

**ANEXO I
PLANO DE ATIVIDADES CENTRO DA TERCEIRA IDADE - CTI**

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Intelectual	Estimulação cognitiva e sensorial Dinâmicas de grupo Trabalhos manuais; Tarde recreativa Treino global.	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a função cognitiva e mental, cálculo e memória. - Promover relação entre os pares. - Estimular o raciocínio. - Estimular a atenção e a concentração. - Estimular a motricidade fina. 	Animadora Psicóloga fisioterapeuta	Material de desgaste	Sem custos adicionais	X	X	N/A	Semanal	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Psicologia	Entrevistas iniciais; Reuniões Equipa multidisciplinar; Avaliação psicológica; Relatório acompanhamento psicoterapêutico individual; Treino Global	Contribuir para o bem-estar psicológico dos clientes minimizando alterações emocionais e cognitivas apresentadas.	Psicóloga Equipa Multidisciplinar	Materiais pedagógicos; Material de desgaste.	200€ (aquisição de material didático)	X	X	N/A	Semanal	Utentes com potencialidades nas atividades a desenvolver;
	Dia Nacional da Psicologia	Tertúlia/ debate aberto entre colaboradores da Instituição sobre temáticas de âmbito psicológico (aspetos positivos do cuidar, sentido de cooperação, capacidade empática, emoções inerentes à prestação de serviços)	Psicóloga Equipa multidisciplinar Colaboradoras	Material de desgaste	Sem custos adicionais	X	X	N/A	4 de setembro	Colaboradores que queiram participar.

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Motora e física	Elaborar avaliações, diagnósticos e pronósticos e planos de tratamento individualizado	Aliviar sintomas, permitindo uma maior autonomia e independência que culmine numa maior qualidade de vida..	Fisioterapeuta	—	50€	X	X	N/A	diariamente	Utentes que contratem o serviço de fisioterapia.
	Ativa Idade Hidrogerontes Treino Global	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a mobilidade. - Evitar o sedentarismo. - Evitar atrofia muscular. - Melhorar funcionalidade e a autonomia. - Promover o treino das AVD`S (atividades de vida diária). - Treino cognitivo - Contacto com o meio aquático. 	Equipa Técnica; Professor da Câmara.	Bolas; Discos; Garrafas; Revistas; Rádio; Material para tarefas de AVD`S; Jogos existentes; Transporte	200€ (material de desgaste e alimentar)	X	X	N/A	Semanal	Utentes com potencialidades e interesse pela atividade.

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Social e espiritual	Celebração Eucaristia Rezar o Terço	- Promover a valorização pessoal e espiritual. - Expressar a fé	Equipa multidisciplinar; Colaboradores; CTI.		Sem custos adicionais	X	X	X	Semanal	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver e comunidade.
	Feira de Março	- Conhecimento dos espaços recreativos. - Recordar momentos vividos.	Equipa multidisciplinar; Colaboradores; Voluntários.	—	65€ (faturas)	X	X	N/A	Abril (2,9 e 16)	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
Lúdico Recreativa	Passeio a parques	Conhecimento dos espaços recreativos do concelho e fora do concelho, que outrora podem ter frequentado.	Equipa Multidisciplinar; Colaboradores; Voluntários.		50€ (natas)	X	X	N/A	28 de julho a 7 de agosto	
	Semana de Praia	Lazer e bem-estar	Equipa multidisciplinar; Colaboradores; Voluntários.		70€ (lanches da manhã)	X	X	N/A	1 a 11 de julho	

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Lúdica	Sardinhada para comemoração dos Santos populares	<p>- Proporcionar um momento de lazer e descontração e de interação entre os pares.</p> <p>- Otimizar a participação ativa na vida da instituição.</p>	Equipa multidisciplinar; Colaboradores;	Material de desgaste.	100€ (decoreção e animação) (sendo esta a ementa escolhida para o almoço)	X	X	X	27 de Junho	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
	Visita a Museus (Museu de 2 Rodas – Sangalhos)	Proporcionar momentos de cariz cultural e histórico aos nossos clientes	Equipa Multidisciplinar Colaboradores		50€	X	X	N/A	31 de janeiro	

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Lúdica	Idoliadas e respetivos ensaios (atividade promovida pela câmara de Ílhavo)	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de interação com clientes de outras instituições do concelho e distrito de Aveiro. - Potenciar a criatividade e a partilha entre os clientes. 	Equipa Multidisciplinar Colaboradores	Material de desgaste		X	X		Meses de maio e junho (datas a definir)	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
	Atelier gerações	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação intergeracional entre os clientes das respostas sociais (CTI e CIJ) - Momentos de partilha e alegria 	Equipa Multidisciplinar; Utentes; Crianças;	Material de desgaste		X	X		A partir do mês de dezembro até ao mês de julho.	

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	“Celebração dos aniversariantes do mês”	Valorização da individualidade. Confeção de um bolo por parte da cozinha, no último dia de cada mês para os aniversariantes partilharem com os seus pares.	Diretora Técnica Cozinheiras Familiars Colaboradoras do CTI	Bolo aniversário mensal	Sem custos adicionais	X	X	N/A	Anual	Todos os utentes.
	Dia do Enfermeiro	Comemoração e valorização do papel do enfermeiro.	Equipa multidisciplinar; Diretora Técnica; Colaboradores do CTI;	Material de desgaste.	—	X	X	N/A	12 de maio	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia dos Reis "seniores de centro de marcha e corrida de Águeda" Cantar as janeiras e partilhas de histórias	- Envelhecimento ativo; - Momentos de diversão; - Convívio com outros séniores.	Equipa Multidisciplinar; Diretora técnica; Colaboradores do CTI.	Material de desgaste; Coroas; Instrumentos musicais.	—	X	X	N/A	6 de janeiro	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
	Dia do abraço Festa do abraço institucional	Transmitir emoções positivas a todas as pessoas presentes no espaço institucional	Equipa Multidisciplinar; Diretora técnica; Colaboradores e utentes de todas as valências.	Material de desgaste; Máquina fotográfica.	75€	X	X	N/A	22 maio	Utentes e colaboradores da instituição.
	Dia do Animal	Dar-lhes a conhecer os benefícios terapêuticos através da	Equipa multidisciplinar; Diretora técnica; Colaboradores CTI.	Material de desgaste.	—	X	X	N/A	3 de outubro	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DO
CONCELHO DE OLIVEIRA DO BAIRRO**



		interação com animais.								
--	--	------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Baile Carnaval (promovido de Câmara Municipal)	Interação entre os pares e colaboradores do CTI de modo a que os clientes possam atingir satisfação pessoal.	Equipa multidisciplinar; Colaboradores do CTI; Diretora Técnica.	Adereços Carnavalescos	60€	X	X	X	28 de fevereiro (data passível de alteração)	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
	Dia da Mulher Almoço no feminino	- Elevar a autoestima das mulheres. - Consciência dos direitos adquiridos ao longo das décadas. - Valorização papel da mulher.	Equipa multidisciplinar; Diretora Técnica; Colaboradores do CTI.	Maquilhagem; Adereços; Decoração.	50€	X	X	X	7 de março	

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia Mundial da Fisioterapia	Clarificação de dúvidas, através de uma sessão de esclarecimento sobre dificuldades do quotidiano no que toca à mobilização dos utentes.	Fisioterapeuta; Equipa Multidisciplinar; Colaboradores do CTI e de outras valências.		Sem custos adicionais	X	X	N/A	9 setembro	Colaboradores de outras valências. Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver.
	Artes&Sorrisos 2ª edição (e respetivos ensaios)	- Intercâmbio interinstitucional; -Promover a partilha de saberes; - Incentivar a criatividade através das várias formas de arte - Valorizar e potenciar a auto estima de cada um.	Equipa multidisciplinar; Diretora técnica; Colaboradoras; CTI.	Material de desgaste.	100€	X	X	N/A	28 de novembro	Utentes com potencialidades e interesse nas atividades a desenvolver

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia do Animador	- Dar a conhecer as colaboradoras do CTI o trabalho desenvolvido com os clientes através da participação nos ateliers; - Proporcionar-lhes momentos de partilha e interajuda com os participantes.	Animadoras; Colaboradoras do CTI.	Jogos existentes Material de desgaste	100€	X	X	N/A	7 de abril	Colaboradoras que tenham interesse em participar.
	Magusto	- Ativar a memória e estimular os sentidos; - Fomentar a interação entre os pares.	Equipa multidisciplinar Colaboradores de todas as valências	Castanhas Jeropiga		X	X	X	11 de novembro	Todos os utente da instituição
	Natal Festa de Natal	- Ativar a memória e estimular os sentidos;	Equipa multidisciplinar Colaboradores CTI	Adornos natalícios prendas	450€ (prendas e animação)	X	X	X	19 de dezembro	Todos os utentes



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DO
CONCELHO DE OLIVEIRA DO BAIRRO**



		- Fomentar o convívio e a interação.								
--	--	--------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia do Waffle	- Fomentar o convívio e a interação; - Incrementar momentos de degustação.	Equipa multidisciplinar; Colaboradores CTI.	Ingredientes; Máquina de Waffles.	30€	X	X	N/A	26 de Março	Todos os utentes.
	Dia do Chocolate	- Fomentar o convívio e a interação; - Incrementar momentos de degustação.	Equipa multidisciplinar; Colaboradores CTI.	Ingredientes.	50€	X	X	N/A	13 de Junho	
	Dia do Hambúrguer	- Fomentar o convívio e a interação;	Equipa multidisciplinar; Colaboradores CTI.	Ingredientes.	20€	X	X	N/A	28 de Maio	Todos os utentes.



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DO
CONCELHO DE OLIVEIRA DO BAIRRO**



		- Incrementar momentos de degustação.								
--	--	---------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia do Café	- Fomentar o convívio e a interação; - Estimular a criatividade; - Incrementar momentos de degustação de várias formas.	Equipa multidisciplinar; Colaboradores CTI.	Ingredientes.	30€	X	X		14 de Abril	Todos os utentes.
	Dia Nacional das ajudantes de lar	- Valorização e reconhecimento do trabalho desenvolvido no lar; - Fomentar o convívio e a	Equipa multidisciplinar; Colaboradores CTI.		50€	X	X		7 de Agosto (passível de alteração)	



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DO
CONCELHO DE OLIVEIRA DO BAIRRO**



		interação entre colaboradoras e utentes; - Estimular a criatividade; - Valorizar o papel do cuidador.								
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

Área	Atividade	Objetivos. gerais	Recursos			Respostas Sociais			Calendarização	Destinatários
			humanos	materiais	financeiros	ERPI	CD	SAD		
Comemorativa	Dia do Vinho do Porto Com quem gostaria de partilhar um copo de Vinho do Porto?	- Fomentar o convívio e a interação entre colaboradoras e utentes;	Equipa Multidisciplinar; Colaboradores; Utentes.		40€	X	X		10 de Setembro	Todos os utentes de CTI e todos os colaboradores da instituição.
	Ida a Fátima	- Valorizar o papel da fé; - Promover momentos de espiritualidade;	Equipa Multidisciplinar; Colaboradores; Utentes.			X	X		5 de Setembro	Todos os utentes.



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DO
CONCELHO DE OLIVEIRA DO BAIRRO**



		- Fomentar o convívio e a interação;									
--	--	--------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--