da Resposta Social Creche e, na Área Sénior, das Respostas Sociais Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).

Para a satisfação das necessidades de funcionamento, a FVM conta com o quadro de pessoal de cerca de 75 trabalhadores, que desempenham as suas tarefas nos diversos setores, distribuídos pelas diferentes respostas sociais de forma a prestar os melhores cuidados e atenção aos utentes da Instituição. Sendo que, a ERPI tem capacidade para 104 utentes, a Creche para 42 e o SAD para 60.

MISSÃO

A Fundação Viscondes de Messangil tem como missão prestar um serviço personalizado a todos os utentes, com o objetivo de melhorar globalmente a qualidade de vida de toda a população da Freguesia de Pias.

VISÃO

A Fundação Viscondes de Messangil será reconhecida como referência a nível regional (Alentejo), por ter serviços de excelência, eficazes e adequados às necessidades dos seus utentes.

VALORES

A Instituição, em toda a sua dinâmica, pauta-se pelos seguintes valores:

Respeito. Respeitamos a individualidade e personalidade (espaço/valores) de cada utente e informação confidencial (privada ou íntima). Não sendo toleradas agressões físicas e/ou verbais a qualquer pessoa e existindo um tratamento igualitário e não discriminatório.

Segurança. Valorizamos as medidas de segurança para as instalações, alimentação e higiene, promovendo relações interpessoais assentes na estabilidade e segurança físicas e emocionais.

Lealdade. Somos sinceros, honestos e transparentes nas relações e nas informações fornecidas (entre funcionários, equipas, utentes e população).

Responsabilidade. Agimos com profissionalismo (inclui afetividade). Assumimos integralmente os papéis com que nos comprometemos (acordos) perante a comunidade.

Solidariedade. Definimos comparticipações adequadas aos rendimentos de cada utente. Priorizamos os interesses dos utentes e/ou das equipas, colocando interesses pessoais em segundo plano. Minimizamos as carências de pessoas desfavorecidas.

Descrição do Plano de Atividades

"Porque os velhos nunca são crianças. Porque, mesmo dentro da teimosia que sim, aguça com a idade, existe sempre uma razão. Mas é mais fácil atirarmos para o ar o 'são crianças', do que perdermos uns minutos a tentar perceber as razões que levam a determinadas atitudes. Não temos, é claro, de aceitar tudo. Temos de conversar.

Às vezes, é mesmo muito fácil fazê-los felizes, não é?"

Carmen Garcia in "A Última Solidão", 2022

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal tem vindo a ser assumido por todos nós como um verdadeiro espaço de convívio, que contribui de forma muito positiva, quer no reforço das relações interpessoais dos nossos utentes, bem como na ocupação dos seus tempos livres.

A planificação das atividades socioculturais tem como objetivo a ocupação dos utentes e o seu envolvimento nas mesmas, para que estes possam sentir-se realizados e úteis, entusiasmando-se pela participação e contributo que podem dar no desenvolvimento de cada atividade proposta, desfazendo assim a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos. É importante considerar os interesses de todos na criação de atividades do plano. Pois, embora nem todos participem, todos devem ter uma atividade adequada para si. Desta forma, podemos afirmar que o **PADP 2023/2024 tem como principal objetivo a ocupação ativa dos nossos utentes, através da realização de atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais que contribuem para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas e promoção do bem-estar. Este não é um plano para trabalhar para a Terceira Idade, mas sim para trabalhar com a Terceira Idade, transformando os utentes em protagonistas, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes 'Saber-Fazer' e das suas inquietações.**

Devemos reforçar que o **levantamento prévio das prioridades que integram as necessidades ocupacionais e de desenvolvimento pessoal de cada um, permitem-nos conhecer os utentes e definir as áreas de intervenção a desenvolver de acordo com as suas necessidades, hábitos, interesses e vivências, promovendo assim a sua autonomia.** Neste sentido, e conforme as necessidades apuradas, as atividades e/ou tarefas desenvolvidas incidem nas seguintes:

- ***Animação física ou motora incluindo a animação motora sensorial,*** que consiste em exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade, de forma a melhorar o bem-estar, promovendo a saúde de forma a retardar o sedentarismo, através de tarefas simples de movimentação e articulação. Exemplos: exercícios de aquecimento, jogos tradicionais e desportivos, jogos de estimulação motora e caminhadas.

- ***Animação cognitiva ou mental,*** que se traduz em atividades intelectuais e mentais que visam manter o cérebro e o sistema nervoso ativo, isto é, aumentam a atividade cerebral, retardam o efeito *'perda de memória'* e previnem o aparecimento de doenças degenerativas. Exemplos: jogos de estimulação cognitiva e sensorial, concentração e memória, jogos diversos/jogos de tabuleiro, estimular/aprender a escrever e a ler.
- ***Animação através da expressão plástica***, que faculta o desenvolvimento da motricidade fina, precisão manual e coordenação psicomotora através de trabalhos manuais e de expressão artística; A animação plástica é simultaneamente motora e cognitiva. Exemplos: desenho, pintura, colagens e recortes, pasta de papel, bordados/rendas, entre outros trabalhos manuais.
- ***Animação através da expressão e da comunicação***, que proporciona ao idoso transmitir os seus sentimentos e emoções, através da voz, comportamento, postura e movimento. Exemplo: música, dança, fotografia, dinâmica de grupo e/ou individual, entre outros.
- ***Animação promotora do desenvolvimento pessoal e social***, que possibilita o aumento das capacidades de relacionamento e de interação entre a pessoa idosa e o grupo ao qual pertence. Exemplos: dinâmica de grupo, ida à missa ou 'rezar o terço'.
- ***Animação lúdica e comunitária,*** que promove o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora. É a animação que tem por o lazer, o entretenimento e a brincadeira. Exemplos: festas temáticas/tarde de convívio, karaoke, tarde de cantares alentejanos e tarde de fados, passeios, jogos.

Só quem trabalha todos os dias no terreno com idosos, se apercebe que ao animador/monitor (e a todos os trabalhadores) lhes é exigido muito mais que atividades. É preciso saber escutar, é preciso ouvir com o coração. Um sorriso, um carinho e um gesto são determinantes para alegrar o dia daqueles que já se sentem cansados pelas agruras da vida. Há que perceber as suas fragilidades, bem como, apoiá-los no que for necessário.

Neste sentido, subscrevemos por inteiro o pensamento de Cubero citado em Lopes (2006:335), "(...) o que o idoso necessita é de participar, mover-se, atuar, sentir-se vivo", na medida em que a animação ao criar acontecimentos de vida, ao alterar a rotina diária e ao fazer as pessoas conviverem umas com as outras, facilita a sua inserção na sociedade, a sua participação na vida social, desenvolvendo a autonomia pessoal, contrariando o termo isolamento social e o termo solidão. 'Animar' não pode ser um ato isolado, onde o animador/monitor esteja munido de estratégias, jogos e instrumentos para serem aplicados na prática. 'Animar' para além de significar dar vida, movimento ao que está parado, tem que ser um ato dedicado, de calor, feito com alma e coração, munida de um conjunto de sentimentos positivos para que desta forma, se transmita aos idosos, despertando-lhes igualmente sentimentos positivos e gratificantes.

Em suma, o PADP *'Envelhecer ativo, envelhecer saudável'*, tem como objetivo geral o cumprimento da missão desta Instituição. Nesse sentido, o plano de ação para este ano fará com que o sénior, acima de tudo, se sinta útil, motivado para viver. Este documento de planeamento define os objetivos, as formas de organização e de programação das atividades de animação, bem como à identificação dos recursos necessários à sua execução. Nesta lógica, apresentamos de seguida a planificação das atividades de animação socioculturais que a FVM se propõe a desenvolver para o ano de 2023/2024.

A execução das atividades propostas poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar o seu desenvolvimento normal.

A concretização deste plano passa também pelo esforço e pela vontade de todos os que trabalham nesta Instituição de o tornar realidade, porque só com um trabalho conjunto será possível desenvolver e alcançar tudo aquilo a que nos propomos diariamente.

Ida ao

Objetivos do PADP

"O Homem envelhece por si só. Mas o facto de envelhecer com sucesso depende apenas dele próprio. É uma grande arte, a arte de envelhecer bem."

(Grun, 2007, p. 13)

O Plano de Atividades visa proporcionar uma vida mais ativa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade, desenvolvendo a autonomia pessoal. A realização de atividades é vital na estimulação dos mais velhos para o uso das capacidades e competências cognitivas no caminho da autonomia e da velhice com sucesso. Na tabela abaixo apresentada podemos observar como irão ser operacionalizados os objetivos gerais e os objetivos específicos, propostos através de ações que se desdobram em atividades e tarefas.

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Indicadores	Metas
1. Trabalhar as principais capacidades funcionais/ cognitivas;	1.1. Fomentar a manutenção e/ou melhoria da autoestima de 30% dos utentes;	Taxa de participação;	30%
	1.2. Fomentar a manutenção e/ou melhoria da autonomia de 30% dos utentes;	% de utentes que aumentaram a autonomia e estagnaram (fonte: Escala de Barthel);	30%
	1.3. Proporcionar a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas/memória de 50% dos utentes;	% de utentes que mantiveram/melhoraram a sua capacidade cognitiva (fonte: Escala de MMS);	50%

2. Estabelecer relações Intergeracionais;	2.1. Consciencializar 20% dos utentes para visitas culturais e a prática de exercício físico; 2.2. Estimular a leitura, escrita e momentos intergeracionais de 20% dos utentes;	Taxa de Participação;	20% 20%
3. Fomentar o convívio entre a Instituição e a Comunidade;	3.1. Promover a participação de 10% dos utentes em momentos de boa disposição e de contacto com a comunidade;	Taxa de Participação;	10%
4. Promover o contacto com a Família;	4.1. Promover a participação de 30% dos utentes na decoração da Instituição e elaboração de pequenos trabalhos; 4.2. Garantir o contacto entre os utentes e respetivos familiares em 50% dos utentes;	Taxa de Participação; % de utentes que receberam os familiares nas atividades propostas;	30% 50%
5. Fortalecer o estreitamento de laços entre trabalhadores e utentes;	5.1. Promover a participação de 20% dos trabalhadores nas atividades socioculturais;	Taxa de Participação;	20%
6. Promover momentos de companhia e lazer aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário.	6.1. Proporcionar 4 visitas domiciliárias semanais aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário;	N.º de Visitas Domiciliárias;	4 Visitas Domiciliárias

Tabela 1. Objetivos da Intervenção

Os objetivos propostos para este Plano *'Envelhecer ativo, envelhecer saudável'* assentam em três princípios considerados prioritários, sendo eles: ***promover a autonomia** e a **qualidade de vida dos utentes**; **promover a participação ativa dos utentes**; e **promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos utentes***, uma vez que estes tentam desfazer a imagem pré-concebida que esta população-alvo é 'velha' e 'inútil'. Estes princípios têm vindo a ser o fio-condutor desta intervenção.

O PADP 2023|2024 pretende seguir a linha de trabalho dos anos anteriores (vd. Apêndice I), uma vez que se tem verificado, ao longo dos últimos anos, um feedback positivo em relação às atividades colocadas em prática, um maior número de utentes envolvidos nas atividades, maior motivação e entusiamo dos mesmos, bem como dos seus familiares e amigos, como se pode constatar nos exemplos dados no 'Registo de Presenças e Avaliação das Atividades Rotineiras' e no 'Registo de Presenças e Avaliação das Comemorativas' correspondentes ao ano 2022/2023 (vd. Apêndice II).

Este tipo de intervenção dá a conhecer o trabalho social e lúdico-recreativo desenvolvido ao longo do ano com os utentes. As atividades reportam para o recordar de um passado, vivências e memória de um tempo que já lá vai. Sendo que, é através do envolvimento intergeracional que fomentamos a interação, cooperação ou intercâmbio entre gerações, envolvendo a partilha de competências, conhecimentos e experiências que reforçam laços, entre idosos, familiares, crianças e trabalhadores. De uma maneira generalizada, todos os utentes gostaram das atividades desenvolvidas, uns com mais alegria, outros emocionados, mas são sempre momentos que fazem esquecer as agruras desta vida já tão 'cansada', marcando assim o dia-a-dia. Quanto ao SAD, visitas de afeto e solidariedade que passam, sobretudo pelo estabelecimento de diálogo. Tivemos que tomar consciência de que neste momento era isto que os motivava (mais do que a realização de atividades): a partilha de histórias de vida e a necessidade de falar sobre o dia-a-dia. Acima de tudo, proporcionar momentos companhia a quem faz do domicílio 'o seu forte'.

Perante a realização deste plano, através da observação participante, de conversas formais e informais e de registos pôde-se concluir que este foi um projeto pertinente e adequado às necessidades dos idosos, uma vez que se ajustaram as atividades previstas/realizadas às limitações dos utentes, e a participação das restantes respostas

sociais da FVM e da comunidade, para um convívio saudável e diversificado, em idades e experiências e, por isso mesmo, alegre e enriquecedor. No entanto, torna-se pertinente salientar que algumas das atividades previstas não foram realizadas, outras foram realizadas, mas noutro mês que não o previsto e, outras foram substituídas por novas atividades. Tais situações deveram-se, em parte, às condições atmosféricas, à dificuldade de articulação com outras atividades do plano de ação, à dificuldade de articulação das atividades com a organização dos serviços, ou até mesmo, devido à renitência, à mudança, por razões culturais de comodismo, por parte da população-alvo, pois os próprios idosos acabam por referir: a idade, cada vez mais *'velhos'* e o cansaço como um entrave à participação ativa nas atividades, tanto em ERPI como em SAD.

Segundo Bermejo (2004:65), 'ouvir as pessoas idosas, verdadeiros poços de sabedoria e de experiência, é um ato nobre de reconhecimento. Mas não está isento de dificuldades.' Note-se que os idosos quando entram em ERPI já têm uma idade muito avançada/cada vez mais incapacitados, o que condiciona a participação nas atividades propostas. Dizem mesmo, não ter vontade de participar nas atividades (apenas participam naquelas que requerem apenas a sua observação). Dessa avaliação podemos concluir que as atividades previstas foram em grande parte realizadas, tal como se pode constatar na 'Avaliação do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal 2022/2023' (vd. Apêndice III).

Metodologias subjacentes à Operacionalização do PADP

"(...) um conjunto de técnicas e metodologias que têm a finalidade de potenciar os processos de normalização das atividades da vida quotidiana da pessoa, de provocar o desenvolvimento das capacidades preservadas e ao mesmo tempo ajudar a recuperar as perdidas."

(Vidal in Lopes 2006, p. 330)

Antes de apresentar o PADP, importa definir qual a metodologia utilizada no desenvolvimento da ação, pois esta é um caminho para se atingir um determinado objetivo (Ander-Egg, 1995). A investigação em animação sociocultural deve orientar-se para a mudança, o aperfeiçoamento da realidade e a sua transformação, apesar de os resultados produzirem efeitos a médio ou a longo prazo e a racionalidade nas práticas exprime o entusiasmo em conhecer as características dessa mesma realidade. De facto, a animação sociocultural serve-se de elementos, metodologias, tradições e modelos da sociologia, da pedagogia, da psicologia, da história e do serviço social.

Ao longo da intervenção tenciona-se recorrer à **Metodologia de Projeto**. Esta permite um maior conhecimento da realidade e uma maior eficácia dos meios e das técnicas de intervenção, e tende a aumentar a capacidade local de conhecimento do meio e dos recursos disponíveis para intervir, intervir nas causas dos problemas, boa resolução dos recursos, conjugar a diversidade de perspetivas existentes nos vários atores sociais, necessidade de intervir sobre os problemas e não sobre as suas manifestações e racionalizar a atualização dos recursos e otimizar os investimentos. (Guerra, 2002)

Paralelamente, também se pretende utilizar a **Metodologia de Investigação – Ação**, pois será fundamental em primeiro lugar conhecer/investigar, o nível etário; a escolaridade;

o estado civil; a situação familiar; a situação de saúde e ainda, a situação emocional em que os utentes, em questão, se encontram – Diagnóstico, trabalhando-se, assim, no sentido de conhecer para depois atuar.

Luís Jacob (2007), diz-nos que antes de passarmos à prática das diferentes atividades propostas é fundamental que se realize uma avaliação Psicológica e Física de cada utente, no sentido de perceber quais as capacidades reais de cada idoso relativamente a cada ação desenvolvida. Depois deveremos conhecer a comunidade local, a sua cultura e modos de vida, de forma a ser privilegiada a identidade de cada um. Posteriormente deveremos perguntar-lhes o que gostam de fazer e o que querem fazer.

As principais características da Investigação – Ação estão intimamente relacionadas com o facto de ser um "processo continuado e não pontual, influenciando todo o percurso de investigação" (Guerra, 2002:53), onde os "grupos objeto" são "sujeitos" do conhecimento. E o seu ponto de partida não é uma teoria ou um quadro de hipóteses, mas uma situação, um problema, uma prática real e concreta, e tem como objetivo a resolução dos problemas identificados. (Guerra, 2002)

O processo de investigação – ação divide-se em várias fases, sendo elas: a fase de identificação, onde se descreve a situação inicial e se formula uma problemática inicial; a fase de projeção, onde se analisam os dados iniciais e se elaboram hipóteses e objetivos de intervenção; a fase de realização ou acionamento da ação, onde se insere o presente trabalho, já que esta define o diagnóstico como "análise de necessidades", num processo de pesquisa – ação participado; e a fase de avaliação, onde se avaliam os resultados e se divulgam os mesmos. (Guerra, 2002)

Jaume Trilla, diz-nos que a investigação participativa pode considerar-se como um processo sistemático que uma determinada comunidade leva a cabo para atingir um conhecimento mais profundo dos seus problemas e solucioná-los tentando incluir toda a comunidade no processo. Este tipo de investigação atribui grande importância à vida quotidiana, àquilo que nos passa despercebido muitas vezes, mas que origina o que denominamos 'conhecimento comum' e ao papel da comunidade ao longo de todo o estudo. Sendo que "o processo não termina com a planificação de determinadas atividades que se consideram prioritárias, pois a análise contínua da realidade e a execução de determinadas ações com um carácter sistemático pode levar-nos à descoberta de algumas novas necessidades e problemas". (Trilla, 1998:113). E uma vez

que a metodologia de Investigação - Ação permite perceber o problema nas suas mais variadas vertentes, para assim o trabalhar, pensa-se pertinente salientar que serão utilizados dois modelos:

O **Modelo Interacional Sistémico** pois este evidencia o facto de o indivíduo não viver isolado, e pelo contrário, viver integrado num sistema, concentrando-se na noção de **interação/interdependência**, sendo que aqui os elementos integrativos ou os indivíduos não são elementos isolados, mas sim definidos pelas relações que estabelecem entre si, isto é, "(...) considerar a los indivíduos, no ya como entidades autónomas, independientes, atomizadas, sino como unidades en relación de interdependência con otros individuos en el seno de múltiples grupos de pertenencia (familia, vecindad, amigos, trabajo, etc) (...)"(Robertis, 1992) e **complexidade** (conjunto complexo de elementos) e ainda, na noção de **sistema**. Como nos diz Balbina Vieira (1985), um sistema é um conjunto de partes interligadas entre si formando um todo unitário, complexo e organizado. Pode mesmo dizer-se que a perspetiva interacional sistémica dá a possibilidade ao trabalho social de compreender a situação/problema não apenas na sua globalidade, mas também na perspetiva dos outros sistemas nos quais o indivíduo se situa, tal como tem vindo a ser referido.

E ainda, o **Modelo Ecológico**. Nesta perspetiva, o indivíduo está constantemente numa situação de mudança e de adaptação em muitos aspetos da sua existência. Os problemas sociais influenciam o meio social, reduzindo as possibilidades de uma adaptação recíproca, pois a pessoa vive dentro de um ambiente específico que ela constrói, modifica, modela, e esse mesmo ambiente pode influenciar a pessoa, as suas ideias, os seus costumes, a sua maneira de pensar e de viver. O que quer dizer que quando se está perante um utente/família deve-se ter em atenção o meio em que este está ou esteve envolvido, pois a partir daí pode-se entender mais facilmente a sua atitude, postura e comportamento perante uma determinada situação.

Recorre-se ainda, embora de forma instintiva, ao **Serviço Social de Casos** ou mais especificamente ao trabalho social individualizado ("casework"), pois os utentes, estando dispersos pelas suas casas, serão trabalhados individualmente e de forma personalizada. Deve-se então motivar o utente a resolver os obstáculos que o impedem de viver com equilíbrio a sua vida diária e solitária, gerindo também os conflitos criados por debilidades nas relações interpessoais com a sua família e amigos.

Por fim, parece importante salientar algumas técnicas que serão utilizadas para a operacionalização da intervenção, uma vez que estas terão um papel imprescindível na abordagem à realidade.

São elas as seguintes:

- *Observação direta, participante e não participante*, que implica a presença dos Assistentes Sociais, Animadora Sociocultural e Monitora no terreno em contacto direto com os utentes e que desempenha um papel fulcral em todo o processo de Investigação-Ação, e que irá ser útil em todas as fases da intervenção, pois será um meio indispensável para perceber e interpretar a realidade;
- *Pesquisa documental/análise bibliográfica*, que irá ajudar na compreensão das situações com que nos iremos deparar e que será utilizada na pesquisa documental/bibliográfica – leituras e análise de livros, revistas, legislação e Internet;
- *Entrevistas*, que irá possibilitar conhecer melhor o que não está tão observável;
- Análise de conteúdos, que será imprescindível para avaliar qualitativamente as informações disponíveis;
- Reuniões/conversas formais e informais, que permitirão esclarecer e saber outros pareceres sobre a situação/problema – Feedback.

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal – PADP

2023/2024

O Plano de Atividades, apesar de já definido poderá, ao longo do ano, sofrer algumas alterações de acordo com acontecimentos não programados com novas atividades, ou sempre que a responsável pelas atividades dinamizadas e/ou equipa técnica, considere pertinentes. Todas estas atividades podem ou não ser executadas dependendo das condições atmosféricas, da predisposição dos utentes e/ou de outras situações que sucedam inesperadamente.

Fundação Viscondes de Messangil

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP) 2023/2024

ÁREAS	PRINCÍPIOS ORIENTADORES	OBJETIVOS GERAIS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	AÇÕES	COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER	ATIVIDADES	TAREFAS	CRONOGRAMA 2023/2024 (S O N D J F M A M J J A)	RECURSOS: HUMANOS	RECURSOS: FÍSICOS	RECURSOS: MATERIAIS	RESPONSÁVEIS
		1.Trabalhar as principais capacidades funcionais/cognitivas	1.1. Fomentar a manutenção e/ou melhoria da autonomia de 30% dos utentes;	Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição	*Proporcionar/ fomentar o gosto pelo nosso património - Património local; *Divulgar os conhecimentos/ saberes -'Saber/Fazer'	Visita à Feira do Queijo do Alentejo, Serpa	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Motorista/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Realização de visitas culturais; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'		*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora; *Diretora Técnica e Gestora de Qualidade; *Assistentes Sociais; *Educadora de Infância; *Chefe de Recursos Humanos; *Encarregadas Gerais; *Colaboradores; *Utentes; *Parceiros	*Diversos locais	*Material didático; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Máquina Fotográfica (...)	*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora
						Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos						
						Visita à Barragem de Alqueva						
						Visita à Feira Anual de Maio, Moura						
						Visita à 40ª Feira da Ovibeja						
						Visita à Feira Anual de Setembro, Moura						
						Visita à Feira do Azeite de Vale de Vargo						
						Comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e dos Sítios						
						Visita a uma Adega						
						Visita ao Presépio de Vale de Vargo						
	Promover a autonomia e a qualidade de vida dos utentes		1.2. Desenvolver atividades com os idosos de forma a estes se sentirem valorizados		*Expressar sentimentos de fé	Visita à Igreja Paroquial de Pias						
					*Fomentar o trabalho em parceria; *Preservar e reviver as tradições; *Partilhar alegres momentos de convívio e experiências	Participação no Cortejo Etnográfico de Pias	*Contactar as entidades competentes para possível cedência de transporte; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Participação em atividades comunitárias/locais; *Organização/preparação dos materiais decorativos; e Decoração do reboque						

			1.3. Proporcionar a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas/memória de 50% dos utentes		*Desenvolver a motricidade global, a coordenação motora e mental, a agilidade e a sensibilidade	Aulas de Psicomotricidade/ Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo	*Reuniões informais com o Animadora Sociocultural/Monitora; *Realização de exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade (exercícios de aquecimento e relaxamento) com dinâmicas de grupo; *Ginástica passiva através de jogos com bolas, balões, etc; *Realização de aulas geriátricas semanalmente; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	*Animadora Sociocultural; *Monitora	*Sala de utentes, Lar Feminino e Lar São José	*Material de ginástica
						Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física	*Realização de exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade (exercícios de aquecimento e relaxamento) com dinâmicas de grupo; *Ginástica passiva através de jogos com bolas, balões, etc			
					*Desenvolver e estimular a concentração, a memória; as capacidades de raciocínio e os sentidos; *Desenvolver a agilidade mental e o vocabulário	Assinalar o Dia da Doença de Alzheimer	*Realização de Jogos de Estimulação Cognitva - Jogos de Concentração e Memória; *Jogos de Mesa/Tabuleiro; *Jogos Sensoriais			
						Comemoração do Dia Mundial da Alfabetização/Dia da Escrita à Mão Atividade "Viver e Aprender"	*Estimular/aprender a escrever; *Momentos de leitura; *Realização de Jogos de Estimulação Cognitva - Jogos de Concentração e Memória			
						Comemoração do Dia Mundial dos Correios	*Elaboração de uma carta para os respetivos familiares/amigos			
					*Desenvolver aptidões individuais de destreza manual; *Estimular a criatividade; *Desenvolver o gosto e sentido estético; *Promover o convívio dos utentes	Comemoração do Carnaval "Entrudo"	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Educadora de Infância/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e dos fatos/acessórios de Carnaval; *Decoração da ERPI; *Baile de Máscaras; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'		*Instalações da FVM	
		2. 2.Estabelecer relações intergeracionais	2.1. Conscienciallizar 20% dos utentes para visitas culturais e a prática de exercício físico;		*Desenvolver a agilidade mental; *Promover o entretenimento; *Estimular a criatividade na escrita; *Sensibilizar para hábitos de poupança dos recursos naturais	Realização de Atividades Lúdico-recreativas e Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora	*Realização de Jogos de Mesa /Tabuleiro, incluindo jogos de estimulação cognitiva 'Sopa de Letras'; *Realização de Jogos de Memória/Lúdicos; *Elaboração de trabalhos manuais; *Pesquisa bibliográfica; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'			

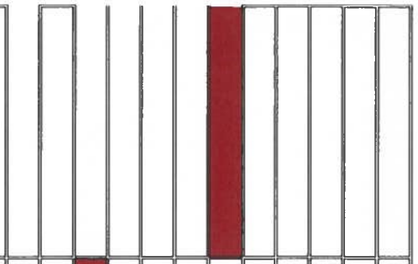
			*Desenvolver a agilidade mental; *Promover o entretenimento	Comemoração do Dia do Puzzle	*Construção de Puzzles; *Realização de Jogos de Estimulação Cognitva e de Memória					■								*Material didático; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Máquina Fotofráfica; (...)
				Comemoração do dia Mundial da Criatividade	*Realização de Dinâmicas de Grupos 'A arte de rabiscar' - independementemente da sofistificação ou do seu talento para o desenho.			■										
		2.2. Estimular a leitura, escrita e momentos intergeracionais de 20% dos utentes	*Divulgar as atividades realizadas pelos utentes; *Estimular a criatividade na escrita; *Desenvolver o gosto e sentido estético	Realização do "*Jornal de Parede*"	*Organização e exposição dos trabalhos realizados pelos idosos; *Recolha/organização de modas, cantigas e versos do antigamente, ditos pelos utentes *Exposição fotográfica	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
			*Promover aptidões individuais de destreza manual; *Desenvolver o gosto e sentido estético; *Estimular a criatividade na escrita; *Exprimir e transmitir mensagens através da expressão escrita entre idosos e crianças	Convívio Intergeracional	*Participação nas atividades da sala/lar; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
	3. Fomentar o convívio entre a Instituição e a Comunidade	3.1. Promover a participação de 10% dos utentes em momentos de boa disposição e de contato com a comunidade	*Fomentar o sentimento de fraternidade e partilha	Realização do "*Quadro de Aniversários*"	*Convidar telefonicamente os familiares dos idosos; *Informar via e-mail o Conselho de Administração e os colaboradores 'envolvidos'; *Realização de um lanche-convívio (utentes da Área *Sénior*, Lar Feminino e Lar São José; utentes da Área Infantil; no qual se cantará os 'Parabéns a Você...' apagar-se-ão as velas e partir-se-à o bolo de aniversário	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
			* Sensibilizar para a sua preservação e do meio ambiente	Comemoração da Primavera/Dia Mundial da Árvore	* Prática de cultivo de algumas plantações com diferentes sementes, com a colaboração dos utentes da Área Infantil *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'							■						
Promover a participação ativa dos utentes		3.2. Realizar intercâmbios com outras instituições e parceiros	*Divulgar o património local	Realização da atividade "*Recordar a Cantar*"	*Recolha de modas, cantigas e versos do antigamente, ditos pelos utentes; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
			* Permitir novas descobertas; *Desenvolver as competências: autoestima; autoconfiança e autonomia	Comemoração do Dia Mundial da Fotografia	*Recolha de uma panóplia de fotografias tiradas até à ocasião e afixa-las em diferentes áreas da Instituição; *Realização de uma sessão fotográfica												■	
			*Estimular as capacidades dos utentes; *Incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos	Comemoração do Dia Mundial da Poesia	*Recolha de poemas ditos pelos utentes; *Exposição dos poemas; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'							■						

			<u>3.3. Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição e de contato com a comunidade</u>		*Fomentar o espírito crítico dos utentes; *Promover a interação e a coesão grupal	Comemoração do Dia Internacional da Mulher	*Construção/distribuição de lembranças elaboradas por os utentes a todas as utentes mulheres							■									
					*Favorecer o debate de ideias entre idosos	Comemoração do Dia Internacional da Família	*Construção e Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva e de Memória; *Exposição de trabalhos/Video									■							
					*Reforçar os laços sociais com o meio que o rodeia	Comemoração do Dia do Pai	*Construção de uma lembrança/presente para todos os utentes							■									
			<u>4.1. Promover a participação de 30% dos utentes na decoração da Instituição e elaboração de pequenos trabalhos</u>			Comemoraçãso do Dia da Mãe	*Construção de uma lembrança/presente para todas as utentes									■							
<u>Sénior 'ERPI e Serviço de Apoio Domiciliário'</u>				Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, dentro da Instituição	*Relembrar hábitos e costumes oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; *Realizar atividades criativas recreativas; *Incrementar a participação ativa dos idosos	Comemoração dos Santos Populares	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Eucadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradoras/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos elementos decorativos, acessórios e roupa para a Marcha; *Decoração da ERPI/Mastro; *Baile de São João; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades;*Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'										■						
				Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição		Comemoração da Quinta-feira da Ascensão - Dia da Espiga	*Realizar um passeio ao campo para apanhar o ramo da espiga; *Realização da atividade 'Recordar a Cantar' com a - *Moda 'Quinta-feira d'Ascensão'; *E* laboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'									■					*Campo		
						Comemoração do Dia do Trabalhador	*Lembrar as profissões de antigamente									■							
		<u>4. Promover o contacto com a família</u>				Comemoração do Dia de Reis	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Realização de atividades culturais;*Organização/preparação dos materiais decorativos; Decoração do espaço; e Lanche convívio; *Elaboração					■											
					*Manter vivas as tradições, usos e costumes; *Reviver tempos de outrora	Comemoração do Dia de São Sebastião						■											

						Realização da "*Tarde de Fados no Lar*"	dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'			■						■						
			4.2. Garantir o contato entre os utentes e respetivos familiares em 50% dos utentes			Realização da "Tarde Cantares Alentejanos no Lar"			■			■			■		■	■				
						Realização da atividade "Um Dia no Cinema"	* Realizar sessões de cinema com filmes portugueses antigos e/ou documentários com temáticas do interesse dos utentes; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'								■	■		■	■		*Material didáctico; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Datashow; *Máquina Fotofráfica; (...)	
						Comemoração do Dia Mundial do Cinema				■												
						Comemoração do Dia Mundial da Televisão	* Realizar sessão de cinema alusivo a um programa de televisão antigo			■												
				Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, dentro da Instituição		Comemoração do Dia Mundial da Rádio	* Realizar sessões de Discos Pedidos						■									
						Realizção da atividade ' Discos Pedidos'	* Realizar sessões de Discos Pedidos		■				■		■			■	■			
					*Relembrar hábitos, costumes, vivências e exeriências; *Promover Aptidões Individuais de Destreza Manual; *Desenvolver o Gosto e Sentido Estético dos utentes; *Estimular a criatividade na Escrita; *Exprimir e transmitir mensagens através da Expressão Escrita	Comemoração do Dia dos Namorados	*Construção e realizarção de um puzzle; *Elaborar poemas sobre como eram os namoros antigamente; * Exposição dos trabalhos						■									

*Fomentar o sentimento da fraternidade; *Fomentar o sentido da partilha; *Fomentar o gosto de viver em comunidade; *Favorecer a coesão do grupo; *Reviver tradições alusivas à epoca; *Preservar tradições históricas e culturais	Comemoração do Natal	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e das caixas presentes para os utentes; *Decoração da ERPI; Festa de Natal; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'																			*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora
*Promover a lenda; *Reviver/manter tradições; *Fomentar o conceito de solidariedade e respeito mútuo	Comemoração do Dia de São Martinho	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e dos cartuchos para as castanhas; Decoração da ERPI; Baile de São Martinho; e Lanche convívio com a colaboração da Área Infantil *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'																			
*Reflectir sobre o significado da Páscoa; *Reviver tradições, usos e costumes locais.	Comemoração da Páscoa	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e das caixas presentes com as amêndoas; *Decoração da ERPI; Realização de uma 'Tarde de Fados'; e Lanche convívio; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'																			*Instalações da FVM

	<u>**Promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos utentes**</u>				*Reviver tradições, usos e costumes locais; *Expressar sentimentos de fé	Realização da atividade "Adoração a Santa Cruz"	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Montagem da Santa Cruz; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'									■						*5 altares; *Panos brancos com bordados; *Adornos/Figuras de culto; *Velas; *Jarras; *Flores; *Rosmaninho	
						Comemoração do Dia da Aparição de Nossa Senhora de Fátima	*Construção de um elemento simbólico e alusivo à data		■														
					*Fomentar/partilhar experiências e sabedorias; *O "Saber Envelhecer"	Comemoração do Dia Mundial do Idoso	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos; *Decoração do espaço; *Realização de uma Tarde de Cantares Alentejanos'; e *Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; * Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'		■														
					*Criar um momento de descontração e diversão	Comemoração do Dia Mundial da Música			■														
						Comemoração do Dia Mundial do Sonho	*Construção de adereços; *Realização de Sessão fotográfica; *Realização de Dinâmicas de Grupos	■															
						Comemoração do Dia do Mágico	*Contacto com outras artes; *Realização de Jogos de Estimulação Sensorial					■											
						Comemoração do Dia Mundial do Sorriso	*Construção de adereços; *Realização de Sessão fotográfica; *Realização de Dinâmicas de Grupos		■														

*Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; *Partilhar ideias e sonhos, de maneira a promover a interação e a coesão grupal; *Promover o entretenimento e o convívio entre todos	Comemoração do Dia Internacional da Felicidade	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual	
	Comemoração do Dia Mundial da Bondade	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual	
	Comemoração do Dia Mundial da Paz e da Gratidão	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual	
	Comemoração do Dia Internacional do Obrigado	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual	
	Comemoração do Dia do Beijo	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual	
*Reflexão sobre uma questão social sensível	Comemoração do Dia Mundial da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa	*Realização de Dinâmicas de Grupos	
*Sensibiliazar os utentes para a importância de uma alimentação equilibrada e de uma vida saudável	Comemoração do Dia Mundial da Alimentação	*Construção de algumas peças de fruta em pasta de papel; * Realização de Jogos relacionados com a temática 'Uma alimentação saudável'	
*Permitir novas descobertas; *Favorecer o conhecimento de novos espaços	Comemoração do Dia Internacional dos Museus	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Visita a um Museu; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	

					*Partilha de saberes	Comemoração do Dia das Mentiras	*Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'								■								
		5. Fortalecer o estreitamento de laços entre colaboradores e colaboradores e utentes			* Fomentar a troca de vivências e partilha de afetos; *Estreitar laços entre avós e netos	Comemoração do Dia Mundial dos Avós	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materias decorativos; *Decoração do espaço; *Realização de uma "Tarde de Cantares Alentejanos"; e *Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'											■					
			5.1. Promover a participação de 20% dos colaboradores e utentes nas atividades socio culturais		*Sensibiliazar os utentes para a importância de outras artes; *	Comemoração do Dia Mundial da Criança	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação das caixa presente; *Realização de atividades lúdico e recreativas; e *Lanche convívio com os utentes da Área Infantil *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'										■						
		6. Promover momentos de companhia e lazer aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário		Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição	*Sensibiliazar os utentes para a importância de uma vida saudavél	Participação na *"Caminhada por um Coração mais Saudável"/ Comemoração do Mês do Coração*	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Realização de uma caminhada; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Atividades'	■	■					■	■		■			*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora; *Diretora Técnica e Gestora de Qualidade; *Assistentes Sociais; *Educadora de Infância; *Chefe de Recursos Humanos;*Encarregadas Gerais; *Colaboradores; *Utentes; *Parceiros	*Ruas de Pias; *Eira da Máquina		

			6.1. Proporcionar 4 visitas domiciliárias semanais aos utentes do serviço de Apoio Domiciliário	Criar momentos de companhia no domicílio dos utentes	*Partilhar alegres momentos de convívio e experiências; * Promover o entretenimento	Visitas Domiciliárias	*Planear/organizar as visitas domiciliárias com a Assistente Social/Encarregada Geral de SAD a cada utente; *Desenvolver tarefas de carácter recreativo e lúdico; *Momentos de companhia; *Preenchimento do impresso 'Registo de Atividades de Animação e Socialização; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Encarregada Geral do SAD		*Animadora Sociocultural; *Monitora; *Assistente Social; *Encarregada Geral de SAD	*Casa dos utentes		

Legenda 1

Actividades/Tarefas Previstas

Bibliografia

1. ANDER-EGG, Ezequiel (1995), *Introdução ao Trabalho Social*, Editorial Vozes, Petrópolis.

2. ANDER-EGG, Ezequiel (1999*), O Léxico do Animador*, Associação Nacional de Animadores Socioculturais (ANASC), Amarante.

3. BERMEJO, José Carlos (2010), *A relação de ajuda no encontro com os idosos*, Paulinas, Prior Velho.

4. DIAS, Nelson; PALMA, Graça (2001), *Dar Rosto à Intervenção – Os Animadores de Desenvolvimento Local*, Associação In Loco, Faro.

5. GUERRA, Isabel Carvalho (2002), *Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Acção – Planeamento em Ciências Sociais*, Principia, 2 Cascais.

6. GRUN, Anselm (2007), *A sublime arte de envelhecer e tornar-se uma bênção para os outros*, Paulinas, Prior Velho.

7. GARCIA, Carmen (2022), A Última Solidão – Histórias de amor e mágoa dos velhos em Portugal, Avenida da Liberdade Editores, Lisboa

8. Instituto da Segurança Social - Manual de Processos-chave do Sistema de Gestão de Qualidade: Lares e Serviço de Apoio Domiciliário.

9. JACOB, Luís (2007), *Animação de Idosos – Atividades*, Ambar, Lisboa.

10. LOPES, Marcelino de Sousa (2006), *Animação Sociocultural em Portugal*, Editora Intervenção, Amarante.

11. LOPES, Marcelino de Sousa; PERES, Américo Nunes (2007), *Animação Sociocultural Novos Desafios*, Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia (APAP), Chaves.

12. QUEIRÓS, Nuno (2018), Animar com Sentimentos, Coisas de Ler, Lisboa.

13. ROSA, Maria João Valente (2012), *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*, Relógio D'Água Editores, Lisboa.

14. RIBEIRO, Oscar; PAÚL, Constança (2011), *Manual de Envelhecimento Activo*, Lidel, Lisboa.

15. TRILLA, Jaume (1997 e 1998), *Animação Sociocultural Teorias, Programas e Âmbitos*, Horizontes Pedagógicos, Lisboa.

"No dia em que
Vendeu a burra,
Regressou a pé
Para o monte e
Acreditou que nunca
Mais voltaria à vila.
Tinha oitenta anos
E é essa a idade
Das decisões para
Toda a vida."

José Luís Peixoto in "Cal", 2009

Elaborou:
(A Técnica Superior de Animação Sociocultural)
Data: 19/09/2023

Verificou:
(A Diretora Técnica de ERPI)
Data: 20/09/2023

Verificou:
(A Diretora Técnica de SAD)
Data: 20/09/2023

Aprovou:
(O Conselho de Administração)
Data: 25/09/2023

Apêndices

Apêndices I

Mês	Atividades
setembro 2023	- Comemoração do Dia Mundial da Alfabetização com a Atividade "Viver e Aprender"; - Visita à Feira Anual de Setembro, Moura; - Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos; - Assinalar o Dia da Doença de Alzheimer; - Comemoração do Dia Mundial da Paz e da Gratidão; - Comemoração do Dia Mundial do Sonho; - Participação na "Caminhada por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas Domiciliárias.
outubro 2023	- Comemoração do Dia Mundial do Idoso/Dia Mundial da Música; - Comemoração do Dia Mundial do Sorriso; - Comemoração do Dia Mundial dos Correios; - Comemoração do Dia da Aparição de Nossa Senhora de Fátima; - Comemoração do Dia Mundial da Alimentação; - Realização da "Tarde de Cantares Alentejanos no Lar"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Discos Pedidos"; - Participação na "Caminhada por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas Domiciliárias.

Mês	Atividades
novembro 2023	- Comemoração do Dia Mundial do Cinema; - Comemoração do Dia de São Martinho; - Visita a uma Adega; - Comemoração do Dia Mundial da Bondade; - Comemoração do Dia Mundial da Criatividade; - Comemoração do Dia Mundial da Televisão; - Realização da "Tarde de Fados no Lar"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
dezembro 2023	- Comemoração do Natal; - Visita à Igreja Paroquial de Pias; - Visita ao Presépio de Vale de Vargo; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
janeiro 2024	- Comemoração do Dia de Reis; - Comemoração do Dia Internacional do Obrigado; - Comemoração do Dia de São Sebastião; - Comemoração do Dia Mundial do Puzzle; - Comemoração do Dia Mundial do Mágico; - Realização da "Tarde de Cantares Alentejanos no Lar"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"' – Dia da Escrita à Mão; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
fevereiro 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Rádio; - Comemoração do Dia dos Namorados; - Comemoração do Carnaval "Entrudo"; - Visita à Feira do Queijo do Alentejo, Serpa; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
março 2024	- Comemoração do Dia Internacional da Mulher; - Comemoração do Dia do Pai; - Comemoração do Dia Internacional da Felicidade; - Comemoração do Dia Mundial da Árvore/Dia Mundial da Poesia; - Visita à Feira do Azeite, Vale de Vargo; - Comemoração da Páscoa; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
abril 2024	- Comemoração do Dia das Mentiras; - Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física; - Comemoração do Dia do Beijo; - Comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e dos Sítios; - Visita à Barragem de Alqueva; - Visita à 40ª Feira da Ovibeja; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
maio 2024	- Realização da Atividade "Adoração à Santa Cruz"; - Comemoração do Dia do Trabalhador; - Comemoração do Dia da Mãe; - Comemoração da Quinta-Feira da Ascensão - Dia da Espiga; - Comemoração do Dia Internacional da Família; - Comemoração do Dia Internacional dos Museus; - Comemoração do Mês do Coração; - Visita à Feira Anual de Maio, Moura; - Visita à Igreja Paroquial de Pias; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da "Tarde de Fados no Lar"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
junho 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Criança; - Comemoração do Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra a Pessoa Idosa; - Comemoração dos Santos Populares; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
julho 2024	- Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos; - Comemoração do Dia Mundial dos Avós; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
agosto 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Fotografia; - Participação no Cortejo Etnográfico de Pias; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Apêndices II

Bibliografia

1. ANDER-EGG, Ezequiel (1995), *Introdução ao Trabalho Social*, Editorial Vozes, Petrópolis.

2. ANDER-EGG, Ezequiel (1999*), O Léxico do Animador*, Associação Nacional de Animadores Socioculturais (ANASC), Amarante.

3. BERMEJO, José Carlos (2010), *A relação de ajuda no encontro com os idosos*, Paulinas, Prior Velho.

4. DIAS, Nelson; PALMA, Graça (2001), *Dar Rosto à Intervenção – Os Animadores de Desenvolvimento Local*, Associação In Loco, Faro.

5. GUERRA, Isabel Carvalho (2002), *Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Acção – Planeamento em Ciências Sociais*, Principia, 2 Cascais.

6. GRUN, Anselm (2007), *A sublime arte de envelhecer e tornar-se uma bênção para os outros*, Paulinas, Prior Velho.

7. GARCIA, Carmen (2022), A Última Solidão – Histórias de amor e mágoa dos velhos em Portugal, Avenida da Liberdade Editores, Lisboa

8. Instituto da Segurança Social - Manual de Processos-chave do Sistema de Gestão de Qualidade: Lares e Serviço de Apoio Domiciliário.

9. JACOB, Luís (2007), *Animação de Idosos – Atividades*, Ambar, Lisboa.

10. LOPES, Marcelino de Sousa (2006), *Animação Sociocultural em Portugal*, Editora Intervenção, Amarante.

11. LOPES, Marcelino de Sousa; PERES, Américo Nunes (2007), *Animação Sociocultural Novos Desafios*, Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia (APAP), Chaves.

12. QUEIRÓS, Nuno (2018), Animar com Sentimentos, Coisas de Ler, Lisboa.

13. ROSA, Maria João Valente (2012), *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*, Relógio D'Água Editores, Lisboa.

14. RIBEIRO, Oscar; PAÚL, Constança (2011), *Manual de Envelhecimento Activo*, Lidel, Lisboa.

15. TRILLA, Jaume (1997 e 1998), *Animação Sociocultural Teorias, Programas e Âmbitos*, Horizontes Pedagógicos, Lisboa.

"No dia em que
Vendeu a burra,
Regressou a pé
Para o monte e
Acreditou que nunca
Mais voltaria à vila.
Tinha oitenta anos
E é essa a idade
Das decisões para
Toda a vida."

José Luís Peixoto in "Cal", 2009

Elaborou:
(A Técnica Superior de Animação Sociocultural)
Data: 19/09/2023

Verificou:
(A Diretora Técnica de ERPI)
Data: 20/09/2023

Verificou:
(A Diretora Técnica de SAD)
Data: 20/09/2023

Aprovou:
(O Conselho de Administração)
Data: 25/09/2023

Apêndices

Apêndices I

Mês	Atividades
setembro 2023	- Comemoração do Dia Mundial da Alfabetização com a Atividade "Viver e Aprender"; - Visita à Feira Anual de Setembro, Moura; - Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos; - Assinalar o Dia da Doença de Alzheimer; - Comemoração do Dia Mundial da Paz e da Gratidão; - Comemoração do Dia Mundial do Sonho; - Participação na "Caminhada por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas Domiciliárias.
outubro 2023	- Comemoração do Dia Mundial do Idoso/Dia Mundial da Música; - Comemoração do Dia Mundial do Sorriso; - Comemoração do Dia Mundial dos Correios; - Comemoração do Dia da Aparição de Nossa Senhora de Fátima; - Comemoração do Dia Mundial da Alimentação; - Realização da "Tarde de Cantares Alentejanos no Lar"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Discos Pedidos"; - Participação na "Caminhada por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas Domiciliárias.

Mês	Atividades
novembro 2023	- Comemoração do Dia Mundial do Cinema; - Comemoração do Dia de São Martinho; - Visita a uma Adega; - Comemoração do Dia Mundial da Bondade; - Comemoração do Dia Mundial da Criatividade; - Comemoração do Dia Mundial da Televisão; - Realização da "Tarde de Fados no Lar"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
dezembro 2023	- Comemoração do Natal; - Visita à Igreja Paroquial de Pias; - Visita ao Presépio de Vale de Vargo; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
janeiro 2024	- Comemoração do Dia de Reis; - Comemoração do Dia Internacional do Obrigado; - Comemoração do Dia de São Sebastião; - Comemoração do Dia Mundial do Puzzle; - Comemoração do Dia Mundial do Mágico; - Realização da "Tarde de Cantares Alentejanos no Lar"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"' – Dia da Escrita à Mão; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
fevereiro 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Rádio; - Comemoração do Dia dos Namorados; - Comemoração do Carnaval "Entrudo"; - Visita à Feira do Queijo do Alentejo, Serpa; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
março 2024	- Comemoração do Dia Internacional da Mulher; - Comemoração do Dia do Pai; - Comemoração do Dia Internacional da Felicidade; - Comemoração do Dia Mundial da Árvore/Dia Mundial da Poesia; - Visita à Feira do Azeite, Vale de Vargo; - Comemoração da Páscoa; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
abril 2024	- Comemoração do Dia das Mentiras; - Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física; - Comemoração do Dia do Beijo; - Comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e dos Sítios; - Visita à Barragem de Alqueva; - Visita à 40ª Feira da Ovibeja; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
maio 2024	- Realização da Atividade "Adoração à Santa Cruz"; - Comemoração do Dia do Trabalhador; - Comemoração do Dia da Mãe; - Comemoração da Quinta-Feira da Ascensão - Dia da Espiga; - Comemoração do Dia Internacional da Família; - Comemoração do Dia Internacional dos Museus; - Comemoração do Mês do Coração; - Visita à Feira Anual de Maio, Moura; - Visita à Igreja Paroquial de Pias; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da "Tarde de Fados no Lar"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
junho 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Criança; - Comemoração do Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra a Pessoa Idosa; - Comemoração dos Santos Populares; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Participação na Caminhada "Por um Coração mais Saudável"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Mês	Atividades
julho 2024	- Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos; - Comemoração do Dia Mundial dos Avós; - Realização da tarde de Cantares Alentejanos no Lar; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.
agosto 2024	- Comemoração do Dia Mundial da Fotografia; - Participação no Cortejo Etnográfico de Pias; - Realização da Atividade "Um dia no Cinema"; - Realização da Atividade "Viver e Aprender"; - Realização da Atividade "Disco Pedidos"; - Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora; - Aulas de Psicomotricidade/Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo; - Realização de Atividades Lúdico-recreativas; - Convívio Intergeracional; - Realização do "Quadro de Aniversários"; - Realização da Atividade "Recordar a Cantar"; - Realização do "Jornal de Parede"; - Visitas domiciliárias.

Apêndices II

Mês|Ano: 2022/2023

Designação da Atividade/Atelier: Atelier de Expressão Plástica **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Descrição da Atividade:

Realização da atividade/atelier semanalmente, de Segunda-feira a Sexta-feira, a partir das 10:00. Realização de atividades lúdico-recreativas - Trabalhos Manuais: preparação/elaboração de materiais alusivos/ decorativos ao tema (Pintura; Colagens; Recortes; etc.).

Avaliação do Atelier/Atividade na sua globalidade:

Permitem ao utente exprimir-se, desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão, desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psico-motora. Ao realizar estas atividades, o idoso, evita o isolamento e o ócio, desenvolve o sentido crítico, ao mesmo tempo que promove o desenvolvimento e enriquecimento de qualidades grupais, coesão, partilha, trabalho em equipa, confiança, sensibilidade, relações interpessoais, iniciativa, expressão e autocontrolo – para que possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencializando-se que pode dar o seu contributo, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

É com agrado que os utentes realizam este atelier. O atelier realiza-se de forma espontânea e por vezes, ao mesmo tempo decorrem outras atividades/ateliers. É no decorrer deste atelier, que os utentes constroem os elementos decorativos para os dias comemorativos. Desde a decoração para o São Martinho; Tempo de Advento; Carnaval; Páscoa; Dia do Pai; Dia da Mãe; Dia Internacional da Mulher; Adoração à Santa Cruz; Dia Mundial da Criança; Santos Populares; Dia Mundial dos Avós; preparação dos elementos decorativos para o Cortejo Etnográfico – Festas Tradicionais de Pias; construção de Jogos Lúdicos; Calendário de Aniversários dos utentes de ERPI; Presentes de Aniversários para os utentes de SAD; bem como, os elementos decorativos para outras datas comemorativas, por exemplo. É o caso, da atividade 'Aparição de Nossa Senhora de Fátima', a 13 de outubro.

Esta atividade foi avaliada pela observação direta do comportamento dos utentes. De modo geral, todos os utentes demonstram interesse e prazer na realização desta atividade, salientando positivamente os momentos divertidos partilhados, o bem-estar, a boa disposição e criatividade, bem como, o simples facto de estarem ocupados. Temos um grupo de utentes que participam ativamente, por essas mesmas razões. No entanto, há utentes que apontam como aspeto negativo as dificuldades face à realização das mesmas, o cansaço, problemas visuais e motores limitando-se a participar passivamente pela observação ou simplesmente, desistem da atividade. Mas elogiando sempre, a participação dos colegas quando recebem um trabalho feito pelos mesmos para todos.

Mês|Ano: 2022/2023

Designação da Atividade/Atelier: Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora/Lúdicos **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Descrição da Atividade:

Realização da atividade/atelier semanalmente, às Segundas-feiras, Quintas-feiras e Sextas-feiras (manhãs, Lar Feminino e tardes, Lar São José), dinamização de jogos de tabuleiro, de memória e destreza manual (desenvolver a memória visual e estimular a memória espacial).

Avaliação do Atelier/Atividade na sua globalidade:

A atividade 'Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora' tem como objetivo aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da velocidade percetiva, e a reabilitação das funções. Para isso, muito contribui também a atividade de expressão plástica 'Construir para Jogar' (construção de jogos), permitindo a todos os utentes manter a mente ativa, desenvolver algumas atividades cognitivas, bem como, prevenir algumas consequências do "sedentarismo" mental.' É importante incentivar o idoso a praticar atividades que exijam mais de sua cognição, promovendo melhor qualidade de vida, preservando e, se possível, melhorando as funções cerebrais. A animação cognitiva, através do desenvolvimento de dinâmicas de grupo visa fortalecer laços entre os utentes, ajudar na integração de novos utentes e criar um espírito de autoajuda entre os mesmos. Esta atividade consiste na ocupação lúdica de todos os utentes e no seu envolvimento nas atividades, para que este possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencialização que pode dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, no sentido de lutar contra os sentimentos de inutilidade e falta de estima e respeito pela sua pessoa (sentir que é capaz). A atividade realiza-se ao mesmo tempo que o atelier de expressão plástica. Para além, do jogo em si, comemorou-se através da prática do jogo o Dia da Doença de Alzheimer; Dia Mundial da Alfabetização; Dia Mundial do Sorriso; Dia de São Sebastião; Dia do Puzzle; Dia Mundial do Mágico, por exemplo. Estas atividades têm como objetivo fomentar a retenção de conhecimento e sensações, estimular e desenvolver a atividade mental, melhorar a memória e promover o envelhecimento ativo.

Durante a realização das atividades os utentes evidenciaram interesse nos jogos apesar de demonstrarem algumas dificuldades. No entanto, referem a estimulação cognitiva e as estratégias de memória aprendidas como um aspeto positivo. Já em relação aos aspetos negativos alguns utentes apresentam dificuldades na leitura dos exercícios, necessitando sempre de apoio. Ao início os utentes apresentam várias limitações para a realização dos mesmos, como dificuldade na perceção, confusã, mas cientes da sua importância para a aquisição de conhecimentos e no combate a pensamentos negativos.

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.08.2023**

Mês|Ano: 2022/2023

Designação da Atividade/Atelier: Ginástica Geriátrica **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Descrição da Atividade:

Realização da atividade/atelier semanalmente, às Terças-feiras, e Sextas-feiras (manhãs, Lar Feminino e tardes, Lar São José), através de exercícios de aquecimentos, jogos tradicionais e desportivos e caminhadas.

Avaliação do Atelier/Atividade na sua globalidade:

As atividades que promovam a atividade física dos idosos, quer através de aulas de ginástica, caminhadas e/ou exercícios corporais de aquecimento, têm como objetivo assegurar as condições de bem-estar dos utentes, promovendo a sua saúde, tentando combater o sedentarismo e desenvolvendo as suas capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação possibilitando-lhe uma maior qualidade de vida. Esta atividade tem como objetivos específicos para todos os utentes o aumento da autoestima, melhorar a ocupação dos tempos livres, o desenvolvimento das capacidades físicas, e combater o sedentarismo. A atividade realiza-se ao mesmo tempo que o atelier de expressão plástica e por vezes, ao mesmo tempo, que os 'Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora'. Para além, das aulas dinamizadas por a animadora/monitora e das práticas habituais, exercícios de psicomotricidade (exercícios de aquecimento e relaxamento); Ginástica passiva através de jogos com bolas, balões, copos descartáveis, rolos de papel e cordas, etc; e Jogos Tradicionais/ Jogos Lúdicos, temos ainda, por exemplo:

- Puff de AVD´s: Reúne variadas possibilidades para treino das AVD's e motricidade fina dos utentes;
- Jogo da Rosca/Jogo do Cadeado: Permitirá estimular a motricidade fina e a atenção, a estimulação cognitiva e a estimulação da precisão óculo-manual, mantendo a mente ativa;
- Toca a Mexer: Exercício que permitem trabalhar os membros inferiores e superiores – exercícios musculares com a prática da mini bicicleta elétrica/mini bicicleta estática, por exemplo;
- Tubo elástico de Resistência/Corda com Rolo: Ideal para treino de força, coordenação e equilíbrio.

Avaliação do Ateliê/Atividade na sua globalidade:

Inicialmente, os utentes mostravam alguma renitência no que diz respeito à ginástica. Hoje, podemos dizer que temos todos os utentes a participar na atividade, mostram-se satisfeitos e curiosos quanto à intervenção. Uma vez que, os exercícios possíveis são variados e divertidos – adaptados a todos.
Temos utentes mais ativos e dinâmicos.

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.08.2023**

Mês|Ano: 2022/2023

Designação da Atividade/Atelier: Dinâmicas de Expressão e Comunicação **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Descrição da Atividade:

Realização da atividade/atelier de acordo com as datas comemorativas previstas. Realização de dinâmicas de grupo e/ou individualmente.

Avaliação do Atelier/Atividade na sua globalidade:

A animação expressiva através da comunicação oral é uma das principais formas de dar movimento e sentido às necessidades de ocupação dos idosos. Enquanto na animação expressiva plástica os idosos se exprimem através de objetos, na animação expressiva de comunicação eles transmitem os seus sentimentos e emoções através das suas opiniões e maneiras de pensar e estar na vida.

As dinâmicas ajudam o idoso a tomar consciência das suas recordações, sentimentos, desejos, ideias e esperanças.

As atividades proporcionadas também visam facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criativa, à melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade, desenvolvendo consequentemente, a sua autonomia e autoestima.

Exemplo disso, a realização de dinâmicas de grupo e/ou individualmente no Dia Mundial da Gratidão; Dia Mundial da Alfabetização; Dia Mundial do Sorriso; Dia Mundial da Criatividade; Dia Mundial da Rádio; Dia dos Namorados; Dia Internacional da Família; Dia da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa; Dia Mundial da Fotografia; bem como, a atividade 'Adoração à Santa Cruz'; Celebrações Eucarísticas; e visita à Paróquia de Pias, como momentos de reflexão, de partilha e solidariedade/expressar sentimentos de fé.

Esta atividade foi avaliada pela observação direta do comportamento dos utentes. É com satisfação que todos os utentes participam nas dinâmicas, para além da partilha de ideias/opiniões. Há uma troca de histórias, memórias, gostos, interesses, motivações ou desmotivações. É o relembrar/avivar de memórias – um exercício constante de reminiscência. É tão bom recordar.

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.08.2023**

Mês|Ano: 2022/2023

Designação da Atividade/Atelier: 'Recordar a Cantar' **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Descrição da Atividade:

Realização da atividade/atelier semanalmente, de Segunda-feira a Sexta-feira, de forma espontânea (sempre que oportuno), e sem qualquer limite de horário.

Recolha de modas, cantigas e versos de antigamente, ditos pelos utentes. Interação com os utentes – Cantar Modas Alentejanas.

Avaliação do Atelier/Atividade na sua globalidade:

A atividade 'Recordar a Cantar' permite alegrar a vida do utente, incentivando os utentes para a interação em grupo, o convívio e o enriquecimento da cultura de cada um. Através da música e do canto, fomenta-se a participação ativa dos utentes, divulgando assim parte da realidade cultural de cada um. Esta atividade realizada através da prática de ouvir música e cantar, é uma das atividades preferidas dos utentes quer dos que participam ativamente, quer dos que estão a ouvir. Os utentes sentem-se lisonjeados e bastante satisfeitos com esta atividade, na qual, podem cantar modas alentejanas do seu tempo de mocidade, tempo em que iam para o campo trabalhar. Esta atividade consiste na ocupação do utente e no seu envolvimento nas atividades, para que este possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencialização que pode dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, no sentido de lutar contra os sentimentos de inutilidade e falta de estima e respeito pela sua pessoa. É reconhecer diferentes perspetivas, e reconhecer que através da troca de saberes todos temos algo a aprender e algo a ensinar, é compartilhar, os usos e costumes, saber preservar as nossas tradições, de maneira a envolver toda a comunidade e que esta, se torne um meio de ação, reflexão e mudança, que devidamente aproveitadas e transmitidas às gerações futuras contribuirão para um mundo melhor. Esta atividade proporciona uma maior satisfação dos utentes e a melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das atividades diárias e independência pessoal.

Avaliação do Ateliê/Atividade na sua globalidade:

Infelizmente com os surtos COVID-19, perdemos os utentes que participavam ativamente e de forma espontânea na atividade. Utentes que por vontade própria juntavam-se e começavam a cantar, depois do horário dos ateliers e ao fim-de-semana, inclusive.

A atividade 'Recordar a Cantar', continua presente no dia-a-dia da Instituição, mas apenas em atividades específicas, nas quais, é a animadora/monitora e/ou com a colaboração de outros trabalhadores, e até mesmo com a presença de Grupos Corais ou Musicais, que contribuem para a realização da mesma com a realização da atividade 'Tarde de Cantares Alentejanos' no lar.

Como aconteceu por exemplo nas seguintes atividades, Comemoração do Dia Mundial do Idoso e da Música; Comemoração do Tempo de Advento com o Cante ao menino e o Cante aos Reis; Comemoração da Páscoa; Comemoração dos Santos Populares – Cante a São João Batista; Cante a Nossa Senhora de Fátima; e durante a realização de passeios, por exemplo.

A música incentiva a interação em grupo, o convívio e o reconhecimento da cultura de cada um. Através da música e do canto é possível estimular a participação de todos.

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.08.2023**

Data de Realização da Atividade: junho 2023

Designação da Atividade: Comemoração dos Santos Populares **Local:** Lar Feminino, Lar São José

Estratégia/Ação:

Elaboração de materiais decorativos; Decoração da ERPI; Construção de Jordão; Realização de um Baile com Organista; Apresentação de uma Marcha pelas colaboradoras; Cante ao Jordão; Visita ao Jordão Família Manuel Mendes; e Visita ao Jordão Trilhos d'as Pias, Casa do Povo e Associação de Jovens.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais e da pesquisa bibliográfica*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico e motor do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade, promovendo o conhecimento da cultura e das tradições.

que, permitiu relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências adquiridas ao longo da vida, ao mesmo tempo que, realizar atividades criativas e as, e desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio.

Avaliação Global:

De maio a junho, decorreu na FVM os preparativos para o baile de São João.

Os utentes predispuseram-se a ajudar na construção dos materiais decorativos para a Instituição, bem como, para a marcha das colaboradoras (arcos, roupas e adereços).

Assim sendo, os utentes pintaram várias imagens de sardinhas, fogueiras, manjericos, para além, da construção das tradicionais bandeirinhas e do festão para o mastro, bem como de lanternas e balões. Importa dizer, que todos os materiais elaborados para esta festa foram construídos a partir de materiais reciclados (como em todas as atividades).

No início de junho, decorou-se a rigor o Lar São José e o Lar Feminino para recebermos em grande os Santos Populares, nomeadamente, o São João.

Como tal, montou-se o tradicional Jordão, em honra de São João Batista, bem como, o 'mastro' no refeitório, Lar Feminino e no refeitório do Lar São José.

No dia 22 de junho pelas 14:30 deu-se início às Comemorações do São João, com a presença da Organista e Vocalista Francisco Galhoz.

Já o arraial de São João tinha iniciado, quando os utentes foram surpreendidos pela marcha das colaboradoras. Durante alguns minutos, os utentes foram brindados com a marcha organizada pelas colaboradoras em honra de São João Batista. Posteriormente o baile continuou com muita alegria e disposição por parte dos utentes e dos colaboradores, no qual, os utentes da Área *Infância* marcaram presença, dando mais cor e alento à festa com a realização da de uma marcha. O baile terminou mais cedo este ano. Ao som da música popular, lá fomos comendo uma sardinha, linguiça e presa assada, terminando a tarde com um caldo verde e um arroz doce. A festa continuou no lar feminino, onde realizámos a marcha e estivemos à conversa com as utentes. Mais uma vez, foi uma tarde muito bem passada. A comemoração dos Santos Populares, é sem dúvida uma das atividades com maior contributo/participação pelos nossos idosos. A FVM tem tido a preocupação de desenvolver atividades que envolvam a comunidade, os idosos e as crianças

Já no dia 23 e 24, as Comemorações dos Santos Populares prosseguiram com o 'Cante ao Jordão', este ano, seguindo-se um lanche convívio.

Os Santos Populares servem de mote de convívio, para além de envolver a tradicional sardinhada, contemplam também atividades recreativas.

Uma forma de possibilitar um dia diferente aos utentes, bem como a partilha de experiências revestem-se de grande importância por permitirem que os mesmos, revivam amizades, partilhem experiências e se sintam 'úteis'. Estes momentos deixam na memória de todos como é agradável o convívio entre os mais novos e os mais velhos. Todos os utentes participaram nesta atividade (participações ativas e algumas participações passivas). No dia 24, as comemorações continuaram com o cante ao cante ao Jordão pelos nossos utentes, bem como, no dia 28 com a visita de alguns utentes ao Jordão da Família Manuel Mendes e ao Jordão Trilhos d'as Pias/Casa do Povo e Associação de foi desta forma, que homenageamos São João Batista. No dia 29, decorreu uma tarde de karaoke para comemorar o Dia de São Pedro. Sem esquecer de mencionar a sessão a no dia 26, com o documentário "Quem faz um Jordão guarda a tradição"

Visita ao Jordão da Família Manuel Mendes e Casa do Povo

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Carolina da Luz Lopes	ERPI: Lar São José	PA
Benta do Serro Carmona	ERPI: Lar Feminino	PA	Cesaltina Lameira Pepe	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Francisco Mariano Pires	ERPI: Lar Feminino	PA
Maria Luzia Espada	ERPI: Lar Feminino	DA	José Avoila Pós-de-Mina	ERPI: Lar Feminino	DA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar Feminino	DA
Maria da Conceição Machado Valente	ERPI: Lar Feminino	PA	Luzia Rosa Carrasco	ERPI: Lar São José	PA
Maria Caeiro Paulo	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Baião Inácio	ERPI: Lar São José	PA
Quintiliana Carrasco Mestre	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Moita Carrasco	ERPI: Lar São José	DA
Antónia Maria Janeiro Carvalho	ERPI: Lar São José	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
Amândio Ramalho Caeiro Carrasco	ERPI: Lar São José	PA	Úrsula Moita Figueira	ERPI: Lar São José	PA
Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar São José	PA			

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **12.07.2023**

Data de Realização da Atividade: 01.06.2023

Designação da Atividade: Comemoração do Dia Mundial da Criança **Local:** Área Infância

Estratégia/Ação:

Realização de jogos de estimulação cognitiva e sensorial; Lanche convívio com a participação de alguns utentes da Área Sénior (Lar Feminino e Lar São José); e Entrega de um presente executado pelos mesmos.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora (relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos – tempo de infância dos nossos idosos), através das expressões e capacidades artísticas e plásticas. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho que desenvolvem. Estes momentos são também importantes para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída.

Avaliação Global:

O Dia Mundial da Criança traz-nos sempre à memória tempos felizes da nossa infância. Por isso mesmo é importante que as nossas crianças passem um dia diferente e mágico, que os acompanhe para o resto das suas vidas. Esse dia é único para todas as crianças, pois são quem merece ter o maior carinho e atenção.

Sempre muito curiosos, as crianças passaram uma manhã por excelência a realizar os mais diversos jogos de estimulação cognitiva e sensorial, e a brincar com os nossos idosos. Assumindo-se como uma das ações de excelência para os mais novos, a comunidade educativa da Creche e Pré-escolar teve uma manhã bastante divertida, com muito espaço para brincar, descobrir e aprender. Para os idosos, basta uma gargalhada e um sorriso das nossas crianças, para alegrar o seu dia e puderem partilhar essa alegria com eles.

Nunca nos vamos esquecer deste dia... as crianças são especiais, serão os adultos do futuro.

Esta atividade contou não só com a participação dos utentes que se deslocaram à Área Infância, bem como, com a participação dos utentes do atelier de expressão plástica.

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Antónia Maria Janeiro Carvalho	ERPI: Lar São José	PA
Bárbara Moita Carrasco	ERPI: Lar Feminino	PA	João Espada Cubaixo	ERPI: Lar São José	PA
Francisca Barão Soares	ERPI: Lar Feminino	PA	Luzia Carrasco Mestre	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria das Candeias Soares Ferro	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Moita Carrasco	ERPI: Lar São José	PA

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Maria da Conceição Machado Valente	ERPI: Lar Feminino	PA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA
Quintiliana Carrasco Mestre	ERPI: Lar Feminino	PA			

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **02.06.2023**

Data de Realização da Atividade: maio de 2023

Designação da Atividade: Adoração à Santa Cruz **Local:** Lar Feminino/Lar São José

Estratégia/Ação:

Montar a Santa Cruz; Rezar à Santa Cruz e o Terço.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade contribuiu para fomentar o convívio entre a instituição/comunidade, proporcionando aos utentes momentos de boa disposição, de contato com a comunidade e a possibilidade de reviver vivências do passado, dando, continuidade a usos e costumes que tinham no passado. Assim como, desenvolver as competências pessoais e sociais da pessoa e, principalmente, da pessoa como elemento pertencente a um grupo.

Avaliação Global:

Por estes dias, a FVM "abriu" as portas à comunidade e várias foram as pessoas que visitaram a nossa Santa Cruz e que se juntaram ao culto pela Nossa Senhora de Fátima.

Segundo a história, não se sabe ao certo a época a que remonta esta tradição, mas conta-se que já durante a 1ª Guerra Mundial era costume os familiares dos soldados erguerem os seus altares como cumprimento de promessas feitas pelo seu bom regresso.

A Santa Cruz ergue-se normalmente numa pequena divisão da casa, sendo completamente forrada de rendas (um altar em degraus coberto de tecido claro, normalmente com bordados e enfeitado com flores), figuras de culto e velas, culminando com a Santa Cruz e rosmaninho espalhado pelo chão.

Dita a tradição, que são 9 dias de Santa Cruz, a partir do dia 3 de maio - Dia da Santa Cruz.

Em relação às utentes da FVM, o gosto pela devoção começou muito cedo. Em casa, a educação passou muito pela religião, orações, missas e todas as festividades religiosas. Estas senhoras antes de adormecerem rezam o terço e fazem as suas orações, adquirindo o mesmo 'ritual' ao acordar.

Nos dias das Santas Cruzes as pessoas que fazem a Santa Cruz rezam esta oração, uma vez por dia.

Esta oração faz-se com a ajuda de um rosário e de vinte grãos.

Na conta que separa as dezenas reza-se:

Reza da Santa Cruz

Cruz divina da Santíssima Cruz
Valha-me a fé do altíssimo Jesus,
Alma minha nascerás, viverás e morrerás,
E ao vale do "Jazefaz" irás
Com Deus te encontrarás,
Assim como "Barrabás",
Que desculpas lhe darás ou retirarás
Que em mim parte não terás,
Que no dia da Santíssima Cruz
Mil vezes disse Jesus.

Jesus (10 vezes) ...

Por cada conta da dezena diz-se o nome de Jesus. Esta oração repete-se cinco vezes num rosário. Terminadas estas cinco vezes tira-se um grão. Quando tivermos retirado todos os vinte grãos (ou seja, dito os vinte terços), teremos dito mil vezes "Jesus".
Reza-se um Pai-Nosso, uma Ave-maria e um Credo, finalizando com o oferecimento à Santa Cruz.
Como o mês de maio é o mês de Nossa Senhora de Fátima, deixamos ficar a Santa Cruz para as utentes prestarem a sua homenagem a Nossa Senhora de Fátima. Sendo que, os nossos antepassados não colocavam ao acaso os objetos que hoje conhecemos como parte integrante da Santa Cruz. Cada objeto tinha o seu simbolismo e a sua razão para estar naqueles belos altares.
Ora vejamos o que conseguimos apurar através de conversas informais com as nossas clientes:
A Bola simboliza o mundo, protegido pelos Anjos.
As Velas simbolizam a luz da fé na Cruz de Jesus. Também tinham a função de iluminar a Santa Cruz.
O Ouro simboliza a riqueza da família, oferecida à Santa Cruz durante as festas como forma de agradecer aquilo que de bom lhe aconteceu.
O Espelho simboliza a luz refletida da Santa Cruz que deve iluminar aqueles que a visitam.
As Searinhas simbolizam as colheitas, principal fonte de sustento das famílias.
O Rosmaninho, planta simples do campo, junta-se às flores e perfuma a Santa Cruz.
As Flores simbolizam a alegria presente na festa e embelezam a Santa Cruz.
E é desta forma, que se processa todos os anos esta atividade 'Adoração à Santa Cruz'.
Esta atividade, contou com a dedicação e empenho de grande parte dos utentes. Desde a preparação, decoração, ida ao campo para apanhar o rosmaninho, até à reza do terço e/ou simplesmente à adoração.

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **02.06.2023**

Data de Realização da Atividade: 18.05.2023

Designação da Atividade: Comemoração do Dia da Espiga, Quinta-feira da Ascensão **Local:** Campo

Estratégia/Ação:

Ida ao campo apanhar o ramo de espiga.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho a desenvolver. Estes momentos são indispensáveis para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída, o que possibilita o aumento das capacidades de relacionamento e de interação entre a pessoa idosa e o grupo ao qual pertence – coesão grupal.

Avaliação Global:

A Festa da Espiga é uma Festa profundamente rural ligada ao aloirar das searas e à multiplicação das flores que anunciam o pão e a vida. Quinta-feira da Ascensão é uma festa religiosa católica, que celebra a ascensão de jesus ao céu, depois de ter sido crucificado e de ter ressuscitado. Há locais onde é mesmo dia feriado. A Ascensão ocorre cerca de quarenta dias depois da Páscoa, e é sempre a uma quinta-feira. Nesta data celebra-se também o Dia da Espiga ou Quinta-feira da Ascensão. Outrora no Dia da Espiga, dia sagrado da terra, rapazes e raparigas largavam a enxada e saíam para o campo, de manhã cedo, aproveitando os dias cheios de sol e a imensa alegria que emana da terra e dos homens, para folgarem e colherem uma espiga de trigo e um ramo de oliveira, que haveriam de compor o ramo da espiga. O ramo é guardado por trás da porta, ao longo de um ano, até ao Dia da Espiga do ano seguinte, pendurado algures dentro de casa.

Esta tradição, poderá ter nascido de um antigo ritual cristão, a bênção aos primeiros frutos, tendo maior incidência no centro e sul de Portugal. Hoje em dia, esta prática encontra-se quase desaparecida, encontrando-se apenas na memória de alguns.

Desta forma, no dia 18 de maio, depois do pequeno-almoço lá fomos nós para o campo, apanhar a espiga. Este ano (e como já é habitual), fomos para estrada que liga Vale de Vargo a Belmeque, onde apanhámos espiga, papoilas, malmequeres, raminhos de oliveira, giestas, entre outras flores campestres.

Já na FVM, e tal como manda a tradição, fizermos o respetivo raminho (inclusive para todos os utentes que não participaram ativamente na atividade), e pendurámos os raminhos pelos quartos e salas dos utentes, onde ficarão conservados durante todo o ano, até serem substituídos pela *Espiga* do ano seguinte.

Desta forma, todos os utentes acabaram por participar e se sentir envolvidos nesta atividade, que tem como objetivo manter viva a tradição, usos e costumes, preservar e reviver tempos de outrora e divulgar os conhecimentos/saberes "Saber/Fazer". Foi uma manhã muito bem passada, brincámos, rimos e ainda nos divertimos a tirar umas bonitas fotografias pelos campos fora, a cantar a moda "Quinta-feira d'Ascensão" (alegres momentos de convívio e experiências, possibilitando aos idosos 'momentos' de carácter recreativo fora da Instituição).

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **26.05.2023**

Data de Realização da Atividade: 12.05.2023

Designação da Atividade: Visita à Feira de maio, Moura

Local: Pavilhão de Feiras e Exposições, Moura

Estratégia/Ação:

Visita ao certame da Feira Tradicional.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico e motor do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade através de hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que estão inseridos, promovendo a comunicação e a interação grupal.

Avaliação Global:

Durante a visita à feira, para além das tradicionais "barraquinhas" de feira, fomos prendados com várias exposições (nomeadamente de escolas profissionais do Distrito e empresas locais), venda de artesanato e de produtos locais, expositores de produtos nacionais e tasquinhas com petiscos da região.

Ao longo da visita pelo certame, tivemos oportunidade de comprar algumas das iguarias típicas das nossas feiras, como por exemplo, a tradicional pinhoada e farturas. E ainda, houve tempo para uma troca de conversa com pessoas conhecidas que fomos encontrando. Feitas as compras e uma vez que, estávamo-nos a aproximar da hora de almoço, regressámos a casa.

E assim, decorreu mais uma visita cultural do nosso PDAP. Esta visita é bastante importante para os utentes, reporta-os ao antigamente, aos tempos de mocidade quando vinham à feira de Moura comprar roupa, calçado, comida (os tradicionais pêros), artigos para casa e comer o 'franganito' assado.

Há uma troca de vivências e partilha.

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	José Joaquim Baião Pinto	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Moita Carrasco	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Machado Valente	ERPI: Lar Feminino	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
Antónia Maria Janeiro Carvalho	ERPI: Lar São José	PA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA
Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar São José	PA			

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **16.05.2023**

Data de Realização da Atividade: 27.04.2023

Designação da Atividade: Visita à 39ª Feira da Ovibeja **Local:** Pavilhão de Feiras e Exposições, Beja

Estratégia/Ação:

Visita à Feira de Agricultura do Alentejo.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico, motor e cognitivo do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade através de hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que estão inseridos.

Avaliação Global:

Este ano, almoçámos na FVM e saímos para Beja por volta das 13:00. Durante a viagem aproveitámos para conversar e cantar umas modas alentejanas. Quando chegámos à 'Ovibeja' tivemos que entregar a respetiva credencial que possibilita o controlo de instituições visitantes. A 'Ovibeja', é uma feira que conta todos os anos com a presença de milhares de visitantes, bem como, com os mais variados expositores de gado, de artesanato e de produtos locais e de outras regiões do nosso País. A 'Ovibeja' é sem dúvida *Todo o Alentejo deste Mundo*. Assim sendo, demos logo início à nossa visita pela 'Ovibeja'. Começámos por visitar o pavilhão onde estavam representadas as mais variadas localidades do Distrito de Beja, como por exemplo, Almodôvar, Alvito, Barrancos, Serpa, Mértola, entre outras e só depois prosseguimos para o pavilhão onde se encontrava os ovinos, caprinos, bovinos suínos e alguns artigos relacionados com estes animais. Prosseguimos a nossa visita da tarde pelo pavilhão dos stands de automóveis e de produtos de uso doméstico, depois fomos até ao pavilhão das mais belas e representativas iguarias do nosso Alentejo, bem como, nacionais, como por exemplo, os queijos, enchidos, o azeite e o vinho, seguindo-se o pavilhão do cante alentejano. Depois nada melhor do que, parar um pouco para descansar e continuar a visita. Neste tempo de espaço, aproveitámos para relembrar hábitos e costumes, recordar os primeiros anos de feira, como era, o que mudou, encontrar pessoas conhecidas. Vencidos por o cansaço, já não conseguimos visitar o pavilhão dedicado ao vestuário e aos artigos de decoração. Por volta das 16h dirigimo-nos às carrinhas para seguirmos rumo até Pias. Mas antes, aproveitámos para saciar a fome no parque de merendas de Beja. Foi assim desta maneira que desfrutámos da melhor maneira possível a tradicional feira do distrito.

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Moita Carrasco	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria das Candeias Soares Ferro	ERPI: Lar São José	DA

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar Feminino	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
Carolina da Luz Lopes	ERPI: Lar São José	DA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA
Carlos Manuel Santos Coelho	ERPI: Lar São José	DA			

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **08.05.2023**

Data de Realização da Atividade: 05&06.04.2023

Designação da Atividade: Comemoração da Páscoa **Local:** Lar Feminino, Lar São José e Domicílios

Estratégia/Ação:

Elaboração de materiais decorativos; Decoração de ERPI; Realização de uma tarde de cantares Alentejanos com o Grupo Musical 'Molisnando'; Realização de uma "Tarde de Fados no Lar', pelas colaboradoras da FVM.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer e o entretenimento, de forma a avivar as memórias de outrora. Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos, criatividade e imaginação (dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos). Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo, quer preservar a identidade de cada idoso. Estes momentos possibilitam que passemos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída. Mas acima de tudo, revisitar as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida e proporcionar o divertimento, o bem-estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e colaboradores, reconhecendo o valor do trabalho em equipa. No fundo é trazer um 'bocadinho' da tradição para dentro da ERPI, o que nos torna mais próximos, de maneira que os idosos possam desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural. E ao mesmo tempo, estabelece a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa.

Avaliação Global:

Após o Carnaval, começámos logo a construir os materiais decorativos para a Páscoa, nomeadamente a caixa-presente para as amêndoas. Na semana da Páscoa, procedemos às decorações de ERPI.

No dia 05 de abril do presente ano, realizou-se uma tarde de cantares alentejanos com a presença do Grupo Musical 'Molisnando'.

Na tarde de 06 de abril, realizou-se uma tarde de fados no lar, pelas trabalhadoras. Durante esta tarde, foram vários os fadistas que passaram pelo nosso lar. Recebeu como fadistas algumas das nossas colaboradoras e como guitarristas, tivemos a participação dos utentes Francisco Pires e Manuel Paulino.

Os utentes estavam radiantes, deliciados com a tarde de fados e com a capacidade de interpretação das nossas colaboradoras nas mais diversas festas. Alguns referiram o facto de se sentirem mesmo numa casa de fados e da importância de poderem recordar alguns dos fados da fadista e da sua mocidade. A decoração, o espírito vivido e até mesmo, a refeição em si (a carne e a linguiça foi assada à hora do jantar).

Os utentes referiram o quanto é importante a realização deste tipo de atividade e que se deveriam realizar muitas mais vezes. É uma tarde diferente e por minutos os utentes dizem esquecer os problemas que cada um tem. Esta atividade contou com a participação de todos os utentes, e com a presença de alguns familiares e amigos. A entrega das amêndoas no SAD procedeu-se à hora do almoço, no Lar Feminino a seguir ao lanche-convívio e no Lar São José, no final do jantar.

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **14.04.2023**

Data de Realização da Atividade: 17.03.2023

Designação da Atividade: Visita à XIV Feira do Azeite de Vale de Vargo **Local:** Largo da Igreja, Vale de Vargo

Estratégia/Ação:

Visita ao certame do Azeite.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico, motor e cognitivo do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade através de hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que estão inseridos.

Avaliação Global:

No âmbito da XIV Feira do Azeite do concelho, Vale de Vargo acolheu de 17 a 19 de Março de 2023 mais uma edição da mesma, com a finalidade de promover o azeite que se produz em Vale de Vargo e noutras localidades do concelho. Durante a visita à feira, fomos prendados com várias exposições, venda de artesanato e de produtos locais, e pelas tasquinhas da Comissão de Festas, bem como, da Associação 'MotoClube' de Vale de Vargo, com petiscos da região. Ao longo da visita pelo certame do Azeite, tivemos oportunidade de provar algumas das iguarias representadas nesta feira, tais como, os famosos queijos, provas de azeite, ao mesmo tempo, decorreriam colóquios sobre o tema. Como já estávamos um pouco cansados, deixámo-nos ficar pela zona de restauração, local onde encontrámos 'velhos amigos' e ainda alguns familiares. Seguiu-se o lanche, na zona da restauração. Sendo assim, despedimo-nos até 2024!

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar São José	PA
Maria Caeiro Paulo	ERPI: Lar Feminino	PA	Luzia Rosa Carrasco	ERPI: Lar São José	DA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
António José Venâncio Vacas	ERPI: Lar São José	PA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA

Nome do(s) Colaborador(es)	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.03.2023**

Data de Realização da Atividade: 24.02.2023

Designação da Atividade: Visita à XIX Feira do Queijo do Alentejo, Serpa **Local:** Pavilhão de Feiras e Exposições, Serpa

Estratégia/Ação:

Visita ao certame do Queijo

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico, motor e cognitivo do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade através de hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que estão inseridos, promovendo a comunicação e a interação grupal.

Avaliação Global:

No dia 24 de fevereiro fomos visitar o certame do queijo.

Ao longo da visita pelo certame do queijo, tivemos oportunidade de provar alguns dos queijos da nossa região e de regiões como a Serra da Estrela, tal como, os famosos enchidos, o que facilitou na compra. Realizada anualmente, a Feira do Queijo do Alentejo pretende primar este emblemático produto do concelho a par dos outros produtos regionais de qualidades tais como os enchidos, o azeite, o vinho, o mel, o pão e as azeitonas. Servindo como exemplo, a forte presença neste certame das tasquinhas, com os petiscos locais e o imprescindível cante alentejano. Alguns utentes aproveitaram para beber um copo de vinho e fazer algumas compras. Durante a visita pudemos observar a demonstração de pastoreio (tosquia das ovelhas). O que agrada bastante aos nossos idosos, uma vez que, maioritariamente trabalharam no setor agrícola. Como já se fazia tarde, aproveitámos para lanchar no recinto da feira, enquanto os utentes assistiam a um momento musical. Assim, decorreu mais uma visita ao certame do queijo, depois de reencontrarem 'velhos amigos'. Regressámos a Pias com uma enorme satisfação. Para o ano há mais!

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	José Joaquim Baião Pinto	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Lourenço Farinho Inácio	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar São José	PA
António José Venâncio Vacas	ERPI: Lar São José	DA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar São José	PA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Patrício Guerreiro

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **01.03.2023**

Data de Realização da Atividade: 17&20.02.2023

Designação da Atividade: Comemoração do Carnaval 'Entrudo' **Local:** Lar Feminino e Lar São José

Estratégia/Ação:

Elaboração de materiais decorativos; Decoração da ERPI; Tarde de karaoke com a participação de algumas trabalhadoras; Realização de um Baile com o Organista Francisco Galhoz; e Recriação de alguns momentos de circo com a participação de algumas trabalhadoras.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora (relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos), através das expressões e capacidades artísticas e plásticas. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho que desenvolvem. Estes momentos são também importantes para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída. No fundo é trazer um 'bocadinho' da tradição para dentro de ERPI, o que nos torna mais próximos.

Avaliação Global:

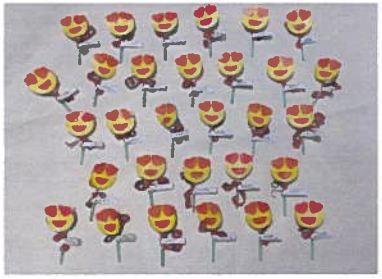
No dia 20 de fevereiro o Baile de Máscaras contou com a presença do organista Francisco Galhoz, onde não faltou muita música, dança, disposição, alegria e o delicioso lanche (com o tradicional doce da época - os borrachos). O refeitório do Lar São José estava decorado a rigor, com várias máscaras construídas pelos utentes e as tradicionais serpentinas. Este ano, os utentes tiveram como máscara, os tão modernos 'Photo Booth 'Ninguém leva a mal... Entrudo!'. Todos os interessados estavam convidados a estarem presentes, bem como, a mascararem-se e participarem no divertimento que é o Carnaval. Como diz o ditado. *É Carnaval, ninguém leva a mal*!

As colaboradoras mascaradas, à hora do lanche andaram a espalhar umas valentes gargalhadas e alguns sorrisos às utentes do Lar Feminino, pelo lar a dentro, este ano, com a recriação de alguns momentos alusivos ao circo.

Durante o baile, os utentes da Área *Sénior* foram surpreendidos com a presença dos vários mascarados. Seguiu-se um lanche convívio para todos os presentes, onde todos se divertiram a cantar e dançar. A tarde passou num instante.... Foi uma tarde centrada no disfarce, na música e na dança, onde a folia foi fator reinante, e não faltou alegria e animação onde todos se divertiram e onde procurámos partilhar afetos! O resultado foi muito positivo na medida em que, esta atividade contou com a participação de todos os utentes de ERPI. No final, pediram que a iniciativa se repita, nomeadamente no dia da atividade de karaoke - no dia 17 de fevereiro.

Bem-haja a todos os presentes e ao empenho que dedicaram a esta festa!

Registos Fotográficos:



A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **28.02.2023**

Data de Realização da Atividade: **05&06.01.2023**

Designação da Atividade: **Comemoração do Dia de Reis** **Local:** **Salão, Lar Feminino e Refeitório, Lar São José**

Estratégia/Ação:

Realização de uma 'Tarde de Cantares Alentejanos no Lar' com o 'Cantar aos Reis', com o Grupo Coral e Etnográfico 'Os Camponeses' de Pias e com o Grupo Coral Feminino 'As Ceifeiras' de Pias.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho a desenvolver. Estes momentos, são também importantes para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída. No fundo é trazer um 'bocadinho' da tradição 'Cantar aos Reis' do concelho de Serpa, nomeadamente de Pias para dentro do lar, o que nos torna mais próximos.

Avaliação Global:

O dia de Reis comemora-se no dia 6 de janeiro.

Os Reis como todos sabem, eram três cavaleiros que vieram do Oriente montados em camelos, avisados por uma estrela, que tinha nascido um menino, chamado Jesus. Que viera ao mundo para ser o Salvador de todos nós. Como eram reis e estudavam os astros, viram logo o que aquela estrela queria dizer, e seguiram sempre pelo caminho que a estrela indicava. Os seus nomes eram: Baltazar, Belchior e Gaspar e trouxeram de presentes, ouro, incenso e mirra.

Em Portugal as pessoas juntam-se em grupo e vão pelas portas 'Cantar os Reis' que são canções tradicionais da vida de Jesus e saudações à família e donos da casa. Depois de cantarem, os donos da casa, convidam-nos para entrar e oferecem-lhes comida e bebida.

No passado dia 5 e 6 de janeiro cumpriu-se mais uma vez a tradição e cantou-se aos Reis na FVM.

No dia 5, à hora do jantar contámos com a presença do Grupo Coral Feminino 'As Ceifeiras' de Pias, que deliciaram os nossos utentes com os seus cantares, que tanto apreciam. E ainda houve tempo, para um lanche convívio recheado de algumas das nossas iguarias alentejanas, acompanhados pelos cantares de outrora dos nossos utentes, em jeito de saudação ao rancho. No dia 6, as comemorações dos reis continuaram com o cante aos reis e karaoke por um grupo de trabalhadoras, à hora do lanche, e ao jantar, com o Grupo Coral 'Os Camponeses de Pias'.

Todos os utentes gostaram, uns com mais alegria, outros mais emocionados, mas são sempre, momentos diferentes do dia-a-dia, que fazem esquecer as agruras desta vida já tão 'cansada'.

Seguiu-se um lanche de confraternização.

Esta atividade contou com a participação de todos os utentes da Área *Sénior*, Lar Feminino e Lar São José (exceto acamados).

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **16.01.2023**

Data de Realização da Atividade: dezembro 2022

Designação da Atividade: Comemoração do Natal **Local:** Lar Feminino, Lar São José e Domicílios

Estratégia/Ação:

Elaboração de materiais decorativos; Decoração de ERPI; Recriação do programa de televisão 'Natal dos Lares' com momentos de animação musical', pelas trabalhadoras da FVM, e alguns utentes; Natal em Todo o Lado, SAD - Partilha de Afetos, SAD e ERPI, com o Natal em Família; Celebração Eucarística; Visita à Igreja Paroquial de Pias; e Festa Fim de Ano.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer e o entretenimento, de forma a avivar as memórias de outrora. Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos, criatividade e imaginação (dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos). Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo, quer preservar a identidade de cada idoso. Estes momentos possibilitam que passemos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída. Mas acima de tudo, revisitar as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida e proporcionar o divertimento, o bem-estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e colaboradores, reconhecendo o valor do trabalho em equipa. No fundo é trazer um 'bocadinho' da tradição para dentro da ERPI, o que nos torna mais próximos, de maneira que os idosos possam desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural. E ao mesmo tempo, estabelece a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa.

Avaliação Global:

Desde o início do mês de dezembro até ao dia das comemorações natalícias, andámos em decorações e preparativos para receber o Nascimento do Menino.

No dia 15, demos início às comemorações natalícias com a festa de natal. Mas desta vez, com a atividade recriação do programa de televisão 'Natal dos Lares', com momentos de animação musical, com a participação das trabalhadoras da FVM, e alguns utentes. E foi assim, desta forma simples, humilde e num ambiente de dinamismo que decorreu mais uma Festa de Natal! Com a entrega de presentes de natal do Conselho de Administração. Importa ainda dizer, que os materiais decorativos presentes por toda a instituição, foram construídos pelos próprios utentes, bem como, as caixas de bombons, os anéis para os guardanapos e os castiçais para decorar as mesas do jantar de Natal.

No dia 19 e 20 de dezembro, sem esquecer que o Natal é uma época de reflexão, partilha e amor, fomos entregar os presentes de Natal aos utentes de SAD (presente do Conselho de Administração e o presente elaborado por os utentes de ERPI), partilhámos sorrisos, abraços, emoções... o bom que é viver!

O Natal da FVM foi celebrado em todas as respostas sociais/serviços da instituição, e contou com a participação massiva dos utentes de ERPI, num espírito de confraternização, respeito, partilha e solidariedade pelos utentes, famílias e colaboradores, cujas iniciativas, boas vontades e disponibilidades ajudaram a animar todo o ambiente natalício desta grande estrutura social.

No dia 22, celebrámos o 'Natal em Família', com a entrega dos presentes de Natal – famílias e realização de lanche convívio.

No dia 28, visitámos a Igreja Paroquial de Pias, de maneira a proporcionar aos utentes momentos de reflexão/oração, relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos com o tradicional 'Cante ao Menino'.

No dia 25, a equipa técnica deslocou-se à instituição para passar a tarde de Natal com os utentes, num lanche-convívio, com cânticos natalícios. Para finalizar, no dia 30 realizámos um lanche-convívio para nos despedirmos de 2022, com uma tarde de karaoke.

Os utentes referiram mesmo, ter sido uma das melhores festas de Natal. Para isso, muito contribuiu a participação da FVM, na atividade 'Natal no Jardim'. E ainda fomos presenteados com a oferta pela Junta de Freguesia de Pias, com umas bolachas, bem como, no dia 4 de janeiro fomos visitar o presépio de Vale de Vargo.

Todos os utentes participaram direta ou indirectamente nas comemorações natalícias, demonstrando interesse e satisfação. Mas com um sabor a saudade tendo em conta a época festiva que é uma quadra inteiramente da família.

Visita à Igreja Paroquial de Pias

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Caeiro Paulo	ERPI: Lar Feminino	PA
Bárbara Caeiro Carrasco	ERPI: Lar Feminino	PA	Quintiliana Carrasco Mestre	ERPI: Lar Feminino	PA
Benta do Serro Carmona	ERPI: Lar Feminino	PA	Teresa Caeiro Carrasco	ERPI: Lar Feminino	DA
Francisca Barão Soares	ERPI: Lar Feminino	DA	António José Venâncio Vacas	ERPI: Lar Feminino	DA
Joana Batalha Guerreiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Carolina da Luz Lopes	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Guerreiro Oliveira	ERPI: Lar Feminino	PA	Lourenço Farinho Inácio	ERPI: Lar São José	PP
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Luzia Carrasco Moita Coelho	ERPI: Lar São José	DA
Maria Luzia Espada	ERPI: Lar Feminino	PA	Luzia Rosa Carrasco	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Moita Reis	ERPI: Lar São José	DA
Maria Benedita Santos Inês	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Galado Afonso	ERPI: Lar São José	PA
Maria Isabel Pardal Aleixo	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Baião Inácio	ERPI: Lar São José	PA
Maria Ludovina Salvadinho Grou	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria de Fátima Rosa Guerreiro	ERPI: Lar São José	PA
Mavília Francisca Vilhena Guerreiro	ERPI:	PA			

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

	Lar Feminino				
Maria Correia Baião	ERPI: Lar Feminino	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PP
Maria Moita Galinha	ERPI: Lar Feminino	PA	Teresa Borges Grou	ERPI: Lar São José	PA

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

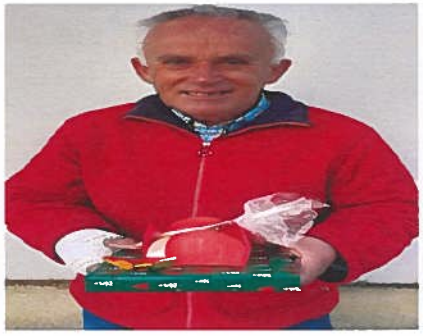
Visita ao Presépio de Vale de Vargo

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[2]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Caeiro Paulo	ERPI: Lar Feminino	PA
Bárbara Caeiro Carrasco	ERPI: Lar Feminino	PA	Quintiliana Carrasco Mestre	ERPI: Lar Feminino	PA
Benta do Serro Carmona	ERPI: Lar Feminino	PA	António José Venâncio Vacas	ERPI: Lar Feminino	PA
Francisca Barão Soares	ERPI: Lar Feminino	PA	Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar Feminino	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Lourenço Farinho Inácio	ERPI: Lar Feminino	PA
Maria da Conceição Hilário Colaço Pinheiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Luís António Joaquim Verónica	ERPI: Lar São José	PA
Maria da Conceição Machado Valente	ERPI: Lar Feminino	PA	Maria Galado Afonso	ERPI: Lar São José	PA
Maria Ludovina Salvadinho Grou	ERPI: Lar Feminino	PA	Manuel Arsénio Paulino	ERPI: Lar São José	PA
Mavília Francisca Vilhena Guerreiro	ERPI: Lar Feminino	PA	Úrsula Moita Figueira	ERPI: Lar São José	PA
Maria Correia Baião	ERPI: Lar Feminino	PA			

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Mónica Rosinha
	Patrício Guerreiro

[2] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

Registos Fotográficos:



A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **10.01.2023**

Data de Realização da Atividade: novembro 2022

Designação da Atividade: Comemoração do Dia de São Martinho **Local:** Refeitório Lar Feminino e Lar São José

Estratégia/Ação:

Elaboração de materiais decorativos Decoração da ERPI; Celebração Eucarística; Visita à Adega Margaça; e o Tradicional Baile de São Martinho com o organista Francisco Galhoz; Recriar episódios/momentos alusivos ao dia, de maneira a reviver tradições.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, entrevistas e reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a avivar as memórias de outrora, através da expressão plástica. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho que desenvolvem. Estes momentos são também importantes para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída. No fundo é trazer um 'bocadinho' da tradição para dentro do lar, o que nos torna mais próximos, de maneira que os idosos possam desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural.

Avaliação Global:

No passado dia 11 de novembro, festejou-se o dia de São Martinho com um Convívio na FVM, tendo como objetivo promover o respeito pelas tradições, a cultura popular, o espírito de confraternização e solidariedade, entre, idosos, colaboradores e familiares/amigos.

Previamente fez-se a tradicional decoração do espaço (salas de estar, Lar Feminino e sala de utentes, Lar São José) com castanhas, folhas, ouriços, um castanheiro, pipas, para além, dos ramos de azinheira e parreira que fomos apanhar no campo. Não esquecendo de mencionar que os cartuchos foram elaborados pelos utentes.

A nossa festa de São Martinho teve início as 15.00 no Lar Feminino, no qual, dinamizámos momentos representativos do dia-a-dia, de modo a reviver tradições seguindo-se o lanche no refeitório. Continuámos a festa, no Lar São José, com o tradicional baile de São Martinho, para além da linguiça e da mista grelhada, puderam apreciar as delícias da época, tal como as castanhas, as batatas-doces e os marmelos assados, bem como, romãs, bolotas, nozes e amêndoas, acompanhado de um copo de vinho tinto ou branco.

A nossa festa de São Martinho contou com a participação de todos os utentes de ERPI e com a participação das utentes de SAD, Ana Braga e Maria Úrsula de Santo António.

As comemorações do São Martinho iniciaram no dia 08 de novembro com um momento de reflexão, partilha e solidariedade durante a celebração eucarística, no Salão, Lar Feminino. No dia 09 de novembro, continuámos com a visita à adega 'Margaça'

E foi assim, desta forma simples e tradicional que decorreu mais uma atividade. Onde todos os utentes da Área Sénior participaram.

Foi muito divertido e as castanhas estavam deliciosas!

Registos Fotográficos

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **23.11.2022**

Data de Realização da Atividade: 04.10.2022

Designação da Atividade: Comemoração do Dia Mundial do Idoso e da Música **Local:** Refeitório, Lar Feminino e Lar São José

Estratégia/Ação:

Realização de uma Tarde de Cantares Alentejanos com o Grupo de Música Tradicional Alentejana 'De Pantanas'.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais* quer individuais quer em grupo, constatámos que esta atividade foi importante também para promover o convívio, lazer, entretenimento e a troca de saberes, de forma a promover o envelhecimento ativo e solidariedade entre gerações. Na medida em que, estes são, além disso, momentos plenos de convívio, interconhecimento e ajuda, e permitem fortalecer tanto a identidade do grupo como o trabalho que desenvolvem. Estes momentos são também importantes para passarmos mais tempo juntos e convivermos uns com os outros de forma descontraída.

Avaliação Global:

Anualmente é comemorado o Dia Mundial do Idoso e a FVM não quis deixar de assinalar este dia, instituído em 1991 pela Organização das Nações Unidas. Tem como objetivo sensibilizar os utentes para as questões do envelhecimento e da necessidade de proteger e cuidar a população mais idosa. A mensagem do dia do idoso é passar mais carinho aos idosos, muitas vezes esquecidos pela sociedade e pela família. Relembrando que esta data deveria ser comemorada todos os dias, pois, os idosos merecem todo o nosso respeito e dedicação e que, um dia seremos todos idosos. Tendo como objetivo, sensibilizar a comunidade para as questões do envelhecimento, respeitar as pessoas idosas é tratar o futuro com respeito.

Este ano, a animação esteve a cargo do Grupo de Música Tradicional Alentejana 'De Pantanas'. A tarde passou num instante, foi uma tarde bastante animada, com muita emoção à mistura. Neste dia, não faltou alegria, emoção, paz e sobretudo amor no coração. Tendo como objetivo reforçar os três princípios prioritários do nosso PADP, sendo eles: promover a participação ativa dos utentes; e promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos utentes, uma vez que estes tentam desfazer a imagem pré-concebida que esta população-alvo é 'velha' e 'inútil'.

Esta atividade envolveu todos os utentes da ERPI e do SAD, uma vez que, todos os utentes tiveram direito a uma pequena lembrança, uma caixinha com rebuçados. No entanto, os utentes acamados de ERPI, bem como os utentes de SAD participaram passivamente na atividade. Os restantes utentes de ERPI, Lar Feminino e Lar São José participaram ativamente nesta atividade, quer por a participação no atelier de expressão plástica (preparação da Comemoração do Dia Mundial do Idoso e da Música), bem como, por a participação na atividade (assistir ao evento).

Registos Fotográficos

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **10.10.2022**

Data de Realização da Atividade: 09.09.2022

Designação da Atividade: Visita à Feira de setembro, Moura

Local: Pavilhão de Feiras e Exposições, Moura

Estratégia/Ação:

Visita ao certame da Feira Tradicional.

Avaliação da Execução:

Através das técnicas utilizadas para a operacionalização da intervenção, *observação participante e não participante, reuniões/conversas formais e informais*, constatámos que esta atividade permitiu incrementar momentos de lazer com os idosos de forma a combater o sedentarismo/inércia, de forma a estes se sentirem valorizados e ao mesmo tempo, estimular o desenvolvimento físico, motor e cognitivo do idoso. Na medida em que, o diagnóstico permanente das necessidades possibilita o desenvolvimento de uma estratégia com expectativas e as vontades dos idosos, possibilitando uma abordagem de grande proximidade através de hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que estão inseridos, promovendo a comunicação e a interação grupal.

Avaliação Global:

Mais um ano que marcámos presença na tradicional feira de setembro. Como já é habitual, iniciámos a nossa visita pelos pavilhões, pois para além das tradicionais "barraquinhas" de feira, fomos prendados com várias exposições (nomeadamente de escolas profissionais do Distrito e empresas locais), venda de artesanato e de produtos locais, expositores de produtos nacionais e tasquinhas com petiscos da região. Ao longo da visita pelo certame, tivemos oportunidade de comprar algumas das iguarias típicas das nossas feiras, como por exemplo, queijos, bolos e pinhoada. E ainda, houve tempo para uma troca de conversa com pessoas conhecidas que fomos encontrando. Feitas as compras e uma vez que, estávamo-nos a aproximar da hora de almoço, regressámos a casa. Mas este ano, sem as tradicionais e tão aguardadas farturas que os utentes tanto gostam. Pois, a 'barraca' estava fechada. Como era de esperar, os utentes manifestaram algum desagrado/aborrecimento. Esta visita é bastante importante para os utentes, reporta-os ao antigamente, aos tempos de mocidade quando iam à feira de Moura comprar roupa, calçado, comida (os tradicionais peros), artigos para casa e mais recentemente, comer o 'franganito' assado. A feira de Moura significava o fim da apanha do figo. Esta atividade, permite uma troca de vivências e partilha (um recordar de experiências que perduram no tempo). Embora os utentes, refiram que a feira de Moura já não é o que era. Pois, as pessoas hoje em dia têm acesso a todos os produtos em qualquer época do não.

Assim, correu mais uma ida à tradicional feira de setembro.

Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação[1]	Utente/Participante	Resposta Social	Tipo de Participação
Ana Banha Caeiro Pinto	ERPI: Lar Feminino	PA	Bento Francisco da Luz	ERPI: Lar São José	PA
Mariana Augusta Ramos Fialho	ERPI: Lar Feminino	PA	Lourenço Farinho Inácio	ERPI: Lar São José	PA

[1] **Legenda: PA** (Participação Ativa; **PP** (Participação Passiva); **DA** (Desistência da Atividade)

António José Venâncio Vacas	ERPI: Lar São José	PA	Manuel António Canhoto	ERPI: Lar São José	PA

Nome do(s) Colaborador(es)	Maria José Rita
	Patrício Guerreiro

Registos Fotográficos:

A Técnica Superior de Animação Sociocultural: Maria José Rita Data: **29.09.2022**

Apêndices III

Fundação Viscondes de Messangil

Avaliação do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP) 2022/2023

ÁREAS	PRINCÍPIOS ORIENTADORES	OBJETIVOS GERAIS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	AÇÕES	COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER	ATIVIDADES	TAREFAS	CRONOGRAMA 2022/2023 (S O N D J F M A M J J A)	RECURSOS: HUMANOS	RECURSOS: FÍSICOS	RECURSOS: MATERIAIS	RESPONSÁVEIS
	Promover a autonomia e a qualidade de vida dos utentes	1.Trabalhar as principais capacidades funcionais/cognitivas	1.1. Fomentar a manutenção e/ou melhoria da autonomia de 30% dos utentes;	Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição	*Proporcionar/ fomentar o gosto pelo nosso património - Património local; *Divulgar os conhecimentos/ saberes -"Saber/Fazer"	Visita à Feira do Queijo do Alentejo, Serpa	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Motorista/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Realização de visitas culturais; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'		*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora; *Diretora Técnica e Gestora de Qualidade; *Assistentes Sociais; *Educadora de Infância; *Chefe de Recursos Humanos; *Encarregadas Gerais; *Colaboradores; *Utentes; *Parceiros	*Diversos locais	*Material didático; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Máquina Fotográfica (...)	*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora
						Passeio à Praia Fluvial da Tapada Grande da Mina de São Domingos						
						Visita à Feira do Presunto e dos Enchidos de Barrancos						
						Visita à Feira Anual de Maio, Moura						
						Visita à 39ª Feira da 'Ovibeja'						
						Visita à Feira Anual de Setembro, Moura						
						Visita à Feira do Azeite de Vale de Vargo						
						Comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e dos Sítios						
						Visita a uma Adega						
						Visita ao Presépio de Vale de Vargo						
			1.2. Desenvolver atividades com os idosos de forma a estes se sentirem valorizados		*Expressar sentimentos de fé	Visita à Paróquia de Pias						
					*Fomentar o trabalho em parceria; *Preservar e reviver as tradições; *Partilhar alegres momentos de convívio e experiências	Participação no Cortejo Etnográfico de Pias	*Contactar as entidades competentes para possível cedência de transporte; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Participação em atividades comunitárias/locais; *Organização/preparação dos materiais decorativos; e Decoração do reboque					

			1.3. Proporcionar a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas/memória de 50% dos utentes		*Desenvolver a motricidade global, a coordenação motora e mental, a agilidade e a sensibilidade	Aulas de Psicomotricidade/ Ginástica Geriátrica com Dinâmicas de Grupo	*Reuniões informais com o Animadora Sociocultural/Monitora; *Realização de exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade (exercícios de aquecimento e relaxamento) com dinâmicas de grupo; *Ginástica passiva através de jogos com bolas, balões, etc; *Realização de aulas geriátricas semanalmente; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'													*Animadora Sociocultural; *Monitora	*Sala de utentes, Lar Feminino e Lar São José	*Material de ginástica	
						Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física	*Realização de exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade (exercícios de aquecimento e relaxamento) com dinâmicas de grupo; *Ginástica passiva através de jogos com bolas, balões, etc																
					*Desenvolver e estimular a concentração, a memória; as capacidades de raciocínio e os sentidos; *Desenvolver a agilidade mental e o vocabulário	Assinalar o Dia da Doença de Alzheimer	*Realização de Jogos de Estimulação Cognitva - Jogos de Concentração e Memória; *Jogos de Mesa/Tabuleiro; *Jogos Sensoriais																
						Comemoração do Dia Mundial da Alfabetização/ Atividade 'Viver e Aprender'	*Estimular/aprender a escrever; *Momentos de leitura; *Realização de Jogos de Estimulação Cognitva - Jogos de Concentração e Memória																
						Comemoração do Dia Mundial dos Correios	*Elaboração de uma carta para os respetivos familiares/amigos																
		2. 2.Estabelecer relações intergeracionais	2.1. Consciencializar 20% dos utentes para visitas culturais e a prática de exercício físico;		*Desenvolver aptidões individuais de destreza manual; *Estimular a criatividade; *Desenvolver o gosto e sentido estético; *Promover o convívio dos utentes	Comemoração do Carnaval 'Entrudo'	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Chefe de Recursos Humanos/Educadora de Infância/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e dos fatos/acessórios de Carnaval; *Decoração da ERPI; *Baile de Máscaras; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														*Instalações da FVM		
					*Desenvolver a agilidade mental; *Promover o entretenimento; *Estimular a criatividade na escrita; *Sensibilizar para hábitos de poupança dos recursos naturais	Realização de Atividades Lúdico-recreativas e Jogos de Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora	*Realização de Jogos de Mesa /Tabuleiro, incluindo jogos de estimulação cognitiva 'Sopa de Letras'; *Realização de Jogos de Memória/Lúdicos; *Elaboração de trabalhos manuais; *Pesquisa bibliográfica; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'																

			*Desenvolver a agilidade mental; *Promover o entretenimento	Comemoração do Dia Mundial do Puzzle	*Construção de Puzzles; *Realização de Jogos de Estimulação Cognitva e de Memória	*Material didático; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Máquina Fotofráfica; (...)
				Comemoração do dia Mundial da Criatividade	*Realização de Dinâmicas de Grupos 'A arte de rabiscar' - independementemente da sofistificação ou do seu talento para o desenho.	
			*Divulgar as atividades realizadas pelos utentes; *Estimular a criatividade na escrita; *Desenvolver o gosto e sentido estético	Realização do '*Jornal de Parede*'	*Organização e exposição dos trabalhos realizados pelos idosos; *Recolha/organização de modas, cantigas e versos do antigamente, ditos pelos utentes *Exposição fotográfica	
		2.2. Estimular a leitura, escrita e momentos intergeracionais de 20% dos utentes	*Promover aptidões individuais de destreza manual; *Desenvolver o gosto e sentido estético; *Estimular a criatividade na escrita; *Exprimir e transmitir mensagens através da expressão escrita entre idosos e crianças	Convívio Intergeracional	*Participação nas atividades da sala/lar; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
	3. Fomentar o convívio entre a Instituição e a Comunidade	3.1. Promover a participação de 10% dos utentes em momentos de boa disposição e de contato com a comunidade	*Fomentar o sentimento de fraternidade e partilha	Realização do '*Quadro de Aniversários*'	*Convidar telefonicamente os familiares dos idosos; *Informar via e-mail o Conselho de Administração e os colaboradores 'envolvidos'; *Realização de um lanche-convívio (utentes da Área *Sénior*, Lar Feminino e Lar São José; utentes da Área Infantil; no qual se cantará os 'Parabéns a Você...' apagar-se-ão as velas e partir-se-à o bolo de aniversário	
			* Sensibilizar para a sua preservação e do meio ambiente	Comemoração da Primavera/Dia Mundial da Árvore	* Prática de cultivo de algumas plantações com diferentes sementes, com a colaboração dos utentes da Área Infantil *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
Promover a participação ativa dos utentes		3.2. Realizar intercâmbios com outras instituições e parceiros	*Divulgar o património local	Realização da atividade '*Recordar a Cantar*'	*Recolha de modas, cantigas e versos do antigamente, ditos pelos utentes; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
			* Permitir novas descobertas; *Desenvolver as competências: autoestima; autoconfiança e autonomia	Comemoração do Dia Mundial da Fotografia	*Recolha de uma panóplia de fotografias tiradas até à ocasião e afixa-las em diferentes áreas da Instituição; *Realização de uma sessão fotográfica	
			*Estimular as capacidades dos utentes; *Incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos	Comemoração do Dia Mundial da Poesia	*Recolha de poemas ditos pelos utentes; *Exposição dos poemas; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	

Sénior 'ERPI e Serviço de Apoio Domiciliário'			3.3. Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição e de contato com a comunidade	Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, dentro da Instituição	*Fomentar o espírito crítico dos utentes; *Promover a interação e a coesão grupal	Comemoração do Dia Internacional da Mulher	*Construção/distribuição de lembranças elaboradas por os utentes a todas as utentes mulheres; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														
					*Favorecer o debate de ideias entre idosos	Comemoração do Dia Internacional da Família	*Construção e Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva e de Memória; *Exposição de trabalhos/Video														
			4.1. Promover a participação de 30% dos utentes na decoração da Instituição e elaboração de pequenos trabalhos		*Reforçar os laços sociais com o meio que o rodeia	Comemoração do Dia do Pai	*Construção de uma lembrança/presente para todos os utentes														
						Comemoraçãso do Dia da Mãe	*Construção de uma lembrança/presente para todas as utentes														
					*Relembrar hábitos e costumes oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; *Realizar atividades criativas recreativas; *Incrementar a participação ativa dos idosos	Comemoração dos Santos Populares	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Eucadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradoras/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos elementos decorativos, acessórios e roupa para a Marcha; *Decoração da ERPI/Mastro; *Baile de São João; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades;*Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														
		4. Promover o contacto com a família		Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição	*Manter vivas as tradições, usos e costumes; *Reviver tempos de outrora	Comemoração do Dia da Espiga	*Realizar um passeio ao campo para apanhar o ramo da espiga; *Realização da atividade 'Recordar a Cantar' com a - *Moda 'Quinta-feira d'Ascensão'*; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'															*Campo	
						Comemoração do Dia do Trabalhador	*Lembrar as profissões de antigamente														
						Comemoração do Dia de Reis	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Realização de atividades culturais;*Organização/preparação dos materiais decorativos; Decoração do espaço; e Lanche convívio; *Elaboração														
						Comemoração do Dia de São Sebastião															

<u>4.2. Garantir o contato entre os utentes e respetivos familiares em 50% dos utentes</u>			Realização da '*Tarde de Fados no Lar*'	dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
			Realização da 'Tarde Cantares Alentejanos no Lar'		
			Realização da atividade 'Um Dia no Cinema'	* Realizar sessões de cinema com filmes portugueses antigos e/ou documentários com temáticas do interesse dos utentes; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	*Material didáctico; *Internet; *Telefone; *Computador; *Fax; *Impressora; *Fotocopiadora; *Datashow; *Máquina Fotofráfica; (...)
			Comemoração do Dia Mundial do Cinema		
			Comemoração do Dia Mundial da Televisão	* Realizar sessão de cinema alusivo a um programa de televisão antigo; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
	Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, dentro da Instituição		Comemoração do Dia Mundial da Rádio	* Realizar sessões de Discos Pedidos; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
			Realizção da atividade ' Discos Pedidos'	* Realizar sessões de Discos Pedidos; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	
		*Relembrar hábitos, costumes, vivências e exeriências; *Promover Aptidões Individuais de Destreza Manual; *Desenvolver o Gosto e Sentido Estético dos utentes; *Estimular a criatividade na Escrita; *Exprimir e transmitir mensagens através da Expressão Escrita	Comemoração do Dia dos Namorados	*Construção e realizarção de um puzzle; *Elaborar poemas sobre como eram os namoros antigamente; * Exposição dos trabalhos	

					*Fomentar o sentimento da fraternidade; *Fomentar o sentido da partilha; *Fomentar o gosto de viver em comunidade; *Favorecer a coesão do grupo; *Reviver tradições alusivas à epoca; *Preservar tradições históricas e culturais	Comemoração do Natal	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e das caixas presentes para os utentes; *Decoração da ERPI; Festa de Natal; e Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'																*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora
					*Promover a lenda; *Reviver/manter tradições; *Fomentar o conceito de solidariedade e respeito mútuo	Comemoração do Dia de São Martinho	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e dos cartuchos para as castanhas; Decoração da ERPI; Baile de São Martinho; e Lanche convívio com a colaboração da Área Infantil *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'																
					*Reflectir sobre o significado da Páscoa; *Reviver tradições, usos e costumes locais.	Comemoração da Páscoa	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos e das caixas presentes com as amêndoas; *Decoração da ERPI; Realização de uma 'Tarde de Fados'; e Lanche convívio; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'														*Instalações da FVM		

Promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos utentes	*Reviver tradições, usos e costumes locais; *Expressar sentimentos de fé	Realização da atividade 'Adoração a Santa Cruz'	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Montagem da Santa Cruz; *Elaboração dos convites para os utentes de SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'	*5 altares; *Panos brancos com bordados; *Adornos/Figuras de culto; *Velas; *Jarras; *Flores; *Rosmaninho
		Comemoração do Dia da Aparição de Nossa Senhora de Fátima	*Construção de um elemento simbólico e alusivo à data	
	*Fomentar/partilhar experiências e sabedorias; *O "Saber Envelhecer"	Comemoração do Dia Mundial do Idoso	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materiais decorativos; *Decoração do espaço; *Realização de uma Tarde de Cantares Alentejanos'; e *Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; * Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação da Atividades'	
	*Criar um momento de descontração e diversão	Comemoração do Dia Mundial da Música		
		Comemoração do Dia Internacional do Riso	*Construção de adereços; *Realização de Sessão fotográfica; *Realização de Dinâmicas de Grupos	
		Comemoração do Dia Mundial do Mágico	*Contacto com outras artes; *Realização de Jogos de Estimulação Sensorial	
		Comemoração do Dia Mundial do Sorriso	*Construção de adereços; *Realização de Sessão fotográfica; *Realização de Dinâmicas de Grupos	

*Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; *Partilhar ideias e sonhos, de maneira a promover a interação e a coesão grupal; *Promover o entretenimento e o convívio entre todos	Comemoração do Dia Internacional da Felicidade	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual												
	Comemoração do Dia Mundial da Bondade	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual												
	Comemoração do Dia Mundial da Gratidão	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual												
	Comemoração do Dia Internacional do Obrigado	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual												
	Comemoração do Dia do Beijo	*Realização de Dinâmicas de Grupos e/ou individual												
*Reflexão sobre uma questão social sensível	Comemoração do Dia Mundial da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa	*Realização de Dinâmicas de Grupos												
*Sensibilizar os utentes para a importância de uma alimentação equilibrada e de uma vida saudável	Comemoração do Dia Mundial da Alimentação	*Construção de algumas peças de fruta em pasta de papel; * Realização de Jogos relacionados com a temática 'Uma alimentação saudável'; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'												
*Permitir novas descobertas; *Favorecer o conhecimento de novos espaços	Comemoração do Dia Internacional dos Museus	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Visita a um Museu; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'												

			*Partilha de saberes	Comemoração do Dia das Mentiras	*Realização de Jogos de Estimulação Cognitiva; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														
<u>5. Fortalecer o estreitamento de laços entre colaboradores e colaboradores e utentes</u>			* Fomentar a troca de vivências e partilha de afetos; *Estreitar laços entre avós e netos	Comemoração do Dia Mundial dos Avós	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação dos materias decorativos; *Decoração do espaço; *Realização de uma "Tarde de Cantares Alentejanos"; e *Lanche convívio com a colaboração dos utentes da Área Infantil; *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														
	<u>5.1. Promover a participação de 20% dos colaboradores e utentes nas atividades socio culturais</u>		*Sensibiliazar os utentes para a importância de outras artes; *	Comemoração do Dia Mundial da Criança	*Contactar entidades para possível colaboração na atividade; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Pesquisa bibliográfica; *Organização/preparação das caixa presente; *Realização de atividades lúdico e recreativas; e *Lanche convívio com os utentes da Área Infantil *Elaboração dos convites para os utentes do SAD; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Avaliação de Atividades'														
<u>6. Promover momentos de companhia e lazer aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário</u>		Implementação/organização de atividades de carácter recreativo e social, fora da Instituição	*Sensibiliazar os utentes para a importância de uma vida saudavél	Participação na *'Caminhada por um Coração mais Saudável'/ Comemoração do Mês do Coração*	*Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistentes Sociais/Educadora de Infância/Chefe de Recursos Humanos/Encarregadas Gerais/Colaboradores/Utentes; *Realização de uma caminhada; *Elaboração de mapas de utentes que participam nas atividades; *Elaboração do 'Relatório de Atividades'													*Conselho de Administração; *Animadora Sociocultural; *Monitora; *Diretora Técnica e Gestora de Qualidade; *Assistentes Sociais; *Educadora de Infância; *Chefe de Recursos Humanos;*Encarregadas Gerais; *Colaboradores; *Utentes; *Parceiros	*Ruas de Pias; *Eira da Máquina

			6.1. Proporcionar 4 visitas domiciliárias semanais aos utentes do serviço de Apoio Domiciliário	Criar momentos de companhia no domicílio dos utentes	*Partilhar alegres momentos de convívio e experiências; * Promover o entretenimento	Visitas Domiciliárias	*Planear/organizar as visitas domiciliárias com a Assistente Social/Encarregada Geral de SAD a cada utente; *Desenvolver tarefas de carácter recreativo e lúdico; *Momentos de companhia; *Preenchimento do impresso 'Registo de Atividades de Animação e Socialização; *Reuniões informais com o Conselho de Administração/Animadora Sociocultural/Monitora/Diretora Técnica e Gestora de Qualidade/Assistente Social/Encarregada Geral do SAD													*Animadora Sociocultural; *Monitora; *Assistente Social; *Encarregada Geral de SAD	*Casa dos utentes		

Legenda 1

(verde claro)	Atividades/Tarefas Realizadas
(verde escuro)	Atividades/Tarefas Realizadas mas noutro mês que não o previsto - Devido às condições atmosféricas, à dificuldade de articulação com as outras atividades do plano de ação, à dificuldade de articulação das atividades com a organização dos serviços.
(vermelho)	Atividades/Tarefas Previstas mas não realizadas - Devido às condições atmosféricas, à dificuldade de articulação com as outras atividades do plano de ação, à dificuldade de articulação das atividades com a organização dos serviços; e outras.