

Plano de Actividades 2018/ 2019

SÓ PARA MUITO GRAÚDOS





“ A velhice não é a conclusão necessária da existência humana, é uma fase da existência diferente da juventude e da maturidade, mas dotada de um equilíbrio e deixando aberto ao individuo uma gama de possibilidades”

Simone de Beauvoir

INTRODUÇÃO

Na elaboração de um plano de trabalho devemos ter presente a razão da existência da Instituição/Organização em que estamos inseridos, os destinatários da sua ação e a equipa de profissionais que vão desempenhar os serviços/ atividades que queremos levar a cabo (a missão), assim como os princípios que estão subjacentes na intervenção do dia-a-dia (os valores). Ao pensarmos um plano anual, conhecendo as dificuldades que se apresentam, não podemos deixar de ser ambiciosos nas ações que queremos concretizar, no bem que queremos proporcionar, otimizando todos os recursos disponíveis e colocando empenho e determinação na superação de possíveis obstáculos para responder aos novos desafios (visão). Este “Plano” tem subjacente a intenção de, a partir dele, se viabilizarem intervenções que se constituem como contributos determinantes para proporcionar aos utilizadores mais confiança, satisfação e qualidade de vida. A planificação anual das atividades socioculturais para o Centro de Dia visa a concretização de objetivos inerentes à existência desta resposta social, que passam pela ocupação dos utentes e respetivo envolvimento nas atividades, para que possam sentir prazer na sua realização, o que, por sua vez, vai motivar à participação e consciencialização de que são úteis e de que o seu contributo é importante para o desenvolvimento das mesmas. Desta forma, a implementação de atividades no Centro de Dia permite proporcionar uma vida mais ativa apontando para a diversidade de domínios a trabalhar, respeitando os diferentes Saberes, promovendo a autonomia pessoal, propiciando momentos lúdicos, comunicacionais e criativos e melhorando a autoestima de cada um. Tendo em conta a avaliação dos Planos anteriores foi positiva e dado que as atividades propostas aos utentes foram do seu agrado e foram ao encontro dos interesses, gostos e necessidades dos utentes que nelas participaram, as atividades semanais vão-se manter para 2017/2018, havendo apenas a introdução de algumas atividades inovadoras ao nível da estimulação dos idosos para uso das capacidades e competências cognitivas, que achamos importante desenvolver para contribuir para um envelhecimento mais activo. .

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

PLANO DE ACÇÃO 2018/ 2019

OBJECTIVO GERAL

- Melhorar a qualidade das respostas sociais / serviços de apoio á população Idosa / Família e Comunidade;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e famílias;
- Retardar ou evitar a institucionalização

OBJECTIVOS ESPECIFICOS

- Assegurar aos indivíduos e famílias a satisfação das necessidades básicas
- Prestar cuidados de ordem física e apoio social aos indivíduos e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar.
- Colaborar na prestação de cuidados de saúde

I. NATUREZA DO PROJECTO

Concepção do projecto – Ana Simões

Colaboração na concepção do projecto – Dr.^a Maria João Jordão

Contexto Institucional – Centro Social Paroquial de Carnide (CSPC)

Datas de implementação – Setembro 2018 a Agosto de 2019

Modalidade de intervenção – animação recreativa, cultural e socioeducativa

Finalidade – dinamizar o espaço do Centro de Dia do Centro Social Paroquial de Carnide através de actividades regulares semanais, periódicas e pontuais de animação.

Principais beneficiários do projecto – utentes do Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e convívio do CSPC.

Tema a desenvolver – Identidade e Memória

O projecto *Só para muito graúdos* resultou da necessidade de dar continuidade às actividades dos projectos de animação sócio recreativa existentes no CSPC. *Só para muito graúdos* visa dinamizar o espaço do Centro de dia, procurando fomentar o convívio, a partilha de saberes, e experiências entre os utentes do centro.

De forma a seguir uma sequência lógica entre trabalhos ao longo do corrente ano, foi escolhido o tema *Identidade e Memória*.

O que seria o ser humano se não tivesse o processo da Memória?? Que Identidade teria construído? Que Património valorizaria? Haveria lugar para o Sonho e para a Esperança no seu coração? Como me lembrar e estimular a minha memória? São estas algumas das perguntas colocadas pelo tema do Plano Anual de Actividades. *As razões pelas quais foi eleito o presente tema são:*

- O tema é muito vasto e flexível, logo pode ser adaptado a todas as actividades (dinâmicas de grupo, expressão corporal e dramática, expressão plástica, actividades cognitivas, classes de alfabetização, etc.) a realizar ao longo do ano;
- Contato e manuseio de diversos objetos
- Ampliar e desenvolver vocabulário.
- Estimulação e treino cognitivo
- Optimizar as habilidades do cérebro através do uso de ferramentas lúdicas
- Produzir trabalhos de arte, utilizando linguagem do desenho, da pintura, e expressão
- Estimular a vivência do ser humano (dar animo, dar vida)

II. FUNDAMENTAÇÃO DO PROJECTO

As nossas sociedades “grisalhas”, com um número cada vez maior de pessoas idosas e cada vez menor de pessoas jovens, exigem que as pessoas permaneçam saudáveis e ativas por mais tempo. O preconceito contra as pessoas idosas prevalece de forma bastante flagrante nas nossas sociedades, surgindo diariamente. Assim, este projeto assume extrema relevância, na medida em que a velhice faz parte da organização social e tem implicações no preenchimento de papéis sociais dos indivíduos. Grande parte da população Portuguesa é idosa e depara-se com diversos problemas sociais.

Falar de idosos não é falar de um colectivo homogéneo. São várias as situações pessoais e os condicionamentos sociais que determinam os modos de comportamento nesta etapa da vida. Junto daqueles que se encontram bem de saúde e desfrutam de condições económicas e sociais favoráveis distingue-se outro grupo de idosos, muitas vezes definidos como população de alto risco. A este grupo pertencem pessoas de idade já avançadas e/ou com algum tipo de incapacidade, os que vivem numa situação de solidão e isolamento social, os que sofreram perdas de familiares próximos, os que não detêm os recursos mínimos para satisfazer as suas necessidades básicas, os que não dispõem da atenção adequada nos seus domicílios e os que vivem em situações precárias. No entanto, independentemente de todas estas circunstâncias, pode ser destacada uma característica comum a todos eles: a disponibilidade de tempo. Desta forma, o aparecimento da animação sociocultural relativa aos idosos surge em resposta à ausência ou diminuição da sua actividade e das suas relações sociais.

Este plano pretende assim dar resposta à necessidade por parte dos utentes que frequentam o Centro de dia do CSPC de desenvolver actividades de animação nas mais diversificadas áreas.

A Animação Sociocultural pode ser definida como:

Un conjunto de técnicas sociales que, basadas en una pedagogía participativa, tiene por finalidad promover prácticas y actividades voluntarias que con la participación activa de la gente, se desarrollan en el seno de un grupo o comunidad determinada, y se manifiestan en los diferentes ámbitos de las actividades socioculturales que procuran el desarrollo de calidad de vida (Ander-Egg, 2001:100).

Podemos afirmar que animação implica dinamismo, participação e comunicação entre as pessoas, trabalho de equipa/grupo, “desenvolvimento” pessoal, colectivo, cultural e social. É um processo contínuo, que procura com criatividade alternativas/soluções para problemas e necessidades.

A essência da Animação está, contudo, na atitude que assumimos e no modo como se realizam as suas diversas actividades. Assim, o que caracteriza é o modo de fazer, e não o de realizar acções sem uma intencionalidade. Aqui, trata-se de promover actividades que gerem vida nova, sentido e esperança, através da participação consciente, plena e activa.

III. OBJECTIVOS

Neste ponto iremos referir os objectivos a que este plano de actividades se propõe alcançar. Para isso referenciamos tanto aos objectivos gerais, bem como os objectivos específicos.

Os objectivos gerais do plano anual de actividades são:

- Planear, organizar e promover/desenvolver actividades de carácter educativo, cultural, desportivo, social, lúdico, turístico e recreativo, em contexto institucional, tendo em conta as necessidades do grupo e dos indivíduos, com vista a melhorar a sua qualidade de vida e interacção social e intelectual.
- Dinamizar o espaço de Centro de dia do CSPC enquanto espaço de lazer, educativo, social, cultural lúdico e recreativo.

Para que os objectivos gerais sejam cumpridos na sua totalidade, foram definidos os seguintes objectivos específicos:

- Desenvolver actividades de animação sociocultural na sala do Centro de dia para fomentar o convívio, partilha de saberes e experiências entre pessoas;
- Possibilitar saídas como passeios, saídas culturais e /ou lúdicas;
- Aumentar a auto-estima dos idosos, fazendo-os sentir-se úteis;
- Preservar a autonomia (ou ajuda para recuperá-la em alguns casos) e a qualidade de vida dos idosos existentes na instituição;
- Motivar o idoso no combate contra o isolamento, solidão e inactividade;
- Desenvolver o sentimento de pertença e ligação dos idosos com o Centro de Dia;
- Estimular valores, como o respeito, a amizade e solidariedade;
- Estimular as iniciativas dos utentes do Centro de dia para que estes organizem e decidam o seu projecto lúdico e/ou social;
- Fomentar o convívio, a partilha de saberes, sabores e experiências;
- Proporcionar momentos de lazer e de diversão.

IV. ACTIVIDADES

Neste ponto iremos enumerar as actividades a realizar de Setembro 2017 a Agosto 2018.

As actividades são acções que se devem executar de forma a alcançar os objectivos propostos no plano anual de actividades. Estas devem ser programadas em função dos recursos existentes, do tempo e do espaço disponível para as realizar.

Um dos objectivos deste projecto é a realização de actividades regulares semanais, actividades periódicas e actividades pontuais.

4.1. Actividades regulares semanais:

As actividades semanais são actividades que se destinam à ocupação do tempo livre dos utentes do Centro de dia no CSPC. Estas apresentam como principais objectivos:

- Desenvolver o sentimento de pertença e ligação dos idosos com o Centro de Dia;
- Preservar a autonomia (ou ajuda para recuperá-la em alguns casos) e a qualidade de vida dos utentes existentes na instituição;
- Motivar o idoso no combate contra o isolamento, solidão e inactividade;

- Potenciar a realização e o desenvolvimento individual dos idosos com base na aceitação da velhice;
- Facilitar a aquisição e/ou actualização de conhecimentos;
- Proporcionar momentos de lazer e de diversão.

Estas actividades terão uma planificação semanal devido ao ritmo dos utentes poder variar em cada actividade e, ainda de forma a possibilitar eventuais reajustes às actividades que se verifiquem desadequadas às capacidades de cada um dos utentes e/ou do grupo em geral.

Desta forma, as actividades irão desenvolver-se da seguinte forma:

SEGUNDA-FEIRA	
Manhã	Tarde
Convívio e leitura e/ou troca de informações sobre notícias recentes.	<i>Tardes do ABC</i> - Classe de alfabetização
Objectivos	
Com esta actividade pretende-se estimular os utentes do CSPC na criação de laços com outros utentes, ao mesmo tempo que mantenham contacto com a realidade através da leitura de notícias.	A tarde do ABC apresenta como objectivo principal desenvolver nos utentes capacidades relacionadas com a leitura, escrita e raciocínio. Desta forma, serão levadas a cabo actividades de leitura de pequenos textos ou histórias e interpretação das mesmas; passatempos de letras, palavras, frases, e exercícios orais etc. Esta actividade apresenta como objectivos principais: preservar os conhecimentos (ou ajuda para recuperá-los em alguns casos) relativos à leitura e à escrita dos utentes existentes na instituição; aquisição de conhecimentos de alfabetização; trabalhar a motricidade fina; exercitar a memória e enriquecer o universo linguístico.

TERÇA-FEIRA	
Manhã	Tarde
<i>Passeio individual ao exterior</i>	Expressão plástica
Objectivos	
Esta actividade pretende estimular a mobilidade, de forma de caminhada em convívio no espaço do CSPC.	Esta actividade tem como principal objectivo estimular e desenvolver diferentes formas de comunicação e expressão artística, bem como a imaginação criativa, integrando-as de forma a assegurar um desenvolvimento sensorial, motor e afectivo equilibrado.
QUARTA-FEIRA	
Manhã	Tarde
<i>O centro e eu</i>	<i>Momento espiritual e religioso</i>
Objectivos	
Esta actividade tem como objectivo Melhorar na comunicação; Integração grupal; Percepção do outro e Socialização; Percepção sensorial; Coordenação rítmica e motora; Orientação espaço temporal; Memória, atenção, concentração; Sensibilização; Criatividade e improvisação;	Esta actividade pretende realizar momento de partilha e reflexão espiritual.
QUINTA-FEIRA	
Manhã	Tarde
<i>Despertar da mente</i>	<i>Jogos com música</i>
Objectivos	
Esta actividade pretende estimular a memória dos idosos realizando jogos de memória e de estimulação cognitiva através de ferramentas lúdicas, e jogos pedagógicos.	Nesta actividade tem como objectivo: - Exercício de escuta e acolhida do outro como ser diferente; - Experiência de abertura ao outro e participação grupal; - Percepção do todo e das partes, tanto da vida como da realidade que nos cerca; - Desenvolvimento da consciência crítica; - Confronto e avaliação da vida e da

	prática; - Tomada de decisão de modo consciente e crítico; - Sistematização de conteúdos, sentimentos e experiências
SEXTA-FEIRA	
Manhã	Tarde
<i>Momento SPA</i>	<i>Escapadinhas</i>
Objectivos	
Momento SPA pretende aumentar a auto-estima dos idosos, motivando o gosto e a preocupação por eles próprios e, conseqüentemente, o seu bem-estar. Os utentes do centro terão a oportunidade de arranjar o cabelo e as unhas, pintarem-se e de dar ou receber uma massagem. Estes serão estimulados a realizar as actividades entre eles, através da inter-ajuda. Ou seja, o utente A faz uma massagem de mãos ao utente B e vice-versa.	A actividade Escapadinhas, apresenta como principais objectivos, proporcionar aos utentes novas experiências, novos saberes e sabores, momentos diferentes, divertidos e dinâmicos. Estas actividades serão rotativas e realizadas, cada uma, apenas uma vez por mês (consultar a descrição da actividade no ponto actividades periódicas regulares).

Serão também realizadas actividades de gerontomotricidade (classes de movimento e sessões individuais de fisioterapia), segundas, Quartas e a sextas-feiras, pela fisioterapeuta Raquel Bastos de Sousa.

Horários

Actividades Semanais Regulares					
Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
9h30-11h00	Higiene geral	Higiene geral	Higiene geral	Higiene geral	Higiene geral
11h00-11h30	<i>Convívio</i>	<i>Passeio Individual ao exterior</i>	<i>O centro e eu</i>	<i>O despertar da mente</i>	<i>O momento SPA</i>
11h30-12h30	Classe de movimento	Classe de movimento Individual	Classe de movimento	Classe de movimento individual	Classe de Movimento
12h30-13h00	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial
13h00-14h00	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
14h00-14h30	Higiene oral e superficial	Higiene oral e superficial	Higiene oral e superficial	Higiene oral e superficial	Higiene oral e superficial
14h30-15h00	Hora do café e convívio	Hora do café e convívio	Hora do café e convívio	Hora do café e convívio	Hora do café e convívio
15h00-16h15	<i>Tardes do ABC</i>	<i>Expressão Plástica</i>	<i>Momento Religioso</i>	<i>Jogos com Música</i>	<i>Escapadinhas</i>
16h30-16h45	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
16h45-17h30	Transporte	Transporte	Transporte	Transporte	Transporte
17h-17h30	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial	Higiene superficial

4.2. Actividades periódicas regulares:

As actividades periódicas regulares são actividades que se realizam com uma regularidade temporal (quinzenal ou mensal) determinada consoante a actividade proposta.

4.2.1. Escapadinhas

A presente actividade denomina-se *Escapadinhas*, esta designação é alvo da interpretação de Escape, ato de escapar diversidade de actividades a decorrer ao longo destas sextas-feiras.

Esta actividade será realizada às sextas-feiras no período da tarde. *Escapadinhas* divide-se em 4 actividades, repartidas pelas 4 sextas-feiras do mês, sendo elas:

- 1ª Sexta-feira: Visionamento de Filmes e documentários
- 2ª Sexta-feira: Culinária
- 3ª Sexta-feira: Ida ao café
- 4ª Sexta-feira: Você decide

4.3. Actividades Pontuais:

Actividades pontuais são actividades que se realizam ocasionalmente, tendo em conta épocas do ano, datas comemorativas, festas temáticas, etc.

- Festa do Natal, Carnaval e Páscoa;
- Comemoração do aniversário do CSPC;
- Acções de sensibilização;
- Comemoração do S. Martinho, início das estações do ano;
- Colónia de férias sénior;
- Feira da Luz;
- Almoço de Natal

- Comemoração do aniversário dos utentes do Centro de Dia. Cada comemoração deve ser estudada e adaptada da melhor forma a cada utente, tentando proporcionar ao mesmo o dia ideal para o utente (dentro do possível);

- Saídas/passeios curtos ao exterior do Centro de Dia:
 - o Ida a cafés

- Saídas/passeios ao exterior do Centro de Dia:
 - o Visita a Feira da Luz
 - o Passeio a Fátima: Santuário
 - o Colonia Sénior

As actividades referidas em cima podem sofrer alterações. Além disso, poderão ser planificadas outras saídas não especificadas de momento, devido ao facto de serem actividades específicas de determinadas épocas do ano.

Exemplo: feiras, festas, etc

- Workshops de temas variados como: dança, culinária, etc.
- Sessões de esclarecimento sobre temas relacionados com o envelhecimento.
- Pequenas apresentações de músicos, bailarinos, grupos de teatro locais no espaço do CSPC.

V. PLANO DE ACTIVIDADES E CALENDARIZAÇÃO

Este ponto é relativo a aspectos fundamentais para a elaboração do projecto. Sendo estes o cronograma, a calendarização e o plano de actividades.

Esta componente, está relacionada com os objectivos e metas propostas, tal como com os recursos. Todos eles condicionam o ritmo e a velocidade de execução. No entanto, existem outros factores que também o irão condicionar, tais como: os utentes do Centro de dia, a disponibilidade da animadora/assistente social/auxiliares da acção directa/motoristas das carrinhas; a disponibilidade das instituições/empresas/museus/etc. a contactar, a disponibilidade dos transportes a utilizar, uma vez que estão todos envolvidos na realização das actividades.

Desta forma, em seguida iremos apresentar o cronograma (Tabela 1), a calendarização (Tabela 2) e o plano das actividades propostas (Tabela 3).

Tabela 1: Cronograma de actividades:

Tarefas	Setembro				Outubro				Novembro				Dezembro				Janeiro			
Feira da Luz				20																
Aniversário do CSPC							24													
S. Martinho											10									
Almoço de Natal															16					
Dia de Reis																			8	
Visionamento de filmes, séries, documentários, etc.	1 5				6				3				1 5				5			
Culinária		22				13				10				22				12		
Idas ao café			29				20				17				29				19	
Você decide							2 7					24								26

Plano de actividades Socioculturais 2017/2018

Tarefas	Fevereiro			Março			Abril			Maio			Junho		
Carnaval			23												
Páscoa								2							
Visita a uma igreja/ Monumento					2										
Visita a Fátima															
Colónia Sénior															
Arraial															
Dia Mundial da Reciclagem															
Visionamento de filmes, documentários, etc.	2			2			6			4			1		
Culinária		9			9			13			11			8	
Idas ao café			16			16			20			18			15
Você decide						23						25			22

Plano de actividades Socioculturais 2017/2018

Tarefas	Julho				Agosto			
Sexta de piquenique			20	27				
“Vamos ao mercado”							24	31
Visionamento de filmes, documentários, etc.	6							
Culinária		13						
Idas ao café			20					
Você decide				27				

Legenda

Actividades intergeracionais
Actividades Periódicas
Datas Comemorativas
Actividades Pontuais

Tabela 2: Calendarização das actividades

Data	Hora	Actividades	Local
20 de Setembro	15h00	Feira da Luz	Jardim da Luz
24 de Outubro	16h00	Aniversário CSPC	CSPC
13 de Novembro	15h00	S. Martinho	CSPC
16 de Dezembro	13h00	Almoço de Natal	CSPC
de Janeiro	15h00	Dia de Reis	CSPC
de Fevereiro	15h00	Carnaval	CSPC
23 Março	A definir	Piquenique de Primavera	A definir
de Abril	A definir	Páscoa	CSPC
Maio	A definir	Colónia Sénior	A definir
Junho	A definir	Arraial	A definir
Julho		(Dia do amigo)	
Agosto	A definir	“Vamos ao mercado”	A definir

Tabela 3: Plano de actividades

Irão constar deste plano de actividades apenas as actividades intergeracionais e as actividades pontuais. Estas ainda poderão sofrer algumas alterações relativamente a datas e/ou locais a visitar, pois esperamos algumas respostas de contactos.

Em relação às actividades regulares/semanais, como já foi referido anteriormente, estas serão planificadas semanalmente, pois devem ter em conta vários factores, entre eles, o ritmo e participações dos utentes do Centro de dia.

Atividade:	Feira da Luz
Descrição da actividade:	<ul style="list-style-type: none"> • Visita à feira da Luz • Degustação de farturas
Data:	20 de Setembro de 2017
Participantes:	Centro de dia e convívio
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de prazer convívio e alegria
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, convívio.
Recursos Institucionais:	Lanches.

Atividade:	Aniversário do CSPC
Descrição da actividade:	<ul style="list-style-type: none"> • Lanche de convívio
Data:	24 de Outubro de 2016
Participantes:	Centro de dia, SAD, convívio, ATL, Jardim de Infância
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de prazer e alegria; • Promover o relacionamento criança/idoso;
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, coordenadora de infância, Ajudantes de acção directa, auxiliares de acção educativa, educadoras de infância, utentes de Centro de dia, convívio, SAD crianças das valências de Jardim de Infância Cresce e ATL.
Recursos Institucionais:	Lanches.

Atividade:	S. Martinho
Descrição de actividades:	<ul style="list-style-type: none"> • Preparação de castanhas • Lanche de convívio
Data:	13 de Novembro
Participantes:	Centro de dia e Jardim de infância
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de prazer, convívio e alegria; • Comemorar S. Martinho
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de acção directa, Coordenadora de Infância, auxiliares de acção educativa, educadora de Infância, utentes de Centro de dia e convívio e de Jardim de infância.
Recursos Institucionais:	Lanches, castanhas.

Atividade:	Almoço de Natal
Descrição de actividade:	Almoço de partilha e convívio. Tarde de Animação
Data:	16 de Dezembro 2016
Participantes:	Centro de dia, convívio e SAD.
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a interação com o outro; • Proporcionar momentos de prazer e alegria; • Promover o convívio entre utente/funcionário da instituição.
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, convívio e SAD.
Recursos Institucionais:	Almoço Material logístico

Atividade:	Dia de Reis
Descrição da actividade:	A definir
Data:	de Janeiro
Participantes:	Centro de dia, convívio, SAD, Jardim de infância e ATL.
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o relacionamento criança/idoso; • Proporcionar momentos de prazer e alegria.
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Coordenadora de infância, Educadoras de infância, Auxiliares de infância, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, Convívio, SAD, Crianças das valências Jardim de infância e ATL.
Recursos materiais:	Material logísticos

Atividade:	Carnaval
Descrição da actividade:	<ul style="list-style-type: none"> • Baile alusivo ao Carnaval
Data:	de Fevereiro
Participantes:	Centro de dia, ATL, JI
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o relacionamento criança/idoso; • Proporcionar momentos de prazer e alegria.
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Coordenadora de infância, Educadoras de infância, Auxiliares de infância, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, Convívio, SAD, Crianças das valências Jardim de infância e ATL.

Plano de actividades Socioculturais 2017/2018

Atividade:	
Descrição da atividade:	<ul style="list-style-type: none"> • Visita a um monumento histórico
Data:	de Março
Participantes:	Centro de dia, convívio e SAD
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o convívio e a interajuda; • Proporcionar momentos de prazer e alegria; • Salientar a importância da história nacional
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de ação direta, utentes de Centro de dia, Convívio, SAD.
Recursos materiais:	Lanches

Atividade:	Páscoa
Descrição da atividade:	<ul style="list-style-type: none"> • Comemoração Pascal
Data:	18de Abril
Participantes:	Centro de dia, convívio, SAD
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Comemorar a época religiosa
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de ação direta, utentes de Centro de dia, Convívio, SAD.
Recursos materiais:	Materiais logísticos

Atividade:	Colónia Sénior
Data:	(a definir) Maio
Participantes:	Centro de dia, Convívio e SAD.
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Incentivar o interesse e o entusiasmo das pessoas pelo mundo cultural; • Oferecer experiências, materiais e recursos aos diversos segmentos do público-alvo; • Cultivar amizades; • Conhecer novos locais, hábitos e costumes
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, convívio e SAD.
Recursos materiais:	Transporte Almoço Lanche Material logístico

Atividade:	Arraial
Descrição da actividade:	Comemoração dos Santos populares; Convívio com todos os utentes, funcionários e familiares do CSPC
Data:	(a definir) Junho
Participantes:	Centro de dia, convívio e SAD, Jardim de Infância e ATL.
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de partilha; • Incentivar o interesse e a conservação da amizade e boa disposição entre utentes, funcionários e familiares; • Proporcionar momentos de prazer e alegria.
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de acção directa, utentes de Centro de dia, convívio e SAD, coordenadora Pedagógica, Valência de JI, ATL, Educadoras, ajudantes de acção educativas, funcionários de serviços gerais.
Recursos materiais:	Material logístico

Atividade:	
Descrição da actividade:	Lanche de convívio entre utentes, funcionários e familiares
Data:	
Participantes:	Centro de dia, SAD e convívio.
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a ligação entre gerações e familiares; • Acentuar a importância da família;
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de ação direta, utentes de Centro de dia, convívio e SAD, Familiares.
Recursos materiais:	Lanches

Atividade:	<i>Vamos ao mercado</i>
Descrição da actividade:	Piqueniques por Lisboa
Data:	(a definir) Agosto
Participantes:	Centro de dia, SAD, e convívio
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de partilha; • Proporcionar momentos de prazer e alegria;
Recursos Humanos:	Animadora Sociocultural, Assistente Social, Ajudantes de ação direta, utentes de Centro de dia, convívio e SAD.
Recursos materiais:	Lanches

V. RECURSOS

Recursos Humanos	Recursos Institucionais	Recursos Materiais
<ul style="list-style-type: none"> - Animadora Sociocultural - Fisioterapeuta - Enfermeira - Ajudantes da acção directa - Utentes do Centro de dia - Directora técnica serviço Social - Direcção - Serviços administrativos 	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Televisão - DVD - Máquina fotográfica - Carrinhas 	<ul style="list-style-type: none"> - CD's - Material de escritório diverso - Cartolinas, papel de seda, papel crepe, colas, tintas, etc. para a realização de actividades de expressão plástica - papel - Plafon para fotocópias - Plafon para telefonemas

VI. METODOLOGIAS

O presente plano anual de actividades incide sobretudo em duas metodologias de animação: a metodologia da animação sociocultural e a metodologia participativa, de modo a usar métodos que facilitem, promovam ou possibilitem a participação das pessoas envolvidas no mesmo.

Este projecto utiliza a metodologia da animação na medida em que promove a participação, a comunicação entre as pessoas, a dinamização cultural e a democratização sociocultural, e estes são pontos defendidos pela mesma.

A Animação Sociocultural preocupa-se com os direitos e deveres dos cidadãos e da consciencialização dos mesmos acerca do meio social e cultural em que vivem, de modo a aumentar os seus níveis de participação activa na comunidade. Nesse sentido, a ASC ocupa-se do desenvolvimento de potencialidades de pessoas, grupos e comunidades, de desenvolvimento pessoal e grupal, através de práticas, actividades e relações que visam capacitar as pessoas a perspectivarem objectivos comunitários, respondendo a necessidades colectivas de formação e acção de determinados contextos de intervenção.

Trabalhar em ASC é promover a participação, a comunicação entre pessoas e grupos, a transformação social, mas respeitando a tradição, a melhoria da qualidade de vida, a consciencialização, a integração social, o desenvolvimento pessoal e grupal, o desenvolvimento e dinamização social e cultural, a democracia e democratização cultural, social e educativa.

Este plano assenta também, numa metodologia participativa, através da qual iremos tentar potenciar a participação de todos os implicados no projecto, ou seja, as promotoras do plano, os técnicos, os auxiliares, os destinatários (que

deixam, neste sentido, de ser destinatários passando a intervenientes) e outros agentes externos que possam vir a beneficiar do projecto directa ou indirectamente, ou com ele interagir. Na perspectiva da Associação IN LOCO (2001:16), “pode falar de participação quem visa, empenhadamente, o envolvimento das pessoas na resolução dos seus problemas, deixando de as ver como ‘público-alvo’ ou destinatárias de uma intervenção, para as encarar como sujeitos de um processo, que tem de ser o seu, e não o que os técnicos definiram para elas”.

Em termos de resultados, a metodologia participativa deveria apresentar respostas aos problemas reais das pessoas e proporcionar essencialmente o seu crescimento pessoal e de todos os intervenientes no processo, em termos de consciencialização das suas capacidades, valores, auto-confiança, mas também consciencialização dos seus direitos e deveres.

O papel da animadora, da assistente social, da Fisioterapeuta, da enfermeira e dos técnicos consiste em organizar o plano de actividades, acompanhar o decorrer do mesmo, prestar apoio técnico de modo a mobilizar e capacitar as pessoas, e assegurar-se da existência ou do desenvolvimento de estruturas de enquadramento favoráveis.

VII. AVALIAÇÃO

Metodologias e Instrumentos de avaliação

Neste momento, importa referir o que se entende por metodologias, bem como, quais serão as metodologias e instrumentos de avaliação a utilizar.

“La evaluación consiste en una recogida sistemática de información focalizada en una serie de aspectos, posteriormente analizada y juzgada” (Cembranos, Montesinos e Bustelo, 1995: 198).

Assim, neste plano anual de actividades será realizada uma avaliação contínua através da utilização de alguns instrumentos de avaliação que enunciaremos em seguida, com vista à elaboração de uma avaliação final.

No que diz respeito aos instrumentos de avaliação, estes “ (...) *pueden ser cualquier instrumento de recogida de información que se ajuste al tipo de información que queremos, a las circunstancias específicas de cada situación evaluativa y a los recursos y al tiempo disponible*” (Cembranos, Montesinos e Bustelo, 1995: 198).

Os instrumentos de avaliação que iremos utilizar serão:

- Observação directa;
- Notas pessoais;
- Questões entre a animadora sociocultural, feitas aos utentes do Centro de dia; (Questionários)

- Número de intervenientes em cada actividade tendo em conta o número de utentes presentes;
- Reuniões;
- Notas de presenças e grau de dificuldades em actividades.

Esta forma de avaliação irá permitir-nos saber se os utentes do Centro de dia gostaram ou não da actividade, o que é que sentiram ao realizar uma determinada actividade, as principais dificuldades sentidas e sugestões para melhorar ou para criar novas actividades.