



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

2021



NOVEMBRO DE 2020

ADIL

Nota introdutória

O ano de 2020 foi um ano atípico... Um ano que nunca se imaginou que se poderia viver!

O inimigo invisível que atacou todo o Mundo, fez com que nos confinássemos e com esse confinamento as atividades previamente enunciadas no Plano Anual de 2020 foram desmarcadas.

Assim, no Plano Anual de Atividades para o ano de 2021, manteve-se grande parte das atividades do ano anterior, na esperança que no próximo ano, as mesmas sejam possíveis de se realizar....

Este Plano Anual de Atividades da Associação para o Desenvolvimento Integral de Lordelo contempla inúmeras atividades planificadas quer a nível interno quer a nível interinstitucional, que permite aos clientes de várias IPSS um convívio mais alargado e tem como objetivo promover o envelhecimento ativo e solidariedade entre gerações com atividades inovadoras.

Assim, as planificações das atividades socioculturais são definidas de forma a atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos utentes, sendo um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva de uma pessoa idosa. Desta forma, a definição das atividades socioculturais da ADIL tem os seguintes objetivos:

- Criar um estado de espírito, uma dinâmica dentro do estabelecimento;
- Centrar-se sobre nas necessidades, os desejos e os problemas vividos de cada utente;
- Suscitar interesse nos utentes com a finalidade de viver em harmonia aceitando e respeitando os valores, crença e a vivência de cada um;
- Fazer renascer gostos e desejos dando a cada um a ocasião de se redescobrir, de se situar no seio da instituição e de participar na vida do grupo;
- Favorecer as relações, promover as trocas e criar assim uma arte de viver baseada na relação/interação;
- Permitir aos utentes que se reintegrem na sociedade como membros ativos, favorecendo os contatos e as trocas com os exteriores da Instituição;
- Preservar o máximo de autonomia aos utentes, assim como manter as relações dentro de uma dimensão lúdica da animação.

Todo este envolvimento nas atividades, para que este possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencialização que pode dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

A realização de atividades visa proporcionar uma vida mais ativa com momentos lúdicos, criativos, comunicacionais entre todos, respeitando os saberes e culturas de cada um, promovendo a autonomia pessoal e elevar a sua auto-estima.

As atividades semanais para o plano de 2021, mantêm-se, uma vez que, decorrendo da avaliação positiva do ano anterior efetuada aos clientes, percecionámos que vão ao encontro dos interesses, gostos e necessidades dos nossos clientes.

Assim sendo o programa de intervenção para o ano 2021 é o seguinte:

- Atelier de Estimulação Cognitiva em Grupo e em Pequeno Grupo
- Atelier de Estimulação Sensorial
- Atelier de Gerontomotricidade e Hidroginástica
- Atelier Mãos à Obra
- Atelier de Expressão Oral e Escrita
- Atelier de Boccia
- Atelier de Dinâmicas de Grupo
- Atelier de Música

PLANO SEMANAL DE ATIVIDADES

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
10h00 11h00	Reabilitação/ musicoterapia na Demência (Dra. Marta)	Animação jogos de estimulação de motricidade fina/estimulação visual (Animadoras) AUDITORIO	Ginástica Mais Vida Ativa (Prof e animadoras) SALA DE CONVIVIO	Programa de musicoterapia "AS MÚSICAS DA MINHA VIDA" (Dra. Marta) AUDITÓRIO	Hidro Sénior Piscina Municipal de Lordelo (animadoras)	Fisioterapia Dra. Eliana (Utentes com grande dependência)
11h00 12h00	Ginástica (Prof. João Paulo E animadoras) GINÁSIO	Cinesioterapia Dra. Ana Duarte (Utentes com grande dependência)	Golfe Sénior (1x Mês) Vila Cova de Carros (Animadoras)	REIKI - quinzenal (Terapeuta Patricia) GINÁSIO		
ALMOÇO						
14h00 15h00	Expressão musical (Sr. José e Animadoras) AUDITORIO Quinzenal	Eucaristia mensal (1x mês) (Sr. Pe Rui e animadoras) AUDITÓRIO	Jogos de estimulação de memoria e motricidade fina (equipa multidisciplinar) AUDITÓRIO	Programa de estimulação cognitiva "MENTE ATIVA" (Dra. Marta) AUDITÓRIO	Treinos de Boccia (Animadoras) PAV. ROTA DOS MOVEIS	
15h00 16h00	Jogos de mesa (animadoras) SALA DE CONVIVIO	Animação através da expressão plástica (animadoras) SALA DE CONVIVIO		Hora da Beleza durante o dia (Animadoras)		

É NECESSÁRIO REFERIR QUE SEMANALMENTE OS IDOSOS INTEGRADOS NA ASSOCIAÇÃO, BENEFICIAM ALÉM DOS CUIDADOS ELEMENTARES, DE APOIO DE UM MÉDICO, DE UMA PSICÓLOGA E DE UMA NUTRICIONISTA

ATIVIDADES FREQUENTES NÃO ENUMERADAS NO PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Periodicidade	Atividade	Objetivos	Resultados
Diária	Animação motora e sensorial / Estimulação cognitiva (cartas, dominós, damas, palavras cruzadas, ...)	<ul style="list-style-type: none"> - Promover Orientação - Reconhecimento do esquema coral - Estimulação da memória - Reabilitação das Funções executivas - Desenvolver a capacidade aritmética - Estimular as capacidades de linguagem - Trabalhar a Atenção e concentração - Desenvolvimento das Gnosias (sentidos) 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de conhecimentos - Manter e melhorar as capacidades cognitivas - Melhorar a qualidade de vida e aumentar a autonomia das AVD's e independência pessoal
	Caminhadas	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a motricidade fina - Desenvolvimento da psicomotricidade 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal
	Ginástica de manutenção física	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento - Continuar com as parcerias 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento da autonomia dos clientes
	Expressão plástica	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a motricidade fina - Estimular a criatividade - Precisão manual e a coordenação psico-motora 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhora a motricidade fina - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Exposição dos trabalhos realizados.
Semanal	Boccia	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a motricidade fina - Desenvolvimento da psicomotricidade - Desenvolver o espírito de interajuda e de competição - Estimulação da concentração 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Aumento da autonomia dos clientes - Melhora a motricidade fina
	Psicoterapias diversas: - Reabilitação na demência - Terapia de Musicoterapia; - Intervenção no deficit de memória	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular as diferentes áreas cognitivas; - Promover a autoestima; - Diminuição dos sintomas psicopatológicos; - Intervenção nos processos mnésicos; - Promover a qualidade de vida e bem-estar; - Combater a solidão e inatividade; - Promover as relações interpessoais; 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Aumento da autonomia dos clientes - Melhora a motricidade fina

	Hidroginástica/ Natação	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a motricidade fina - Desenvolvimento da psicomotricidade - Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento - Continuar com as parcerias 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Aumento da autonomia dos clientes - Melhora a motricidade fina
	“Hora da Beleza” (manicura, pédicure, epilação)	<ul style="list-style-type: none"> - Animação promotora para o bem-estar pessoal; - Promover a autoestima nos idosos 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da autoestima nos idosos - Aumento da confiança dos utentes
Quinzenal	Terapia de Reiki	<ul style="list-style-type: none"> - Redução do estresse; - Tratamento de doenças; - Melhoria a qualidade de vida; 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da autoestima nos idosos - Aumento da confiança dos utentes
	“Tardes Dançantes”	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação dos movimentos através da música - Reviver cantares tradicionais - Proporcionar momentos de distração 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Convívio interinstitucional.
Mensal	Celebração da eucaristia	<ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de oração; - Desenvolver o lado espiritual e religioso - Potenciar a participação da comunidade na eucaristia 	<ul style="list-style-type: none"> - Satisfação dos nossos clientes
	Golf	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a motricidade fina - Desenvolvimento da psicomotricidade - Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento - Continuar com as parcerias 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento da autonomia dos clientes - Melhora a motricidade fina

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2021

Mês	Atividade	Descrição	Periodicidade	Objetivos	Indicadores
Janeiro	Comemoração dos Aniversários dos Utentes	Realização de um lanche-convívio, no qual se cantará os “Parabéns a Você...”, apagar-se-ão as velas e partir-se-á o bolo de aniversário.	Todos os meses, aquando do dia de aniversário dos utentes.	Preservar a identidade dos idosos; Desenvolvimento de capacidades, ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; formar os idosos ao nível do desenvolvimento pessoal e social; fomentar o reviver de vivências do passado.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Comemoração do Ano Novo	Diálogo sobre desejos e votos para o Novo Ano. Realização de um painel de com fotos dos utentes.	02/janeiro/2021	Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos utentes; incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos; exprimir emoções e sentimentos de forma verbal; dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Comemoração do Dia de Reis	Jantar de Reis Cantar as janeiras	06/janeiro/2021	Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas. Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes, funcionárias da Instituição e restante comunidade. Promover os encontros intergeracionais.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Dia do Obrigado	Demonstração de gratidão através de pequenas frases de autoria dos utentes	11/01/2021	Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos utentes; incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos; exprimir emoções e sentimentos de forma verbal; dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Campeonato Concelhio de Boccia	Campeonato Concelhio de Boccia Sénior PAV. ROTA MOVEIS	Data a definir	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

	Dia da Liberdade	Debate com os utentes sobre os adquiridos	23/janeiro/2021	Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos utentes; incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos; exprimir emoções e sentimentos de forma verbal; dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Janeiro	Dia do Carteiro	Envio de carta a um colega da instituição; Elaboração do Marco do Correio	25/janeiro/2021	Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Dia do Puzzle	Construção de um puzzle com a imagem da instituição	29/01/2021	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Dia ao contrário	Jogos interativos de perspicácia;	31/janeiro/2021	Desenvolver a capacidade lúdica; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Dia Mundial do Doente	Palestra com as enfermeiras, nutricionista e fisioterapeuta residentes	11/fevereiro/2021	Desmistificar preconceitos; promover o bem-estar;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Campeonato Concelhio de Boccia Sénior	Campeonato Concelhio de Boccia Sénior PAV. ROTA MOVEIS	Data a definir	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Fevereiro	Dia da Rádio	Apresentação em videoprojector sobre o tema - curiosidades	13/fevereiro/2021	contrariar o desenraizamento social dos idosos; desenvolver a capacidade lúdica; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Celebração do Dia do Amor	Elaboração e entrega de uma lembrança; decoração da instituição; Sessão fotográfica;	14/fevereiro/2021	Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos, criatividade e imaginação; exprimir emoções e sentimentos de forma verbal e não-verbal; promover um momento romântico;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Comemoração do Carnaval	Desfile na instituição e bailarico	16/fevereiro/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; contrariar o desenraizamento social dos idosos; desenvolver a capacidade lúdica; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Dia das palavras cruzadas	Jogo de palavras cruzadas	21/fevereiro/2021	Estimulação cognitiva através de jogos; estimulação da concentração e raciocínio; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Dia do Pensamento	Sessão fotográfica com frases de motivação	22/fevereiro/2021	Estimulação cognitiva através de jogos; estimulação da concentração e raciocínio; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Comemoração do Dia Internacional da Mulher	Saída com mulheres a um shopping; Elaboração de uma lembrança	08/março/2021	Valorizar o papel da mulher na sociedade; promover a interação e a coesão grupal; incrementar a participação ativa dos idosos nas atividades artísticas e plásticas.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Dia Mundial da Oração	Oração do Terço	06/março/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; promover a participação dos idosos; desenvolver o lado espiritual e religioso	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes

	Comemoração do Dia do Pai	Elaboração de uma lembrança;	19/março/2021	Valorizar o papel do Pai na sociedade; promover a interação e a coesão grupal; incrementar a participação ativa dos idosos do sexo masculino nas atividades artísticas e plásticas.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia da Felicidade	Sessão fotográfica com emojis e exposição das mesmas	20/março/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; promover a participação dos idosos; estimular a motricidade;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Março	Campeonato Concelhio de Boccia Sénior	Torneio interinstitucional	Data a definir	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia do Livro Português	Ida à Biblioteca da CFPIIMM	26/março/2021	Desenvolver o gosto pela leitura; promover a escuta ativa e a partilha de histórias e de recordações; desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos utentes.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Ida do teatro	Visualização de uma peça de teatro	27/março/2021	Fomentar a criatividade e a imaginação; permitir novas descobertas; quebrar a rotina para quem está institucionalizado.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia das Mentiras E Dia Internacional da diversão no Trabalho	Pregar partidas saudáveis entre si.	01/abril/2021	Fomentar a criatividade e a imaginação; permitir novas descobertas; quebrar a rotina para quem está institucionalizado.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Dia Mundial da saúde	Participação da feira de saúde; convívio Interinstitucional PAV. PAREDES	07/abril/2021	Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; desmistificar preconceitos; promover o bem-estar e atitudes de comunicação autêntica e de fraternidade. Promover o intercambio interinstitucional;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Comemoração da Páscoa	Conversa informal acerca da Páscoa; Festa convívio alusiva ao tema;	4/abril/2021	Fomentar e discutir ideias e opiniões; promover o bem-estar, a comunicação verbal, a escuta ativa, o diálogo entre os membros e atitudes de comunicação; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Dia do Café	Oferta de um café e atividade sensorial com vários cafés do mundo	14/abril/2021	Fomentar e discutir ideias e opiniões; promover o bem-estar, a comunicação verbal, a escuta ativa, o diálogo entre os membros e atitudes de comunicação; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Dia Mundial da Dança	Ensaio de uma coreografia de dança; Experimentação de diferentes estilos de dança;	29/abril/2021	Criar o gosto pela dança, pelo movimento e pela expressão corporal; desenvolver e estimular as capacidades físicas e artísticas dos idosos; promover o convívio, o bem-estar e a participação ativa dos idosos.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Campeonato Boccia	Campeonato Concelhio de Boccia Sénior	Data a definir	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Comemoração do Dia da Mãe	Elaboração e entrega de uma lembrança;	02/maio/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; desenvolver e estimular as capacidades de raciocínio e o vocabulário; promover a comunicação, a interação e o diálogo entre os idosos; compreender e debater os laços familiares; favorecer a escuta ativa, a concentração, o diálogo e o debate de ideias entre os idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

	Dia Internacional do Bombeiro	Visita ao quartel dos B.V. Lordelo	04/maio/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia Internacional sem dieta	Elaboração de uma ementa ao gosto dos utentes;	06/maio/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Sarau de Ginástica	Sarau de Ginástica PAV. ROTA MÓVEIS	Data a definir	Estimular a destreza manual e a motricidade fina. Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Maio	Dia Internacional da família	Comemoração na instituição com os familiares e com lanche convívio e uma pequena atuação dos utentes;	15/maio/2021	Promover a comunicação, a interação e o diálogo entre os idosos; compreender e debater os laços familiares; relembrar a estrutura familiar de cada utente; compreender os laços familiares e perceber as suas alterações ao longo da vida.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia da Pastelaria	Confeção de um doce	17/maio/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal	
	Dia de Santa Rita	Visita ao Santuário de Santa Rita	22/maio/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

	Dia Internacional dos piqueniques	Piquenique ao Parque da Cidade do Porto, junto zona marítima	18/junho/2021	Sensibilizar os idosos para as questões ambientais mais prementes no nosso quotidiano	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Junho	Comemoração dos 3 Santos Populares	Festa Gastronómica – Sardinhada; Construção de arcos, balões, manjericos e bandeirolas para a decoração da Instituição; Desfile de S. João; elaboração de trajes alusivos às Marchas populares;	24/junho/2021	Desenvolver as aptidões técnico-manuais dos idosos; Desenvolver a capacidade lúdica; Realizar atividades criativas e recreativas; Incrementar a participação ativa dos idosos; Promover o convívio e o bem-estar; Fomentar a criatividade, a imaginação e a improvisação; Criar o gosto pela recolha de produções do património literário oral; Promover o conhecimento da cultura e das tradições; Desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Colónia Balnear	Semana de praia Intergeracional;	28/junho/2021 02/julho/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Julho	Dia Mundial do chocolate	Confeção de bombons	07/julho/2021	Promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	31º Aniversário da ADIL	Eucaristia; Romagem ao cemitério; Festa ao ar livre para toda a comunidade;	12/julho/2021	Estimular e desenvolver o diálogo, o convívio e a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Julho	Dia Mundial dos Avós	Festa convívio entre todas as IPSS do Concelho;	26/julho/2021	Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho; promover o convívio e o bem-estar;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia do amigo	Debate sobre o sentido da amizade	30/julho/2021	Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes das diferentes instituições do concelho; promover o convívio e o bem-estar;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Agosto	Dia Internacional da cerveja	Visita à fábrica da Cerveja – UNICER	09/agosto/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia da Assunção de Nossa Senhora	Passeio ao Monte da Assunção em Monte Córdova.	14/agosto/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Um dia diferente	Vista ao Cais de Gaia	19/agosto/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Vindimas	Uma tarde de vindima à moda antiga.	Setembro/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; contrariar o desenraizamento social dos idosos.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Setembro	Passeio Anual	Visita ao Santuário de Fátima	Setembro/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia Internacional da Paz	Largada de balões com mensagens de paz	21/setembro/2021	Promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia Mundial do Sonho	Atividade de relaxamento	de 25/setembro/2021	Promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações; fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; promover a saúde e prevenir doenças nos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Outubro	Comemoração do Dia do Idoso	Realização de um intercâmbio com as outras IPSS's. Tarde convívio com música ao vivo	01/outubro/2021	Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Desfolhada	Realização de uma desfolhada intergeracional	Data a definir	Contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal; relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Dia Mundial dos Castelos	Visita ao Castelo de Braga	07/outubro/2021	Contrariar o desenraizamento social dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; favorecer a interação grupal;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Comemoração do dia Mundial da Alimentação	Sessão de sensibilização sobre hábitos de alimentação saudável,	16/outubro/2021	Fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; promover a saúde e prevenir doenças nos idosos; fomenta e discutir ideias e opiniões; desmistificar conceitos;	Número de participantes na atividade;

Outubro	Dia Mundial do Pão	seguida de debate com a nutricionista Confeção de pão pelos utentes		promover o bem-estar, a comunicação verbal, a escuta ativa, o diálogo entre os membros e atitudes de comunicação autênticas e de fraternidade;	Grau de satisfação dos clientes;
	Comemoração do Dia de Halloween	Elaboração de uma lembrança fantasmagórica e decoração da instituição	31/outubro/2021	Lembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos de um outro meio sociocultural; contrariar o desenraizamento social dos idosos; desenvolver a capacidade lúdica; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Desfolhada	Realização de uma desfolhada em articulação com as IPSS's.	Outubro / 2021	Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal; relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Dia de S. Simão	Visita ao S. Simão Penafiel	28/outubro/2021	Contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal; relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
Novembro	Dia do cuidador	Mensagem escrita dos utentes às colaboradoras da ADIL	05/novembro/2021	Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes
	Comemoração do São Martinho	Realização de um Magusto; Ensaio de canções alusivas à época;	11/novembro/2021	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; Contrariar o desenraizamento social dos idosos; Promover o convívio e o bem-estar; Desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais e inserção no meio sociocultural; Favorecer a interação grupal; Estimular a destreza manual e a motricidade fina;	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Novembro	Dia Internacional do Homem	Entrega de lembranças, realizadas pelos utentes do sexo feminino, a todos os Homens da instituição.	19/novembro/2021	Valorizar o papel dos homens na sociedade; promover a interação e a coesão grupal; incrementar a participação ativa dos idosos do sexo masculino nas atividades artísticas e plásticas.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Início da preparação da festa de Natal	Preparação e ensaios da festa a ser protagonizadas na Festa de Natal	A partir de 11 de novembro	Favorecer a interação grupal; estimular a destreza manual e a motricidade fina; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; estimular a escuta ativa; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas dos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Dezembro	Continuação dos ensaios para a festa de Natal	Preparação e ensaios das festas a serem protagonizadas na Festa de Natal	Ao longo do mês de dezembro	Favorecer a interação grupal; estimular a destreza manual e a motricidade fina; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; estimular a escuta ativa; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas dos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Festa de natal	Realização da Festa de Natal, preparada nas últimas semanas.	Data a definir	Favorecer a interação grupal; estimular a destreza manual e a motricidade fina; realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; estimular a escuta ativa; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas dos idosos	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
	Comemoração do Natal	Interpretação de cânticos natalícios; Decoração da Instituição; Lanche-convívio; Troca de prendas; Elaboração de postais de "Boas Festas"; Ceia e almoço de Natal.	24/dezembro/2021 25/dezembro/2021	Relacionar acontecimentos que os idosos experienciam; Desenvolver a atenção e a memória; Desenvolver o sentido da própria identidade; Estimular a inter-relação humana e a integração social; Possibilitar a relação de todos com todos, criando uma corrente afetiva; Proporcionar o divertimento, o bem-estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e funcionários; Proporcionar momentos lúdicos; Estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; Desenvolver o ouvido musical, o sentido rítmico e o reconhecimento e reprodução de frases musicais; Fomentar o sentimento de pertença a um grupo.	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Atelier de Estimulação Cognitiva em Grupo e em Pequenos Grupos

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Promover Orientação - Reconhecimento do esquema coral - Estimulação da memória - Reabilitação das Funções executivas - Desenvolver a capacidade aritmética - Estimular as capacidades de linguagem - Trabalhar a Atenção e concentração - Desenvolvimento das Gnosias (sentidos) 	<ul style="list-style-type: none"> - Exercício de orientação temporal; espacial e pessoal, - Exercícios de Conhecimento e realização de ações, - Exercícios de Reconhecimento e manipulação espacial - Exercícios de Tarefas verbais sobre as partes do corpo - Jogos de Reconhecimento da sua própria imagem - Exercícios de memória recente, imediata, episódica e semântica - Jogos de destreza manual, - Exercícios de relações léxico semântica - Jogos de semelhanças e diferenças - Jogos de sequências lógicas e de ação - Jogos de Flexibilidade - Exercícios de compreensão numérica - Conhecimento numérico e capacidade de contar - Exercícios de compreensão de ordens - Exercícios de nomeação - Exercícios de evocação categorial - Jogos de vocabulário e léxico - Jogos de atenção - Exercícios de reminiscências visuais - Jogos de reconhecimento auditivo - Jogos de reconhecimento olfativo - Exercícios de leitura e escrita. 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de conhecimentos - Manter e melhorar as capacidades cognitivas - Melhorar a qualidade de vida e aumentar a autonomia das AVD's e independência pessoal

Atelier de Atividades Religiosas

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Promover momentos de oração;- Desenvolver o lado espiritual e religioso;- Celebrar uma eucaristia na segunda quinta-feira do mês;- Potenciar a participação da comunidade na eucaristia	<ul style="list-style-type: none">- Celebração da eucaristia- Leitura dos mistérios- Rezar o terço- Assistir a cerimónias religiosas (ao vivo pela televisão)	Satisfação dos nossos clientes

Nota: Dinamização de um Terço diário durante o mês de maio

Atelier Mãos à Obra

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver a motricidade fina;- Estimular a criatividade;- Precisão manual e a coordenação psicomotora	<ul style="list-style-type: none">- Trabalhos em papel (corte; colagem e pintura);- Trabalhos com recursos a materiais reciclados;- Trabalhos com pastas moldáveis (barro, plasticina e fimo)	<ul style="list-style-type: none">- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal- Exposição dos trabalhos realizados.

Atelier de Música

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Estimulação dos movimentos através da música;- Reviver cantares tradicionais;- Proporcionar momentos de distração;	<ul style="list-style-type: none">- Cantares- Dança	<ul style="list-style-type: none">- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal- Convívio interinstitucional.

Atelier de Estimulação Sensorial

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Reagir a estímulos visuais- Reagir a estímulos auditivos- Reagir a estímulos tácteis- Reagir a estímulos olfativos- Reagir a estímulos gustativo	<ul style="list-style-type: none">- Dirigir os olhos para um estímulo luminoso- Seguir com os olhos um objeto- Reagir à sua imagem no espelho- Olhar na direção de uma fonte sonora- Responder à voz do técnico- Distinguir as vozes dos animais mais comuns- Reagir às várias partes do corpo- Explorar objetos- Reagir aos diferentes sabores (doce, salgado)- Diferenciar alguns cheiros	<ul style="list-style-type: none">- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal- Convívio interinstitucional.

CONCLUSÃO

O envelhecimento progressivo da população exige às respostas sociais, existentes para os idosos, a criação de novas estratégias de atuação com o objetivo de proporcionar um envelhecimento ativo e saudável, que permitam à pessoa idosa prolongar a sua autonomia, melhorando as suas condições de saúde, participação social e segurança, de forma a garantir a sua qualidade de vida.

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal visa uma melhoria na organização e orientação da instituição, dos utentes, colaboradores e de outras pessoas envolvidas ou não à instituição no que diz respeito à realização das atividades socioculturais.

As atividades quer semanais quer anuais apresentadas neste plano vão de encontro à idade, ao grau de dependência/limitações e capacidades dos utentes das várias respostas sociais e têm como principais objetivos, combater o sedentarismo, motivar para a independência e ainda a satisfação pessoal.

É nosso objetivo cumprir o Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal de 2021 a que nos propomos, no entanto, ao longo do ano, poderá sofrer algumas alterações de acordo com acontecimentos não programados com novas atividades.

A Equipa Técnica da ADIL espera que o ano de 2021 seja um ano de partilha, comemorações e afetos, sendo a realização das atividades feita forma plena.

Elaborado por:

Mónica Santos

Diana Neto

Tânia Costa

2020-2021



Associação Desenvolvimento
Integral de Lordelo
ADIL

Plano Anual de Atividades

Creche

Regaço Encantado

A

Ano Letivo 2020-2021

Diretora técnica da creche: Joana Mota

Mês	Dia	Tema	Atividades / Estratégias	Intenções/Objetivos Pedagógicos	Recursos humanos e materiais
Setembro	Ao longo do primeiro semestre	Adaptação à Creche	<ul style="list-style-type: none"> • Apoio à criança na relação dual, criança/criança, criança/adulto e criança/espço envolvente; • Realização de atividades de escolha livre nas diversas áreas presentes na sala; • Convidar os pais a estarem presentes em pequenos momentos, de modo a transmitir segurança, não só com os adultos da instituição como também com o espaço; • Audição de histórias e canções; 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a integração e (re) adaptação das crianças à Creche; • Proporcionar um ambiente que permita às crianças sentirem-se seguras; • Desenvolver atitudes de autoestima e autoconfiança, bem como o respeito pelos outros; • Fomentar uma relação positiva com a família, atendendo às suas necessidades e dúvidas; • Promover a aquisição de hábitos (cooperação, arrumação, organização, autonomia e responsabilidade); • Criar laços de afetividade entre crianças/crianças e crianças/adultos, de modo a que se possam estabelecer regras para que o grupo funcione de modo organizado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa Educativa; • Materiais existentes na creche;

Ao longo de setembro, outubro e novembro

O Outono

- Exploração dos espaços e materiais;

- Promover a relação escola-família;

- Audição e entoação de canções e histórias inerentes ao tema;
- Concretização de atividades de expressões plástica, motora, musical e dança;
- Recolha de folhas no exterior;
- Exploração de frutos a nível táctil, gustativo e olfativo;
- Observação das alterações dos elementos da natureza;

- Desenvolvimento do conhecimento de elementos característicos da época;
- Desenvolver a capacidade de observar as alterações da natureza;
- Sensibilizar a criança para a observação da transformação da natureza.

- Equipa educativa;
- Materiais existentes na creche;

	1	Abertura do Ano letivo	Divulgação de imagens individuais da criança onde evidencie a sua adapção à creche.	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a participação nas atividades em grupos; • Promover o conhecimento e identificação dos vários elementos dos grupos; • Desenvolver a capacidade de seriação e classificação; • Promover a identificação das várias crianças; • Revelar a adaptação da criança à creche. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Outubro	01	Dia Mundial da Música	<ul style="list-style-type: none"> • Exploração de instrumentos musicais; 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a capacidade auditiva e musical; • Desenvolver o sentido estético musical; • Estimular a aquisição da motricidade fina; • Desenvolver o conhecimento de diferentes instrumentos musicais; • Promover a distinção dos diferentes sons dos instrumentos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
	05	Dia Mundial do Animal	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalhos de expressões plástica, musical e motora relacionados com o tema; 	<ul style="list-style-type: none"> • Incentivar o respeito pelos animais; • Desenvolver o sentido de responsabilidade; • Promover o contato com o mundo animal; 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

		<ul style="list-style-type: none"> • Diálogo com as crianças sobre os animais que têm em casa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a consciencialização e a identificação dos diferentes grupos animais (mar, terra, ar); • Incentivar a identificação das diferentes características dos animais e os seus habitats 	
09	Dia dos Correios	<ul style="list-style-type: none"> • Diálogo com as crianças sobre os correios e as várias formas de enviar mensagens; • Enviar mensagens de imagens para os pais; 	<ul style="list-style-type: none"> • Contatar com outros meios de comunicação; • Promover e fomentar a relação escola-família. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
16	Dia Mundial da Alimentação	<ul style="list-style-type: none"> • Conto de uma história alusiva ao tema; • Atividades de expressão plástica; • Diálogo sobre os benefícios dos frutos e de uma alimentação saudável; • Colagem sobre alimentos saudáveis 	<ul style="list-style-type: none"> • Perceber a importância da alimentação para a saúde e bem-estar; • Promover o conhecimento dos diferentes alimentos; • Conhecer as características dos alimentos apresentados; • Incentivar o diálogo e a partilha, em grande grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

			e alimentos não saudáveis.		
	31	Dia das Bruxas (Halloween)	<ul style="list-style-type: none"> • Brincar ao “Doçura ou travessura”; • Elaboração de uma lanterna de Halloween; • Elaboração de uma abóbora de Halloween; 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o desenvolvimento da imaginação e criatividade, através da vivência do imaginário; • Conhecer uma tradição atual; • Estimular a relação escola e comunidade educativa; • Incentivar a observação e descrição de vivências; • Promover a colaboração de tarefas e projetos comuns. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Novembro	11	São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> • Canções e histórias inerentes ao tema; • Visualização do castanheiro e exploração de ouriços e castanhas; • Dramatização da lenda de S. Martinho; • Realização de um magusto; 	<ul style="list-style-type: none"> • Reviver a tradição de S. Martinho de uma forma lúdica; • Proporcionar a exploração de sensações, incentivando a criatividade e a imaginação; • Incentivar a relação Escola/Família; • Estimular a envolvimento dos pais cooperativamente nas atividades; • Sensibilizar para as mudanças ocorridas na estação do Outono; 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

			<ul style="list-style-type: none"> • Atividades de expressões plástica, motora e musical; 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver conhecimentos sobre o castanheiro e o seu fruto. 	
Dezembro	Durante o mês	O Natal	<ul style="list-style-type: none"> • Concretização de elementos característicos da época natalícia, para decoração da sala e de diversos espaços da creche; • Elaboração e decoração da árvore de Natal e presépio da Creche; • Confeção de árvores de Natal com materiais de desperdício; • Elaboração de uma carta para o Pai Natal; • Elaboração de uma prenda de Natal para os Pais; 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar o respeito pelos costumes e tradições de Natal; • Promover o espírito de colaboração, de partilha e de solidariedade; • Estimular a imaginação e a criatividade; • Valorizar as tradições; • Experienciar valores inerentes ao espírito natalício; • Promover o convívio da com os pais e comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

			<ul style="list-style-type: none"> • Aprendizagem de histórias e canções referentes ao tema; • Elaboração de um vídeo para os pais. 		
Dezembro e Janeiro	----	Inverno	<ul style="list-style-type: none"> • Aprendizagem de canções, histórias e lengalengas inerentes ao tema; • Concretização de atividades de expressão plástica; • Observação das alterações dos elementos da natureza, nesta estação do ano; • Execução de jogos de expressão físico-motora. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a capacidade de reconhecer as alterações do clima, características desta estação do ano; • Reconhecer e identificar o vestuário que se usa nesta estação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Janeiro	04	Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> • Dramatização da história “Os Reis Magos”; • Realização de coroas; 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a tradição do dia dos Reis de forma lúdica e criativa; • Ampliar as experiências e os saberes das crianças; 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

Fevereiro	14	Dia de S. Valentim	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de atividades de expressão plástica alusivas tema; • Conto de histórias, poemas e canções relativas ao tema; • Elaboração de uma prenda os pais; 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizar para os afetos, o respeito e a amizade; • Desenvolver hábitos de higiene e segurança; • Estimular o alargamento do vocabulário e do léxico; • Desenvolver • Promover a relação escola/família. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
	16	Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> • Desfile de Carnaval; • Atividades de expressões plástica, motora e musical; • Definição de um tema geral para a creche (Branca de neve e os Sete anões) 	<ul style="list-style-type: none"> • Incentivar a partilha de sentimentos, de alegria e diversão; • Valorizar a tradição do Carnaval; • Estimular a criatividade e a imaginação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
	----	A Primavera	<ul style="list-style-type: none"> • Exploração do tema: Primavera, através de atividades alusivas; • Identificação e reprodução de sons da Natureza; 	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender as transformações que ocorrem na Primavera; • Fomentar a observação e a curiosidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

Março	08	Dia Internacional da Mulher	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de uma lembrança para “a mulher mais importante na vida das nossas crianças”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de afetividade e carinho; • Reconhecer a importância das “nossas” mulheres na nossa vida; • Promover a relação entre escola, família e comunidade; • Desenvolver o respeito e igualdade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipe educativa; • Materiais existentes na creche;
	19	Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de uma prenda para oferecer ao pai; • Exploração da figura paterna, com diferentes meios; 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar a reflexão para a importância da família, nomeadamente, a figura paterna; • Valorizar os laços familiares; • Desenvolver hábitos de colaboração e articulação entre a família/ criança/ instituição. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipe educativa; • Materiais existentes na creche;
	21	Dia da Árvore e da Floresta	<ul style="list-style-type: none"> • Partilha de plantas “Uma planta para o meu amigo”; 	<ul style="list-style-type: none"> • Interiorizar atitudes de respeito e preservação do meio ambiente; • Sensibilizar para a proteção da natureza; • Aprender a tratar de plantas; • Reconhecer a importância das árvores e das plantas nas nossas vidas; 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipe educativa; • Materiais existentes na creche;

	29	Dia Mundial da Dança	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de uma pequena festa com as salas de 1 e 2 anos, que proporcione o contato com a música e a dança; • Aula de dança para as crianças; 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a importância da atividade física; • Identificar a dança como meio de expressão corporal (sentimentos); • Fomentar o desenvolvimento da motricidade global e sensibilização rítmica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Abril	18	Páscoa	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de uma lembrança alusiva à época festiva; • Confeção de um doce alusivo à época festiva; • Elaboração de uma lembrança para a madrinha; 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer as tradições associadas à Páscoa; • Vivenciar atividades lúdicas relacionadas com o tema. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Mai	3	Dia Mundial da Mãe	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de uma prenda para o Dia da Mãe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exploração da figura materna; • Memorização de poemas e canções alusivos à Mãe; • Estimular a afetividade e o carinho socio-afetividade; • Promover a relação Escola-Família. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

	14	Dia da Família	<ul style="list-style-type: none"> • Identificação das pessoas que fazem parte do meio em que vive cada criança; • Nomeação dos diferentes membros da família; • Elaboração de uma prenda para a família; • Exploração de histórias e canções alusivos ao tema. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer os vários elementos que compõem a família; • Propiciar momentos de ternura na creche entre a criança e os familiares; • Identificar os membros do agregado familiar; • Reconhecer e recriar o papel dos diferentes membros da família; • Sensibilizar para o sentimento de pertença à família. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
Junho	1	Dia da Criança	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de uma prenda para cada criança; • Insuflável; 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver laços de afetividade entre as crianças; • Promover a relação entre escola e comunidade; Incentivar a utilização de espaços exteriores; • Promover o contato com a natureza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;
	A definir	Passeio da Creche	<ul style="list-style-type: none"> • Zoo da Maia (A depender da situação epidémica) 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de aprendizagem e de contato com o meio que nos rodeia; • Propiciar momentos lúdicos fora da creche; 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;

				<ul style="list-style-type: none"> Fomentar o convívio entre as crianças. 	
	21	Verão	<ul style="list-style-type: none"> Atividades de expressão plástica; Atividades livres e orientadas; Idas ao recreio e ao parque da instituição; Atividades de dança e de música; Visionamento de um filme. 	<ul style="list-style-type: none"> Propiciar momentos de música e dança subordinado ao tema Verão; Observação das alterações dos elementos da natureza, nesta estação do ano; Explorar elementos da praia (areia, conchas, água, algas...) 	<ul style="list-style-type: none"> Equipa educativa; Materiais existentes na creche;
	24	São João	<ul style="list-style-type: none"> Confeção de fatos e adereços alusivos às marchas populares; Realização da “Marcha da Creche.” 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecer a importância da comemoração desta festa popular; Conhecer e construir as roupas características das marchas populares. 	<ul style="list-style-type: none"> Equipa educativa; Materiais existentes na creche;
Julho	28	Comemoração do Final de Ano	<ul style="list-style-type: none"> Exibição de conhecimentos adquiridos ao longo do ano na Creche; 	<ul style="list-style-type: none"> Preparar as crianças para o próximo ano letivo; Proporcionar momentos de convívio entre famílias e agentes educativos; 	<ul style="list-style-type: none"> Equipa educativa; Materiais existentes na creche;

				<ul style="list-style-type: none"> • Promover a relação escola/família; • Estimular a criatividade; • Estimular a memorização de momentos que decorreram ao longo do ano. 	
	<p>A definir</p>	<p>Colónia Balnear</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ida à praia; (Dependendo da situação epidémica) 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar o contato com elementos da natureza diferentes; • Desenvolver a capacidade de diferenciar momentos de perigo; • Estimular a capacidade de seriação e classificação; • Propiciar vivências e experiências diversificadas, de modo a enriquecer o processo ensino-aprendizagem; • Estimular o carácter lúdico da linguagem oral; • Desenvolver a capacidade de pertença (grupo e instituição). 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa educativa; • Materiais existentes na creche;