

Calendarização do Plano de atividades do Centro de Convívio da ASSIC para 2015

Calendarização	Atividade	Recursos Humanos	Localização	Objetivos
<p>○ Janeiro Data: 6 e 7/01/2015 Data: 8/01/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cantar as Janeiras em algumas Instituições • Festejar os reis com troca de prendas 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Músicos • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Ruas de Canidelo • Sala de atividades do Centro de convívio 	<ul style="list-style-type: none"> • Partilhar tradições de forma lúdica e criativa <ul style="list-style-type: none"> • Promoção e divulgação do centro de convívio • Promover o interesse pela vida e lazer
<p>○ Fevereiro Data: 13/02/2015 Data 16/02/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Festejar o dia dos afetos (elaboração de um Brinde) • Preparação de trajes e mascaras de carnaval • Festejar o Carnaval (Baile de mascaras) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades do centro de convívio 	<ul style="list-style-type: none"> • Viver e valorizar as tradições • Desenvolver o sentido crítico • Desenvolver as capacidades cognitivas assim como a motricidade fina
<p>○ Março Data: 06/03/2015 Data: 19/03/2015 Data: 20/03/2015 Data: 27/03/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dia da mulher (elaboração de um brinde) • Dia do pai (elaboração de um brinde e lanche especial) • Início da primavera • Dia mundial do Teatro (Ver peça de teatro) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades do centro de convívio • Teatro Sá da bandeira 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver as capacidades cognitivas assim como a motricidade fina • Fomentar a lógica e o raciocínio • Desenvolver o sentido crítico
<p>○ Abril Data: 18/04/2015 Data 25/04/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aniversário da ASSIC • Dia da Liberdade (Filme sobre a liberdade com realização de um debate) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias • Membros da direção 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção de bem estar físico e psíquico • Valorizar e aumentar a auto estima dos utentes • Promover a interação entre os idosos

Calendarização do Plano de atividades do Centro de Convívio da ASSIC para 2015

<p>○ Maio</p> <p>Data: 4/05/2015</p> <p>Data: 8/05/2015</p> <p>Data: a definir</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Palestra sobre o Dia do trabalhador • Dia da Mãe (elaboração de um brinde com lanche especial) • Dia internacional dos museus (Visitar a Sé do Porto) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Funcionárias • Voluntários 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades • Sé Catedral do Porto 	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção do bem estar físico e psíquico • Privilegiar as relações afetivas • Incentivo a cultura
<p>○ Junho</p> <p>Data: a definir</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Preparação de fatos e adereços para as marchas populares • Festa popular com elaboração das marchas • Visita as caves do vinho do Porto 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias • Membros da direção 	<ul style="list-style-type: none"> • Pátio do centro de convívio • Sala de atividades • Caves do Vinho do Porto 	<ul style="list-style-type: none"> • Reviver tradições • Promoção e divulgação do Centro de convívio • Convívio com os idosos para mais uma intervenção face ao isolamento desinteresse, solidão e depressão
<p>○ Julho</p> <p>Data: 29/06 a 10/07</p> <p>Data: 20/07/2015</p> <p>Data: 25/07/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Época balnear (passeio pela praia) • Dia internacional do amigo e da amizade (elaboração de quadras) • Dia mundial dos avós (lanche especial com a colaboração dos familiares) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Praia de Salgueiros • Sala de atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar o gozo da época balnear • Proporcionar atividades ao ar livre • Promoção de saúde e bem-estar físico e psíquico
<p>○ Agosto</p> <p>Data: a definir</p> <p>Data: 19/08/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ida ao cinema • Dia mundial da fotografia (Exposição de fotografias realizadas ao longo do ano 2014/15) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Shopping do Arrábida • Sala de atividades • Ruas de Canidelo 	<ul style="list-style-type: none"> • Passear • Conviver • Divertir • Desenvolver as capacidades físicas e psíquicas

Calendarização do Plano de atividades do Centro de Convívio da ASSIC para 2015

<p>○ Setembro Data: a definir</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Passeio no comboio turístico • Decoração da sala para o Outono 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Ruas de Vila nova de Gaia • Sala de atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorizar e aumentar a auto estima • Fomentar a lógica e o raciocínio • Desenvolver o sentido crítico
<p>○ Outubro Data:16/10/2015 Data:1/10/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dia mundial da Alimentação (Palestra) • Dia mundial da terceira Idade (tarde especial com lanche e entrega de um brinde) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorizar e aumentar a auto estima • Promoção de saúde e bem-estar físico e psíquico
<p>○ Novembro Data: 11/11/2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Preparação da festa de São Martinho (musicas, poemas) • Festa de São Martinho 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionarias 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Partilha de tradições de forma lúdica e criativa • Implementar a coesão e partilha de afetos entre idosos
<p>○ Dezembro Data: a definir</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realização da feirinha de Natal • Festa de Natal, com almoço e animação Cultural (dança, musica, teatro...) 	<ul style="list-style-type: none"> • Animadora • Utentes • Voluntários • Funcionárias • Membros de Direção 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de atividades • Salão paroquial 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover um convívio de bem-estar e partilha • Desenvolver as capacidades cognitivas assim como a motricidade fina

Calendarização do Plano de atividades do Centro de Convívio da ASSIC para 2015

Do presente plano também fazem parte:

- ❖ Aulas de dança (uma vez por semana, segunda feira)
- ❖ Aulas de cântico e música (uma vez por semana, terça feira)
- ❖ Fisioterapeuta (uma vez por semana, quarta feira)
- ❖ Aula de ginástica (uma vez por semana, quinta feira)
- ❖ Festa de aniversário dos utentes nos dias estipulados
- ❖ Medição da Tensão Arterial (uma vez por semana, sexta feira)
- ❖ Leitura e debate de um conto, jogos cognitivos e ateliê de trabalhos manuais (uma vez por semana, “Mesa do Dia”)

Obs: O plano anual de atividades poderá ser alterado, por propostas da direção sempre que necessário

Horário	Rotinas diárias inseridas no horário da animadora
10h00 até 12h30	Dinâmicas de grupo (jogos sensoriais, cognitivos, trabalhos manuais,...)
13h30 até 14h30	Jogos de mesa (cartas, dominó, damas. Bingo...)
14h30 até 17h00	Dinâmicas de grupo (realização de atividades estipuladas segundo o P.A.)