

CENTRO SOCIAL DE OIÃ



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

2013

**ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS
E
CENTRO DE DIA**



Ano **2013**

Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Janeiro	Dia 7 - Visita das crianças do infantário para cantar os reis.	Promover o convívio entre intergeracional	Recepção das crianças do Infantário	Idosos de ERPI e CD, Educadores de Infância, Animador Sociocultural, Assistente Social e Crianças	Não aplicável
	2ª semana - Construção do centro mesa - Porco	Incentivar o gosto por trabalhos manuais, promovendo a estimulação da motricidade fina	Encher uma garrafa pequena com restos de cartolina, papel de seda e restos de cartolina, fazer as pernas e rabo com arame, colar as orelhas e os olhos	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Garrafas, restos cartolinas, arames, papel de seda, cola, tesoura
	3ª semana - Preparação da atividade interinstitucional "Conhecer melhor o País"	Incentivar o conhecimento de outras culturas do país	Pesquisa de informações sobre Évora; realização de uma apresentação em PowerPoint; preparação de traje típico da região	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Computador, internet, impressora, vestuário e folhas brancas
	Dia 30 - Participação no convívio interinstitucional "Conhecer melhor o país" realizado em Fermentelos	Promover o convívio com idosos de outras instituições	Confeção de um bolo de amêndoas, doce típico da região de Évora e apresentação em PowerPoint da região que nos foi atribuída	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Vestuário típico do Alentejano, farinha, açúcar, amêndoas, ovos, óleo e transporte para deslocação dos idosos



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Fevereiro	1ª semana - Construção de máscaras de Carnaval	Incentivar os idosos á comemoração de datas festivas. Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Construção das máscaras de carnaval com colagem de materiais como papel e lápis afiado. Organização de fatos para o desfile e construção do pano identificativo da instituição	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Papel, cartolinas, lápis, restos de papéis, fatos de carnaval, caixa p/ teatro,
	Dia 7 - Desfile de Carnaval com tema livre - atividade interinstitucional realizada na Palhaça	Incentivar os idosos á comemoração de datas festivas. Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Participação no desfile de carnaval interinstitucional	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Transporte para deslocação dos idosos e lanche
	Dias 11 e 13 - Preparação do dia dos afetos (Dia dos namorados)	Incentivar os idosos á comemoração de datas festivas. Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Preparação e ensaio de um teatro de sombras	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Paus de madeira, lanterna, cartolina, tintas, papel celofane, uma caixa de cartão e tecido branco
	Dia 14 - Comemoração do Dia dos Afetos	Incentivar os idosos á comemoração de datas festivas. Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Apresentação de um teatro de sombras com a história contada através do livro "A casa grande"	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Tecido branco, lanterna, caixa de papelão, mesa e rebuçados



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Março	1ª semana - Preparação da lembrança para o Dia Internacional da Mulher	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos. Estimular o gosto por trabalhos de expressão plástica	Realização de flores através de material reciclado	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Caixa de ovos, paus de madeira, tintas, cola branca e papel de seda
	Dia 8 - Comemoração do Dia Internacional da Mulher	Incentivar os idosos à comemoração de datas festivas. Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Jogo de Bowling, gravação do vídeo "Harlem Shake" com estagiários de animação sociocultural, visionamento do vídeo-resumo de estágio	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, colaboradores da Terceira Idade e Assistente Social	Material de Bowling, computador, máquina de filmar e televisão
	Dias 11 a 15 - Preparação de trabalho de expressão plástica alusivo à Páscoa	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos. Estimular o gosto por trabalhos de expressão plástica	Realização de ovos da páscoa, jarras e coelhos	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Cartolinas, cola branca, folhas, jornais e tintas
	Dia 13 - Convívio interinstitucional AMPER - Danças Latinas	Estimular os idosos para um "corpo-ativo"	Participação numa tarde dançante na instituição dinamizadora desta atividade	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Transporte para deslocação dos idosos



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Março	Dia 20 - Comemoração do dia mundial da Agricultura	Relembrar tipos de trabalhos agrícolas	Plantar salsa e debate sobre técnicas agrícolas antigas	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Salsa e enxada
	Dia 21 - Dia Mundial da Floresta e da Poesia	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos. Estimulação cognitiva dos intervenientes	Construção de poemas alusivos à temática da Floresta	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Papel, caneta, marcadores e cartolina
	Dia 27 - Convívio Interinstitucional - Torneio de Golfe - SOLSIL	Incentivo à prática de jogos de estimulação física e cognitiva	Realização de Jogos desportivos e tradicionais	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Material disponibilizado pela Instituição dinamizadora da atividade e transporte para a deslocação dos idosos
	Dia 28 - Convívio interinstitucional em Aguada de Baixo - Torneio de Boccia e convívio intergeracional com crianças do CATL	Incentivo à prática de jogos de estimulação física e cognitiva	Realização do jogo de Boccia com as crianças e com os idosos participantes	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Bolas de Boccia, garrafas e transporte para deslocação dos participantes



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Abril	Dia 8 - Comemoração do Dia internacional da Luta Contra o Cancro	Promover o gosto da comemoração de dias festivos. Desenvolver momentos de distração	Debate - troca de experiências individuais	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Não aplicável
	Dia 18 - Convívio Interinstitucional - SÓBUSTOS - Danças tradicionais do Mundo	Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Conhecer e dançar diversos tipos de danças tradicionais no mundo	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Transporte para deslocação dos participantes
	Dia 22 - Comemoração do Dia Mundial da Terra	Desenvolver momentos de distração	Incentivar a 3ª Idade para a reciclagem	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Televisão e computador
	Dia 29 - Comemoração do Dia Mundial da Dança	Promover o gosto da comemoração de dias festivos	Tarde dançante com a realização de uma coreografia e dança com os utentes	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Rádio e colunas



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Maio	Dia 6 - Ida ao Parque do Vieiro	Promoção do convívio intergeracional	Lanche-convívio no Parque do Vieiro em Oiã	Idosos de ERPI e de CD, crianças do CATL, Animador Sociocultural, Assistente Social, Colaboradores da Terceira Idade	Transporte para deslocação dos intervenientes e lanche
	Dia 15 - Comemoração do Dia Mundial da Família	Promover o gosto da comemoração de dias festivos. Promoção do convívio familiar	Realização de um lanche com a família dos idosos	Idosos de ERPI e de CD e seus familiares de referência e Animador Sociocultural	Lanche
	Dia 17 - Comemoração do Dia internacional das Telecomunicações	Incentivar os idosos a conhecer e a contactar com as novas tecnologias	Estabelecimento de contacto com familiares através do Skype	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Computador, internet, WebCam e Skype
	Dia 20 - Comemoração do Dia Internacional do Modelo	Fomentar a auto-estima dos idosos participantes	Realização de um desfile de moda	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Acessórios, vestuário variado, maquilhagem e calçado.
	Em dia a designar - Convívio interinstitucional SCMOB	Promover o convívio com idosos de outras instituições	Tarde musical organizada pelos idosos da Universidade Sénior da SCMOB	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Transporte para deslocação dos participantes



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Junho	Dia 1 - Comemoração do Dia Mundial da Criança - trabalho manual	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos. Promover do convívio inetrgeracional	-Realização de vasos reciclados com uma fotografia dos idosos para entregar às crianças do Infantário	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e crianças do Infantário	Garrafas plásticas, papel crepe, pistola de cola quente, máquina fotográfica, paus de madeira
	Dia 12 - Convívio interinstitucional - Recanto da Natureza na Palhaça	Promoção do convívio com idosos de outras instituições	Tarde recreativa com jogos sensoriais	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social	Materiais disponibilizados pela instituição dinamizadora e transporte para deslocação dos participantes
	Dia 13 - Comemoração do dia de Stº António	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos	Ouvir e cantar músicas alusivas aos Santos Populares, moldagem do Santo e decoração da sala de convívio	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Rádio, CD, plástico de diferentes cores, tecidos, espuma/esponja, agulha, tesoura, fio e cola
	Dia 29 - Comemoração do dia de S. Pedro	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos	Moldagem do Santo	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Plástico de diferentes cores, tecidos, espuma/esponja, agulha, tesoura, fio e cola



PLANO DE ATIVIDADES ANUAL
ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS E CENTRO DE DIA

Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Julho	Dia 17 - Convívio interinstitucional na SOLSIL - Desfile de Acessórios	Promover o convívio com idosos de outras instituições	Desfile de acessórios com material reciclado	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Material reciclado de vária índole, cola, tintas, papel de rascunho e transporte para deslocação dos participantes
	Dia 20 - Dia internacional da amizade - teatro dramatizado pelos idosos	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos	Apresentação às crianças, de um pequeno teatro alusivo à temática da amizade	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social, Educadores de Infância e crianças do Infantário.	Diversos materiais reciclados; vestuário e pinturas faciais
	Dia 26 - Excursão ao Santuário de Fátima	Promover o convívio interinstitucional com instituições de diferentes concelhos e culturas	Visita ao Santuário de Fátima com os idosos do Centro Social Paroquial da Murtosa	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade.	Cadeiras de rodas, autocarro, almoço e lanche.



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Agosto	Dia 2 - Lanche-convívio no Jardim Oudinout em Ílhavo com crianças do CATL	Proporcionar momentos de lazer no exterior; Promoção do convívio intergeracional.	Lanche convívio no jardim Oudinout e visita ao Navio de Santo André.	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social, colaboradores da Terceira Idade e crianças e auxiliares do CATL	Lanche e autocarro.
	Dia 7 - Convívio interinstitucional dinamizado pelo Centro Social de Oiã.	Promover o convívio com idosos de outras instituições; Estimular a motricidade dos participantes.	Tarde no exterior com sessão de gerontomotricidade	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade.	Lanche e transporte para os participantes.
	Dias 14/21/28 - Ida á praia.	Incutir nos idosos o gosto pela praia; Proporcionar momentos de lazer no exterior.	Ida às praias da Barra, Torreira e Costa Nova	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade.	Lanche e autocarro.



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Setembro	Dia 6 - Comemoração do Dia internacional da Paz	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos	Construção de uma Pomba da Paz em 3D com mensagens das crianças do CATL	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social, colaboradores da Terceira Idade e crianças e auxiliares do CATL	Materiais reciclados, arame, alicate, computador, cola e papel de rascunho
	Dia 18 - Convívio interinstitucional - Costa do Valado - Festa das Vindimas e da Desfolhada	Reavivar memórias antigas relacionadas com actividades da lavoura	Desfolhar milho, apanhar e pisar uvas	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Materiais disponibilizados pela instituição dinamizadora e transporte para deslocação dos participantes
	Dia 29 - Comemoração do Dia Mundial do Coração	Promover de hábitos de vida saudáveis; Alertar para os cuidados de uma alimentação saudável.	Realização de uma caminhada e troca de ideias acerca de hábitos de vida saudáveis	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Computador, televisão e cadeiras de rodas



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Outubro	Data a designar - Convívio interinstitucional na Palhaça	Promover o convívio com idosos de outras instituições	A definir pela instituição dinamizadora	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Materiais disponibilizados pela instituição dinamizadora e transporte para deslocação dos participantes
	Dia 1 - Comemoração do Dia Mundial da Música	Desenvolver o gosto pela criação de instrumentos; Promover a estimulação sensorial através da música	Construção de instrumentos musicais nas duas semanas anteriores, ensaio de duas músicas populares com os idosos para apresentar às crianças do CATL e do Pré-Escolar	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade, crianças do CATL e do Pré-Escolar e respectivos colaboradores da infância	Materiais recicláveis variados, fio de sedieira, madeira, cola e tintas
	Dia 4 - Comemoração do Dia Mundial dos Animais	Sensibilizar para a proteção dos animais; Fomentar o contato dos idosos com os animais	Visita ao Jardim Zoológico da Maia	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Autocarro, almoço e lanche
	Dia 16 - Comemoração do Dia Mundial da Alimentação	Promover um momento de interação com géneros alimentares	Confeção de salsichas com esparguete cozido para servir como aperitivo ao almoço - “Salsicha Cabeluda”	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Salsichas, esparguete, aventais, toucas e luvas



Mês	Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Intervenientes	Recursos (Materiais e Financeiros)
Novembro	Dia 6 - Convívio interinstitucional- Centro de Ambiente para Todos - Troviscal - Atelier de Pintura	Demonstrar a criatividade dos participantes; Promover o convívio com idosos de outras instituições	Criação e pintura de desenhos de temática livre	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Materiais disponibilizados pela instituição dinamizadora e transporte para deslocação dos participantes
	Dia 11 - Comemoração do Dia de S.Martinho - Realização da fogueira do Magusto;	Promover o gosto pela comemoração de dias festivos	Ida às agulhas, corte das castanhas, realização de uma fogueira para assar as castanhas e lanche-convívio com as crianças do Infantário	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social, colaboradores da Terceira Idade, crianças e colaboradores da Infância	Agulhas, castanhas, jeropiga, sumos e água
	2ª e 3ª semanas - Preparativos para o Natal	Estimular a motricidade fina e desenvolver o gosto pela realização de trabalhos manuais	Construção de motivos de decoração de Natal para a enfeitar a Instituição.	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social e colaboradores da Terceira Idade	Materiais reciclados de vária índole, cola, tintas, paus de madeira e pinheiro.
Dezembro	Dia 4 - Convívio interinstitucional - ABC Bustos - Missa e apresentação da figura do presépio	Promover o gosto da comemoração de dias festivos.	Construção de uma figura do presépio.	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Assistente Social.	Materiais reciclados variados, cola e tintas.
	Em data a designar - Festa de Natal dos idosos	Promover o convívio dos idosos e das crianças com os familiares e colaboradores da instituição.	Apresentação de várias atividades por parte das crianças e dos idosos.	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural, Assistente Social, colaboradores da Terceira Idade e da Infância, crianças do infantário, familiares e amigos dos utentes.	Computador, projector, vestuário variado, materiais reciclados e lanche.



Periodicidade	Atividades	Objetivos Gerais	Descrição das Atividades	Intervenientes	Recursos (Materiais, Financeiros)
Diária	<p>Atualização do calendário;</p> <p>Caminhada;</p> <p>Bicicleta;</p> <p>Exercícios de mobilidade e relaxamento;</p> <p>Massagens de estimulação sanguínea;</p> <p>Momento livre</p>	<p>Fomentar a estimulação cognitiva dos idosos através de actividades de localização espaço-temporal;</p> <p>Desenvolver a mobilidade física;</p> <p>Criar momentos de bem-estar físico e psíquico</p>	<p>Mudar os dias da semana, conforme o dia em que se encontra;</p> <p>Breve caminhada matinal;</p> <p>Realização de bicicleta;</p> <p>Sessão de massagens para relaxamento das pernas e estimular a circulação sanguínea</p>	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	<p>Calendário realizado pelos idosos;</p> <p>Pedaleiras;</p> <p>Creme corporal, banda de exercícios, bola de espuma/balão e luvas;</p> <p>Cartas e Dominó</p>
Semanal	<p>Manicure e Pédicure;</p> <p>Ginástica</p>	<p>Promover a auto-estima dos idosos</p> <p>Estimular a mobilidade e a capacidade de movimentação/deslocação</p>	<p>Cortar as unhas das mãos e dos pés e pintura dos mesmos (nas senhoras);</p> <p>Aula de Ginástica com um professor de Educação Física contratado</p>	Idosos de ERPI e de CD, Animador Sociocultural e Professor de Educação Física	<p>Corta-unhas, tesoura, lima, acetona, algodão, vernizes;</p> <p>Material desportivo disponibilizado pelo professor</p>
Mensal	Atualizar o girassol de aniversários	Fomentar a estimulação cognitiva dos idosos através da identificação das datas de aniversário dos próprios	Rodar as pétalas correspondentes ao mês e identificar os idosos aniversariantes	Idosos de ERPI e de CD e Animador Sociocultural	Girassol de Aniversários

**Observações**

Importa referir que anualmente a N. Instituição em parceria com outras instituições do concelho de Oliveira do Bairro e algumas de concelhos vizinhos, dinamizam convívios interinstitucionais, ficando cada mês à responsabilidade de uma das IPSS's participantes: ABC Bustos, Associação de Solidariedade Social "o Recanto da Natureza" na Palhaça, AFA - Associação Fermentelense de Assistência, Centro Ambiente para Todos no Troviscal, Centro de Formação e Cultura da Costa do Valado, Centro Social de Oiã, Centro Social e Paroquial de S. Pedro da Palhaça, Centro Social e Paroquial de S. Pedro de Nariz, Santa Casa da Misericórdia de Oliveira do Bairro, SoBustos, SOLSIL - Associação de Solidariedade Social do Silveiro e AMPER - Associação dos Amigos de Perrães.

Data 19 / 03 / 2013

Animador Sociocultural Cátia Costa

Data 19 / 03 / 2013

P'la Direção do Centro Social de Oiã M^a Graça Tomás - Presidente

Aprovado em Reunião de Direção - 19/Março/2013