



**Centro Social e Cultural de Verdelhos**

**PLANO DE AÇÃO  
E  
ORÇAMENTO  
PARA O ANO DE  
2022**





*João*  
*Ana Gabriel*  
*Ad. Ferreira*

**A – CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL**

| CÓDIGO<br>DAS<br>CONTAS | 1 - Proveitos e Ganhos   | Resultados Previsionais |                     |
|-------------------------|--|-------------------------|---------------------|
|                         |  | 2022                    |                     |
|                         |  | Parcial                 | Soma                |
|                         | <b>Proveitos Regulares:</b>  |                         |                     |
| 72114                   | Prestações de Serviços (Lar/C. Dia/A. Domiciliá  | 284 889,42 €            |                     |
| 725                     | Serviços Secundários (inclui Serv. Prest.-Pré es   | 13 701,25 €             |                     |
| 72112                   | Quotizações  | 2 384,27 €              |                     |
|                         |  |                         | <b>300 974,93 €</b> |
|                         | <b>Apoios de Carácter Permanente:</b>  |                         |                     |
| 7511                    | Centro Regional da Segurança Social  | 270 699,64 €            |                     |
|                         |  |                         | <b>270 699,64 €</b> |
|                         | <b>Outros Proveitos não Regulares:</b>   |                         |                     |
| 7512+75114              | Outra entidades publicas   | 1 767,84 €              |                     |
| 7811                    | Rendimentos Suplementares  | 0,00 €                  |                     |
| 782                     | Descontos de p.p. obtidos  | 48,25 €                 |                     |
| 786/788                 | Outros rendimentos e ganhos  | 35 159,32 €             |                     |
| 791                     | Juros Obtidos  | 2 960,67 €              |                     |
| 771                     | Ganhos por aumento justo valor em Instr. Financ  | 0,00 €                  |                     |
|                         |  |                         | <b>39 936,08 €</b>  |
|                         | <b>TOTAL DOS PROVEITOS</b>   |                         | <b>611 610,65 €</b> |
|                         | <b>2 - Gastos e Perdas</b>   |                         |                     |
|                         | <b>Custos Directos:</b>  |                         |                     |
| 612                     | Custo das Matérias-Primas Consumidas   | 67 213,07 €             |                     |
| 62                      | Fornecimentos e Serviços Externos  | 135 917,72 €            |                     |
|                         |  |                         | <b>203 130,78 €</b> |
|                         | <b>- Gastos com o Pessoal</b>  |                         |                     |
| 632                     | Remunerações do Pessoal  | 300 781,56 €            |                     |
| 635                     | Encargos sobre remunerações  | 60 156,31 €             |                     |
| 636                     | Seguro de acidentes de trabalho  | 2 406,25 €              |                     |
| 637                     | Gastos de ação social  | 411,22 €                |                     |
| 638                     | Outros gastos com o pessoal  | 697,72 €                |                     |
|                         |  |                         | <b>364 453,07 €</b> |
|                         | <b>- Outros Gastos e Perdas</b>  |                         |                     |
| 66                      | Perdas por redução de justo valor  | 2 828,93 €              |                     |
| 681                     | Impostos Directos (taxas)  | 256,37 €                |                     |
| 688/689                 | Outros Gastos e Perdas   | 952,88 €                |                     |
|                         |  |                         | <b>4 038,18 €</b>   |
|                         | <b>Custos Indirectos:</b>  |                         |                     |
|                         | <b>- Depreciações e Amortizações</b>   |                         |                     |
| 64                      | Gastos de Depreciação e de Amortização   | 25 925,67 €             |                     |
|                         |  |                         | <b>25 925,67 €</b>  |
|                         | <b>TOTAL DOS CUSTOS</b>  |                         | <b>597 547,70 €</b> |
|                         | <b>Resultado para Apoio ao Reinvestimento e Melhoramento das Instalações e de Serviços</b> |                         | <b>14 062,95 €</b>  |



*Handwritten signatures and notes in blue ink.*

## B – NOTAS EXPLICATIVAS

### 1) INTRODUÇÃO

Os valores orçamentados para o ano de 2022 tiveram como referência o Balancete do mês de agosto de 2021.

O orçamento foi elaborado, na maioria das suas rúbricas, tendo em conta a taxa de inflação de 0,9% prevista pelo Banco de Portugal para a ano de 2022. O critério adotado é uniforme no tocante aos Rendimentos/Receitas e Gastos/Custos, à exceção de algumas rúbricas explicadas nos pontos respetivos e, sempre que assim não seja.

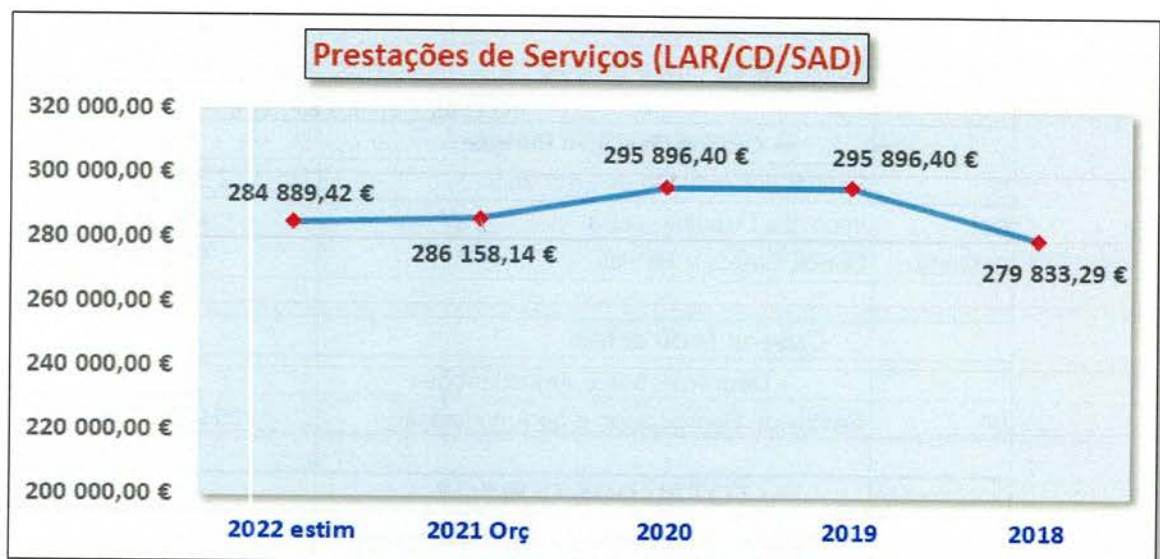
Para além disso teve-se em conta uma provável retoma/reinício do funcionamento do Centro de Dia, que esteve encerrado em 2021 em virtude da pandemia causada pelo COVID-19.

### 2) RENDIMENTOS/RECEITAS

**2.1) As Prestações de Serviços em Lar, Centro de Dia e Apoio Domiciliário** (valor anual pago pelos utentes, constitui a maior receita desta instituição e representa cerca de 47% do total das receitas) e, deverão atingir em 2022 um valor de 284 889,42 €.

No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rúbrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2022 e 2021 são previsionais.

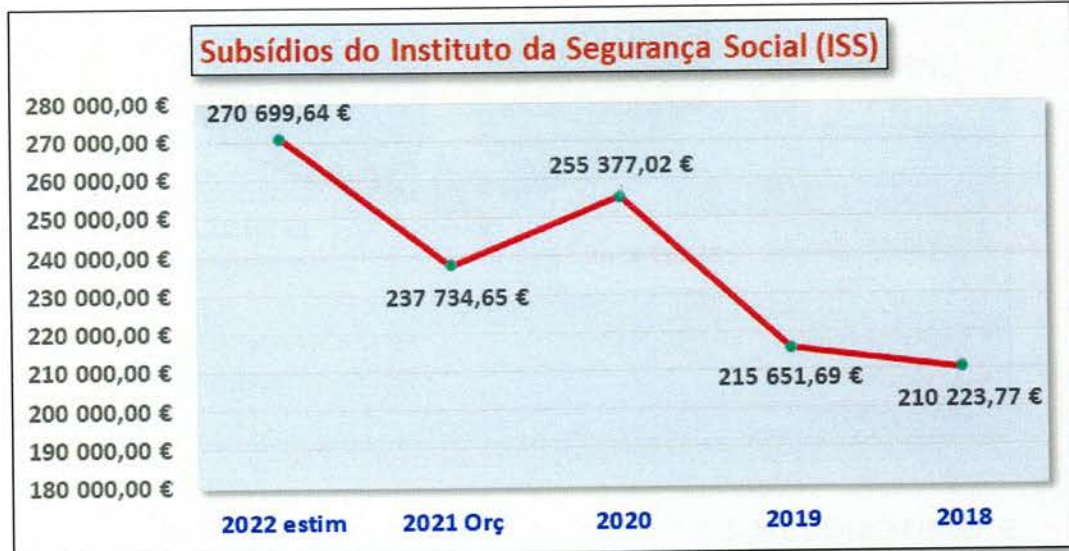
Relembra-se que o valor que tinha sido orçamentado em 2020 para o ano de 2021 no valor 286.158,14 €, será provavelmente mais baixo (que o estimado para 2022), tendo em conta que em 2020 (quando se fez o orçamento para 2021), previa-se que no ano de 2021 já haveria uma retoma, o que, por sua vez, não veio a acontecer, pelo contrário, teve sim, que se encerrar o Centro de Dia.





*Ana Gabriel*  
*Galina*

- 2.2) Os **Subsídios do Instituto da Segurança Social** (segunda maior receita da instituição), representam cerca de **44%** do total destas e, estão orçamentados para **2022** no valor de **270.699,64 €**. No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rubrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2022 e 2021 são previsionais.



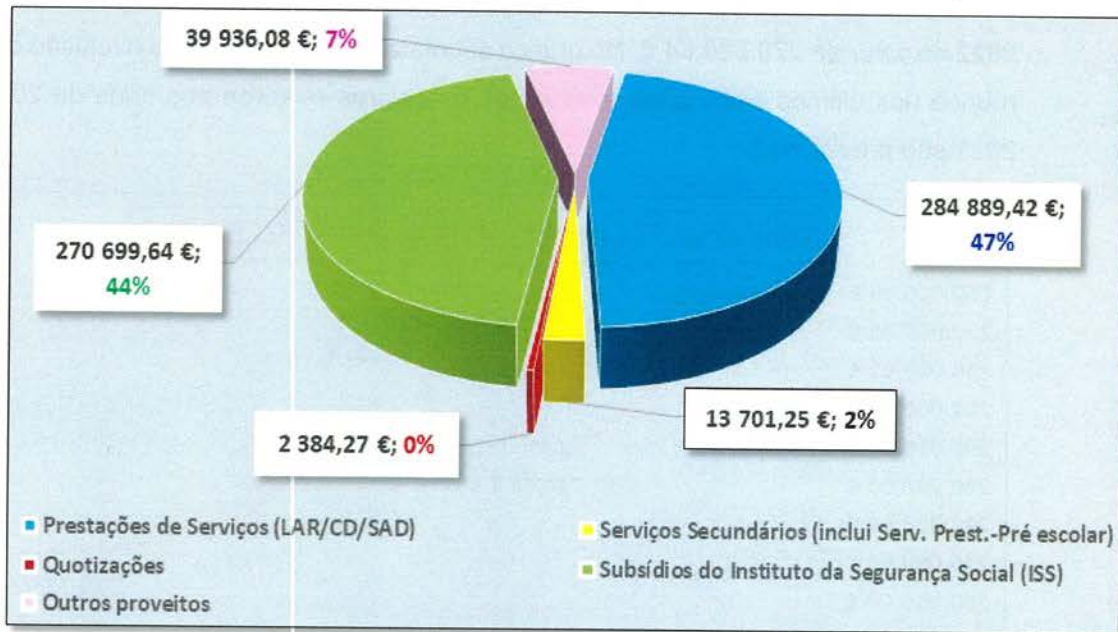
- 2.3) Os valores relativos aos **Serviços Secundários**, onde se enquadram os serviços prestados aos Utentes, às crianças do Pré-escolar (fruto de um protocolo celebrado com o Município da Covilhã) e, ainda aos valores recebidos da ICOVI relativos à energia gerada pelos painéis solares, estão estimados para 2022 em **13.701,25 €** o que representa **2,2%** do total das receitas da instituição.
- 2.4) Relativamente às **Quotizações** recebidas dos nossos associados, para 2021 estão estimadas em **2.384,27 €** e, representam cerca de **0,4%** das receitas totais.
- 2.5) No que respeita a **Outros Proveitos não Regulares**, onde se enquadram, descontos, juros e donativos obtidos, entre outros, estes estão estimados em **39.936,38 €** para 2022 e, representam cerca de **6,8%** das Receitas da instituição. Nesta rubrica destaca-se o valor de 35.159,32 € relativamente a "Outros rendimentos e ganhos", onde estão estimados a contabilização relativa ao provável subsídio a receber do investimento previsto para 2022 no que respeita às obras de remodelação e ampliação do edifício, assim como de aquisição de algum equipamento no valor de cerca de 250.000,00 €, previsto no Programa Pares 3.0, ao qual a instituição se candidatou.

No gráfico seguinte pode observar-se a repartição do **Total dos Rendimentos/Receitas** da instituição, quer em valor quer em percentagem. A percentagem dá-nos uma ideia da "grandeza" de cada uma destas receitas em relação ao total das mesmas, total este que está estimado em **611 610,65 €**.



*Handwritten signatures and notes in blue ink.*

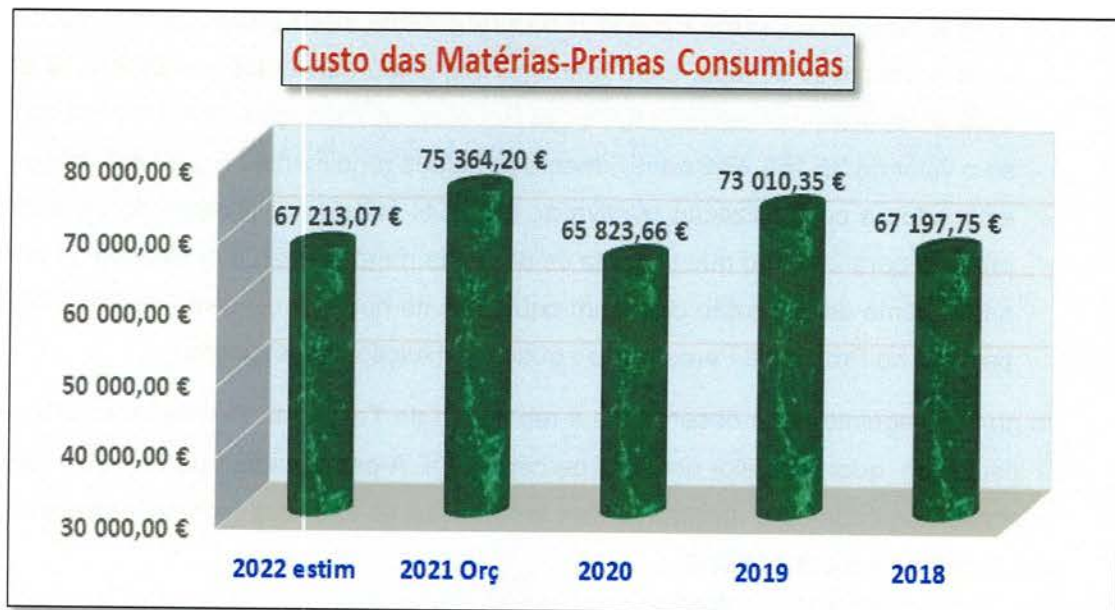
### Contribuição de cada receita no total dos Proveitos da Instituição



### 3. GASTOS/CUSTOS

No que respeita aos **Gastos/Custos da instituição**, estes estão orçamentadas para 2022 em **597.547,70 €**, a seguir discriminadas.

**3.1) Custo das Matérias-Primas Consumidas** - o valor estimado para 2022 ascende a **67.213,07 €**. Custo este que representa **11,3%** em relação ao total dos gastos/custos da instituição. No gráfico seguinte, pode observar-se a evolução em valor do Custo das Matérias-primas consumidas nos últimos cinco anos, sendo que em 2022 e 2021 os valores são previsionais.





- 3.2) Os **Fornecimentos e Serviços Externos** (FSE) estão estimados para 2022 em 135.917,72 € e, representam 22,8% dos gastos totais da instituição.



O aumento de 9,2% que está estimado para 2022 em relação a 2021 diz respeito à atualização de preços em algumas das contas que compõem esta rubrica por força da inflação e, ao aumento de gastos relativos ao provável reinício do funcionamento do Centro de Dia e seus utentes.

- 3.3) **Gastos com o Pessoal** – esta é, sem dúvida, a rubrica que maior custo representa na instituição (61%) e, espera-se que em 2022, os gastos com o pessoal totalizem **364.453,07 €**. Neste valor está incorporado um aumento de 6% em relação ao salário mínimo atual (que está no orçamento do governo português ao passar dos atuais 665,00 para 705,00 €).

Nestes gastos, estão incluídas várias rubricas, a saber:

| Rúbricas                             | 2022 estim.         | % em relação Gastos c/Pessoal | % em relação Gastos totais |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------------|----------------------------|
| Remunerações do Pessoal              | 300 781,56 €        | 82,5%                         | 50,3%                      |
| Encargos s/ Remunerações             | 60 156,31 €         | 16,5%                         | 10,1%                      |
| Seg. Acid. Trabalho e Outros gastos  | 3 515,19 €          | 1,0%                          | 0,6%                       |
| <b>Total de Gastos com o Pessoal</b> | <b>364 453,07 €</b> | <b>100,0%</b>                 | <b>61,0%</b>               |

Como se pode verificar, as **Remunerações do pessoal** representam 82,5% do total dos Gastos com o pessoal, os Encargos sobre as Remunerações 16,5% e, os Seguros de Acidentes de Trabalho e Outros Gastos cerca de 1%.

No gráfico seguinte pode observar-se a evolução dos Gastos com o pessoal nos últimos cinco anos, sendo que os valores para 2022 e 2021 são previsionais.



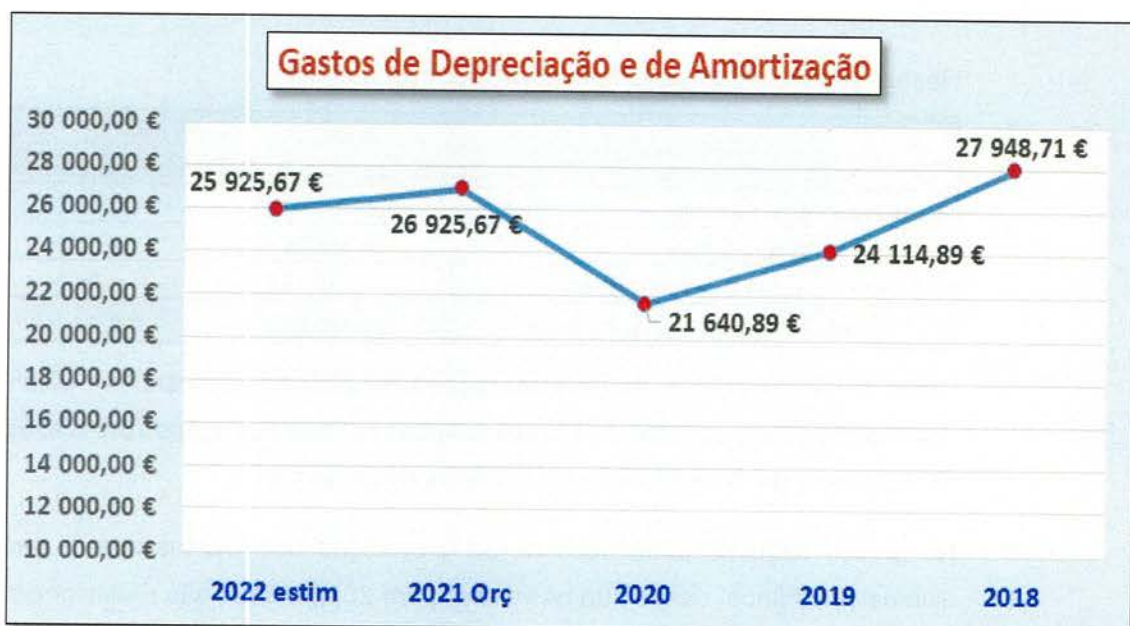
*Handwritten signatures and notes in blue ink.*

Nestes cinco anos, sobressai o valor em 2019 de 356.245,88 €, valor superior em 20% em relação a 2018. Tal facto deveu-se à indemnização no valor de 30.000,00 € pago à anterior Diretora Técnica.



3.4) **Outros Gastos e Perdas** – para 2022 estão orçamentados 4.038,18 € e, que no total dos gastos da instituição representam 0,7%.

3.5) **Gastos de Depreciação e de Amortização** – estima-se para 2022 um valor de 25.925,67 €, relativo aos Ativos/Investimentos da instituição que representam cerca de 4,3% dos custos totais. No gráfico seguinte pode observar-se a evolução destes custos nos últimos cinco anos, sendo que relativamente a 2022 e 2021 são previsionais.

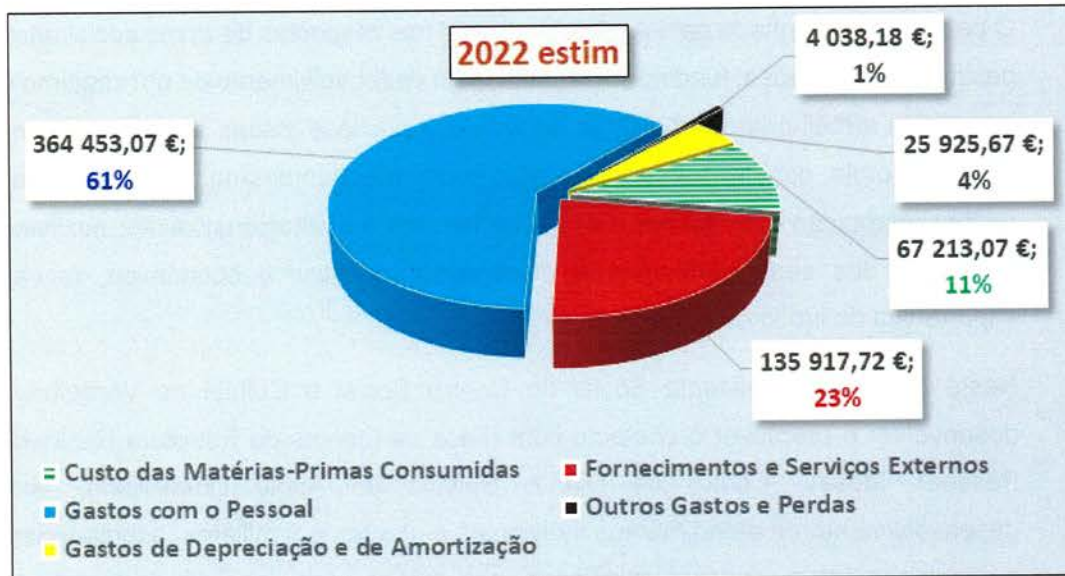




*Handwritten notes:*  
# fur  
epubid  
Ana  
11/6  
Ydalina  
Bair

3.6) **Total de Gastos/Custos** – no gráfico seguinte podemos observar o “peso” de cada um dos gastos/custos atrás enunciados no total dos gastos da instituição (em valor e, em %), estimados para 2022.

**Encargo de cada gasto no total dos Gastos/Custos da instituição.**



#### 4) RESULTADOS LÍQUIDOS DO PERÍODO

Estima-se para 2022 um valor positivo de **14.062,95 €**, relativamente aos Resultados do exercício dos para 2022. No gráfico seguinte pode observar-se a evolução destes resultados nos últimos cinco anos, sendo que relativamente a 2022 e 2021 são previsionais.

**Resultados líquidos do período**





## C – PROGRAMA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL E DE AÇÃO SOCIAL

### **Serviços Sociais**

O papel desempenhado pelo Assistente Social nas respostas de apoio social destinadas a pessoas idosas passa, fundamentalmente, pelo desenvolvimento de um conjunto de ações que visam a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas através da promoção da sua autonomia, diminuição do isolamento social e sedentarismo, procurando assim uma melhor adaptação dos utentes e das suas famílias à institucionalização, auxiliando-as na resolução dos seus problemas a nível social, familiar e económico, ressaltando a importância do idoso na sociedade.

Neste sentido a Assistente Social do Centro Social e Cultural de Verdelhos procura desenvolver e promover o contacto com todos os utentes de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, através do desenvolvimento de atendimentos individuais a utentes e familiares, acompanhamentos e encaminhamentos, visitas domiciliárias, acompanhamento nas atividades de Animação Sociocultural, Fisioterapia e serviços Médicos e de Enfermagem.

### **Objetivos**

- ✓ Contribuir para a melhoria das condições de vida dos utentes e das suas famílias;
- ✓ Assegurar aos utentes e às suas famílias a satisfação de necessidades básicas;
- ✓ Valorizar a pessoa idosa mantendo em simultâneo a sua ligação ao meio natural e de uma forma particular à sua família e grupo de amigos;
- ✓ Promoção do bem-estar físico, emocional e social dos idosos através do desenvolvimento de atividades em conjunto com o Animador Sociocultural;
- ✓ Colaborar na prestação de cuidados de saúde;
- ✓ Desenvolvimento de competências pessoas e profissionais com vista à integração na dinâmica e no ambiente de trabalho da instituição.

### **Atividades**

- ✓ Avaliações, admissões, acompanhamentos e encaminhamentos dos utentes;
- ✓ Atendimentos individuais a utentes/ clientes e familiares;
- ✓ Atualização dos processos individuais dos utentes;
- ✓ Atualização da lista de espera;
- ✓ Desenvolvimento de um trabalho em rede com a Animador Sociocultural, Enfermeiras, Médico, Fisioterapeuta e Encarregada Geral;
- ✓ Realização de Visitas Domiciliárias aos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário.



*Ana Gabriel*  
*Adalina*  
*Bair*

### Respostas Sociais

- ✓ Estrutura Residencial para Pessoas Idosas;
- ✓ Centro de Dia;
- ✓ Serviço de Apoio Domiciliário.

### Serviços

- ✓ Alimentação;
- ✓ Higiene pessoal;
- ✓ Higiene habitacional;
- ✓ Tratamento de roupas;
- ✓ Gestão e administração medicamentosa;
- ✓ Serviço de transporte;
- ✓ Acompanhamento Médico e de Enfermagem;
- ✓ Fisioterapia;
- ✓ Assistência Social;
- ✓ Animação Sociocultural;
- ✓ Acompanhamento Administrativo.

### Caracterização dos Utentes

**Tabela 1:** Número de utentes segundo o género a frequentar as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

| GÉNERO    | RESPOSTA SOCIAL |    |     | TOTAL |
|-----------|-----------------|----|-----|-------|
|           | ERPI            | CD | SAD |       |
| MASCULINO | 15              | 2  | 5   | 22    |
| FEMININO  | 20              | 3  | 3   | 26    |
| TOTAL     | 35              | 5  | 8   | 48    |

De acordo com os resultados apresentados na tabela 1 podemos concluir que atualmente temos um total de **48** utentes a frequentar as respostas sociais na nossa instituição, sendo que 35 utentes frequentam a resposta social de ERPI, **5** utentes frequentam a resposta social de CD e **8** utentes frequentam a resposta social de SAD. Podemos ainda observar que os utentes são maioritariamente do género feminino.

**Tabela 2:** Idades dos utentes que frequentam as respostas sociais de ERPI, CD e SAD



*Amor Gabriel*  
*Madalena*  
*Peira*

| IDADES         | RESPOSTA SOCIAL |    |     | TOTAL |
|----------------|-----------------|----|-----|-------|
|                | ERPI            | CD | SAD |       |
| 50 – 59 anos   | 1               | 0  | 0   | 1     |
| 60 – 70 anos   | 4               | 1  | 1   | 6     |
| 71 – 80 anos   | 5               | 0  | 1   | 6     |
| 81 – 90 anos   | 17              | 3  | 6   | 26    |
| 91 – 100 anos  | 7               | 0  | 0   | 7     |
| 101 – 110 anos | 1               | 0  | 0   | 1     |

Segundo os resultados observados na tabela 2 verificamos que os utentes que frequentam as respostas sociais do Centro Social e Cultural de Verdelhos estão, na sua maioria, representados na faixa etária dos 81 aos 90 anos, concluindo desta forma que a nossa instituição atualmente encontra-se a dar resposta a uma população bastante envelhecida.

**Tabela 3:** Idades dos utentes segundo o género a frequentar as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

| GÉNERO          |                | MASCULINO |    |     | FEMININO |    |     |
|-----------------|----------------|-----------|----|-----|----------|----|-----|
| RESPOSTA SOCIAL |                | ERPI      | CD | SAD | ERPI     | CD | SAD |
| IDADES          | 50 – 59 anos   | 1         | 0  | 0   | 0        | 0  | 0   |
|                 | 60 – 70 anos   | 3         | 0  | 1   | 1        | 1  | 0   |
|                 | 71 – 80 anos   | 2         | 0  | 0   | 3        | 0  | 1   |
|                 | 81 – 90 anos   | 6         | 1  | 4   | 11       | 2  | 2   |
|                 | 91 - 100 anos  | 3         | 0  | 0   | 4        | 0  | 0   |
|                 | 101 – 110 anos | 0         | 0  | 0   | 1        | 0  | 0   |

De acordo com os dados apresentados na tabela 3 podemos verificar que na faixa etária dos 60 aos 70 anos são os utentes do género masculino que têm maior representatividade, no entanto nas restantes faixas etárias são os utentes do género feminino que têm maior destaque.



*Ass Gabriel  
Ana  
Adalino  
Cau*

## **A Animação Sociocultural na Terceira Idade**

Essencial para um envelhecimento saudável e positivo, a Animação Sociocultural ajuda o idoso a encarar o seu envelhecimento como um processo natural, de forma positiva e adequada, e a reconhecer a necessidade da manutenção das atividades físicas e mentais, após os 65 anos.

A Animação Sociocultural na terceira idade revela a sua importância ao criar e desenvolver projetos de vida, ao ser uma intervenção ativa, participativa e vitalista, assente no usufruto e aproveitamento criativo da vida pessoal, considerando o idoso como o protagonista desse mesmo projeto (Pérez, 2004).

Assim, importa realmente intervir junto deste tipo de população, que continua em ascensão no nosso país, e onde a área da animação desempenha grande utilidade, para que estes sintam que ainda podem e que ainda têm capacidades. A sua participação nas atividades é um desafio devido às várias limitações em que se encontram, como pela idade, pelas condições de saúde muito distintas, pelas condições de solidão e pelos modos de vida que adotaram a partir de certo momento da sua vida.

O autor Lorda (2004) defende que a Animação Sociocultural permite que os idosos se envolvam em atividades estimulantes, criativas e de grande significado, as quais vão promover uma melhoria da sua qualidade de vida, tornando-a mais agradável e produtiva. Desta forma o Animador Sociocultural é a pessoa capaz de elaborar ou executar um plano de intervenção, utilizando técnicas de animação Socioculturais, educativas, recreativas e lúdicas. É a pessoa capaz de estimular a participação ativa da gente e de incutir um maior dinamismo sociocultural, tanto no individual como no coletivo, ser animador é ter um papel social. Em Instituições, como em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas, a presença de um Animador Sociocultural torna-se fundamental, onde este tem como objetivos primordiais o de promover e dinamizar atividades de lazer e ocupação tentando ir sempre ao encontro das preferências da/o idosa/o, valorizando-a/o e ajudando-a/o a saber envelhecer, bem como de promover os seguintes objetivos específicos, de desenvolver a destreza física e motora, aumentar a coordenação de movimento, assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes, aumentar a autoestima, desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente, desenvolver a motricidade e precisão manual, estimular autonomia do idoso, desenvolver o espírito de ajuda entre os idosos e por fim promover o convívio sénior.

A finalidade da Planificação das Atividades no âmbito da Animação Sociocultural consiste, na ocupação do utente e no seu envolvimento nas atividades, para que desta forma o utente possa sentir prazer na participação e consciencializando-se que pode dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo desta forma a imagem pré-concebida de que os idosos são/estão inativos.



A realização de atividades, com e para os utentes, 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.

Como defende Constança Paul a realização de atividades de Animação Sociocultural é *"vital na estimulação dos mais velhos para o uso/ desenvolvimento das suas capacidades e competências cognitivas no caminho da autonomia e de uma velhice com sucesso"*.

Algumas das atividades do Plano de 2021 mantêm-se, uma vez que os resultados têm sido benéficos para os utentes.

Desta forma, o Plano de Intervenção/ Plano de Atividades para 2022 é o seguinte:

- Atividade física ou motora;
- Massagem de Relaxamento / Recuperação;
- Atividade cognitiva;
- Atividade através da expressão e da comunicação oral e corporal;
- Atividade através da expressão Manual/Plástica;
- Atividades Lúdicas;
- Atividades da Vida Diária/ Quotidiano.

Assim, o plano de atividades tem como finalidade melhorar a qualidade de vida e o bem-estar físico e psicológico dos utentes, tendo como objetivos gerais:

- Maximizar o potencial motor;
- Desenvolver a destreza física e motora;
- Desenvolver a motricidade e precisão manual;
- Aumentar a coordenação de movimento;
- Desenvolver a coordenação Físico-motora;
- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;
- Aumentar a autoestima;
- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;
- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;
- Estimular autonomia do idoso;
- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;
- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma;
- Promover a proximidade pelas novas tecnologias;
- Promover o convívio Sénior.



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês     | Atividade  | Objetivos   | Finalidade   | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|---------|--|---|--|--|---|
| Janeiro | Expressão Físico -Motora<br>(2 vezes por semana)<br><br>Comemoração da Passagem<br>de Ano e Dia da Paz<br>(Dia 1 de Janeiro)<br><br>Comemoração do Dia de Reis<br>(6 De Janeiro)<br><br>Expressões Manual<br>"Os Nossos Desejos para o<br>Novo Ano"<br>- Dia da Saudade – 30/01<br>Convívio<br>- Lanche de Reis – 06/01<br><br>Comemoração dos<br>Aniversários<br><br>Atualização da Página de<br>Facebook<br>"Lar de Verdelhos" | - Maximizar o potencial motor;<br>- Desenvolver a destreza física e motora;<br>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;<br>- Aumentar a coordenação de movimento;<br>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;<br>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;<br>- Aumentar a autoestima;<br>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;<br>- Estimular autonomia do idoso;<br>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;<br>- Promover o convívio Sénior.<br>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;<br>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. | - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;<br>- Comemorar o Dia de Reis;<br>- Realizar trabalhos para decoração;<br>- Promoção com atualização diária da Instituição.<br>- Proporcionar momentos de lazer, descontração. | <b>Humanos:</b><br>- Animador Sociocultural;<br>- Assistente Social<br>- Utentes;<br>- Colaboradores;<br><br><b>Materiais:</b><br>- Material diverso de Atividade Física<br>- Material diverso na área da expressão plástica | <b>Respostas Sociais:</b><br>- Lar;<br>- Centro de Dia;<br>- Serviço de Apoio Domiciliário. |

*Handwritten signatures and initials:*  
- Top right: *Dr. Gabriel*  
- Middle right: *Stalin*  
- Bottom right: *rair*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês              | Atividade   | Objetivos   | Finalidade   | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|------------------|---|---|--|--|---|
| <b>Fevereiro</b> | <p>Expressão Físico -Motora<br/>(2 vezes por semana)</p> <p>Expressões Manual<br/>- Dia do Amor e Amizade<br/>(14 de Fevereiro)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook<br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Comemorar o Dia de São Valentim, dia do Amor e Amizade;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer, descontração;</li><li>- Promover o encontro geracional.</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*[Handwritten signatures and initials in blue ink]*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês   | Atividade  | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais  | Destinatários   |
|-------|--|---|---|---|---|
| Março | Expressão Físico - Motora<br>(2 vezes por semana)<br><br>Expressão Manual<br>- Comemoração do Carnaval<br>(01 de Março)<br><br>- Dia da Mulher<br>(8 de Março)<br><br>Elaboração de lembrança<br>- Dia do Pai<br>(19 de Março)<br><br>- Primavera<br>(21 de Março)<br><br>Comemoração dos Aniversários<br><br>Atualização da Página de<br>Facebook<br>"Lar de Verdelhos" | - Maximizar o potencial motor;<br>- Desenvolver a destreza física e motora;<br>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;<br>- Aumentar a coordenação de movimento;<br>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;<br>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;<br>- Aumentar a autoestima;<br>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;<br>- Estimular autonomia do idoso;<br>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;<br>- Promover o convívio Sénior.<br>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;<br>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. | - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;<br>- Comemorar o Carnaval;<br>- Comemorar o dia da Mulher<br>- Comemorar o dia do Pai;<br>- Celebrar a chegada da Primavera;<br>- Registrar fotografias na aldeia alusivas à Primavera com os utentes. | <b>Humanos:</b><br>- Animador Sociocultural;<br>- Assistente Social<br>- Utentes;<br>- Colaboradores;<br><br><b>Materiais:</b><br>- Material diverso de Atividade Física<br>- Material diverso na área da expressão plástica; | <b>Respostas Sociais:</b><br>- Lar;<br>- Centro de Dia;<br>- Serviço de Apoio Domiciliário. |

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês          | Atividade   | Objetivos   | Finalidade   | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|--------------|---|---|--|--|---|
| <b>Abril</b> | <p>Expressão Físico -Motora<br/>(2 vezes por semana)<br/>Celebrar o Dia da Atividade Física</p> <p>Expressão Manual<br/>- Celebrar o Dia de Páscoa<br/>(17 de Abril)</p> <p>- Celebrar o Dia do Beijo<br/>(13 de Abril)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook<br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer, descontração;</li><li>- Celebrar a Páscoa;</li><li>- Celebrar o Dia do Beijo;</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês         | Atividade  | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|-------------|--|---|---|--|---|
| <b>Maio</b> | <b>Expressão Físico -Motora</b><br>(2 vezes por semana)<br><br><b>Expressão Manual</b><br>-Dia do Trabalhador<br>(1 de Maio)<br>- Dia da Mãe<br>(1 de Maio)<br>- Dia da Espiga<br>(13 de Maio)<br>- Dia da Família<br>(15 de Maio)<br><br><b>13 De Maio</b><br>Assistir às Orações de Fátima.<br><br><b>Comemoração dos Aniversários</b><br><br><b>Atualização da Página de Facebook</b><br>"Lar de Verdelhos" | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Comemorar o Dia da Mãe;</li><li>- Comemorar o Dia da Espiga;</li><li>- Comemorar o Dia da Família;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer, descontração;</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Handwritten signatures and notes in blue ink at the top right of the page.*



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês   | Atividade   | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|-------|---|---|---|--|---|
| Junho | <p>Expressão Físico -Motora<br/>(2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual<br/>- Dia de Portugal<br/>(10 de Junho)</p> <p>- Santos Populares<br/>São João<br/>(24 de Junho)</p> <p>Comemoração dos<br/>Aniversários</p> <p>Atualização da Página de<br/>Facebook<br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Dia de Portugal</li><li>- Comemorar os Santos Populares;</li><li>- Celebrar a chegada do Verão;</li><li>- Sardinhada Praia Fluvial de Valhelhas;</li><li>- V Edição Caminhada de São João;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer, descontração;</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês   | Atividade   | Objetivos   | Finalidade   | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|-------|---|---|--|--|---|
| Julho | <p>Expressão Físico -Motora<br/>(2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Plástica</p> <p>- Comemoração do Dia Mundial dos Avós<br/>(26 de Julho)</p> <p>Comemoração Dia Internacional dos Amigos<br/>(20 de Julho)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook<br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Comemorar o dia Mundial dos Avós;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer, descontração;</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social;</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li><li>- Netos/Netas dos Utentes.</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Maria Eugénia*  
*Ana Gabriel*



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês    | Atividade  | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|--------|--|---|---|--|---|
| Agosto | Expressão Físico -Motora<br>(2 vezes por semana)<br><br>Expressão Manual<br>- Dia da Fotografia<br>(19 de Agosto)<br>Sessão Fotográfica Utentes<br><br>Comemoração dos<br>Aniversários<br><br>Atualização da Página de<br>Facebook<br>"Lar de Verdelhos" | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Promover a motricidade fina do idoso;</li><li>- Decorar a Instituição</li><li>Celebrar a chegada do verão com registo fotográficos</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Paula*  
*Paulina*  
*Paula*  
*Paula*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês      | Atividade  | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|----------|--|---|---|--|---|
| Setembro | <p>Expressão Físico -Motora<br/>(2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual<br/>- Chegada do Outono<br/>(22 de Setembro)</p> <p>- Dia Mundial do Coração<br/>(29 de Setembro)</p> <p>Comemoração dos<br/>Aniversários</p> <p>Atualização da Página de<br/>Facebook<br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Celebrar a chegada do Outono;</li><li>- Celebrar o Dia Mundial do Coração.</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Polónia*  
*Magalhães*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês            | Atividade  | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|----------------|--|---|---|--|---|
| <b>Outubro</b> | <b>Expressão Físico -Motora</b><br>(2 vezes por semana)<br><br><b>Expressão Manual</b><br>- Dia Internacional do Idoso<br>(1 de Outubro)<br><br>- Dia das Bruxas Halloween<br>(31 de Outubro)<br><br><b>Comemoração dos</b><br><b>Aniversários</b><br><br><b>Atualização da Página de</b><br><b>Facebook</b><br>"Lar de Verdelhos" | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Comemorar o dia Internacional do Idoso;</li><li>- Dia das Bruxas</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li><li>- Grupo de Cantares</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

| Mês             | Atividade   | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais  | Destinatários   |
|-----------------|---|---|---|---|---|
| <b>Novembro</b> | <p><b>Expressão Físico -Motora</b><br/>(2 vezes por semana)</p> <p><b>Expressão Manual</b></p> <p>- Preparação do Natal<br/>(início da decoração alusiva à época natalícia)</p> <p><b>Comemoração</b></p> <p>- Dia de São Martinho<br/>(11 de Novembro)</p> <p><b>Comemoração dos Aniversários</b></p> <p><b>Atualização da Página de Facebook</b><br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maximizar o potencial motor;</li><li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li><li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li><li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li><li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li><li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li><li>- Aumentar a autoestima;</li><li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li><li>- Estimular autonomia do idoso;</li><li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li><li>- Promover o convívio Sénior.</li><li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li><li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li><li>- Comemorar o dia de São Martinho;</li><li>- Comemoração do Dia do Cinema</li><li>- Iniciar a decoração Natalícia.</li></ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Animador Sociocultural;</li><li>- Assistente Social;</li><li>- Utentes;</li><li>- Colaboradores;</li></ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Material diverso de Atividade Física</li><li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li></ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lar;</li><li>- Centro de Dia;</li><li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li></ul> |

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2022

*Arce Galvão*  
*Paula*

| Mês             | Atividade   | Objetivos   | Finalidade  | Recursos Humanos/<br>Materiais   | Destinatários   |
|-----------------|---|---|---|--|---|
| <b>Dezembro</b> | <p><b>Expressão Físico – Motora</b><br/>(2 vezes por semana)<br/><b>Expressão Manual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuação dos preparativos para o Natal.</li> <li>- Elaboração das Prendas para os utentes.</li> <li>- Criação da Arvore de Natal e Presépio</li> <li>- Construção de Centros de Mesa</li> <li>- Construção de Arvore de Natal</li> <li>- Convites de Natal</li> </ul> <p><b>Eventos</b><br/>Festa de Natal</p> <p><b>Comemoração dos Aniversários</b></p> <p><b>Atualização da Página de Facebook</b><br/>"Lar de Verdelhos"</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maximizar o potencial motor;</li> <li>- Desenvolver a destreza física e motora;</li> <li>- Desenvolver a motricidade e precisão manual;</li> <li>- Aumentar a coordenação de movimento;</li> <li>- Desenvolver a coordenação Físico-motora;</li> <li>- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;</li> <li>- Aumentar a autoestima;</li> <li>- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;</li> <li>- Estimular autonomia do idoso;</li> <li>- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;</li> <li>- Promover o convívio Sénior.</li> <li>- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;</li> <li>- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;</li> <li>- Construção de Centros de Mesa;</li> <li>- Construção de Arvore de Natal;</li> <li>- Elaboração dos Convites de Natal;</li> <li>- Festa de Natal para convívio entre utentes, familiares, colaboradores, Sócios e Direção;</li> <li>- Comemorar o Natal.</li> </ul> | <p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Animador Sociocultural;</li> <li>- Assistente Social;</li> <li>- Utentes;</li> <li>- Colaboradores;</li> <li>- Familiares;</li> <li>- Sócios;</li> <li>- Direção da Instituição.</li> </ul> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Material diverso de Atividade Física</li> <li>- Material diverso na área da expressão plástica;</li> </ul> | <p><b>Respostas Sociais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lar;</li> <li>- Centro de Dia;</li> <li>- Serviço de Apoio Domiciliário.</li> </ul> |

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2022




Verdelhos, 02 de Novembro de 2021

A Direção

  
.....  
(Adelino Leitão Duarte - Presidente)

  
.....  
(João André Leitão Duarte Tavares – Vice-Presidente)

  
.....  
(Ana Clara Gabriel – Secretária)

  
.....  
(Alberto Ribeiro Correia – Tesoureiro)

  
.....  
(Maria Idalina Rocha Luís Pais – Vogal)

