

Envelhecer é como escalar uma grande montanha, enquanto sobe as forças diminuem, mas a visão é mais livre, mais ampla e tranquila.

Plano de Atividades

2024



Associação Desenvolvimento
Integral de Lordelo
ADIL

Introdução:

O 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 2024, 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 2024 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 Gerações

Plano Anual de Atividades 2024

Objetivos	Atividade	Descrição	Calendário	Indicadores
JANEIRO				
- Proporcionar momentos de festa e - Estimular a criatividade e imaginação	Dia de Ano Novo	Sessão fotográfica com cenário alusivo à data com os utentes a desejarem votos para o ano de 2024	2 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Proporcionar momentos de festa e - Estimular a criatividade e imaginação - Convívio intergeracional.	Dia de Reis	Jantar /almoço de Reis Cantar as Janeiras	5 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamento e a destreza verbal dos utentes. -Fomentar o sentimento de pertença a um grupo	Dia do Obrigado	Agradecimento às famílias, funcionarias e utentes	11 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Desenvolver e estimular as capacidades cognitivas dos utentes; - Fomentar o sentimento de pertença a um grupo;	Dia Mundial da Lógica	Apresentação em powerpoint e jogos sobre o tema.	14 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Desenvolver e estimular as capacidades cognitivas dos utentes; - Fomentar o sentimento de pertença a um grupo;	Dia do Riso	Yoga do Riso Atividade Inter-institucional	18 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

- Desenvolver e estimular as capacidades cognitivas dos utentes; - Fomentar o sentimento de pertença a um grupo;	Dia do Puzzle	Apresentação em powerpoint e jogos sobre o tema.	29 de janeiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
FEVEREIRO				
- Relembrar hábitos, costumes e vivências; - Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre utentes	Dia de S. Brás	Visita à festas de S. Brás	2 de fevereiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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	2ª Jornada da Liga Boccia MVA	Campeonato Boccia	7 de fevereiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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;	Dia de Carnaval	Decoração da Instituição e baile Carnavalesco	12 de fevereiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos, criatividade e imaginação; expressar emoções e sentimentos de forma verbal e não-verbal; promover um momento romântico;	Dia dos Afetos	Lembrança efetuada pelos utentes e entregues.	14 de fevereiro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

MARÇO				
Promover momentos de oração; desenvolver o lado espiritual e religioso; potenciar a participação da comunidade na eucaristia	Dia Mundial da Oração	Eucaristia na Instituição	1 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Proporcionar um momento de lazer fora da Instituição, lembrando os tempos de mocidade.	Dia Internacional da Mulher	“Vamos lanchar?” Entrega de lembrança e saída para lanchar com as utentes	8 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Promover a aproximação com a Família - Valorizar o papel do cliente na Família	Dia do Pai	Vamos lanchar?” Entrega de lembrança e saída para lanchar com as utentes	19 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Lembrar os tempos do cultivo e possibilitar novamente o reencontro com a Terra. - Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais	Baile da Primavera	Atividade interinstitucional Atividade do MVA	21 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
- Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia Mundial do teatro	Ida ao Teatro para ver uma peça	27 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

- Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia de Pascoa	Decoração da Instituição; Entrega de uma lembrança aos utentes	31 de março	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
ABRIL				
Fomentar a criatividade e a imaginação; permitir novas descobertas; quebrar a rotina para quem está institucionalizado.	Dia das mentiras e dia Internacional da Diversão no Trabalho	Preparar e pregar partidas	1 de abril	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Promover a saúde e prevenir a doença nos idosos; desmistificar preconceitos; promover o bem-estar, e atitudes de comunicação autênticas e de fraternidade. Promover o intercambio interinstitucional.	Dia da atividade física Dia Mundial da saúde	Visita à Feira da Saúde e participação em aula de ginástica e rasteios	6 de abril	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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	Dia do Golfista	Realização de um vídeo sobre o desporto	10 de abril	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Desenvolver e estimular as capacidades físicas e artísticas dos idosos; promover o convívio, o bem-estar e a participação ativa dos idosos.	Dia da Liberdade	Visualização de imagens do 25 de abril e conversa sobre a revolução. Tarde musical	24 de abril	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Desenvolver e estimular as capacidades físicas e artísticas dos idosos; promover o convívio, o bem-estar e a participação ativa dos idosos	Dia Mundial da dança	Convite ao Freemotion para ensinar danças de salão.	29 de abril	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
MAIO				
Fomentar a criatividade e a imaginação; permitir novas descobertas; quebrar a rotina para quem está institucionalizado	Dia Internacional do Tuga	Sessão fotográfica	3 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia Internacional da GNR	Palestra de sensibilização sobre proteção civil	3 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia da Mãe	Entrega de uma lembrança. Sessão fotográfica	5 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Promover o convívio, o bem-estar e a participação ativa dos idosos	Dia Internacional sem Dieta	Almoço e lanche à descrição	6 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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.	Dia Internacional da Família	Festa e lanche convívio para familiares e utentes Sessão fotográfica	15 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia da Pastelaria	Sessão de culinária na Instituição	17 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia da Reciclagem	Jogos interativos sobre o tema	17 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Realizar atividades criativas e recreativas; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar;	Dia Internacional do Chá	Chá das 5h	21 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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 mosteiro de Santa Rita	22 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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 do Hambúrguer	Visita ao McDonalds	28 de maio	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
JUNHO				
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;	Dia do Piquenique	Realização de um piquenique no Parque da Cidade de Lordelo	18 de junho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

<p>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</p>	<p>Comemoração dos Santos Populares</p>	<p>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;</p>	<p>24 de junho</p>	<p>Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;</p>
<p>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;</p>	<p>Colónia Balnear</p>	<p>Deslocação à praia</p>	<p>26 de junho e 27 de junho</p>	<p>Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;</p>
<p>JULHO</p>				
<p>Incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; criar o gosto pela recolha de produções do património literário oral; promover o conhecimento da cultura e das tradições;</p>	<p>Dia Mundial das Bibliotecas</p>	<p>Visita à Biblioteca de Lordelo</p>	<p>1 de julho</p>	<p>Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;</p>

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	Dia Internacional da Piada	Convidar um comediante da Freguesia – Dinis Costa	1 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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;	Visita ao Santuário de Fátima	Passeio anual ao Santuário de Fátima	4 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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; favorecer a interação grupal;	Comemoração do 34º aniversário da Instituição	Almoço convívio e tarde de festa	12 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Desenvolver e estimular as capacidades cognitivas dos utentes; Fomentar o sentimento de pertença a um grupo;	Dia Mundial do Emoji	Palestra com a Dra. Marta sobre as emoções Sessão fotográfica	17 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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;	Passeio com os utentes	Visita à Quinta Da Aveleda em Penafiel	18 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

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;	Dia Mundial dos Avós	Festa convívio entre todas as IPSS do Concelho	26 de julho	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
AGOSTO				
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;	Festa "Pool Party"	Festa com piscina para comemorar o Verão	9 de agosto	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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 N ^a Sra. Assunção	Passeio ao Monte de Assunção em Monte Córdova	14 de agosto	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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 da Fotografia	Fazer uma sessão fotográfica e uma exposição das fotos	19 de agosto	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

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 do cão	Trazer um cão à instituição para estar com os utentes	26 de agosto	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
SETEMBRO				
Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; contrariar o desenraizamento social dos idosos.	Desfolhada	Relembrar a desfolhada de outros tempos	Data a definir	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; contrariar o desenraizamento social dos idosos.	Vindimas	Uma tarde de vindima à moda antiga	Data a definir	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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	Passeio de comboio Turístico à Régua	Um passeio de comboio pelas margens do Douro	Data a definir	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
OUTUBRO				
Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; contribuir para o enraizamento sociocultural; favorecer a interação grupal.	Dia internacional do Idoso	Realização de um intercâmbio com as outras IPSS's. Tarde convívio com musica ao vivo	1 de outubro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

Fornecer informações sobre temas básicos, mas importantes na sociedade; promover a saúde e prevenir doenças nos idosos; 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 autênticas e de fraternidade;	Dia Mundial da Alimentação	Palestra de esclarecimento de dúvidas com a Nutricionista	16 de outubro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
Promover o convívio e o bem-estar; desenvolver as capacidades ao nível do equilíbrio sócio emocional, das relações interpessoais	Dia Internacional da Animação	Vídeo com as colaboradoras a cantar/dançar	28 de outubro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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;	Comemoração de Halloween	Elaboração de uma lembrança fantasmagórica e decoração da instituição	31 de outubro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
NOVEMBRO				
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;	Comemoração do São Martinho	Realização de um Magusto; Ensaio de canções alusivas à época	11 de novembro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

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	Dia do Homem	Entrega de lembrança a todos os homens da instituição	19 de novembro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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	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	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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	Festa de natal	Realização da Festa de Natal, preparada nas últimas semanas.	Data a definir	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;
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; Favorecer o desenvolvimento psico-motor; desenvolver as capacidades artísticas e plásticas; Possibilitar a relação de todos com todos, criando uma	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 de dezembro 25 de dezembro	Número de participantes na atividade; Grau de satisfação dos clientes;

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.				
--	--	--	--	--

ATIVIDADES SEMANAIS DA ADIL 2024

Segunda-feira

Ateliers	Expressão musical	Estimulação cognitiva em grupo	Dinâmicas de grupo	Mãos à Obra	Expressão oral e escrita
-----------------	-------------------	--------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

Terça-feira

Ateliers	Estimulação sensorial	Estimulação cognitiva em pequeno grupo	Ginástica	Dinâmicas de grupo	Boccia
-----------------	-----------------------	--	-----------	--------------------	--------

Quarta-feira

Ateliers	Estimulação sensorial	Estimulação cognitiva em pequeno grupo	Hidroginástica	Gerontomotricidade	Mãos à Obra
-----------------	-----------------------	--	----------------	--------------------	-------------

Quinta-feira

Ateliers	Atividades Religiosas	Estimulação cognitiva em pequeno grupo	Estimulação Cognitiva em Grupo	Tarde Cultural (primeira 5.ª feira de cada mês)	
-----------------	-----------------------	--	--------------------------------	---	--

Sexta-feira

Ateliers	Estimulação Sensorial	Expressão plástica	Animação promotora do bem-estar pessoal (hora da beleza)		
-----------------	-----------------------	--------------------	--	--	--

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 á Obra

Objetivos	Atividades	Resultados
<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"> - 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 - Danças 	<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

Atelier de Dinâmicas de Grupo

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras - Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo - Desenvolver a criatividade; - Potenciar o espírito de inter ajuda e promover as relações sociais 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogos de apresentação - Jogos de sensações - Jogos de pantomima - Jogos narrativos - Jogos com adereços - Jogos de atenção, memória, linguagem, criatividade / imaginação, cooperação - Jogos de Relaxamento 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de saberes - Aumento da autonomia dos clientes

Atelier de Gerontomotricidade / Hidroginástica

Objetivos	Atividades	Resultados
<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"> - Ginástica passiva através de jogos com bolas de trapo, balões, fitas, etc - Caminhadas - Hidroginástica - Exercícios de aquecimento - Exercício de relaxamento - Jogos tradicionais 	<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

Atelier de Expressão Oral e Escrita

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhar a motricidade fina - Ir de encontro ao interesse dos clientes - Estimulação da escrita - Estimulação da leitura - Estimular a memória e a concentração 	<ul style="list-style-type: none"> - Ditados - Palavras cruzadas - Redigir lista de compras - Leitura e compreensão de notícias, contos, histórias, etc - Cópias - Sopa de letras - Exercícios de vocabulário e léxico 	<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 confiança dos clientes - Melhora a motricidade fina

Atelier do Boccia

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a motricidade fina - Desenvolvimento da psicomotricidade - Desenvolver o espírito de inter-ajuda e de competição - Estimulação da concentração 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogo do Boccia - Técnicas de jogo 	<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

Atelier Gerações

Objetivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Continuar a Unir gerações - Mudar a percepção da velhice a do envelhecimento aos mais novos - Proporcionar momentos lúdicos e recreativos - Partilhar vivência e histórias entre as gerações - Educar para o respeito pela diferença - Aumento do autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> - Comemoração de épocas festivas; - Histórias tradicionais - Hora do Conto - Jogos pedagógicos - Dramatizações 	<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 confiança dos clientes

CONCLUSÃO

O Objetivo da apresentação deste relatório deve-se à obrigação e à consideração por todos os elementos que fazem parte integrante desta Associação, de possuírem um conhecimento de algumas atividades que se realizam. Com as atividades desenvolvidas procura-se abranger todos os elementos nelas ativos ou não, assim como todo um leque de população que se queiram divertir vendo algo diferente.

Para a realização das atividades é necessária a colaboração de vários intervenientes, os próprios idosos, crianças, funcionários, membros da Direção, voluntários, entre indivíduos que ajudam momentaneamente.

Oportuno será salientar que algumas atividades são alteradas, outras não são realizadas e outras são pensadas na própria semana ou no próprio dia, tendo sempre um objetivo o desenvolvimento do bem-estar da população envolvente.



Apoio de todos nós...