



2019 PLANO ATIVIDADES

Residência de Idosos

ÍNDICE

	Pág.
Introdução.....	- 3 -
Organograma da Residência de Idosos.....	- 4 -
1. Plano Sintético das Atividades Socioculturais	- 5 -
1.1. Contextualização	- 5 -
De forma a contextualizar as actividades propostas no nosso plano de actividades, aborda-se os grandes eixos de orientação:	- 5 -
1.2. Plano Anual das Atividades da Residência de Idosos.....	- 6 -
2. Indicadores de monitorização das atividades e respetivas grelhas.....	- 18 -
2.1. Contextualização	- 18 -
2.2 Grelhas de Indicadores de monitorização	- 19 -
3. Momentos e formas de avaliação	- 31 -
4. Plano de Formação – famílias e colaboradores	- 31 -
5. Divulgação	- 31 -
Bibliografia.....	- 32 -

Visão da Residência de Idosos

Criar estruturas residenciais de alojamento e apoio para a população idosa, promovendo a participação do idoso na vida cultural e social, fomentando atividades intergeracionais, aproveitando o saber e a experiência acumulada ao longo da vida, de forma a valorizar e dignificar a condição da pessoa idosa.

Introdução

De acordo com a Visão inerente a esta resposta social, a Residência de Idosos, é uma estrutura residencial de alojamento, que pretende apoiar a população idosa, promovendo a sua participação na vida cultural e social. Para tal fomenta actividades de carácter intergeracionais, empregando o saber e a experiência acumulada ao longo da vida de cada indivíduo, de modo a valorizar e dignificar a condição humana da pessoa idosa.

A Residência de Idosos dá resposta e prioridade a situações de grande dependência, abandono ou ausência de cuidadores/familiares, aos idosos que se encontram em situações sócio habitacionais precárias e carência económica, promovendo incondicionalmente a solidariedade, a fim de garantir aos idosos o apoio e qualidade de vida a que todos têm direito.

A Resposta Social encontra-se inserida numa zona residencial da vila de Pinhal Novo, em prédio de habitação com mais 4 condóminos, dividindo-se em 3 pisos – 2 para os quartos e salas de refeições e gabinete de enfermagem e zonas de lazer e 1 para atividades lúdicas, gabinete técnico e espaços de apoio à organização e funcionamento de residência.

Esta resposta Social com acordo de cooperação com o Centro Distrital de Segurança Social para 28 idosos, integra normalmente clientes com uma média de idades superior a 80 anos e com elevado grau de dependência.

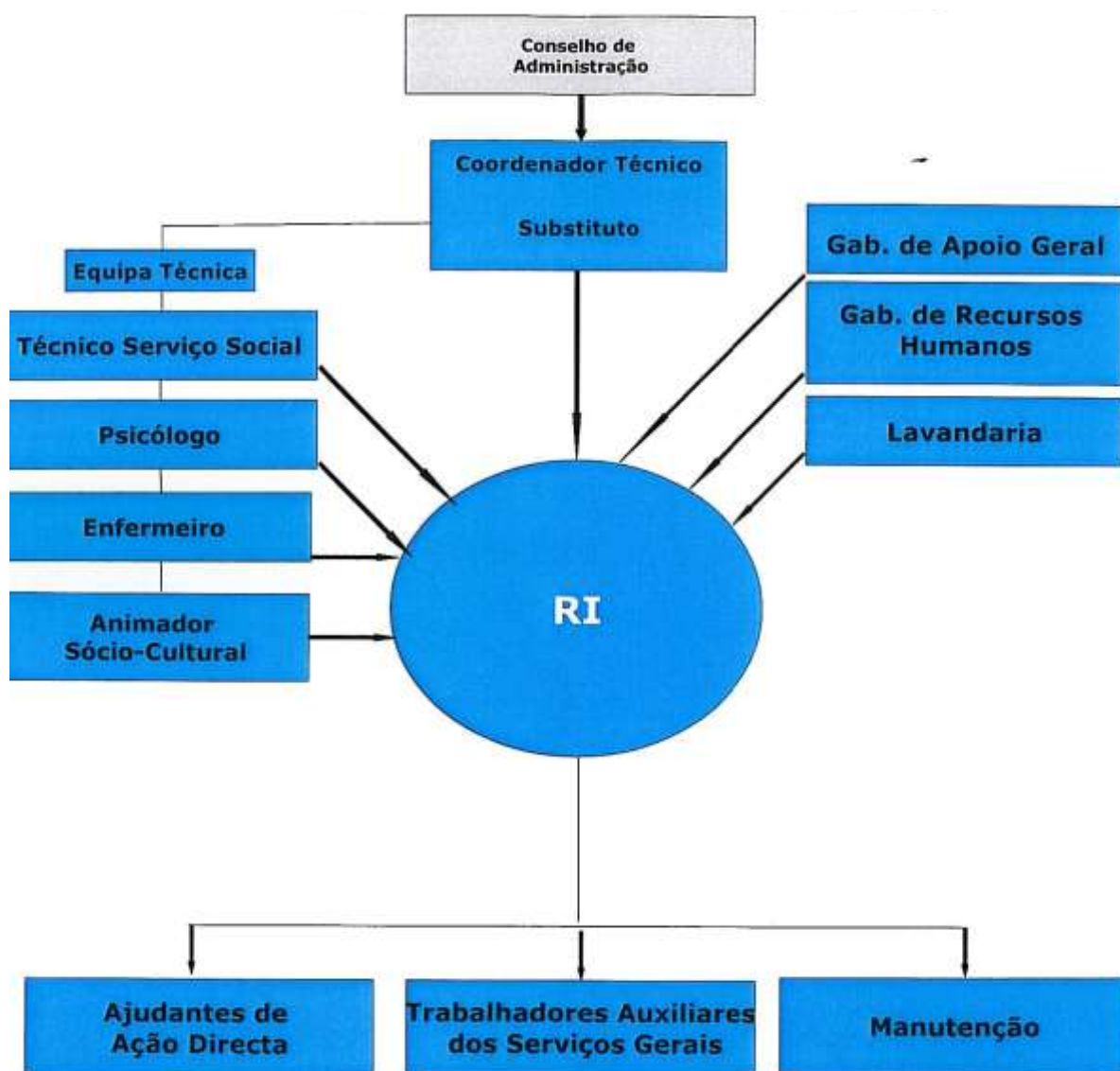
No ano de 2018 trabalhou-se o tema “FILANTROPIA E A CULTURA LOCAL”, no âmbito do tema trienal 2017/2019 “A FILANTROPIA NA ECONOMIA SOCIAL”.

No corrente Plano constam as atividades que a Residência de Idosos, irá desenvolver, entre Janeiro e Dezembro de 2019, no âmbito do tema “A Filantropia e a Cultura Mundial”, tema escolhido para 2019.

Para conseguirmos atingir os nossos objectivos e concretizar o Plano de Atividades desta Resposta Social, temos que ter em consideração vários factores inerentes e característicos da nossa Resposta Social: os recursos humanos, características dos clientes e equipamentos da Fundação, assim como os recursos e iniciativas da comunidade e projectos resultantes de parcerias da comunidade que se estabelecem com a Rede Social Local, nomeadamente com o grupo de parceiros que intervêm com idosos (GIQE), pressupondo sempre um dinamismo que está intrínseco na organização.

Tendo em consideração todos estes factores, a elaboração do Plano de Actividades da Residência de Idosos constitui parte integrante do Plano de Atividades da Fundação, desenvolvendo-se as atividades baseadas nas temáticas específicas desta Resposta Social pelo período compreendido entre 1 de Janeiro a 31 de Dezembro de 2019.

Organograma da Residência de Idosos



Todos os contactos deverão ser feitos através do Coordenador Técnico da Resposta Social

1. Plano Sintético das Atividades Socioculturais

1.1. Contextualização

De forma a contextualizar as actividades propostas no nosso plano de actividades, aborda-se os grandes eixos de orientação:

A FILANTROPIA assenta em valores como o humanitarismo, voluntariado e a atitude de ajudar o próximo, quer através de bens materiais como também na dedicação de tempo e atenção ao outro.

A filantropia pode envolver diversas áreas de interesse público, como por exemplo, meio-ambiente, educação, cultura e saúde. Contemplando diversos objetivos, como a promoção do desenvolvimento económico local, o combate à degradação ambiental, a defesa de direitos civis, o acesso à educação, entre outros. A intenção da filantropia é atender objetivos da sociedade que ainda não tenham sido realizados ou que apresentem lacunas sob a responsabilidade do Estado.

A cultura é construída gradualmente através do diálogo entre as pessoas no dia-a-dia, havendo trocando ideias, valores, tradições, conhecimentos e etc. Desse interação social deriva a cultura, onde os hábitos e costumes, manifestações, expressões, sentimentos e outros estão inseridos, repletos de elementos e significados que vão identificar esse povo como pertencente a uma determinada comunidade ou região, diferenciando-os de outras comunidades (identidade cultural).

De realçar a importância de se conhecer e preservar as raízes da própria cultura, com o propósito de despertar a consciência coletiva para a importância das raízes culturais, despertando no indivíduo a motivação e o interesse sobre as diferentes culturas Mundiais, tornando-o um cidadão mais sensível e consciente do outro na vida em sociedade.

A cultura e a filantropia estão intrinsecamente interligados, vejamos que o maior ou menor nível de entre ajuda nas culturas, revela-se potencializador ou limitador de recursos, quer ao nível social, como económico ou pessoal. O conhecimento da Cultura ao nível Mundial desperta ainda a necessidade de intervir em situações de flagelo, tais como a guerra, a escravatura, marginalização, Pobreza, entre outros.

Deste conhecimento surgem medidas, iniciativas e movimentos que visam a melhoria de qualidade de vida e promoção do desenvolvimento cultural.

Após reflexão nestas temáticas construiu-se este Plano de Atividades para a Resposta Social da Residência de Idosos, tendo em linha de conta os factores acima indicados e não esquecendo que o processo de envelhecimento é heterogéneo e diferenciado, na medida em que cada um(a) vive em contextos físicos, sociais e humanos diferentes e é portador(a) de vivências e projetos de vida idiossincráticos. Assim propomos desenvolver atividades que promovam os contactos sociais entre si e a comunidade onde se encontram inseridos, desenvolvendo ainda temáticas que promovam o conhecimento ao nível da cultura Mundial. Desta forma pretende-se investir no melhoramento da qualidade de relações que se estabelece, fomentando a importância de olhar para o próximo.

1.2. Plano Anual das Atividades da Residência de Idosos

Janeiro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia Mundial da Paz	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores da efeméride.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Fevereiro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia dos Namorados e Dia Mundial da Justiça Social	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Março			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Carnaval, Dia da Mulher, Dia do Pai e Equinócio da Primavera.	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Abril			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária:	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Páscoa, 25 de Abril e Dia Mundial da Saúde	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Maio			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária:	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia da Mãe e Dia Mundial da Diversidade Cultural para o Diálogo e o Desenvolvimento	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar o conhecimento e o respeito pela diversidade cultural. Gerar linhas de pensamento.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Junho			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia de Portugal e Santos Populares	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Julho			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Celebração de Efemérides: Dia do Amigo e Dia dos Avós	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Agosto			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Celebração de Efemérides: Dia Mundial Humanitário	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar e transmitir valores inerentes à efeméride.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Setembro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Celebração de Efemérides: Dia Mundial do Coração e Dia Mundial da Doença de Alzheimer.	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Outubro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia Internacional do Idoso e Dia Mundial da Alimentação.	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Novembro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Dia Mundial do Olá.	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

Dezembro			
Atividades	Objetivos	Destinatários	Responsáveis
Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Clientes RI Familiares, sempre que seja possível e se justifique.	Equipa Técnica
Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.		
Atelier de beleza	Manicura e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima		
Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.		
Cinema em casa	Visionamento de filmes, adequados à faixa etária, de forma a estimular a imaginação e trabalhar a memória; Vivenciar, acontecimentos, atos e sensações; Proporcionar momentos de empatia.		
Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.		
Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.		
Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.		
Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.		
Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.		
Celebração de Efemérides: Natal e Solstício de Inverno	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade.		
Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.		
Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.		
Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.		

2. Indicadores de monitorização das atividades e respetivas grelhas

2.1. Contextualização

De forma a contextualizar a importância da monitorização de indicadores na avaliação das atividades propostas no nosso plano de atividades, aborda-se os principais eixos.

Entende-se por monitorização o processo de acompanhamento e vigilância que permite por meio de indicadores verificar o cumprimento e adequação das atividades.

Um Indicador é algo que indica ou que serve para indicar, mostrar algo através de sinais ou de indícios, pode ser um instrumento físico que indica algo.

Os indicadores ou índices são também usados para representação de uma realidade de forma quantitativa.

2.2 Grelhas de Indicadores de monitorização

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Janeiro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Celebração de Efemérides: Dia Mundial da Paz	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores da efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta ativa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades		
				Indicadores	Avaliação	
					Atingido	Indicação dos desvios
A Filantropia e a Cultura Mundial	Fevereiro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.		
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.		
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.		
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.		
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.		
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.		
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.		
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.		
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.		
		Celebração de Efemérides: Dia dos Namorados e dia Mundial da Justiça Social	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.		
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.		
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.		
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.		

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Março	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia da Mulher, Dia do Pai e Equinócio da Primavera	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Abril	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Pascoa, 25 de Abril e Dia Mundial da Saúde	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicador dos desvios
					Atividade	Resultado	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Maio	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia da mãe, Dia Mundial Diversidade Cultural	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicador dos desvios
					Atin gido	Não ating	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Junho	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia de Portugal e Santos Populares	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Julho	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia do amigo e dia dos avós	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Agosto	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Celebração de Efemérides: Dia Mundial do Humanismo	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Setembro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia Mundial do Coração e Dia do Alzheimer	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Outubro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia do Idoso e Dia Mundial da Alimentação	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicador dos desvios
					Ati ng id	Nã o	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Novembro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mímica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Dia Mundial do Olá	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

Sub-Tema	Calendarização	Atividades	Objetivos	Monitorização das Atividades			
				Indicadores	Avaliação		Indicação dos desvios
					Atingido	Não atingido	
A Filantropia e a Cultura Mundial	Dezembro	Dinâmicas de domínio Cognitivo	Treino da atenção; Percepção espacial e temporal; Trabalhar a memória; Exercitar o cálculo; Estimular a Linguagem; Trabalhar as Gnosias (visuais, tácteis e olfactivas); Trabalhar as Praxias; Exercitar as funções executivas (aplicadas às actividades de vida diária).	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter as suas funções cognitivas.			
		Gerontomotricidade e Motricidade	Criar rotinas que promovam a funcionalidade e autonomia do cliente. Maximizar e desenvolver a destreza física e motora. Aumentar a coordenação de movimento através de exercícios adaptados e adequados a cada idoso. Readquirir competências do esquema corporal; Prevenir o declínio da expressão motora; Trabalhar a motricidade fina e grossa.	Dos residentes participantes 80% revelam melhorar e/ou manter a sua motricidade global e fina.			
		Atelier de beleza	Manicure e pequenos tratamentos de rosto, de forma a manter o gosto pelos cuidados de higiene e boa aparência. Melhorar a auto-estima	60% dos clientes manifestarem interesse nos cuidados de imagem.			
		Passeio pedonal	Saídas ao exterior, como Passeios, idas ao jardim, etc. De forma permitir o contacto com o meio, contextos e realidades diferentes no seu dia-a-dia.	50% dos clientes semiautónomos efectuarem saídas ao exterior.			
		Lúdico- Recreativas	Momentos de lazer em que se promove o convívio a partilhar conhecimentos, artes e saberes. Pretende-se com esta atividade fortalecer as relações interpessoais do grupo e fomentar o convívio.	85% dos clientes apresentarem-se disponíveis.			
		Dinâmicas Sociais ou culturais	Treino de cognição Social (reconhecimento de expressões e emoções), através de exercícios de mimica, desenho ou imagem; Fomentar o Sentimento de pertença no grupo; Desenvolver conhecimentos culturais, através de partilha de experiências ou vivências pessoais.	80% dos clientes conseguirem reconhecer o eu e o outro.			
		Musicoterapia	Exercícios de música, dança e Interpretação; Que pretendem promover a atenção, concentração e memória.	80% dos clientes melhorarem ou manter a atenção e concentração.			
		Atelier de atividades plásticas	Estimular a imaginação e ações motoras, ao nível da motricidade fina, assim como a precisão manual e coordenação psicomotora, através da pintura, colagem, elaboração de desenhos, recortes, esculturas, etc.	Dos residentes 80% manter ou melhorar a sua destreza manual e criatividade.			
		Atelier de Culinária	Promover e estimular a vontade de colaborar na confeção de receitas simples, que possam desfrutar juntos ao lanche.	80% dos clientes demonstrarem interesse em participar na atividade.			
		Celebração de Efemérides: Natal e Celestíssimo de Inverno	Manter tradições e hábitos culturais. Estimular a participação em atividades de grupo e convívio entre pares e comunidade. Fomentar valores culturais inerentes à efeméride.	80% dos residentes manifestarem interesse em participar na celebração das efemérides do Mês.			
		Celebração Mensal de Aniversários	Estimular as relações pessoais entre a família, pares e funcionárias. Melhorar a auto-estima e o sentimento de pertença ao grupo.	80% Dos residentes manifestar interesse em participar na Celebração mensal de Aniversários.			
		Espaço de expressão verbal	Grupo de reflexão que pretende criar um espaço de expressão de opinião livre ou centrada. Pretende gerar linhas de pensamento e apoiar os idosos, na formação de opiniões e expressão das mesmas.	60% dos clientes manifestarem a sua opinião e interesses.			
		Momentos de leitura ativa	Leitura de jornais, revistas ou livros de vários estilos literários, fomentando a retenção de conhecimentos, acontecimentos, atos e sensações.	Dos clientes residentes 80% adquirir ou manter o interesse pela leitura e escuta activa.			

3. Momentos e formas de avaliação

O processo de avaliação tem por objetivo facilitar a adaptação das atividades ao ritmo da motivação e dos interesses individuais e do grupo e, caso necessário, corrigir a metodologia aplicada e ensaiar novos planeamentos e conteúdos, ou persistir e difundir aqueles que demonstram a sua eficácia.

As atividades podem medir-se da mesma maneira que a aquisição de conhecimentos, pelo que requer mecanismos específicos:

- Avaliar através de uma ficha de monitorização das atividades por cliente, tendo em conta o seu Plano de Desenvolvimento Individual;
- Avaliar os níveis de participação dos clientes em cada atividade.

A Avaliação deve ser:

- Periódica - para verificar se os objetivos estão a ser cumpridos;
- Orientadora - com o objetivo de confirmar ou mudar as atividades sugeridas, assim como as estratégias envolvidas;
- Formativa – averigua a validade de todos os elementos que intervêm no processo de animação, e ajuda a avaliar o desempenho dos intervenientes nas atividades de acordo com os objetivos propostos.

4. Plano de Formação – famílias e colaboradores

Estes planos serão desenvolvidos e organizados cronologicamente em plano próprio, Plano Geral de Formação, e será responsável pela sua gestão o Gabinete de Recursos Humanos.

5. Divulgação

O presente Plano de Atividades será divulgado aos principais parceiros sociais e comunidade em geral.

Formas de divulgação:

- Em suporte digital no sítio de Fundação COI em www.fundacao-coi.pt
- Acessível a todos os clientes em suporte de papel nas instalações da Fundação COI;
- Será apresentado e entregue um quadro resumo a todos os clientes/responsáveis pelos Clientes.
- Através do website e Facebook da Fundação
- Nos eventos onde a Fundação irá estar presente, nomeadamente Feira Sénior, Santos Populares, Seminários, entre outros.

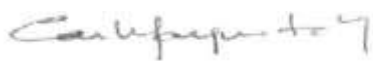
Bibliografia

- Amodeo, M., Netto, T. & Fonseca, R. (2010). Desenvolvimento de programas de estimulação cognitiva para adultos idosos: modalidades da Literatura e da Neuropsicologia (pp. 54-64).
- Letras de Hoje, Porto Alegre, V. 45, nº 3. Azevedo, M. J. & Teles, R. (2011).
- Revitaliza a sua mente. In O. R. Paúl, EnvelhecimentoAtivo. Lisboa: Lidel, 77-112.
- Ballone, G. & Moura, E. (2008). Atenção e Memória. Consultado a partir de: <http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=201>
- Damásio, A. (2010). O livro da Consciência. A Construção do Cérebro Consciente. Maia: Círculo de Leitores.



Aprovação

Aprovado em reunião do Conselho de Administração de 14 de Dezembro de 2018



O Presidente do Conselho de Administração



FUNDAÇÃO COI



Pinhal Novo
1980

AO SERVIÇO DA COMUNIDADE

AO SERVIÇO DA COMUNIDADE