



---

# ***Plano Anual de Atividades***

---

***3ª Idade***

---

***Ano 2020***

**Plano Anual de Atividades - 2020**

Atividade	Tipo									Princípios objectivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização	
	Lúdico Recreativo	Cultural	Desportiva	Espiritual Religiosa	Intelectual Formativa	Social	Intergeracional	Festiva	Outra		Internos	Externos		
Avaliação do PAA de 2019 e planificação de actividades para o ano de 2020.					X	X					Promover a participação ativa na elaboração do PAA; Valorizar os hábitos, interesses e expectativas do indivíduo.	X		2 de Janeiro.
Gerontomotricidade			X			X					Proporcionar atividades físicas adequadas à condição física dos utentes; Proporcionar momentos de convívio.	X	X	3ª e 6ª feiras, das 10h00m às 11h30m
Atividades de treino cognitivo					X	X					Estimulação cognitiva.	X	X	2ª s e 4ªs Feiras: das 10:00h às 11:30 Horas
Atividades lúdico-recreativas semanais	X				X	X	X	X			Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres.	X		3ª feiras, das 15h45m às 16h45m
Comemoração do Aniversários dos utentes.						X		X			Valorizar a data festiva junto do utente, da família e amigos.	X		Nas datas que acontecem.
Comemoração do dia de Reis.						X		X			Promover o convívio entre utentes e funcionários.	X		6 de Janeiro.
Comemorar o 14 de janeiro, dia da Batalha das Linhas de Elvas, feriado municipal.						X		X			Proporcionar momentos de convívio e recordar o passado longínquo, passado no nosso concelho.	X		14 de Janeiro.
Matança do Porco à moda da nossa aldeia.		X				X		X			Promover e recordar as tradições da nossa aldeia.	X		Em data a definir, no mês de janeiro ou fevereiro.

**Plano Anual de Atividades - 2020**

Atividade	Tipo									Princípios objectivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização
	Lúdico Recreativo	Cultural	Desportiva	Espiritual Religiosa	Intelectual Formativa	Social	Intergeracional	Festiva	Outra		Internos	Externos	
Carnaval.	X	X			X	X		X		Promover a participação ativa no Carnaval, músicas e cantares tradicionais. Proporcionar momentos de convívio.	X	X	25 de Fevereiro.
Visitas ao mercado da Terrugem.						X				Promover comunicação e participação na vida ativa e ocupação dos tempos livres. Reviver hábitos e costumes.	X		Ao longo do ano em datas a definir.
Intercâmbio com outras IPSS.						X				Promover a comunicação e convivência com outros idosos. Conhecer outras realidades.	X	X	Ao longo do ano em datas a definir.
Dia Internacional da Mulher.	X	X							X	Promover a auto-estima. Proporcionar momentos de convívio.	X		8 de Março.
Dia do Pai.	X	X							X	Celebrar a vida. Promover a auto-estima. Proporcionar momentos de convívio.	X		19 de Março.
Visita ao Alqueva.	X								X	Visita à barragem do Alqueva. Proporcionar momentos de convívio.	X		2ª ou terceira semana de Março. A definir.
Páscoa.		X		X					X	Celebração da Páscoa, festividade religiosa, manifestação cultural muito presente na comunidade.	X	X	10 a 12 de Abril.
Dia de Vale. Piquenique/almoço convívio.	X								X	Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres. Promover a implicação dos idosos neste hábito e costume local. Promover o convívio Intergeracional.	X	X	20 de Abril.

**Plano Anual de Atividades - 2020**

Atividade	Tipo									Princípios objectivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização
	Lúdico Recreativo	Cultural	Desportiva	Espiritual Religiosa	Intelectual Formativa	Social	Intergeracional	Festiva	Outra		Internos	Externos	
25 de Abril. Dia da Liberdade.	X	X				X		X		Comemorações do dia da liberdade, 25 de abril. Proporcionar momentos de convívio.	X	X	25 de Abril.
Dia do Trabalhador.	X	X	X			X	X	X		Comemorar com os funcionários da Instituição o dia Internacional do trabalhador. Proporcionar momentos de convívio.	X		1 de Maio.
Comemorar o mês de maio, mês das aparições de Fátima. Rezar o Terço.		X		X		X	X			Paz espiritual.	X		Todos os dias do mês de Maio.
Dia da Mãe.	X	X				X	X			Celebrar a vida. Promover a auto-estima. Proporcionar momentos de convívio.	X		3 de Maio.
Dia de Portugal, Camões e das Comunidades.	X	X				X	X	X		Comemorar o dia de Portugal.	X	X	10 de Junho.
Feirinha da A.B.A.T.	X					X	X	X		Realização da tradicional feirinha da ABAT. Mostra de trabalhos dos utentes idosos. Promover o convívio Intergeracional.	X	X	12 de Junho
Sessão de esclarecimento Tema a definir					X	X				Promover a formação ao longo da vida, formar para a segurança.	X		A definir.