



MD-04-CD
R01\27-12-2013

PLANO GERAL DE ACTIVIDADES SOCIO-CULTURAIS

Mês: OUTUBRO/ NOVEMBRO/ DEZEMBRO

Ano: 2015

Actividades	Material	Objectivos	Recursos Humanos	Espaço/Local	Obs.
Poesia de comemoração do dia do idoso e do dia da 3ª idade	-poemas	-valorizar a pessoa idosa	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Sessões de Revista à portuguesa e teatros antigos (dvd)	-dvd	-relembrar tempos antigos -estimular a memória colectiva -proporcionar a comunicação entre os idosos	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Jogos de mesa	-jogos	-promover o convívio entre utentes	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Jogos cognitivos	-jogos	-estimular o aspecto cognitivo do idoso -promover o convívio entre	Animadora Cultural	Sala de convívio	

		utentes			
Caminhadas	-	-combater o sedentarismo no idoso e o isolamento social	Animadora Cultural	Ruas da vila	
Ginástica	-bolas -balões	-estimular a actividade física no idoso	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Patchwork	-tecidos -agulhas -linhas -lãs -tesouras	-desenvolver a imaginação do utente -desenvolver/manter a destreza manual fina do idosos	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Visita à Avisan		-combater o isolamento social do idoso -promover a participação em actividades da comunidade local	Animadora Cultural e funcionárias	CNEMA Santarém	
Comemoração do S. Martinho	-poemas –lendas -castanhas	-comemorar o S. Martinho -trocar conhecimentos entre os utentes			
Actividades de Natal	-tecidos -algodão -fitas de seda -cola	-participar no espírito natalício -estimular a imaginação e o aspecto cognitivo do idoso -decorar e preparar a instituição para o Natal	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Festa de Natal	-	-comemorar o Natal -conviver entre famílias	Animadora Cultural	Sala de convívio	
Cantigas ao desafio, poesia e	-	-estimular a memória individual e colectiva	Animadora	Sala de	

sessões de leitura		-incentivar o trabalho de grupo	Cultural	convívio	
---------------------------	--	---------------------------------	----------	----------	--

Nota: O plano de actividades poderá estar sujeito a alterações.

A Animadora Cultural

Oriana Palhouto