

PLANO DE ATIVIDADES



2026

Índice

Introdução	3
Capítulo I – Apresentação do Plano de Atividades 2026	4
1. Metodologia da Elaboração do Plano de Atividades	4
2. Apresentação da AHSA – Associação Humanitária de Solidariedade Social Albufeira e Centro de Dia do Rossio	5
2.1. Enquadramento Legal	5
2.2. Estrutura Orgânica e Funcional	8
2.3. Quadro de Recursos Humanos.....	9
2.4. Principais Clientes e Parceiros	11
2.5. Áreas de atuação.....	12
Capítulo II – Atividades a Desenvolver para o Ano de 2026.....	13
1. AHSA (Banco Alimentar – BA /Loja Social).....	14
1.1. Planeamento das Atividades Institucionais BA – 2026	14
1.2. Planeamento das Atividades Fixas BA – 2026	16
1.3. Outras Atividades BA – 2026	20
2. Centro de Dia do Rossio	24
2.1. Planeamento das Atividades de Animação e Psicologia – 2026	24
2.2. Planeamento das Atividades Comemorativas – 2026	30
2.3. Planeamento das Atividades Fixas Animação e Psicologia – 2026.....	72
2.4. Outras Atividades do Centro de Dia – 2026.....	81
Capítulo III – Avaliação e Monitorização do Plano de Atividades de 2026	84
Capítulo IV – Conclusão	85
Capítulo V – Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos e Desinvestimentos para 2026.....	86

Introdução

Passámos uma conjuntura nacional e internacional de crise económica e financeira, refletido no grande acréscimo observado do custo de vida, que influencia sem comiseração a qualidade de vida dos cidadãos residentes no Concelho de Albufeira. Dois dos pontos fulcrais passam pela carência habitacional e pagamento de despesas correntes. É neste sentido, que a AHSA (Associação Humanitária de Solidariedade Albufeira) tenta responder com eficácia e eficiência, todos os obstáculos. Sendo primordialmente, necessário o envolvimento de todos os colaboradores desta IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social) e um trabalho em equipa multidisciplinar.

Desta forma, o presente plano de atividades pretende refletir essa estratégia nas diversas atividades das várias respostas sociais da Instituição.

No que concerne, ao Banco Alimentar, este propõe-se a dar continuidade à entrega de Cabazes Alimentares às famílias beneficiárias, como manter o atendimento presencial a agregados que pretendam beneficiar de apoio ou encaminhamento para outras respostas sociais adequadas para as necessidades identificadas, como por exemplo Projeto Apoiar Hoje, podemos também destacar a continuidade de recolha de mobiliário e vestuário doado por entidades públicas ou privadas e as campanhas do Banco Alimentar contra a Fome a realizar nos meses de Maio e Novembro de 2025.

Relativamente à resposta do Centro de Dia, esta valência compromete-se a realizar atividades em diversas áreas, podemos destacar a Animação Comunitária; a Animação Lúdica; o Desenvolvimento Pessoal e Social; o Desenvolvimento Intelectual e Formativo e a Animação Cognitiva, Física e Motora, entre outros. Sempre com o compromisso de trabalhar em conjuntos e para os nossos idosos.

O ano anterior foi marcado por alguns reajustes nas Respostas Sociais e nos Recursos Humanos, no ano de 2026 pretendemos uma maior estabilidade no quadro de pessoal, de forma a continuarmos de forma segura o alcance de todos os objetivos.

Somos AHSA

Capítulo I – Apresentação do Plano de Atividades 2026

1. Metodologia da Elaboração do Plano de Atividades

O Plano de Atividades da AHSA, Associação Humanitária Solidariedade Albufeira, pretende ser um instrumento de gestão das várias respostas sociais que facilite a orientação, o acompanhamento e a avaliação do trabalho diário. Sendo considerado como a principal linha orientadora de ação nos diversos domínios de atuação da Instituição, corporizando, deste modo, a visão, missão e valores que assume como compromisso.

Este Plano deve ser entendido como um plano flexível, que será reformulado mediante as necessidades que vão surgindo ao longo deste processo, a partir do trabalho conjunto entre os membros que constituem a Direção, os colaboradores e restantes intervenientes, de forma a proporcionar aos seus utentes respostas que se coadunem com as suas reais necessidades, impulsionando a melhoria contínua dos serviços prestados.

O Plano apresenta os projetos e atividades a desenvolver, bem como os recursos humanos necessários ao seu desenvolvimento. A análise dos objetivos, projetos e atividades foram debatidos com cada responsável das respostas sociais, tendo-se procedido nalguns casos à sua reformulação. Após a validação dos planos de atividades das várias respostas, elaborou-se a versão final do **PLANO DE ATIVIDADES DE 2026**, materializada neste documento.

O presente plano está estruturado em quatro capítulos. No primeiro capítulo são definidos os objetivos estratégicos assumidos para 2026 e que vão refletir-se nos projetos e atividades planeadas. Posteriormente é feita uma apresentação global da AHSA, designadamente, o seu enquadramento legal, a missão, visão, valores e política de qualidade que foram assumidos, assim como a sua estrutura orgânica e funcional. São igualmente supracitados o quadro de recursos humanos existente à data do plano, os principais clientes, parceiros e as áreas de atuação da AHSA.

No segundo capítulo, são apresentadas as atividades de cada resposta social bem como os seus objetivos estratégicos e operacionais, intervenientes e a sua calendarização. No terceiro capítulo encontra-se a forma de avaliação e monitorização do plano de atividades. No quarto capítulo, consta o orçamento das despesas com base nos custos estimados para os projetos e atividades de cada resposta social.

2. Apresentação da AHSA – Associação Humanitária de Solidariedade Social Albufeira e Centro de Dia do Rossio

2.1. Enquadramento Legal

A Associação Humanitária Solidariedade Albufeira, abreviadamente designada AHSA, constituída a 1 de junho de 1999, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, com sede na Rua Maria da Conceição Elói, Apartado 160, 8200-076 Albufeira, cujo tempo de duração é indeterminado. Com Estatutos registados e aprovados em 23.01.2003, nos termos do n.º 2 do Artigo 13º do Regulamento aprovado pela Portaria n.º 778/83, de 23/07, publicado no Diário da República n.º 166, III Série de 04.01.2000 na Direção Geral de Solidariedade e Segurança Social, pela inscrição nº 106/2003, a fls.12 e 12 verso do Livro 10 das Associações e Solidariedade Social, e com publicação em Diário da República nº29, III Série de 04.02.2004.

Assim, a Associação toma como objetivo primordial: o apoio a crianças e jovens; auxílio às famílias e à comunidade; promoção da Inclusão social e combate à Pobreza. Tem também como objetivo, proteger os cidadãos na velhice, invalidez e em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência e de capacidade para o trabalho.

Deste modo, a organização e suas respostas não podem centrar-se só sobre si própria, devendo abrir-se à comunidade, criando mecanismos de interação com esta. Para dar resposta aos seus clientes e à comunidade onde se insere, a nossa instituição adota princípios orientadores, comuns a todos os que nela colaboram. Portanto, a estratégia da AHSA assenta em 3 pilares básicos: a Missão, os Valores e a Visão.

2.1.1. Missão, Visão e Valores

Missão

Apoiar os nossos utentes no sentido de garantir a subsistência das suas necessidades bem como o seu bem-estar social, atuando na lógica de alteração de problemas sociais.

Visão

Ser uma Instituição coesa, global, reconhecida como referência em termos da qualidade da sua intervenção junto dos utentes, colaboradores, funcionários, fornecedores e comunidade.

Valores

A AHSA apresenta e pratica os seguintes valores:

1. Ética;
2. Profissionalismo;
3. Dedicação;
4. Responsabilidade Social;
5. Humanismo;
6. Cooperação;
7. Credibilidade;
8. Atualização;
9. Humildade;
10. Inovação;
11. Dinamismo;
12. Competência;
13. Sensibilização;
14. Transparência;
15. Qualidade.

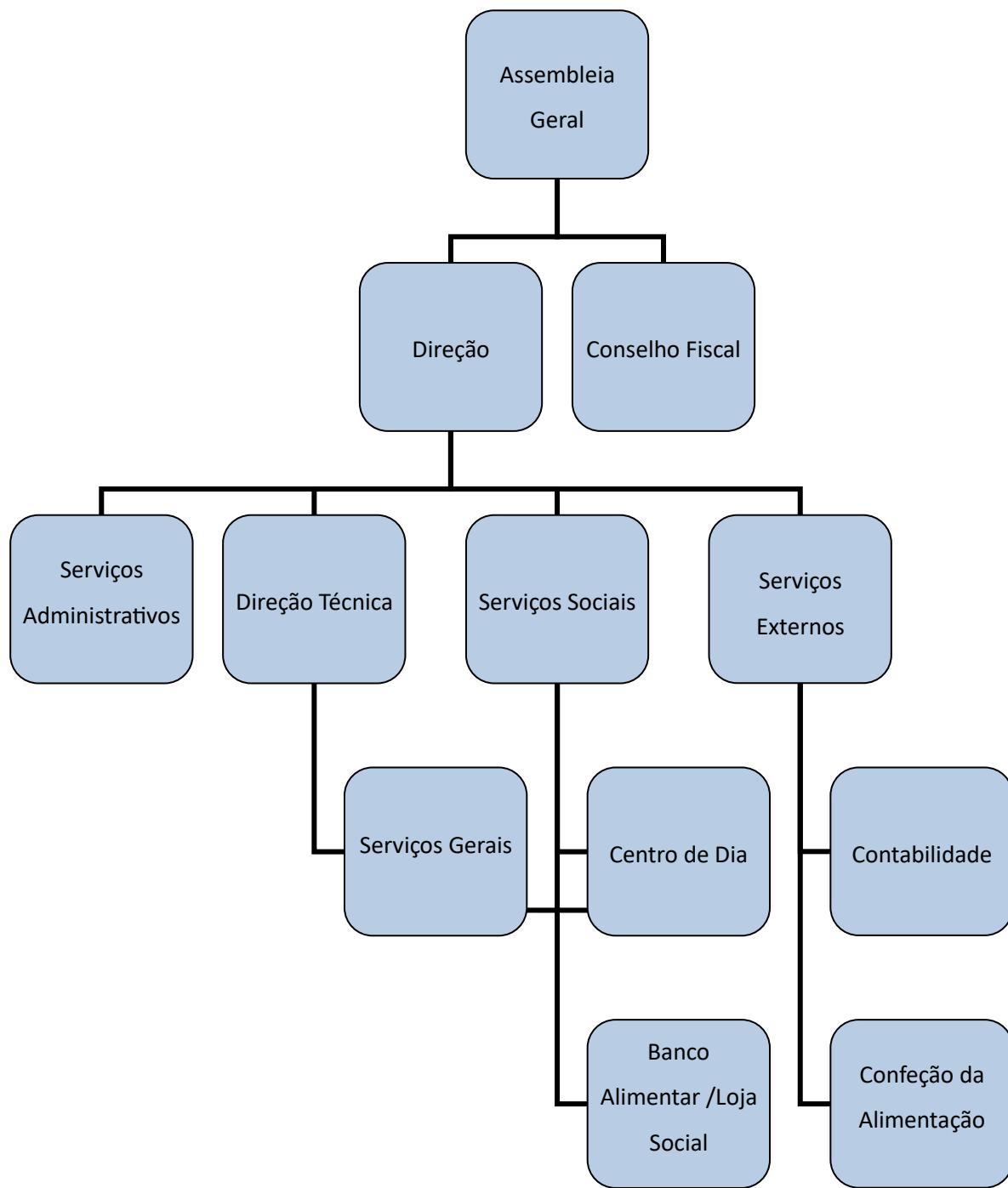
2.1.2. Política de Qualidade

A Política de Qualidade da AHSA consiste em garantir a satisfação das necessidades dos utentes das respostas sociais, respeitando procedimentos eticamente corretos, para obter o melhor resultado em termos de prestação de serviços adequados às necessidades reais de cada utente.

A Direção da AHSA assume o compromisso de melhorar continuamente a eficácia do Sistema de Gestão da Qualidade dos serviços prestados, com equipas qualificadas, motivadas e centradas nos utentes.

A evolução do sistema da qualidade passará no futuro pela integração de novas inovações, construção de novas respostas sociais e responsabilidade social, entre outras, para com mais naturalidade, alcançarmos o Sistema de Certificação.

2.2. Estrutura Orgânica e Funcional



2.3. Quadro de Recursos Humanos**Centro de Dia do Rossio**

NOME	CATEGORIA PROFISSIONAL/FUNÇÃO	FORMAÇÃO ESCOLAR/PROFISSIONAL	VÍNCULO LABORAL	HORÁRIO TOTAL HORAS/SEMANAL	HORÁRIO DIÁRIO
Daniela Filipa Estorninho Cruz	Diretora Técnica	Licenciatura em Serviço Social	Contrato	35 Horas	09h30-13h00 14h00-17h30
Vânia Maria Sabrosa Félix	Administrativa	12.º Ano	Efetivo	37,5 Horas	09h00-13h00 14h00-17h30
Maria de Fátima Cabrita Pereira	Administrativa	11ºAno	Efetivo	37,5 Horas	09h00-13h00 14h00-17h30
Ana Isabel Cantinho Gabriel	Ajudante de Ação Direta de 2ª	8º Ano	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Maria Teresa Palma Fernandes Rodrigues	Ajudante de Cozinha	9.º Ano	Efetivo	40 Horas	08h00-13h00 14h00-17h00
Maria Teresa Leote Arroja Neves	Ajudante de Ação Direta de 2ª	12º Ano	Efetivo	40 Horas	08h00-11h30 12h30-17h00
Marluce da Costa Nascimento	Ajudante de Ação Direta de 2ª	8º Ano	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Margarida Fouto Gonçalves Coelho	Ajudante de Ação Direta de 2ª	Curso de Geriatria	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Ana Paula Carranca Pereira	Auxiliar de Serviços Gerais	12º Ano	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Lúcia Cristina Alferes Hortas Jesus	Ajudante de Ação Direta	Licenciatura em Ciências da Educação e Formação	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Fernanda Maria Guerreiro Agapito	Auxiliar de Serviços Gerais	9º Ano (Incompleto)	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h30-17h30
Flaviane Anacleto Sathler	Ajudante de Ação Direta de 2ª	12º ano	Contrato	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00
Paula Cristina Bugalho Caleiro	Polivalente	6º ano	Efetivo	40 Horas	08h00-11h30 14h00-18h30
Vera Lúcia Pereira Figueiredo	Motorista	12º ano	Contrato	40 Horas	08h00-11h30 14h00-18h30
Filipe Jesus Serôdio	Motorista	Arqueologia	Contrato	40 Horas	08h00-11h30 14h00-18h30
Hugo Francisco da Silva Marques	Animador Sociocultural	Curso de Técnico de Apoio Psicossocial	Efetivo	35 Horas	09h30-13h00 14h00-17h30

Joana Rita Correia Viegas	Animadora Sociocultural	Mestrado Educação Social	Efetivo	35 Horas	09h30-13h00 14h00-17h30
Bárbara Sousa Rocha	Psicóloga Clínica	Mestrado de Psicologia Clínica	Efetivo	20 Horas	09h30-13h00 -
Ricardina Velez	Cozinheira	9º ano	Empresa externa	40 Horas	08h00-17h00
Nelson António de Melo	Médico	Licenciatura em Medicina	Voluntário	4 Horas	Sexta-Feira 14h00-17h00
Aliete Maria da Silva Alves Machadinho	Professora	Professora do 1º Ciclo	Voluntária	4 Horas	Quarta e Sexta-Feira 14h00-17h00

Banco Alimentar/Loja Social

NOME	CATEGORIA PROFISSIONAL/FUNÇÃO	FORMAÇÃO ESCOLAR / PROFISSIONAL	VÍNCULO LABORAL	HORÁRIO TOTAL HORAS / SEMANAL	HORÁRIO DIÁRIO
Rita Sofia Pontes Clemente Lopes	Assistente Social	Licenciatura em Serviço Social	Contrato	35 Horas	09h30-13h00 14h00-17h30
Mónica Moreira Vieira	Polivalente	12º ano	Efetivo	40 Horas	09h00-13h00 14h00-18h00

2.4. Principais Clientes e Parceiros

A AHSA está associada à tentativa de dar respostas às necessidades humanas, trabalhando em prol das Crianças, dos Adultos e dos Idosos, prevenindo, compensando e remediando problemas que os afetam, às suas famílias e a sociedade de uma forma geral.

Esta responsabilidade deve naturalmente ser compartilhada pela família, pelos profissionais e pelos voluntários que trabalham na AHSA, pois esta Instituição Social faz parte do quotidiano dos utentes.

No entanto, não podemos esquecer o papel fundamental das entidades parceiras que apoiam todo o trabalho desta IPSS e que colaboram connosco numa base diária:

- Município de Albufeira;
- CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em Risco;
- Juntas de Freguesia do Concelho;
- Santa Casa da Misericórdia de Albufeira;
- Fundação António Silva Leal;
- Apoio à Pessoa Excepcional do Algarve (APEXA);
- Centro Hospitalar do Algarve (Barlavento e Sotavento);
- Centro de Saúde de Albufeira;
- A APAV – Associação de Apoio à Vítima;
- Instituto de Emprego e Formação Profissional de Loulé (IEFP);
- Centro Distrital Solidariedade e Segurança Social de Faro (CDSSS);
- Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve;
- Entreajuda;
- Instituto de Reinserção Social (IRS);
- Entre outras entidades e instituições que se interessam pelas obras de carácter social e humanitário.

2.5. Áreas de atuação

A AHSA caracteriza-se por prestar apoio a pessoas do Concelho que em dado momento das suas vidas estão mais carenciadas e não conseguem obter ajuda pelos seus próprios meios.

Assim, os serviços prestados pela AHSA inserem-se nas seguintes grandes áreas:

- **Comunidade e Família** – Funcionando com um banco alimentar, vestuário e mobiliário; e Loja Social. As atividades adstritas a esta resposta passam por: visitas domiciliárias, entrega de cabazes alimentares e ao domicílio quando necessário, apoio psicossocial e encaminhamento de determinadas situações para outros serviços de apoio que se revelem adequados, de acordo com a especificidade de cada caso. Apoiamos cerca de 40 famílias, nomeadamente 120 indivíduos. Esta resposta é apoiada pelo Banco Alimentar contra a Fome do Algarve. Além deste apoio, também prestamos auxílio a mais 25 agregados, através do Protocolo 3 Aas, celebrado com a Câmara Municipal de Albufeira. Através do Protocolo Apoiar Hoje, com a Junta de Freguesia de Albufeira e Olhos de Água, disponibilizamos ajudas técnicas para a comunidade, como também ajudas monetárias no pagamento de faturas da água e da luz.
- **Terceira Idade** – A AHSA tem sob sua gestão desde 2006 o Centro de Dia do Rossio que tem como finalidade dar uma resposta social, a pessoas idosas, do Concelho de Albufeira, em situação de risco ou de perda de independência por período temporário ou permanente, contribuindo para que tenham uma vida digna, confortável e saudável, prestando ajuda direta ao idoso e indireta à família e/ou à comunidade. Uma infraestrutura com capacidade para 50 utentes e marcada pela qualidade dos seus serviços. Esta resposta social tem acordo de cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social para 15 utentes.

Capítulo II – Atividades a Desenvolver para o Ano de 2026

Os seguintes quadros sintetizam os projetos e as atividades a desenvolver ao longo do ano de 2026, enquadrando-os nas respetivas áreas de intervenção, objetivos estratégicos, operacionais e intervenientes.

1. AHSA (Banco Alimentar – BA /Loja Social)

1.1. Planeamento das Atividades Institucionais BA – 2026

AHSA					
Área	Atividade	Objetivo Estratégico	Calendarização	Objetivos Operacionais	Intervenientes
Atividades Institucionais	Atualização de Quotas	Envio de mensagem por correio eletrónico para atualização e pagamento de quotas de associados com atrasos significativos.	Durante o ano de 2026	Angariação de Recursos Financeiros.	- Administrativa; - Sócios da AHSA.
	Assembleias Gerais Ordinárias	Realização de 2 Assembleias Gerais.	Março e Novembro 2026	- Apreciação do orçamento e do programa de ação para o exercício seguinte, bem como o relatório e contas de gerência; - Definir as linhas fundamentais de atuação da Instituição; - Eleger e destituir, os membros da respetiva mesa, da Direção e do Conselho Fiscal; -Deliberar sobre diversos assuntos.	- Administrativa; - Sócios da AHSA; - Funcionários da AHSA; - Direção; - Conselho Fiscal; - Assembleia Geral.
	Serviço Comunitário	Colaboração com a Direção Regional de Reinserção Social.	Durante o Ano de 2026	- Prestação de trabalho voluntário em prol da comunidade; - Forte sentido de coresponsabilização e reparação simbólico pelos atos cometidos.	- Técnica Superior de Serviço Social; - DRGIS; - Prestadores.
	Participação no Núcleo alargado e executivo do Conselho de Ação Social de	Colaboração da Direção da AHSA e da Técnica da resposta social de Banco Alimentar nas ações e reuniões do Núcleo alargado e executivo do	Durante o ano de 2026	- O objetivo primordial da Rede Social é a erradicação da pobreza e da exclusão social pressupondo que a articulação entre os diversos organismos públicos e entidades privadas que atuam no domínio social, na área do concelho, se traduzirá numa atuação concertada na	- Técnica de Serviço Social; - Câmara Municipal de Albufeira; - IPSSs;

	Albufeira-Programa Rede Social	Conselho de Ação Social de Albufeira – Programa Rede Social.		prevenção e solução de problemas sociais e, consequentemente, na adoção de prioridades; - Contribuir para o combate à pobreza; - Contribuir para a promoção do desenvolvimento social; - Elaboração de pareceres técnicos a projetos sociais do concelho de Albufeira.	- Centro de Saúde de Albufeira; - IEFP; - CDSS; - Direção Geral de Educação; - Núcleo Local de Albufeira.
	Eventos de carácter Social	Promover iniciativas sociais para dar o conhecer a Instituição.	Durante o ano de 2026	- Angariação de Recursos Financeiros; - Recrutamento de futuros Sócios; - Promover o Trabalho da AHSA.	- AHSA; - Comunidade em Geral; - Parceiros Sociais.
	Lançamento de Campanhas de angariação de fundos junto de hotéis locais	Estabelecer contatos com as direções de vários hotéis locais e superfícies comerciais e dar a conhecer a Instituição.	Durante o Ano de 2026	- Angariação de fundos financeiros; - Angariação de bem móveis; - Visibilidade da Instituição.	- AHSA; - Técnica de Serviço Social; - Representante legal da unidade hoteleira.
	Organização de projetos para candidaturas a fundos de organismos diversos	Elaboração de Candidaturas.	Durante o ano de 2026	Angariação de Recursos Financeiros, entre outros.	Técnica de Serviço Social.
	Jantar de Natal	Realização de um Jantar de convívio entre os funcionários da AHSA e membros da Direção	Dezembro 2026	-Fomentar o convívio e bom relacionamento entre os funcionários; - Valorização dos Funcionários; -Reforçar a aproximação entre os funcionários e a Direção;	- Direção; - Funcionários da AHSA; - Voluntários.

1.2. Planeamento das Atividades Fixas BA – 2026

Banco Alimentar					
Área	Atividade	Objetivo Estratégico	Calendarização	Objetivos operacionais	Interveniente
Atividades Fixas	Organização dos processos familiares	- Atualização dos processos de acordo com alterações no agregado familiar; - Realizar reavaliação anualmente;	Ao longo do ano de 2026	Manter organizado e atualizado o processo de cada agregado beneficiário da prestação banco alimentar.	- Técnica de Serviço Social.
	Atendimento e acompanhamento social	-Diagnóstico e análise das vulnerabilidades e potencialidades do agregado familiar; -Encaminhamento e/ou Acompanhamento para outros serviços e/ou prestações sociais;	Ao longo do ano de 2026	- Identificar, diagnosticar, analisar e avaliar os diferentes domínios, contextos, problemáticas e situações sobre os quais seja necessária intervenção. - Contribuir para a autonomização dos agregados apoiados.	- Técnica de Serviço Social.
	Visitas domiciliárias	-Realização de visitas domiciliárias quando necessário; - Visitas diagnósticas ou avaliativas.	Ao longo do ano de 2026	- Conhecer a realidade/condições habitacionais no âmbito da organização e higienização, das famílias que solicitam apoio alimentar; - Contribuir se possível para um maior conforto habitacional.	- Equipa BA; - Agregado familiar.
	Apoio Alimentar – distribuição de cabazes	- Distribuição mensal de um cabaz alimentar com géneros perecíveis e não perecíveis nas instalações da AHSA, aos beneficiários da resposta social.	Mensalmente	- Colmatar as dificuldades dos agregados identificados na valência Banco Alimentar, em prol das necessidades básicas;	- Equipa BA; - Beneficiários.

	Apoio Alimentar-Cabazes Extras	- Distribuição de pequenos cabazes alimentares extra ao mensal, de produtos frescos recolhidos nos hipermercados e parceiros (Ex. Refood).	Ao longo do ano de 2026	- Reforçar o apoio alimentar prestado aos agregados familiares carenciados; - Combater a exclusão social e o desperdício alimentar.	- Equipa BA; - Funcionários AHSA; - Agregado familiar.
	Cabazes ao Domicílio	- Distribuição de géneros alimentares.	Somente quando necessário. Casos excepcionais – ao longo do ano de 2026	- Colmatar as dificuldades dos agregados carenciados do concelho sem condição para se deslocar às instalações da AHSA.	- Equipa BA; - Funcionários AHSA; - Agregado familiar.
	Reforço dos cabazes alimentares	- Compra de géneros alimentares secos e frescos no Recheio, com o apoio Grupo dos Suecos.	Mensalmente	- Reforçar os cabazes entregues aos beneficiários do banco alimentar, colmatando necessidades ao nível alimentar; - Assegurar a presença de vários alimentos que contribuem uma alimentação saudável e variada crianças no agregado	- Equipa BA; - Funcionários AHSA - Agregados familiares/ beneficiários - Grupo dos Suecos
	Recolha de frescos e secos BA	Levantamento de géneros alimentares secos e frescos no pólo do Banco Alimentar Contra a Fome de Portimão.	Uma vez por mês (secos e frescos), durante o ano de 2026	- Assegurar a entrega mensal de cabazes aos beneficiários da resposta social; - Colmatar as dificuldades dos agregados carenciados.	- Equipa BA; - Funcionários AHSA.
	Campanha do BACF	Participação nos peditórios de alimentos do Banco Alimentar Contra a Fome.	Maio e Novembro 2026	- Angariação de alimentos;	- Funcionários AHSA - Voluntários.
	AHSA “Recolhe”	Recolha de vestuário e mobiliário a entidades públicas ou privadas e indivíduos;	Ao longo do ano de 2026	- Recolha de roupas, mobílias e eletrodomésticos; - Doação e distribuição dos donativos aos agregados em situação de fragilidade económica.	- Equipa BA; - Funcionários AHSA; - Entidade privada; - Domicílio de pessoas individuais.

	Banco de roupa	<ul style="list-style-type: none"> - Distribuição de roupa doada pela comunidade residente no concelho de Albufeira e outros; - Receção de vestuário entregues diretamente na loja e/ou armazém. 	Ao longo do ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Colmatar as dificuldades dos agregados apoiados pela nossa valência e outros identificados pelos nossos parceiros; - Realização de triagem dos produtos doados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA; - Funcionários AHSA; -Beneficiários; - Parceiros.
	Banco de mobílias/ Armazém	<ul style="list-style-type: none"> - Continuar a manutenção e organização do Armazém/Banco de Mobílias; - Criação de um horário fixo semanal para abertura do Armazém. 	Ao longo do ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Colmatar as dificuldades dos agregados carenciados do concelho. - Distribuição de mobiliário doado pela comunidade de Albufeira; - Aquisição de donativos para compra de alimentos para a resposta social de banco alimentar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA; -Beneficiários.
	Loja Social	<ul style="list-style-type: none"> - Loja social integrada na resposta social de banco alimentar, de acesso disponível a toda a comunidade. 	Ao longo do ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Consciencializar os utentes da importância dos bens adquiridos na resposta social; - Aquisição de donativos para compra de alimentos para a resposta social de banco alimentar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA; -Beneficiários -Voluntários
	Projeto “Apoiar Hoje”	<ul style="list-style-type: none"> Protocolo com Junta de Freguesia de Albufeira e Olhos D’Água” para ajudas técnicas, pagamento de despesas e obtenção de apoio pontuais, tais como óculos, placas dentárias. 	Ao longo do ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Efectuar apoio no pagamento de faturas da água, eletricidade, de forma a suprir as dificuldades dos agregados; - Obter equipamentos fundamentais para o bem-estar e dia a dia dos indivíduos mais carenciados da freguesia; - Disponibilizar banco de ajudas técnicas à Comunidade, com o intuito de facilitar a locomoção e satisfazer as necessidades básicas dos residentes da freguesia. Realizar visitas regulares para supervisão dos equipamentos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Técnica de Serviço Social; - Equipa BA; - Junta de Freguesia Albufeira e Olhos D’Água; - Fregueses da Junta.
	Projeto Apoio Alimentar a indivíduos carenciados	<ul style="list-style-type: none"> - Protocolo com a Câmara Municipal de Albufeira para ajuda a nível alimentar. Parceria 	Mensalmente	<ul style="list-style-type: none"> - Disponibilizar um cabaz mensal de alimentos perecíveis e não perecíveis a 25 famílias carenciadas; - Angariação de donativos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA; - Câmara Municipal de Albufeira – Ação Social; - Coviran.

	com Supermercado Coviran (Vale Parra).			
AHSA Recicla	- Continuação da parceria com a empresa SARAH que recicla a roupa inutilizável.	Anualmente	-Angariação de fundos; - Contribuição ecológica; - Dar a conhecer a parceria com a SARAH.	-Funcionários AHSA -Comunidade em geral -SARAH TRADING
Prémio de Mérito	- Premiar os três melhores alunos dos agregados familiares. Apoiado pelo Grupo dos Suecos.	Final do Ano Letivo	- Sensibilizar para a importância do aproveitamento escolar; - Presentear os melhores alunos.	- Equipa BA; - Grupo dos Suecos; - Crianças e Jovens.
Material Escolar	- Obtenção e entrega de material escolar a todas as crianças e jovens que frequentem estabelecimento de ensino. Através do apoio Grupo dos Suecos.	Início do Mês de Setembro 2026	- Contribuir para a inclusão social; - Permitir a equidade das nossas crianças; - Impulsionar para aproveitamento escolar.	- Equipa BA; - Grupo Suecos; - Crianças e Jovens.
Aniversário da AHSA e Centro Dia do Rossio	Festa de Aniversário	1 de Junho de 2026	Comemoração a definir	- Direção da AHSA; - Funcionários AHSA; -Utentes; - Voluntários;
Organização dos processos familiares	- Atualização dos processos de acordo com alterações no agregado familiar; - Realizar reavaliação anualmente;	Ao longo do ano de 2026	- Manter organizado e atualizado o processo de cada agregado beneficiário da prestação banco alimentar.	Técnica de Serviço Social.

1.3. Outras Atividades BA – 2026

AHSA					
Área	Atividade	Objetivo Estratégico	Calendarização	Objetivos Operacionais	Intervenientes
	Sessões de Pequeno Grupo	- Sessões de esclarecimento de assuntos diversificados com elementos dos agregados familiares.	Março, Junho e Setembro de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Março – como elaborar um currículo, e posteriormente marcar atendimentos individuais para procura de emprego; - Junho – Segurança social direta e Portal das Finanças; - Setembro – Como obter tarifa social na fatura da eletricidade e estratégias como reduzir os gastos em casa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Técnica de Serviço Social; - Agregados familiares.
	Dia do Obrigado	- Realizar um agradecimento a todos os parceiros, entidades e indivíduos que apoiaram a instituição durante o ano de 2025.	15 de Janeiro	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer a importância de todo o apoio prestado pelas entidades/indivíduos que associaram à causa da AHSA; - Angariação de mais parceiros; - Obtenção de mais donativos; 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Entidades, parceiros e indivíduos - Comunidade em geral
	Dia de São Valentim	- Oferenda de uma lembrança alusiva ao dia de São Valentim aos 40 agregados apoiados pelo BA. Atividade em parceria com os utentes do Centro de Dia.	17 a 20 de Fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar junto dos agregados, o amor pelo próximo, pela família e a importância da solidariedade; 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - 40 agregados - Utentes Centro de Dia
	Baile de Carnaval	- Atividade intergeracional entre as crianças do Banco Alimentar e os utentes do Centro de Dia.	Data a definir	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de lazer e convívio; - Fomentar junto das crianças e jovens o respeito e a importância da população mais envelhecida; 	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionários AHSA - Utentes Centro de Dia - Crianças BA

	Dia da Mulher	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar um momento especial e diferente, oferecendo um pequeno-almoço às mulheres beneficiárias, com o apoio de um hotel parceiro. 	8 de Março	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a autoestima e valorizar o papel da mulher na sociedade; - Criar momentos de lazer e convívio, contribuindo para uma relação mais próxima entre técnicos e beneficiários, facilitando a identificação de mais necessidades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Mulheres beneficiárias - Hotel parceiro
	Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none"> - Entrega de uma lembrança aos agregados apoiados, de forma a possibilitar uma oferta das crianças para os seus pais. 	17 a 20 de Março	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar junto dos mais novos o reconhecimento do esforço e trabalho dos seus pais; - Mostrar que é válido a demonstração de emoções e sentimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Parceiro - Equipa BA - Crianças e pais agregados familiares
	Dia do Livro Infantil	<ul style="list-style-type: none"> - Oferecer um livro a todas as crianças apoiadas pelo BA, com o apoio do Grupo dos Suecos. 	7 a 10 de Abril	<ul style="list-style-type: none"> - Incultar juntos dos mais novos o gosto pela leitura; - Criar um ambiente seguro para os sonhos, imaginação e fantasia; - Promover relações de afetividade entre as crianças e família. 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo dos Suecos - Famílias apoiadas - Equipa BA
	Dia da Mãe	<ul style="list-style-type: none"> - Realização de um pequeno kit de beleza construído com os produtos cosméticos doados ao longo dos meses, onde serão oferecidos a todas as mães dos agregados familiares que apoiamos. 	5 a 8 de Maio	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar produtos de higiene; - Agradecer e reconhecer os sacrifícios diários e esforços de todas as mães para o alcance do bem-estar dos seus filhos; - Criar momentos de alegria juntos das famílias carenciadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Mães dos agregados - Superfícies comerciais

	Dia da Família	- Organizar uma atividade em parceria com a empresa Algarexperience para algumas das famílias que apoiamos.	15 de Maio	- Proporcionar momentos de lazer e convívio; - Fortalecer os laços familiares; - Enfatizar a importância da família;	- Equipa BA - Famílias - Empresa Algarexperience
	Dia da Criança	- Visita ao Zoo de Lagos com todas as crianças e um adulto. Atividade apoiada pelo Grupo dos Suecos.	4 de Junho	- Proporcionar momentos de lazer e convívio; - Fomentar relações de afetividade entre os elementos familiares; - Promover a consciencialização sobre os direitos da criança; - Celebrar a infância.	- Equipa BA - Crianças e elementos dos agregados do BA - Grupo dos Suecos - Zoo de Lagos
	Dia Internacional do Piquenique	- Organizar um piquenique com as famílias do Banco Alimentar num local verde e amplo.	18 de Junho	- Possibilitar um momento de lazer e convívio ao ar livre; - Trabalhar os laços familiares dos agregados beneficiários; - Proporcionar atividades fora da rotina agitada e preocupada das famílias carenciadas.	- Equipa BA - Famílias - Grupo dos Suecos
	Dia Mundial da Biblioteca	- Acompanhar as crianças do Banco à Biblioteca Municipal de Albufeira para a realização do cartão de leitor.	8 de Julho	- Incutir a importância e o gosto pela leitura; - Fomentar a autonomia e a responsabilidade - Promover a educação e o acesso ao conhecimento; - Difundir à comunidade que o conhecimento deve ser acessível a todos independentemente da classe social e origem.	- Equipa BA - Crianças e elemento das famílias beneficiárias - Biblioteca Municipal de Albufeira
	Club Med	Acompanhar as crianças ao hotel Club Med para desfrutarem da piscina, de insufláveis e de lanches.	Julho, Agosto e Setembro	- Criar momentos de convívio e lazer; - Possibilitar novas oportunidades e vivências; - Proporcionar momentos de alegria, risadas e emoções positivas.	- Equipa BA - Equipa BA - Parceiro Club Med - Crianças BA

	<p>Dia da Caridade – Mercadinho Solidário</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realização de um Mercadinho Solidário que consistirá na troca de peças de vestuário por géneros alimentares. 	4 de Setembro	<ul style="list-style-type: none"> - Angariação de alimentos não perecíveis; - Angariação de novos sócios e parceiros; - Dar a conhecer a missão da nossa instituição à comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Comunidade - Parceiros
	<p>Dia do Sonho</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exposição dos desenhos realizados pelas crianças do BA onde exteriorizam os seus sonhos. 	25 de Setembro	<ul style="list-style-type: none"> - Possibilitar a manifestação de sentimentos, emoções e anseios; - Partilhar com a comunidade alguns dos desejos das nossas crianças. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Crianças BA
	<p>Dias das Bruxas – Halloween</p> <ul style="list-style-type: none"> - Atividade intergeracional entre as crianças do Banco Alimentar e os utentes do Centro de Dia. 	Outubro	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de lazer e convívio; - Fomentar junto das crianças e jovens o respeito e a importância da população mais envelhecida. 	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionários AHSA - Crianças BA - Utentes Centro de Dia
	<p>Natal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrega de cabazes de Natal aos 40 agregados apoiados pelo Banco Alimentar e prendas aos menores. Donativos de vários parceiros e com o apoio do Grupo dos Suecos. 	16 a 19 de Dezembro	<ul style="list-style-type: none"> - Facultar um maior número de géneros alimentares aos beneficiários; - Possibilitar às famílias a confeção de pratos típicos da festividade; - Proporcionar alegria, momentos de felicidade; - Combate da exclusão social através da oferenda de prendas às crianças apoiadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa BA - Famílias - Parceiros - Comunidade - Grupo dos Suecos

2. Centro de Dia do Rossio

2.1. Planeamento das Atividades de Animação e Psicologia – 2026

Área	Atividade/s	Objetivos Gerais	Calendarização	Intervenientes	Responsáveis pela execução
Animação Comunitária	Exposições Teatro Caminhadas Feiras Cinema Piquenique	<ul style="list-style-type: none"> - Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo. - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações e de relações afetivas. - Incrementar a presença social. - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade. - Adquirir um sentido de utilidade social, proporcionando um papel social significativo. 	Durante todo ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Motoristas; - Diretora Técnica; - Voluntários. 	- Animadores.
Animação Lúdica	Comemoração de datas festivas Comemoração dos Aniversários dos Clientes Espetáculos de Animação no Centro de Dia do Rossio	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes; - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; - Estimular o lazer e o entretenimento, ocupando o tempo. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Convidados; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Direção; - Voluntários; - Entidades/Parceiros; - Comunidade em geral. 	- Animadores.
Desenvolvimento Pessoal e Social	Dinâmicas de Grupo Visitas de familiares/amigos aos clientes Leitura Escrita Tertúlias Teatro Poesia	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver as competências sociais e pessoais, principalmente como elemento de grupo; - Fomentar a autonomia mental, capacidades relacionais e comunicacionais; - Fortalecer as relações interpessoais; - Desenvolver relações sociais agradáveis e significativas combatendo a solidão; - Estimular o autoconhecimento, a interação entre o utente e os outros. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Voluntários. 	- Animadores.

Desenvolvimento Intelectual/Formativo	Ações de Sensibilização Palestras Workshops Cinema Exposições	<ul style="list-style-type: none"> - Abordar temas relacionais direta ou indiretamente à idade sénior. - Permitir melhores conhecimentos nestas áreas; - Promoção de um estilo de vida ativo e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Fomentar a independência. Autossuficiência; - Diminuir os níveis de dependência familiar e social e aumentar autonomia pessoal; - Combater a insegurança e a solidão. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; Convidados/Entidades; - Voluntários. 	- Animadores.
Animação Cognitiva	Jogos das Diferenças Labirintos Jogos de memórias Cartas Dominó Bingo Palavras Cruzadas Completar provérbios Leitura e escrita Jogos de Destreza	<ul style="list-style-type: none"> - Facilitar o acesso a uma vida mais ativa, melhorando as relações e comunicações com os outros; - Reabilitação das funções executivas; - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Instituições Locais; - Voluntários. 	- Animadores.
Animação Física/Motora	Ginástica Sénior Caminhadas Jogos tradicionais e desportivos Roldana Pedaleira	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver as suas capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular; - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interação social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Instituições Locais; - Parceiros; - Voluntários. 	- Animadores.

		<ul style="list-style-type: none"> - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo. 			
Expressão e Comunicação Oral e Corporal	Notícias comentadas Debates Sessões Fotográficas Dança Sénior Poesia Teatro Musical Canto	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de um envelhecimento ativo, visando uma integração no contexto social; - Potenciar o desenvolvimento pessoal, prevenindo declínios prematuros; - Promoção da comunicação, expressão corporal e atividades relacionais; - Aumento da autoconfiança e da Auto eficiência; - Proporcionar atividade intelectual e combater a solidão, reduzindo o declínio mental e intelectual. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Motoristas; - Instituições Locais; - Parceiros; - Voluntários; - Monitora voluntária responsável pelo Grupo de Coral. 	- Animadores.
Animação Plástica	Moldagens (plasticina, pasta de papel, barro, etc.) Costura Pintura Desenho Colagens e recorte Trabalhos Manuais Empreita Croché Modelagem Culinária	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 	Todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Motoristas; - Instituições Locais; - Parceiros; - Voluntários. 	- Animadores.

Atividades Espirituais e Religiosas	Comemoração de datas festivas de cariz religioso Reza do Terço Visita/Missa do Padre da Paróquia Cinema e Debate temáticos	<ul style="list-style-type: none"> - Permitir a oração e a presença de Cristo; - Promoção do convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; - Reflexão sobre os fundamentos, costumes e valores das religiões existentes; - Manter viva a presença de Deus em resposta à solidão humana. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Animadores; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Diretora Técnica; - Motoristas; - Instituições Locais; - Parceiros; - Voluntários. 	- Animadores.
Psicologia Clínica	Avaliação Psicológica Sessões de Acompanhamento Psicológico a utentes e familiares	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar suporte emocional, avaliação psicológica e neuropsicológica, aconselhamento, intervenção psicoeducativa, intervenção na crise, psicoterapia e reabilitação psicossocial; - Promover saúde mental nos utentes e seus cuidadores/ familiares. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Familiares dos clientes; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Animadores; - Ajudantes de Ação Direta e de serviços gerais; - Auxiliares de cozinha; - Motoristas; - Voluntários. 	- Psicóloga.
Psicologia da Saúde	Ações de sensibilização para utentes	<ul style="list-style-type: none"> - Promover uma maior consciencialização e conhecimento acerca de temáticas de saúde; - Promover a literacia em saúde; - Promover a educação para a saúde; - Incentivar a prática de hábitos e estilos de vida saudáveis; - Incrementar um maior bem-estar no quotidiano dos utentes. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Familiares dos clientes; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Animadores; - Ajudantes de Ação Direta e de serviços gerais; - Auxiliares de cozinha; - Motoristas; - Voluntários. 	- Psicóloga.

Neuropsicologia	Avaliação Neuropsicológica	- Estimulação de funções mentais (memória, atenção, funções executivas...) e funções sensoriais (visão, audição, tato, paladar e olfato);	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Familiares dos clientes; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Animadores; - Ajudantes de Ação Direta e de serviços gerais; - Auxiliares de cozinha; - Motoristas; - Voluntários. 	- Psicóloga.
	Estimulação Cognitiva em pequeno Grupo	- Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva;			
	Estimulação Cognitiva em grande Grupo	- Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento;			
	Estimulação Cognitiva individual	- Reabilitar aspectos cognitivos inerentes a processos demenciais existentes.			
Psicologia Social	Dinâmica de Grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer os vínculos existentes ou inexistentes entre utentes; - Criar momentos de lazer, de convívio social e aumentar o bem-estar físico e mental; - Fomentar a valorização pessoal e a autoestima; - Promover um maior bem-estar-subjetivo e qualidade de vida nos utentes. 	Durante todo o ano de 2026	<ul style="list-style-type: none"> - Clientes do Centro de Dia; - Familiares dos clientes; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Animadores; - Ajudantes de Ação Direta e de serviços gerais; - Auxiliares de cozinha; - Motoristas; - Voluntários. 	- Psicóloga.

2.2. Planeamento das Atividades Comemorativas – 2026

Mês	Data	Objetivos da Atividade	Descrição da Atividade/ Estratégias	Recursos		Área da Atividade
				Humanos	Materiais	
Janeiro	02	<ul style="list-style-type: none"> - Permitir e dar continuidade à celebração de datas festivas – Ano Novo; - Proporcionar bem-estar individual e coletivo. 	Dia dos Desejos (01 de Janeiro) Largada de conchas com desejos para o ano de 2026, em que cada concha simboliza um desejo (ex: amor, paz, saúde, esperança, amizade e dinheiro).	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade 	Atividade Animação + Psicologia
	06	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar a partilha de conhecimentos musicais; - Promover bem-estar e convívio; - Promover afetividade e o espírito de equipa entre utentes. 	Dia de Reis (06 de Janeiro) Realização de um PowerPoint sobre a temática envolvente, seguido de uma atuação de cânticos com o repertório “janeiras”.	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade 	Expressão e Comunicação Oral e Corporal Aminação Cognitiva
	12	<ul style="list-style-type: none"> - Promover demonstrações de gratidão entre os utentes; - Desenvolver as competências sociais e pessoais; - Promover bem-estar e partilha de afeto entre todos os envolvidos. 	Dia Internacional do Obrigado (11 de Janeiro) Realização de uma dinâmica de grupo alusiva ao agradecimento interpessoal.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade 	Psicologia Social

	16	<ul style="list-style-type: none"> - Exercitar a capacidade cognitiva; - Conscientizar os utentes sobre a atualidade; - Fomentar a descoberta de novos interesses; - Contribuir para o aumento do gosto pela música e cultura portuguesa. 	Dia Mundial do Compositor (15 de Janeiro) Realização de uma atividade em PowerPoint com o grande grupo sobre os grandes compositores portugueses.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação cognitiva
	21	<ul style="list-style-type: none"> - Promover demonstrações de afeto; - Fortalecer as relações interpessoais; - Promover bem-estar, convívio e divertimento entre os utentes. 	Dia Nacional do Abraço (21 de Janeiro) Realizar uma dinâmica de grupo alusiva ao abraço.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
	23	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de funções mentais, tais como a memória, atenção, funções executivas entre outros; - Aumentar a atividade cerebral; - Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento; - Promover o desenvolvimento da motricidade fina; - Recordar lendas portuguesas. 	Dia da Escrita à Mão (23 de Janeiro) Realização de um ditado sobre a história de albufeira no atelier de Animação Educacional	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação cognitiva
	02 Fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular capacidades cognitivas; - Retardar a perda de funções cognitivas; - Promover bem-estar, convívio e divertimento. 	Dia Mundial do Puzzle (29 de Janeiro) Realização de uma atividade com puzzles relacionados com imagens de profissões.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; - Animadora; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Atividade Animação + Psicologia

				-Clientes.		
	06 Fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular o desenvolvimento biopsicossocial; - Apoiar à manutenção de um bem-estar físico e psicológico; - Contribuir para o aumento de momentos de socialização. 	<p>Dia ao Contrário (31 de Janeiro)</p> <p>Concretização de um PowerPoint com imagens e textos de “cabeça para baixo”. Neste dia, solicitar-se à equipa e aos utentes colocarem uma peça de roupa virada do avesso.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva
Fevereiro	02	<ul style="list-style-type: none"> - Reabilitação das funções executivas; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade perceptiva; - Promover a capacidade intelectual de leitura em voz alta. 	<p>Dia Mundial da Leitura em Voz Alta (01 de Fevereiro)</p> <p>Realização de uma atividade de leitura em voz alta com o grande grupo no atelier de Animação Educacional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade, como por exemplo livros. 	Animação Cognitiva
	10	<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver o gosto para a realização/confeção de receitas; - Fomentar o trabalho em equipa; -Promover um estilo de vida ativo e saudável; -Impulsionar um sentido de utilidade e valorização pessoal; - Promover a reminiscência através da atividade culinária. 	<p>Dia Mundial da Nutella (05 de Fevereiro)</p> <p>Proporcionar aos utentes a confeção de uma receita no Atelier de Culinária em que o ingrediente principal seja a Nutella.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da receita. 	Animação Plástica

	11	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular o desenvolvimento biopsicossocial; - Apoiar à manutenção de um bem-estar físico e psicológico; - Contribuir para o aumento de momentos de socialização. 	Dia Mundial das Leguminosas (10 de Fevereiro) Concretização de um PowerPoint em grande grupo com vários exercícios sobre leguminosas (pequenas partes para adivinhar; excluir o intruso;...); Em pequeno grupo, realização de trabalhos de colagens com leguminosas.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Cognitiva
	16 e 18	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de lazer e de convívio; - Dar continuidade à celebração das festividades; - Promover relações de afetividade entre utentes; - Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes. 	Dia dos Namorados (14 de Fevereiro) Dinamização de um PowerPoint com fotografias de todos os utentes e dos seus companheiros de vida onde se irá partilhar cada história de amor. Decoração de todas as áreas relativas ao Centro de Dia. Confeção por parte do Atelier de Culinária de umas bolachas em forma de coração a serem entregues a toda a comunidade institucional no lanche.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Atividade Psicologia + Animação + Animação Plástica
	16	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação na comunidade; -Promover o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes. 	Dia Mundial da Rádio (15 de Fevereiro)	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Lúdica

			Realização de uma visita sénior a uma estação de rádio a definir.	-Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Motoristas; -Parceiros; -Voluntários.		
20	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; - Incentivar a participação na comunidade e convívio interinstitucional; - Promover bem-estar, convívio e divertimento. 	VII Edição Tarde de Fados <p>Realização de um espetáculo de fados interinstitucional para todas as respostas seniores do concelho de Albufeira. Concretização de uma lembrança a definir a ser entregue a todas as respostas envolventes.</p>	-Animadores -Psicóloga -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes -Familiares -Músico	Material alusivo à comemoração da data	Material alusivo à comemoração da data	Animação Comunitária Animação Plástica
23	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a consciencialização dos próprios pensamentos; - Desenvolver competências pessoais, nomeadamente reflexão pessoal e capacidade crítica; -Incentivar a participação, promovendo o desenvolvimento de conhecimentos e saberes. 	Dia Mundial do Pensamento (22 de Fevereiro) <p>Realização de uma dinâmica de grupo alusiva ao pensamento.</p>	-Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes.	-Material alusivo à comemoração da data		Psicologia Social

Março	09	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a autoestima e valorizar o papel da mulher na sociedade; - Proporcionar momentos de lazer e de convívio; -Desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade; -Aumentar o autoconhecimento e a interação entre todos os clientes 	<p>Dia Internacional da Mulher (08 de Março)</p> <p>Promoção de atividades de beleza feminina e uma dinâmica de grupo acerca do conhecimento sobre o papel da mulher na sociedade.</p> <p>Criação de uma lembrança para as utentes no atelier de expressão plástica (corações de papel reciclado).</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Voluntários; -Parceiros; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da data festiva. 	<p>Atividade Psicologia + Animação</p> <p>Desenvolvimento pessoal e social</p> <p>Animação Plástica</p>
	18	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar a partilha de conhecimentos relativos à escola; -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; -Promover o conhecimento sobre as diferenças entre a escola antiga e a moderna; -Incrementar o sentido de utilidade; -Desenvolver as relações sociais agradáveis e significativas; -Permitir a expressão das emoções e dos sentimentos; - Proporcionar o desenvolvimento da imaginação, criatividade e do sentido crítico; 	<p>Dia da Escola (15 de Março)</p> <p>Realização de uma dinâmica sobre as várias diferenças entre a escola antiga e a moderna.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material alusivo à realização da atividade. 	<p>Animação Cognitiva</p>

		- Promover a reminiscência individual e coletiva.				
16		<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar o conhecimento sobre a importância do sono e uma boa higiene do sono; -Promover a educação para a saúde; -Incentivar a prática de hábitos e estilos de vida saudáveis. 	Dia Mundial do Sono (15 de Março) Realização de ação de sensibilização sobre o sono	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Computador; -Videoprojetor; -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia da Saúde
16		<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar momentos de lazer e de convívio; -Permitir e dar continuidade à celebração de datas festivas (Carnaval); -Promover relações de afetividade entre clientes e clientes/familiares; -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes: - Promover uma participação ativa na sociedade; - Fortalecer os laços de amizade e companheirismo entre instituições do concelho de Albufeira. 	Comemoração do Carnaval (17 de Março) Realização de um Baile de máscaras com o tema “Dálmatas”, e decoração de toda a área institucional. Todo o material necessário à atividade festiva estará a cargo do atelier de costura e do atelier de expressões plásticas.	<ul style="list-style-type: none"> Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudante de Ação Directa; -Clientes; -Familiares; -Amigos; -Músico; - Parceiros; - Instituições Participantes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Lúdica e Plástica
20		<ul style="list-style-type: none"> -Partilha de memórias sobre o pai; -Fomentar a autonomia mental e as capacidades relacionais e comunicacionais; -Promover um bem-estar emocional; -Fortalecimento de laços entre utentes. 	Dia do Pai (19 de Março) Realização de uma apresentação feita em PowerPoint, com as fotografias dos pais de todos os utentes.	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material alusivo à comemoração da data. 	Desenvolvimento Pessoal e Social

	23	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a partilha de sentimentos agradáveis e positivos; - Promover a partilha de momentos e episódios de vida felizes; - Fortalecer as relações interpessoais; - Fomentar o bem-estar subjetivo entre os utentes. 	Dia Internacional da Felicidade (20 de Março) Realização de uma dinâmica de grupo alusiva à Felicidade.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material alusivo à comemoração da data. 	Psicologia Social
	23 e 24	<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver a destreza manual; - Estimular a criatividade; - Desenvolvimento da atenção, concentração e coordenação; - Estimular a memória, o raciocínio e a concentração. 	Dia Europeu da Criatividade Artística (21 de Março) Criação de enfeites decorativos de estilo livre para doar a uma associação de cariz social.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Plástica
	25	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o aumento de momentos de socialização; - Promover o diálogo e troca de opiniões; - Estimular a criatividade. 	Dia Mundial da Poesia (21 de Março) Leitura e escolha de versos para entregar aos colegas e comunidade institucional.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Desenvolvimento Pessoal e Social
	26	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar o espírito de grupo; - Reviver as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida; -Desenvolver a destreza manual. 	Dia Mundial da Árvore (21 de Março) Criação de uma “árvore dos afetos” onde todos podem deixar mensagens.	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Comunitária

	20	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Permite o reconhecimento da estação presente; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. -Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 	<p>Início da Primavera (20 de Março)</p> <p>Elaboração de decorações alusivas à estação presente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Plástica
	(Julho, Agosto, e Dezembro)	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Estimular o autoconhecimento, a interação entre utentes e a comunidade; - Proporcionar atividade intelectual e combater a solidão, reduzindo o declínio mental e intelectual. 	<p>Dia Mundial do Teatro (27 de Março)</p> <p>Apresentação de uma peça de teatro por várias instituições do concelho de Albufeira a cargo do atelier de teatro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Parceiros; -Voluntários; -Motoristas. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas; -Material necessário à apresentação da peça. 	Expressão e Comunicação Oral e Corporal

Abril	01	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; - Incrementar o sentido de utilidade; - Desenvolver as relações sociais agradáveis e significativas; - Permitir a expressão das emoções e dos sentimentos; - Proporcionar o desenvolvimento da imaginação, criatividade e do sentido crítico; - Promover um autoconhecimento sobre o meio envolvente. 	<p>Dia das Mentiras (01 de Abril)</p> <p>Realização de uma dinâmica de grupo sobre verdades e mitos na terceira idade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Parceiros; -Voluntários; -Motoristas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade 	Desenvolvimento Pessoal e Social
	07	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular os envolvidos para as práticas desportivas; - Aquisição, coordenação e controlo do próprio corpo; - Fomentar o espírito de grupo; - Fortalecer laços e partilhar experiências; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Aumentar a resistência física. 	<p>Dia Internacional da Diversão no Trabalho (01 de Abril)</p> <p>Promover durante a Ginástica Séniors um jogo que envolva todos os funcionários e utentes. Será também criada uma com vários jogos onde todos podem participar durante o dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Parceiros; -Voluntários; -Motoristas; -Colaboradores. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Física/Motora
	02	<ul style="list-style-type: none"> -Permitir e dar continuidade à celebração de datas festivas (Páscoa); -Promover um estilo de vida ativo e saudável; -Adquirir um sentido de utilidade social, proporcionando um papel social significativo; 	<p>Páscoa (05 de Abril)</p> <p>Confecção de folares por parte dos utentes no atelier de culinária, a ser entregues a toda a</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica e Comunitária

	-Desenvolver as relações-intergeracionais.	comunidade institucional, assim como de uma lembrança a definir a cargo do atelier de costura.	-Parceiros; -Alunos; -Voluntários; -Comunidade.		
Maio	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular; - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interação social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; <ul style="list-style-type: none"> - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo; - Promover a atividade intelectual; - Proporcionar o convívio social. 	<p>Dia Mundial da Atividade Física (06 de Abril)</p> <p>Realização de um Peddy-Paper Séniior, desenvolvido pelas áreas da animação sociocultural e psicologia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	<p>Animação Física/Motora</p> <p>Atividade de Animação + Psicologia</p>
08	<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar o conhecimento sobre a importância da literacia em saúde; -Promover a educação para a saúde; -Incentivar a prática de hábitos e estilos de vida saudáveis. 	<p>Dia Mundial da Saúde (7 de Abril)</p> <p>Realização de ação de sensibilização sobre alimentação saudável</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Computador; -Videoprojetor; <p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Psicologia da Saúde</p>
13, 14 e 15	<ul style="list-style-type: none"> -Envolver a comunidade nas comemorações festivas; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Fortalecer laços e partilhar experiências. 	<p>Dia do Beijo (13 de Abril)</p> <p>Elaboração pequenos lábios em papel reciclado para que cada utente entregue a quem quiser</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; 	<ul style="list-style-type: none"> -Máquina fotográfica; <p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Animação Plástica</p> <p>Expressão e Comunicação Oral e Corporal</p>

			<p>com uma pequena mensagem escrita.</p> <p>No final, as mensagens são lidas em voz alta na sala de convívio.</p> <p>Dinâmica de grupo alusivo ao beijo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Clientes - Motoristas - Voluntários; - Colaboradores. 		Psicologia Social
	A definir	<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver a destreza manual; - Estimular a criatividade; - Desenvolvimento da atenção, concentração e coordenação; - Estimular a memória, o raciocínio e a concentração. 	<p>Dia Mundial da Arte (15 de Abril)</p> <p>Dinamização de uma atividade de expressão plástica por uma artista local convidada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; -Psicóloga; -Ajudantes de Ação Direta; -Diretora Técnica; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Convidado/a; <p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Animação Plástica</p> <p>Expressão e Comunicação Oral e Corporal</p>
	20	<ul style="list-style-type: none"> -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; - Promover bem-estar, convívio e lazer; - Promover os laços entre clientes e funcionários. 	<p>Dia do Disco (20 de Abril)</p> <p>Atividade: “Discos Pedidos”</p> <p>Realização de uma estação de rádio na instituição onde serão passadas várias músicas selecionadas pelos utentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Ajudantes de Ação Direta; -Diretora Técnica; -Clientes. 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Expressão e Comunicação Oral e Corporal</p>
	24	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto entre utentes; - Possibilitar a aprendizagem de uma nova língua e cultura; - Promover o bem-estar dos utentes envolventes no atelier, através da exposição de trabalhos ao grande grupo. 	<p>Dia da Língua Inglesa (23 de Abril)</p> <p>Exposição de vários trabalhos elaborados pelos utentes pertencentes ao atelier de inglês nas instalações do centro de dia (sala de convívio).</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; -Ajudantes de Ação Direta; -Diretora Técnica; -Clientes. 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Animação Cognitiva</p> <p>Animação Plástica</p>

	27	<ul style="list-style-type: none"> - Permitir e dar continuidade à celebração de datas festivas – Dia da Liberdade; -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes 	Dia da Liberdade (25 de Abril) Realização de um PowerPoint, seguido de uma dinâmica de grupo sobre a temática envolvente, assim como a construção de uns cravos a serem entregues a toda a comunidade institucional.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva e Animação Plástica
	29	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações e de relações afetivas; - Incrementar a presença social; - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade. 	Dia da Produção Nacional (26 de Abril) Realização de uma visita sénior à empresa “Quinta do Mel” em Albufeira.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária

Maio	04	<ul style="list-style-type: none"> - Permitir e dar continuidade à celebração de datas festivas – Dia do trabalhador; -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; -Estimular a memória relativa à atividade laboral. 	Dia do Trabalhador (01 de Maio) Realização de uma dinâmica de grupo sobre as várias profissões dos utentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento Pessoal e Social
	06	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; 	Dia da Guarda Nacional Republicana	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária

		<ul style="list-style-type: none"> - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações e de relações afetivas; - Incrementar a presença social; - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade. 	(03 de Maio) Realização de uma visita às instalações da Guarda Nacional Republicana de Albufeira.	<ul style="list-style-type: none"> -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 		
05		<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de memórias sobre a mãe; -Fomentar a autonomia mental, as capacidades relacionais e comunicacionais. 	Dia da Mãe (03 de Maio) Apresentação fotográfica em PowerPoint sobre as mães dos utentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento Pessoal e Social
12		<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo; - Aumento das capacidades físicas e Intelectuais; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e a criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo; - Promover os conhecimentos dos utentes na área da culinária. 	Dia Internacional Sem Dieta (06 de Maio) Confecção por parte do atelier de culinária de uma “mousse de Oreo” a ser presenteada a toda a comunidade institucional como sobremesa depois do Almoço.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica

	08	<ul style="list-style-type: none"> -Conhecer as instalações e o trabalho desenvolvido na Cruz Vermelha; -Ter acesso à sua história e funções; -Retirar dúvidas desta ação Humanitária; -Sensibilizar para o apoio prestado á comunidade; -Abordar temas relacionados direta ou indiretamente à idade sénior. 	<p>Dia Mundial da Cruz Vermelha (08 de Maio)</p> <p>Visita às instalações da Cruz Vermelha situada nas Ferreiras. Palestra e rastreios de saúde sobre a terceira e quarta idade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Motoristas; -Parceiros. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinha. 	Desenvolvimento Intelectual/ Formativo
	13	<ul style="list-style-type: none"> - Facilitar o acesso a uma vida mais ativa, melhorando as relações e comunicações com os outros; - Reabilitação das funções executivas; - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percutiva. 	<p>Dia da Europa (09 de Maio)</p> <p>Realização de uma atividade de animação cognitiva no atelier de Animação Educacional, relacionada com os vários países da União Europeia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Motoristas; -Parceiros. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva

13	<ul style="list-style-type: none"> - Avivá a tradição cristã da aparição da Nossa Senhora de Fátima; - Manter viva a presença de Deus e a fé cristã; -Reflexão sobre os costumes e valores da religião. 	<p>Aparição da Nossa Senhora de Fátima aos 3 Pastorinhos (13 de Maio)</p> <p>Visualização das comemorações de Nossa senhora de Fátima.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; - Voluntários; -Familiares; -Motorista; -Comunidade; -Parceiros. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação espiritual e religiosa e Animação Comunitária	
15	<ul style="list-style-type: none"> -Promover os laços afetivos entre clientes e familiares; - Exprimir emoções e sentimentos; - Realizar um momento de interação entre familiares e clientes; -Proporcionar o convívio; -Desenvolver um bem-estar familiar e social. 	<p>Dia Internacional da Família (15 de Maio)</p> <p>Realização de uma aula de ginástica entre clientes e familiares com o tema “Família Ativa”, seguido de um lanche convívio (Caracolada) entre todos os intervenientes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Familiares; -Amigos; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Materiais necessários à realização da atividade. 	Atividade Animação + Psicologia	
18	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; 	<p>Dia Mundial da Reciclagem (17 de Maio)</p> <p>Construção de três ecopontos (amarelo, azul e verde) no atelier de expressão plástica, que posteriormente serão utilizados pelos utentes numa dinâmica de</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> -Materiais necessários à realização da atividade. 	Animação Plástica e Desenvolvimento	

		<ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico - Desenvolver o conhecimento relacionado com o processo de reciclagem. 	grupo relacionada com o tema envolvente.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 		o Pessoal e Social
	20	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações; - Incrementar a presença social. 	<p>Dia Internacional dos Museus (18 de Maio)</p> <p>Dinamizar um passeio sénior ao museu Regional do Algarve (Faro).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motorista; - Parceiros; - Voluntários. 	<p>-Carrinhas.</p>	Animação Comunitária
	21 e 22	<ul style="list-style-type: none"> -Promover os laços afetivos entre clientes e equipa; - Exprimir emoções e sentimentos. 	<p>Dia do Abraço (22 de Maio)</p> <p>Criação de uns braços gigantes para criar uma onda de “abraços grátis” entre todos durante todo o dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Voluntários. 	<p>-Material necessário à atividade.</p>	<p>Desenvolvimento Pessoal e Social</p> <p>Animação Plástica</p>

	27	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações; - Incrementar a presença social. 	Dia Nacional dos Jardins (25 de Maio) Realização de um passeio sénior ao parque urbano da Alfarrobeira.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária
	03 Junho	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de memórias sobre os irmãos; -Fomentar a autonomia mental, as capacidades relacionais e comunicacionais. 	Dia dos Irmãos (31 de Maio) Apresentação fotográfica em PowerPoint sobre os irmãos dos utentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento Pessoal e Social
	05 Junho	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Promover um estilo de vida ativo, ampliando o repertório de ações; - Incrementar a presença social. 	Dia do Pescador (31 de Maio) Realização de um passeio sénior ao porto de abrigo “Doca Pesca” em Albufeira.	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária
Junho	A definir	<ul style="list-style-type: none"> - Comemoração do 26º Aniversário AHSA; - Promover o convívio entre os colaboradores, parceiros e amigos da Instituição 	Aniversário A.H.S.A. (01 de Junho) Almoço convívio, seguido de uma atuação do atelier de musicalidade e do atelier de teatro, finalizando com um baile sénior entre todos os intervenientes no aniversário. Toda a comunidade institucional irá receber uma lembrança, que	<ul style="list-style-type: none"> -Membros e amigos da Direção; - Clientes; -Colaboradores; - Parceiros; - Voluntários; -Músico. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Lúdica Animação Plástica

			será construída pelos utentes no atelier de expressão plástica.			
15	<ul style="list-style-type: none"> -Estimular o entretenimento; -Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; -Incentivar a sua participação, promovendo o convívio; - Promover um estilo de vida activo; - Incrementar a presença social. 	<p>Dia de Santo António (13 de Junho)</p> <p>Realização de um arraial institucional entre utentes e funcionários. Elaboração de uma marcha popular com o tema: "Barcos de Pesca" que posteriormente será apresentada a uma instituição do concelho de Albufeira. Toda a produção do material estará a cargo do atelier de costura e do atelier de expressão plástica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Motorista; -Parceiros; -Comunidade; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	<p>Animação Lúdica</p> <p>Animação Física e Motora</p> <p>Animação Comunitária</p> <p>Animação Plástica</p>	
19	<ul style="list-style-type: none"> -Proporcionar aos utentes contato direto com o meio envolvente; -Fomentar o convívio entre seniores; -Relembrar o convívio com a natureza; -Proporcionar um bem-estar físico e psicológico e social. 	<p>Dia Internacional do Piquenique (18 de Junho)</p> <p>Realização de um piquenique nas Fontes de Alte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinha. 	<p>Animação Comunitária</p>	

				-Motorista; -Comunidade; -Voluntários.		
22	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Permite a estação do no presente; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. <p>Aumento das capacidades físicas e intelectuais;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo. 	<p>Início do Verão (21 de Junho)</p> <p>Elaboração de decorações alusivas à estação presente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica	
26	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a atenção; - Aquisição de novos conhecimentos; - Estimular a memória, o raciocínio e a concentração; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Europeu da Música (21 de Junho)</p> <p>Realização de um PowerPoint musical onde todos os utentes devem tentar completar as letras que faltam e adivinhar de quem são as vozes dos cantores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva	
22	- Desenvolver as suas capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular;	<p>Dia Internacional do Yoga (21 de Junho)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Voluntário (a definir) 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Comunitária	

		<ul style="list-style-type: none"> - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interação social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo. 	<p>Realização de uma aula de yoga, desenvolvido por uma voluntária a definir.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Diretora Técnica; -Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 		
Julho	01	<ul style="list-style-type: none"> - Promover demonstrações de alegria e felicidade, através de piadas; - Promover bem-estar, convívio e divertimento. 	<p>Dia Internacional da Piada (1 de Julho)</p> <p>Realizar uma dinâmica de grupo com piadas diversas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
	A definir	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Mundial das Bibliotecas (01 de Julho)</p> <p>Visita a uma Biblioteca Municipal do Algarve (A definir).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Motorista. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária
	07	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. 	<p>Dia Mundial do Chocolate (07 de Julho)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Psicóloga; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica

		<p>Aumento das capacidades físicas e intelectuais;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico. 	<p>Confecção de um salame de chocolate a ser oferecido a toda a comunidade institucional na hora do lanche.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 		
08		<ul style="list-style-type: none"> - Promover demonstrações de alegria e felicidade; - Promover bem-estar, convívio e divertimento. 	<p>Dia Mundial da Alegria (8 de Julho)</p> <p>Realizar uma dinâmica de grupo alusiva à alegria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
10		<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver as competências sociais, as capacidades relacionalas e comunicacionais; -Incrementar relações sociais agradáveis e significativas; - Promover o fortalecimento de laços afectivos entre utentes e familiares. 	<p>Dia da Pizza (10 de Julho)</p> <p>Elaboração de várias pizzas intergeracionais entre utentes e os seus respectivos familiares.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; Familiares; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento pessoal e social
17		<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver as competências sociais e pessoais, principalmente como elemento de grupo; 	<p>Dia Mundial do Emojo (17 de Julho)</p> <p>Elaboração de uma dinâmica de grupo direcionada para o</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento pessoal e social

	<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar a autonomia mental, capacidades relacionais e comunicacionais; - Fortalecer as relações interpessoais; - Desenvolver relações sociais agradáveis e significativas combatendo a solidão; - Estimular o autoconhecimento, a interação entre o utente e os outros. 	conhecimento visual de toda a comunidade institucional, através do jogo “Quem é Quem”.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 		
20	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências sociais e pessoais; - Fortalecer relações interpessoais; -Desenvolver relações sociais significativas, combatendo a solidão; - Promover bem-estar, interação e partilha de afeto entre todos. 	Dia Mundial do Amigo (20 de Julho) Realizar uma dinâmica de grupo alusiva à amizade.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
22	<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar o conhecimento sobre o Cérebro Humano; -Promover a educação para a saúde; -Incentivar a prática de hábitos e estilos de vida saudáveis, sobretudo atividades cerebrais existentes. 	Dia Mundial do Cérebro (22 de Julho) Realizar uma Ação de Sensibilização sobre o Cérebro Humano.	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia da Saúde
27	<ul style="list-style-type: none"> - Valorizar o papel de avós -Fomentar os laços intergeracionais e a sua importância; - Adquirir um sentido de utilidade social; 	Dia Mundial dos Avós (26 de Julho)	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Expressão e comunicação Oral e Corporal

		<ul style="list-style-type: none"> - Promover o convívio. 	<p>Realização de uma Dança e cânticos Intergeracionais entre utentes e crianças de um jardim de Infância a definir.</p> <p>Realização de um PowerPoint com mensagens em vídeo dos netos dos respetivos utentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; -Motoristas; -Clientes; -Jardim de Infância (a definir). 		
Agosto	11	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha. 	<p>Dia de Brincar na Areia (11 de Agosto)</p> <p>Elaboração de trabalhos manuais onde se utilize o elemento areia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Comunitária
	Setembro	<ul style="list-style-type: none"> -Recordar e partilhar histórias e vivências da juventude; -Referir aspectos joviais dos utentes; - Permitir a boa disposição e a alegria na partilha deste momento; - Estimular o convívio; - Promoção da comunicação; - Aumento da autoconfiança; - Proporcionar atividade intelectual, reduzindo o declínio mental e intelectual. 	<p>Dia Internacional da Juventude (12 de Agosto)</p> <p>Realização de uma apresentação em PowerPoint de fotografias dos utentes nos seus tempos de juventude.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Funcionários; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Fotografias dos utentes; -Retroprojetor. 	Desenvolvimento Pessoal e Social
	Setembro	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; -Permitir a oração e a presença da fé cristã; 	<p>Dia da Nossa Senhora da Orada (15 de Agosto)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; -Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinha. 	Animação Espiritual e Religiosa

		<ul style="list-style-type: none"> -Reflexão sobre os fundamentos, costumes e valores da religião existente. 	Visita à Ermida da Nossa Senhora da Orada, seguido de uma apresentação sobre a data festiva.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motorista; - Comunidade; - Voluntários. 		Animação Comunitária
	19	<ul style="list-style-type: none"> -Promoção de um envelhecimento ativo; -Promoção da comunicação, expressão corporal e atividades relacionais; -Aumento da autoconfiança. 	<p>Dia Mundial da Fotografia (19 de Agosto)</p> <p>Sessão fotográfica a todos os utentes com a temática “Profissões”.</p> <p>Criação de alguns adereços de profissões no atelier de expressão plástica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> - Máquina fotográfica; - Material necessário à realização da atividade. 	<p>Atividade de Animação + Psicologia</p> <p>Expressão e Comunicação Oral e Corporal</p> <p>Animação Plástica</p>
	A definir	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Internacional do Animal Abandonado (19 de Agosto)</p> <p>Visita a um Canil Municipal ou a uma Associação de Animais Abandonados (A definir).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> - Carrinhas. 	Animação Comunitária
	24	<ul style="list-style-type: none"> - Recordar e partilhar histórias; - Transmissão e partilha de conhecimentos e saberes acerca da Cidade de Albufeira; - Aumentar a atividade cerebral, retardando efeitos da perda de memória, acuidade e velocidade percepциva. 	<p>Dia do Município de Albufeira (20 de Agosto)</p> <p>Atividade de estimulação cognitiva em grupo e de interação social acerca da cidade</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Animadores; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social e Cognitiva

			de Albufeira, incluindo vídeos antigos de Albufeira.	Voluntários.		
	28	<ul style="list-style-type: none"> - Exercitar a capacidade cognitiva; - Conscientizar os utentes sobre a atualidade; - Fomentar a descoberta de novos interesses; - Contribuir para o aumento do gosto pela música. 	Dia Internacional da Música Estranha (24 de Agosto) Realização de uma atividade em PowerPoint com o grande grupo com músicas nacionais e internacionais desconhecidas dos nossos utentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Cognitiva
	A definir	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização. 	Dia do Artista (24 de Agosto) Visita a uma Galeria de Arte no Algarve ou Museu (A definir).	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária
Setembro	7	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências sociais e pessoais; - Saber identificar o que é um psicólogo e quais as suas funções; - Saber quando pedir ajuda Psicológica; 	Dia Nacional do Psicólogo (4 de Setembro)	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social

		<ul style="list-style-type: none"> -Promover a participação do utente como elemento válido e ativo na sociedade, bem como desenvolver um sentido de participação e utilidade. 	Realizar uma ação de sensibilização sobre a Psicologia e o que é um Psicólogo	<ul style="list-style-type: none"> -Ajudantes Ação Direta -Clientes 		
9		<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências sociais e pessoais; - Incentivar a interajuda e sentido de caridade entre utentes; -Promover a participação do utente como elemento válido e ativo na sociedade, bem como desenvolver um sentido de participação e utilidade social; -Ampliar o reportório de ações afetivas e de solidariedade humana. 	<p>Dia Internacional da Caridade (5 de Setembro)</p> <p>Realizar uma atividade conjunta com o Banco Alimentar na elaboração de cabazes alimentares</p> <p>Realizar Dinâmica de Grupo alusiva à Caridade</p> <p>Realização de Apelo para angariar bens alimentares de utentes e funcionários da AHSA</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga - Técnica/ ajudante do Banco Alimentar -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
11		<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Abordar temas relacionais diretas ou indiretamente à idade sénior. Permitir melhores conhecimentos nestas áreas; - Promoção de um estilo de vida ativo e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Fomentar a independência. -Promover o convívio social. 	<p>Dia Nacional do Bombeiro Profissional (11 de Setembro)</p> <p>Visita ao Quartel dos Bombeiros de Albufeira para um momento de conhecimento e partilha sobre o funcionamento do mesmo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação comunitária e Animação Lúdica

	21	<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar o conhecimento sobre a Doença de Alzheimer; -Promover a saúde mental; -Incrementar a compreensão e empatia por pessoas que tenham diagnóstico desta doença mental; - Proporcionar suporte emocional com os familiares dos utentes com este diagnóstico. 	Dia Mundial da Doença de Alzheimer (21 de Setembro) Realização de ação de sensibilização sobre doença de Alzheimer	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia da Saúde
	22	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Permitir o reconhecimento da estação presente; - Fomentar o contacto com ouros seniores, promovendo um estilo de vida ativo. - Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo. 	Início do Outono (22 de Setembro) Elaboração de decorações alusivas à estação presente.	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica
	25	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular as funções mentais; - Aumentar a atividade cerebral; - Promover o conhecimento sobre os rios portugueses; 	Dia Mundial dos Rios (24 de Setembro)	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva

		<ul style="list-style-type: none"> - Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento. 	Elaboração de uma atividade de animação cognitiva no atelier de animação educacional sobre os rios portugueses.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 		
	30 Setembro + 02 Outubro	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Mundial do Turismo (27 Setembro)</p> <p>Passeio por Albufeira no Comboio Turístico Turistrem.</p> <p>Passeio Sénior ao Santuário de Fátima.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	- Carrinhas.	Animação Comunitária
	29	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver as suas capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular; - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interação social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo. 	<p>Dia Mundial do Coração (29 Setembro)</p> <p>Realização de uma caminhada saudável pelos passadiços dos Salgados (Albufeira).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	- Carrinhas.	Animação Física/Motora

Outubro	06	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com outros utentes; -Aumentar as capacidades físicas e intelectuais; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 	<p>Dia Internacional do Café (01 de Outubro)</p> <p>Realizar no atelier de culinária uma receita em que o ingrediente principal seja o café.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica
	02	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Mundial da Música (01 de Outubro)</p> <p>Elaboração de um PowerPoint auditivo com vários sons de instrumentos musicais para os utentes adivinharem a quem pertencem.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; -Motorista; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária

07	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Incrementar a presença social; - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade; - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal. 	<p>Dia Internacional dos Idosos (01 de Outubro)</p> <p>Realização de dinâmica de grupo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; - Animadores; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Voluntários. 	Material necessário à realização da atividade.	Psicologia Social
09	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e coesão grupal; - Permitir a relação com o meio envolvente; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Promover o diálogo e troca de opiniões. 	<p>Dia Mundial do Animal (04 de Outubro)</p> <p>Elaboração de um PowerPoint sobre os vários animais do mundo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Motorista. 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade. 	Animação Cognitiva
12	<ul style="list-style-type: none"> - Promover demonstrações de alegria, através do sorriso; - Fortalecer as relações interpessoais; - Fomentar o bem-estar subjetivo, convívio e divertimento entre os utentes. 	<p>Dia Mundial do Sorriso (4 de Outubro)</p> <p>Realizar uma dinâmica de grupo alusiva ao sorriso</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
06	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular o autoconhecimento e interação entre seniores; - Promover a memória e a partilha de histórias de vida; 	<p>Implantação da República (5 de Outubro)</p> <p>Apresentação de um PowerPoint relativo à implantação da</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; 	<ul style="list-style-type: none"> - Videoprojector; -Computador. 	Desenvolvimento Intelectual/Formativo

	<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva 	república e dinâmica de grupo sobre o tema envolvente.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 		
A definir	<ul style="list-style-type: none"> - Disponibilizar informação e apoio aos cuidadores informais; - Promover a participação dos cuidadores informais na vida social da comunidade, como elemento válido e reconhecido; - Incentivar a transformação/ mudança social. 	<p>Dia Europeu do Cuidador Informal (6 de Outubro)</p> <p>Realização de sessão para cuidadores informais dos utentes (informativo + relaxamento)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Animadores; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Motoristas; - Parceiros; - Voluntários. 	Material necessário à realização da atividade.	Psicologia Social
09	<ul style="list-style-type: none"> -Promover a comunicação e o bem-estar entre utentes e colaboradores; -Estimular os através da escrita -Incentivar a criatividade e imaginação -Fortalecer os laços sociais; -Proporcionar momentos de lazer e de convívio; -Reconhecimento do serviço dos Correios 	<p>Dia Mundial dos Correios (09 de Outubro)</p> <p>Partilha de cartas afetivas entre toda a comunidade institucional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	-Material necessário à realização da atividade.	Animação Plástica Desenvolvimento Pessoal e Social
14	<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar o conhecimento sobre saúde mental; -Promover a saúde mental dos utentes; 	<p>Dia Mundial da Saúde Mental (10 de Outubro)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; 	-Material necessário à realização da atividade.	Psicologia da Saúde

	-Incrementar a compreensão e empatia por pessoas que tenham diagnóstico de doença mental.	Realização de ação de sensibilização sobre Saúde Mental	-Ajudantes Ação Direta; -Clientes.		
23	<ul style="list-style-type: none"> -Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; - Incrementar a presença social. - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade; - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; - Estimular o lazer e o entretenimento, ocupando o tempo. 	<p>Dia do Enólogo (22 de Outubro)</p> <p>Visita a uma adega a definir.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Membros e amigos da Direção; - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes - Motorista; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Carrinhas. 	Animação Comunitária
26	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências sociais e pessoais; - Incentivar a interajuda e sentido de igualdade entre utentes; <p>-Promover a participação do utente como elemento válido e ativo na sociedade, bem como desenvolver um sentido de participação e utilidade social;</p> <p>-Ampliar o reportório de ações afetivas e de solidariedade humana.</p>	<p>Dia da Igualdade (24 de Outubro)</p> <p>Realizar uma dinâmica de grupo sobre a igualdade</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia Social
Data a definir	- Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o	Dia Mundial da Terceira Idade (28 de Outubro)	- Animadores; -Psicóloga;	-Autocarro; -Carrinhas;	Animação Lúdica

	<p>desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; - Estimular o lazer e o entretenimento, ocupando o tempo; - Dar a conhecer a importância da data. 	<p>Proporcionar aos utentes um passeio sénior.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; <ul style="list-style-type: none"> - Clientes; - Motorista; - Instituições Locais; - Parceiros; -Comunidade; - Voluntários. 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	
30	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de lazer e de convívio entre utentes/crianças e clientes/familiares; - Permitir a celebração desta festividade; - Promover relações de efetividade entre clientes/familiares; - Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes; -Combater a solidão 	<p>Dia das Bruxas (31 de Outubro)</p> <p>Realização de um baile de Halloween no Centro de Dia do Rossio.</p> <p>Convidar alunos de uma escola local para a promoção de um baile Intergeracional.</p> <p>Construção de uma oferta a ser entregue às crianças.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Membros e amigos da Direção; - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; <ul style="list-style-type: none"> - Clientes; -Escola local; - Parceiros; - Voluntários. 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	Animação Lúdica
01 Novembro	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular capacidades cognitivas; - Retardar a perda de funções cognitivas; 	<p>Dia Mundial da Poupança (31 de Outubro)</p> <p>Atividade de estimulação cognitiva em grupo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	Neuropsicologia

		<ul style="list-style-type: none"> -Fomentar a funcionalidade das atividades instrumentais da vida diária; - Promover bem-estar, convívio e divertimento. 		<ul style="list-style-type: none"> -Ajudantes Ação Direta -Clientes 		
Data a definir		<ul style="list-style-type: none"> - Abordar temas relacionais direta ou indiretamente à idade sénior. Permitir melhores conhecimentos nestas áreas; - Promoção de um estilo de vida ativo e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Fomentar a independência. Autossuficiência; - Diminuir os níveis de dependência familiar e social e aumentar autonomia pessoal; - Combater a insegurança e a solidão. 	<p style="text-align: center;">Palestra G.N.R.</p> <p>Convidar a Guarda Nacional Republicana a apresentar uma palestra sobre vários temas relacionados com a segurança na idade sénior.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Parceiros; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Retroprojector; - Computador. 	Desenvolvimento Intelectual/Formativo

Novembro	05	<ul style="list-style-type: none"> -Permitir a oração e a presença de Cristo; - Promoção do convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, artes e saberes; 	<p style="text-align: center;">Dia de todos os Santos (1 de Novembro)</p> <p>Comemoração da data festiva através da reza do terço.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Espirituais e Religiosas.
----------	----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexão sobre os fundamentos, costumes e valores das religiões existentes; - Manter viva a presença de Deus em resposta à solidão humana. 		<ul style="list-style-type: none"> - Parceiros; - Voluntários. 		
06	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a reminiscência através de filmes antigos; - Permitir o bem-estar físico e intelectual; - Proporcionar atividade intelectual e combater a solidão, reduzindo o declínio mental e intelectual. 	<p>Dia Mundial do Cinema (05 de Novembro)</p> <p>Visualização do filme “Aldeia da Roupa Branca”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Comunitária e Expressão e Comunicação Oral e Corporal
11	<ul style="list-style-type: none"> -Incentivar a participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes; - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; - Estimular o lazer e o entretenimento, ocupando o tempo; - Promover o encontro intergeracional. 	<p>Dia de São Martinho (11 de Novembro)</p> <p>Realização de uma atividade de animação cognitiva sobre o tema envolvente. Oferta de castanhas aos utentes no Lanche</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Diretora técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Lúdica e Animação Cognitiva
11	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; -Desenvolver a destreza manual; 	<p>Dia Mundial do Origami (11 de Novembro)</p> <p>Criação de figuras de origami para decoração da instituição.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica

	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 				
16	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitar o acesso a uma vida mais ativa; -Fomentar a funcionalidade das atividades instrumentais da vida diária; -Estimular funções executivas; -Aumentar a atividade cerebral, retardando efeitos da perda de memória, acuidade e velocidade percetiva. 	<p>Dia do Supermercado (12 de Novembro)</p> <p>Atividade de estimulação cognitiva em grupo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Neuropsicologia
13	<ul style="list-style-type: none"> - Exercitar a capacidade cognitiva; - Estimular a memória, o raciocínio e a concentração; - Prevenir a rápida degradação mental; 	<p>Dia Internacional do Trava-línguas (12 de Novembro)</p> <p>Realização de uma atividade em PowerPoint com o grande grupo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Animação Cognitiva

		- Promover a interação e coesão grupal.	sobre os vários trava-línguas da literatura portuguesa.	- Clientes.		
18		<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências sociais e pessoais; - Incentivar a interajuda e sentido de tolerância entre utentes; -Promover a participação do utente como elemento válido e ativo na sociedade, bem como desenvolver um sentido de participação e utilidade social; -Ampliar o reportório de ações afetivas e de solidariedade humana. 	<p>Dia Internacional da Tolerância (16 de Novembro)</p> <p>Realização de dinâmica de grupo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga -Animadores -Diretora Técnica -Ajudantes Ação Direta -Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Psicologia da Saúde
18		<ul style="list-style-type: none"> - Abordar temas de segurança doméstica de forma a permitir melhores conhecimentos nesta área; - Promoção de um estilo de vida ativo e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Fomentar a independência. Autossuficiência; - Diminuir os níveis de dependência familiar e social e aumentar autonomia pessoal. 	<p>Dia da Segurança Doméstica (18 de Novembro)</p> <p>Convidar os Bombeiros Voluntários de Albufeira a dinamizar uma palestra sobre o tema envolvente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Bombeiros Voluntários de Albufeira; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Desenvolvimento Intelectual/Formativo

	23	<ul style="list-style-type: none"> -Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes; - Permitir que o cliente se expresse e aumente o seu nível de autonomia pessoal; - Estimular o lazer e o entretenimento, ocupando o tempo. 	<p>Dia Nacional do Pijama (21 de Novembro)</p> <p>Atividade Intergeracional de cânticos e danças com os alunos de uma creche a definir.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; -Crianças; -Educadores; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	Animação Lúdica
	19, 20, 23	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar o espírito de grupo; - Fortalecer laços e partilhar experiências; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Permitir a relação com o meio envolvente. 	<p>Dia Mundial do Olá (21 de Novembro)</p> <p>Recolha de pequenos vídeos de todos utentes e equipa da AHSA a dizerem “Olá” para a criação de uma publicação no Facebook dirigida a todos os que nos acompanham.</p> <p>Realização de Dinâmica de Grupo alusiva à saudação.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; -Motorista; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> - Máquina de filmar; -Material necessário à atividade. 	<p>Expressão e Comunicação Oral e Corporal</p> <p>Psicologia Social</p>
	27	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar o espírito de grupo; - Fortalecer laços e partilhar experiências; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização. 	<p>Dia Mundial da Televisão (21 de Novembro)</p> <p>Realização de um PowerPoint sobre programas de televisão antigos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; -Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; -Motorista; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	Desenvolvimento Pessoal e Social

	23	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular os envolvidos para as práticas desportivas; - Aquisição, coordenação e controlo do próprio corpo; - Fomentar o espírito de grupo; - Fortalecer laços e partilhar experiências; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização; - Aumentar a resistência física. 	<p>Dia de Dar uma Volta (22 de Novembro)</p> <p>Após o período de almoço, fazer uma caminhada por um percurso diferente do habitual.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadora; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> - Máquina fotográfica; - Material necessário à atividade 	Animação Física/Motora
--	----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------

Dezembro	07	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com outros utentes; - Aumentar as capacidades físicas e intelectuais; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 	<p>Dia da Bolacha (04 de Dezembro)</p> <p>Proporcionar aos utentes a confeção de várias bolachas no atelier de culinária, que posteriormente serão oferecidas a toda a comunidade institucional na hora do lanche.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade. 	Animação Plástica
	07	<ul style="list-style-type: none"> - Participação do utente na vida ativa da comunidade como elemento válido e ativo; 	<p>Dia Internacional do Voluntariado (05 de Dezembro)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animador; - Psicóloga; 	<ul style="list-style-type: none"> - Material necessário à realização da atividade. 	Animação Comunitária e Desenvolvimento

	<ul style="list-style-type: none"> - Promover um estilo de vida ativo ampliando o repertório de ações e de relações afetivas; - Incrementar a presença social; - Alcançar a transformação social através da sua participação na comunidade; - Adquirir um sentido de utilidade social, proporcionando um papel social significativo; - Fortalecer as relações interpessoais; - Desenvolver relações sociais agradáveis e significativas combatendo a solidão; - Estimular o autoconhecimento, a interação entre o utente e os outros. 	Homenagear todos os voluntários do Centro de Dia através das redes sociais institucionais.	<ul style="list-style-type: none"> - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 		<p>o Pessoal e Social</p>
14	<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver as competências sociais e pessoais; -Fomentar a interação social e promover relações interpessoais; - Permitir que o cliente se expresse e conheça os seus direitos. 	<p>Dia Internacional dos Direitos Humanos (10 de Dezembro)</p> <p>Realizar uma dinâmica de grupo alusiva aos direitos humanos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Psicóloga; -Animadores; -Diretora Técnica; -Ajudantes Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	<p>Psicologia Social</p>
21	<ul style="list-style-type: none"> -Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de entretenimento; -Permite o reconhecimento da estação do ano presente; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; 	<p>Início do Inverno (21 de Dezembro)</p> <p>Realização de uma decoração alusiva ao inverno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à realização da atividade. 	<p>Animação Plástica</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 				
Data a definir		<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de lazer e de convívio; - Permitir e dar continuidade à celebração das festividades; - Promover relações de efetividade entre clientes e clientes/familiares; - Incentivar a sua participação, promovendo o convívio e o desenvolvimento de conhecimentos, arte e saberes. 	<p>Festa de Natal</p> <p>Realização de uma Festa de Natal com vários momentos de animação, entre os quais apresentações de teatro, cânticos natalícios, musicalidade, participação dos funcionários numa surpresa para os utentes e baile com música ao vivo, seguido de entrega de presentes a todos os utentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animadores; -Psicóloga; - Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; - Clientes; - Membros e amigos da Direção; -Familiares; - Parceiros; -Músico; - Voluntários. 	<p>-Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>Animação Lúdica</p>

2.3. Planeamento das Atividades Fixas Animação e Psicologia – 2026

Calendarização	Tipo de Atividade	Objetivos da Atividade	Recursos		Área de Atividade
			Humanos	Materiais	
Segunda-Feira a Sexta-Feira (No período a seguir ao almoço sempre que o tempo permita)	Caminhadas Seniores	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver as suas capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular; - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interação social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; - Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Animação Física/Motora
Segunda-Feira a Sexta-Feira (No período da manhã, antes das atividades iniciarem)	Acolhimento Matinal	<ul style="list-style-type: none"> - Promoção do reconhecimento e orientação temporal e espacial; - Desenvolvimento das relações afectivas. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; - Psicóloga; -Diretora Técnica; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário à atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento Pessoal e Social - Neuropsicologia
Terça-Feira e Quinta-Feira (No período da manhã)	Ginástica Séniors	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver as suas capacidades físicas e intelectuais através tarefas simples de movimentação articular e muscular; - Aumento do autodomínio, prevenindo quedas; 	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário para a realização da atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Animação Física/Motora

		<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar a autoestima, a autoconfiança, a interacção social e a capacidade de resolução de problemas quotidianos; - Combater a ansiedade e stress, prevenindo a depressão; - Assegurar o bem-estar, promovendo a sua saúde e combatendo o sedentarismo. 			
Quarta-feira (No período da tarde)	Motricidade Fina	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecimento da musculatura; - Melhoria da caligrafia; - Melhoria da coordenação dos movimentos; - Desenvolvimento da concentração. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário para a realização da atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Animação Física/Motora
Segunda-Feira, Quinta-Feira e Sexta-Feira (No período da tarde)	Desenvolvimento Pessoal e Social	<ul style="list-style-type: none"> - Facilitar o acesso a uma vida mais ativa, melhorando as relações e comunicações com os outros; - Reabilitação das funções executivas; - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva. 	<ul style="list-style-type: none"> Animadores; - Ajudantes de Ação Direta; -Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário para a realização da atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> Animação Cognitiva
Segunda-Feira (No período da manhã)	Atelier de Teatro	<ul style="list-style-type: none"> -Desenvolver as competências sociais e pessoais, principalmente como elemento de grupo; -Fomentar a autonomia mental, capacidades relacionais e comunicacionais; 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Material necessário para a realização da atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Expressão e Comunicação Oral e Corporal

		<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer as relações interpessoais; - Desenvolver relações sociais agradáveis e significativas combatendo a solidão; - Estimular o autoconhecimento, a interação entre o utente e os outros. - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo <ul style="list-style-type: none"> - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; 			
Quinta-Feira (No período da manhã) Sexta-Feira (Quinzenalmente no período da tarde)	Atelier de Pintura	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a motricidade, criatividade e originalidade; - Promover o espírito de equipa; - Fomentar bem-estar físico e psicológico; - Promoção de objetivos. 	-Animadores; -Clientes.	Material necessário para a realização da atividade.	- Animação Plástica
Sexta-Feira (No período da manhã)	Atelier de Costura	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; 	-Animadora; -Clientes; - Voluntários.	Material necessário para a realização da atividade, como por exemplo: Tesoura, tecidos, máquinas de costura entre outros.	- Animação Plástica

		<ul style="list-style-type: none"> - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 			
Terça-Feira (No período da tarde) (Diariamente e quinzenalmente)	Atelier de Expressão Plástica	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de um envelhecimento ativo; - Potenciar o desenvolvimento pessoal, prevenindo declínios prematuros; - Promoção da comunicação, expressão corporal e atividades relacionais; - Aumento da autoconfiança e da Auto eficiência; - Proporcionar atividade intelectual e combater a solidão, reduzindo o declínio mental e intelectual; - Promover momentos de reflexão e da procura da paz interior, no combate ao stress do dia-a-dia 	<ul style="list-style-type: none"> -Animadores; -Clientes. 	<p>Material necessário para a realização da atividade, como por: Tintas, telas, pincéis, massa de moldar, entre outros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Animação Plástica
Quinta-Feira (No período da tarde)	Reza do Terço	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o desenvolvimento espiritual e religioso; - Promover a coesão de grupo; - Promover a fé Cristã e valores católicos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Ajudantes de ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<p>Material relativo à atividade espirituosa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Espirituais e religiosas
Terça-feira (Atividade realizada na antepenúltima, semana de cada mês, no período da manhã.)	Celebração da Missa	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o desenvolvimento espiritual e religioso; - Promover a coesão de grupo; - Promover a fé Cristã e valores católicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Padre; -Animador; - Ajudantes de ação Direta; -Clientes; -Voluntários. 	<p>Material relativo à atividade religiosa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Espirituais e religiosas

Terça-Feira (Quinzenalmente no período da manhã)	Atelier de culinária	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Ajudantes de ação Direta; -Clientes. 	Material necessário à realização da atividade.	- Animação Plástica
Sexta-Feira (Quinzenalmente, no período da tarde)	Atelier de Inglês	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo; -Aumentar as capacidades físicas e intelectuais; -Possibilitar a aprendizagem de uma nova língua e cultura. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; -Clientes. 	Material necessário à realização da atividade.	-Animação cognitiva
Terça-Feira (Quinzenalmente no período da tarde)	Atelier das Cores	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; 		

		<p>Aumento das capacidades físicas e intelectuais;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; 	<p>- Ajudantes de ação Direta; - Clientes.</p>	<p>Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>- Animação Plástica</p>
Quarta-Feira (Realizado no período da manhã e no período da tarde)	Atelier de Empreita	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. <p>Aumento das capacidades físicas e intelectuais;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e auto controlo. 	<p>- Animadora; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes.</p>	<p>Material necessário para a realização da atividade como por exemplo: Empreita / agulhas de empreita entre outros.</p>	<p>- Animação Plástica</p>
Quarta-Feira (Realizado no período da tarde)	Animação Educacional	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de funções mentais (memória, atenção, funções executivas...); - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percutiva; - Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento. 	<p>- Animador; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes.</p>	<p>Material necessário à realização da atividade.</p>	<p>- Animação Cognitiva</p>

Sexta-feira (Realizado no período da manhã)	Atelier Mente Ativa	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento da atividade cerebral; - Preservar ou melhorar o desempenho das funções cognitivas como memória, atenção, raciocínio, capacidade de resolução de problemas, entre outras; - Prevenir o declínio cognitivo; - Promover hábitos de vida saudáveis (leitura, escrita, entre outros); - Desenvolver confiança, autonomia, auto-estima. 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes. 	Material necessário à realização da atividade.	-Animação Cognitiva
Terça-Feira (Quinzenalmente no período da manhã)	Atelier Jogos Seniores	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de um envelhecimento ativo; - Potenciar o desenvolvimento pessoal, prevenindo declínios prematuros; - Promoção da comunicação, expressão corporal e atividades relacionalis; - Aumento da autoconfiança e da Auto eficiência; - Proporcionar atividade intelectual e combater a solidão, reduzindo o declínio mental e intelectual; - Promover momentos de reflexão e da procura da paz interior, no combate ao stress do dia-a-dia 	<ul style="list-style-type: none"> -Animador; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes. 	Vários tipos de Jogos direcionados à área geriátrica.	-Animação cognitiva
Segunda-Feira (Realizado no período da tarde)	Atelier de Croché	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a participação promovendo o convívio e estimulando atividades de lazer e entretenimento; - Fomentar o contacto com os outros, promovendo um estilo de vida ativo. Aumento das capacidades físicas e intelectuais; 	<ul style="list-style-type: none"> -Animadora; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes. 	Material necessário para a realização da atividade como por exemplo:	

		<ul style="list-style-type: none"> - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Fomentar o trabalho de equipa, confiança, iniciativa e autocontrolo. 		Linhas de croché, agulhas, moldes entre outros.	- Animação Plástica
Quarta-Feira (Realizado ao longo do ano quinzenalmente)	Dia da Beleza	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de um envelhecimento ativo, visando uma integração no contexto social e institucional; - Potenciar o desenvolvimento pessoal; - Promoção da comunicação, expressão corporal e atividades relacionais; - Evitar o isolamento e o ócio, promovendo e estimulando as qualidades de grupo, coesão e partilha; - Permitir a expressão das emoções e sentimentos e estimular a imaginação e criatividade, desenvolvendo o sentido crítico; - Aumentar a autoestima e a confiança 	<ul style="list-style-type: none"> - Ajudantes de ação Direta; - Clientes; - Voluntários. 	Material necessário para a realização da atividade como por exemplo: Vernizes, bandas de cera, pinça, maquilhagem, acetona, algodão, cremes de limpeza, cremes hidratantes, lima, tesoura, corta-unhas, entre outros	- Desenvolvimento Pessoal e Social
Sexta-Feira (Quinzenalmente no período da manhã)	Sessões de Acompanhamento Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> - Suporte emocional; - Avaliação Psicológica, neuropsicológica e aconselhamento; - Intervenção psicoeducativa; - Intervenção na crise; - Psicoterapia; - Reabilitação psicossocial; - Outros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Clientes; - Familiares. 	Material necessário para a realização das sessões	Psicologia Clínica e da Saúde

Sexta-Feira (Quinzenalmente no período da manhã)	Estimulação Cognitiva em Pequeno Grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de funções mentais (memória, atenção, funções executivas...); - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva; - Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento; - Reabilitar aspectos cognitivos inerentes a processos demenciais existentes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Clientes. 	Material didático: livros de estimulação cognitiva, jogos interativos, lápis, borrachas, photocópias, outros	Neuropsicologia
Quarta-Feira (Realizado no período da manhã)	Estimulação Cognitiva em Grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de funções mentais (memória, atenção, funções executivas...); - Incentivar o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e a sua autonomia; - Aumentar a atividade cerebral, retardando os efeitos da perda de memória, da acuidade e da velocidade percetiva; - Retardar os efeitos inerentes ao processo de envelhecimento; - Reabilitar aspectos cognitivos inerentes a processos demenciais existentes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes. 	Material didático: livros de estimulação cognitiva, jogos interativos, lápis, borrachas, photocópias, computador, videoprojector, extensão elétrica, colunas, documentos elaborados em powerpoint para realização da atividade	Neuropsicologia
Segunda-Feira (Realizado no período da manhã)	Dinâmicas de Grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer os vínculos existentes ou inexistentes entre os utentes; -Criar momentos de lazer, aumentar o bem-estar físico e mental; -Fomentar a valorização pessoal e a autoestima; -Promover a qualidade de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Ajudantes de ação Direta; - Clientes. 	Material alusivo à atividade específica a decorrer	Psicologia Social

2.4. Outras Atividades do Centro de Dia – 2026

Tipo de Atividade	Descrição da Atividade	Calendarização	Objetivos Operacionais	Intervenientes
Serviços do dia-a-dia	Dar continuidade na prestação de serviços de qualidade e de excelência.	- Durante o ano de 2026; - Diariamente.	Promover a permanência dos utentes durante o dia nas instalações do Centro de Dia, como também, cuidados de higiene pessoal e imagem; tratamento de roupa; alimentação; assistência medicamentosa; transporte e atividades de animação sociocultural e psicológica.	Equipa da Resposta Social de Centro de Dia.
Atendimentos Sociais	Avaliar situações sociais dos clientes que procuram a resposta social de Centro de Dia.	- Durante o ano de 2026; - Diariamente.	Identificar, diagnosticar, analisar e avaliar diferentes contextos e situações sociais, problemas e comportamentos que sejam necessários para posterior intervenção.	- Diretora Técnica; - Clientes; - Familiares.
Visitas Domiciliárias	Efetuar visitas domiciliárias às residências dos clientes da comunidade em geral, caso haja necessidade ou em caso de situação de risco.	Durante o ano de 2026.	Avaliar as condições habitacionais, familiares e sociais em que o cliente/idoso se encontra inserido.	- Diretora Técnica/Técnica de Serviço Social; - Psicóloga.
Reuniões de Equipa	Momentos de partilha de informação e procura de resoluções de problemáticas, com o objetivo de melhorar o funcionamento e as relações interpessoais desta resposta.	- Durante o ano de 2026; - Mensal.	- Estimular as relações pessoais e profissionais entre os colaboradores; - Promover a partilha de informação sobre o trabalho diário, utentes, necessidades e dificuldades sentidas.	Equipa da Resposta Social de Centro de Dia.

Acompanhamento dos Estagiários, Voluntários, Prestadores de trabalho comunitário	Acompanhamento/integração, orientação e avaliação em contexto de trabalho dos estagiários, voluntários e prestadores de trabalho comunitário na Resposta Social de Centro de Dia.	Durante o ano de 2026.	Integrar e estimular relações a nível pessoal e profissional destes colaboradores em contexto real de trabalho.	- Diretora Técnica; - Psicóloga; - Estagiários; - Voluntários; - Prestadores de trabalho comunitário.
Formação de Colaboradores	Formação na área da geriatria, gerontologia e sobre diversas temáticas ligadas à 3ª idade, como a saúde mental e a demência.	Durante o ano de 2026.	Espaço de partilha e promoção de aprendizagem, conhecimentos e competências em diversas matérias.	- Equipa da Resposta Social de Centro de Dia; - Parceiros.
Reuniões de Grupo de Trabalho de Idosos	Representação da Instituição em reuniões com diversos parceiros do Concelho.	- Durante todo o ano de 2026; - Mensal.	- Troca de experiências com Entidades diversas; - Discussão de casos sociais da população idosa do Concelho; - Planeamento de Atividades.	- Diretora Técnica; - Psicóloga; - Técnicos de outras Entidades.
Acolhimento	Gerir, adequar e monitorizar os serviços prestados ao cliente nesta Resposta Social e avaliação diagnóstica na integração do mesmo.	- Durante o ano de 2026; - Diariamente.	- Ter conhecimentos das lacunas; - Prestar um serviço de qualidade ao cliente	Equipa da Resposta Social de Centro de Dia
Planos Individuais (PI)	Elaboração, avaliação e execução do Plano de Cuidados e do Plano Individual do Cliente.	Durante o ano de 2026.	Após a avaliação diagnóstica das necessidades específicas dos clientes, nas diversas áreas: - Higiene Pessoal; - Serviço de Refeições; - Assistência Medicamentosa; - Animação Sociocultural; - Apoio Psicossocial; - Transporte;	- Diretora Técnica; - Psicóloga; - Animadores; - Médico.

			<ul style="list-style-type: none"> - Tratamento de Roupa; - Cuidados de Saúde. <p>é elaborado um Plano Individual.</p>	
Relatório e Plano de Atividade de Desenvolvimento Pessoal (PADAP)	Discussão e elaboração das atividades na área da Animação e Psicologia a desenvolver durante o próximo ano.	<ul style="list-style-type: none"> - Durante o ano de 2026; - Anualmente 	<ul style="list-style-type: none"> - Aplicar e estruturar este instrumento de trabalho de acordo com as normas em vigor; - Melhorar e facilitar o funcionamento das atividades na área da Animação e Psicologia nesta Resposta Social. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diretora Técnica; - Psicóloga; - Animadores.
Consultas de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Consultas de clínica geral, podologia, fisioterapia; - Acompanhamento a consultas. 	Durante todo o ano de 2026.	<ul style="list-style-type: none"> - Acompanhar o estado de saúde dos utentes; - Verificação da medicação e avaliação dos sinais vitais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diretora Técnica; - Psicóloga; - Ajudantes de Ação Direta; - Médico; - Voluntário; - Terapeutas.
Sessões Psicosociais aos Familiares	Realização de sessões informativas sobre várias temáticas sociais e psicológicas aos familiares dos utentes.	Durante todo o ano de 2026.	<ul style="list-style-type: none"> - Suporte emocional; - Intervenção psicoeducativa; - Informação/sensibilização de apoios sociais e respostas sociais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Psicóloga; - Diretora Técnica; - Clientes; - Familiares.
Assembleia de Utentes	Avaliar a percepção dos utentes relativamente à resposta Centro De Dia, com o objetivo de melhor adequar e monitorizar os serviços prestados aos clientes.	Durante todo o ano de 2026, por norma janeiro/fevereiro.	Identificar, diagnosticar, analisar e avaliar diferentes aspectos institucionais, por áreas.	<ul style="list-style-type: none"> - Diretora Técnica; - Psicóloga; - Animadores; - Clientes.

Capítulo III – Avaliação e Monitorização do Plano de Atividades de 2026

A avaliação consiste numa forma de detetar eventuais desvios na obtenção das metas definidas inicialmente e a propor e implementar atempadamente os ajustes necessários, para que no final da execução do plano os desvios sejam mínimos.

A avaliação de desempenho de cada resposta social será feita com base na verificação do cumprimento, ou não, dos objetivos, a qual será compilada através de um relatório de atividades.

Capítulo IV – Conclusão

Tendo em conta a conjuntura vivida atualmente no país, a AHSA apresenta um plano de atividades para o ano de 2026 bastante desafiante para todas as Valências, tendo como principal foco continuar a apoiar a comunidade de Albufeira.

Apesar de ser um plano ambicioso, a AHSA conta com a dedicação e o profissionalismo de todos os funcionários, direção, voluntários e utentes para fazer mais e melhor, tal como se tem verificado ano após ano.

A Valência de Banco Alimentar destaca o seu principal foco no auxílio a famílias através de apoio alimentar com a entrega de cabaz mensal. Não nos podemos esquecer do protocolo entre a AHSA e a Junta de Freguesia de Albufeira e Olhos D' Água apoiando as famílias com dificuldades no pagamento das despesas e do protocolo com a Câmara Municipal de Albufeira para apoio alimentar a famílias. A Valência de Centro de Dia continua a priorizar o bem-estar dos seus utentes apostando em atividades de animação sociocultural e na área da psicologia para proporcionar uma estimulação adequada às necessidades dos seus utentes.

Enquanto instituição, acreditamos que todas as atividades apresentadas vão ser concluídas com sucesso e que todos os obstáculos que possam vir a surgir vão ser ultrapassados.

Juntos conseguimos.

Capítulo V – Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos e Desinvestimentos para 2026

Demonstração de Resultados - Orçamento Previsional 2026

Contas		Total Anual
72	Prestação de Serviços	86 794,71
	Quotas, Matriculas, Mensalidades	86 794,71
75	Subsídios, Doações à Exploração	256 056,69
	Centro Dia IPSS	107 356,69
	Autarquias	148 700,00
	IEFP - Estagios Profissionais	0,00
78	Outros Rendimentos Ganhos	8 761,58
	Festas e Subscreções	0,00
	Outros não Especificados	7 130,43
	Quotizações Ano Anterior	1 631,15
79	Dividendos e Out Rend	112 281,28
	Donativos	112 281,28
Subtotal (1)		463 894,26
61	Custos das Mat Consumidas	103 831,20
	Géneros Alimentares	103 831,20
	Material Clinico	0,00
62	Fornecimentos Serviços Externos	75 953,65
	Trabalhos Especializados	11 473,64
	Vigilância e Segurança	0,00
	Conservação e Reparação	19 075,00
	Serviços Bancários	0,00
	Outros	109,08
	Ferramentas e Utensilios	14 511,98
	Material de Escritório	6 492,85
	Combustiveis	5 987,08
	Deslocações e Estadas	8,13
	Comunicação	5 849,81
	Seguros	7 982,81
	Limpeza, Higiene Conforto	4 463,27
63	Custos com o Pessoal	255 114,00
	Remunerações do Pessoal	198 631,34
	Encargos sobre Remunerações	0,00
	Segurança Social	44 294,79
	Seguros Acidentes Trabalho	4 546,10
	Outros Gastos com o Pessoal	7 641,77
64	Gastos de Depreciação e Amort	16 639,52
68	Outros Gastos e Perdas	745,18
Subtotal (2)		452 283,55
Resultados Operacionais (1)-(2)		11 610,71
	Proveitos e Ganhos Financeiros	0,00
79	Juros Obtidos	0,00
	Outros Juros Obtidos	0,00
Subtotal (3)		0,00
69	Custos Perdas Financeiras	0,00
	Outros	0,00
Subtotal (4)		0,00
Resultados Financeiros (3)-(4)		0,00
Resultado Líquido do Exercício		11 610,71

ATAS

NÚMERO CINQUENTA

--- Ao terceiro dia do mês de Novembro de dois mil e vinte e cinco, pelas vinte horas, reuniu na sua sede, sita na Rua Maria Conceição Elói, na Freguesia e Concelho de Albufeira o Conselho Fiscal da "AHSA – Associação Humanitária Solidariedade Albufeira", Raúl Manuel Soares Ferreira, Presidente, Nélia Cabrita dos Santos, Primeira Relatora e Frederica Costa, Segunda Relatora. A presente reunião teve como ponto único da ordem de trabalhos a **Apreciação e Votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de dois mil e vinte e seis.**-----

--- Após uma análise detalhada do Plano de Atividades e do respetivo Orçamento, este Conselho Fiscal verificou que a documentação apresentada pela Direção se encontra organizada sob a melhor técnica de execução, quer a nível descritivo quer a nível contabilístico, e que a mesma indica a possibilidade da sua viabilidade, com relevância no que diz respeito às metas que se propõe atingir e aos recursos propostos.-----

--- Este Conselho Fiscal mais uma vez congratula a Direção com a forma inovadora, clara e transparente como apresentou os documentos.-----

--- Para o ano de dois mil e vinte e seis, perspetiva-se alguma instabilidade socioeconómica devido sobretudo ao aumento da inflação que, consequentemente, se repercuta nos custos das matérias-primas e no custo de vida das pessoas.-----

--- Face a isto, este Conselho Fiscal sugere um elevado controlo na gestão e execução do Plano de Atividades e Orçamento, devido a todos os encargos e custos provenientes da conjuntura atual referida.----- .

--- Adicionalmente, este Conselho Fiscal decidiu dar o seu parecer favorável por unanimidade ao Plano de Atividades e Orçamento para o exercício de dois mil e vinte e seis, propondo a sua Aprovação sem reservas à Digníssima Assembleia Geral, para que mais uma vez dignifique e honre aqueles que diariamente trabalham e os que voluntariamente colaboram na nossa Instituição.-----

--- Por nada mais haver a tratar os trabalhos desta reunião do Conselho Fiscal encerraram pelas vinte e duas horas e trinta minutos, tendo esta acta sido lida, aprovada e assinada pelos membros do Conselho Fiscal presentes, Raúl Manuel Soares Ferreira, Nélia Cabrita dos Santos e Frederica Costa.-----

Presidente – Raúl Manuel Soares Ferreira

Primeira Relatora - Nélia Cabrita dos Santos

Segunda Relatora – Frederica Costa

ATAS

ACTA NÚMERO CINQUENTA E QUATRO



--- Aos sete dias do mês de Novembro de dois mil e vinte e cinco, pelas vinte horas e trinta minutos, reuniu na sua sede, sita na Rua Maria da Conceição Elói, freguesia e concelho de Albufeira, a Assembleia Geral Ordinária da AHSA - Associação Humanitária Solidariedade Albufeira, Pessoa Colectiva de Utilidade Pública número quinhentos e quatro, quatrocentos e vinte e oito, novecentos e oitenta e cinco.-----

--- Presidiu à Assembleia Geral Ordinária o Senhor Manuel Meirinho, Solange Domingos e Joana Pires como primeira e segunda Secretárias, respectivamente, verificando-se a presença dos associados que constam da lista de presenças em anexo, a qual faz parte integrante da presente acta, para todos os devidos e legais efeitos, verificando-se por isso a existência de quórum, para deliberar sobre a seguinte ordem de trabalhos: -----

PONTO UM – Apreciação e Votação do Orçamento e Programa de Atividades para o ano 2026;-----

PONTO DOIS – Assuntos gerais de interesse para a Associação.-----

--- O Presidente da Assembleia Sr. Manuel Meirinho começou por dar as boas vindas a todos os presentes, agradecendo a sua presença.-----

--- Dando início ao Ponto Um da ordem de trabalhos, deu a palavra à Técnica Rita Lopes, que no uso da mesma, apresentou o Plano de Atividades e respetivos protocolos propostos estabelecidos para o ano de dois mil e vinte e seis, referentes à Resposta Social de Banco Alimentar e Loja Social.-----

--- Finda a apresentação, e uma vez que não existiram dúvidas por parte dos presentes na Assembleia, o Senhor Presidente, deu a palavra à Técnica Daniela Cruz, onde apresentou de forma pormenorizada o plano de atividades delineado a desenvolver em dois mil e vinte e seis, nas áreas de Animação e de Psicologia relativas à Valência de Centro de Dia do Rossio.-----

--- Relativamente a tudo o que foi exposto, não foram colocadas quaisquer questões por parte de todos os presentes na Assembleia.-----

--- Seguidamente, foi dada a palavra ao Excelentíssimo Presidente da Direcção da AHSA – Associação Humanitária Solidariedade Albufeira, Senhor Carlos Santos, onde explanou detalhadamente o Orçamento para o ano de dois mil e vinte e seis, com explicação cabal e pormenorizada das rúbricas deste mesmo orçamento.-----

--- Não havendo questões por parte de todos os presentes sobre o orçamento apresentado, foi dada a palavra à primeira relatora do Conselho Fiscal, Senhora Nélia Santos, a qual solicitou, por motivos de saúde, que a primeira secretaria da

Assembleia Geral, Solange Domingos, procedesse à leitura do Parecer elaborado por este Órgão, onde foi recomendada ~~aprovado~~ sem reservas do orçamento para o ano de dois mil e vinte e seis.-----

--- O presente documento é anexo, e fica a fazer parte integrante da presente acta.-

--- Não foram colocadas quaisquer questões ou dúvidas sobre o Orçamento apresentado.-----

--- De seguida, o Senhor Presidente da Assembleia colocou à votação o **Ponto UM** da Ordem de Trabalhos, onde consta o Plano de Actividades e Orçamento para o ano de dois mil e vinte e seis, tendo sido ambos aprovados por unanimidade.-----

--- Dando seguimento à Assembleia, o Senhor Presidente Senhor Manuel Meirinho, declarou aberto o **Ponto Dois** da Ordem de trabalhos, mais concretamente assuntos gerais de interesse para a Associação.-----

--- Neste ponto, o Excelentíssimo Presidente da Direção, Senhor Carlos Santos, solicitou palavra, onde o mesmo informou os presentes que em breve irá ser rececionada a viatura adquirida recentemente pela Instituição, com o objetivo de continuar a assegurar o transporte dos utentes que frequentam a resposta social Centro de Dia do Rossio, bem como manter a confiança e qualidade do serviço prestado.-----

--- Em seguida, a Excelentíssima Vice-Presidente da Direção, Senhora D. Lurdes Meirinho, solicitou palavra, que sendo concedida, no uso da mesma, fez o convite para o jantar de Natal da Associação, que irá acontecer no próximo dia 19 de Dezembro, afirmando que gostaria de contar com a presença de todos os presentes neste evento natalício.-----

--- Terminadas as intervenções solicitadas, o Senhor Presidente da Assembleia, voltou a interpelar todos os presentes, para alguma questão ou assunto que desejassem colocar, nada tendo sido referido, foram dados por terminados todos os trabalhos, encerrando a presente Assembleia Geral, quando são vinte e uma horas e trinta minutos.-----

--- Para constar se lavrou a presente acta, que depois de lida e aprovada por todos os presentes, vai ser assinada pelo Presidente da Assembleia e respectivas Secretárias.-----

Presidente da Assembleia - Manuel Meirinho

Primeira Secretaria - Solange Domingos

Segunda Secretaria - Joana Pires