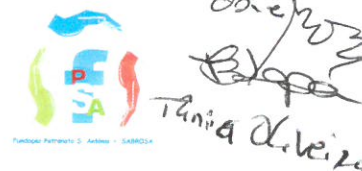


Fundação Patronato Santo António



# Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal 2023





## ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	3
CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO .....	5
Valores.....	5
Missão.....	6
1. Objetivos principais de intervenção .....	6
1.1. Animação Cognitiva .....	6
1.2. Expressão física e Desenvolvimento Psico- Social .....	6
1.3. Atividades Lúdicas .....	7
1.4. Expressão Plástica.....	7
PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL (PADP) .....	9
CONCLUSÃO.....	21

## INTRODUÇÃO

Introduzindo o Plano de Atividades para o próximo ano de 2023, afigura-se como relevante fazer alusão ao Plano de 2022 onde referimos aspetos demográficos como a desertificação que se faz sentir na nossa área geográfica de ação.

Outras características importantes têm que ver com o decurso do envelhecimento do grupo alvo com que de momento trabalhamos. Graças ao aumento da esperança média de vida, as faixas etárias que chegam até nós vão-se alargando e com elas chegam patologias associadas e cada vez mais clientes com um reduzido nível de independência.

Não tivesse a Instituição em causa valores como a Compreensão e a Qualidade associada aos serviços prestados e tendo em conta o que referimos anteriormente, afigura-se como sendo da máxima importância um trabalho individualizado que vá de encontro às características pessoais e únicas de cada um dos clientes com que trabalhamos.

Tendo em conta que a Fundação Patronato de Santo António opera na vertente de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e também na vertente Centro de Dia (CD), a mesma acaba por ter de se desdobrar numa série de adaptações de modo a corresponder ao que é solicitado pelos nossos clientes e suas estruturas familiares. Se no contexto de SAD podemos afirmar que os serviços prestados se pautam por ser bastante abrangentes e completos, em resposta de Centro de Dia deparamo-nos com o desafio de num pequeno grupo encontrarmos bastante heterogeneidade.

É deste modo que no presente Plano de Atividades apresentamos atividades gerais, passíveis de ser adaptadas e aplicadas desde os nossos clientes mais independentes, até aos que já têm as suas faculdades mentais comprometidas, degenerando inclusivamente em demência.

No sentido de contrariarmos a realidade dos anos anteriores fortemente pautada pelas adaptações decorrentes e impostas pela pandemia, vai ser possível verificar que iremos dar primazia à celebração de efemérides recorrendo a convívios, com o intuito de reatar os laços e as competências emocionais e de integração na sociedade.

Por fim, um outro aspeto fortemente presente no trabalho a desenvolver será o trabalho em rede muitas vezes a ser realizado em parceria com o município. Este acaba por disponibilizar os seus recursos humanos especializados na área do desporto, serviço social, psicologia, animação sociocultural, educação social, entre outros, no sentido de tal como mencionado anteriormente, proporcionarmos respostas repletas de uma maior qualidade e inclusivamente mais especializadas.

Assim sendo, parcerias como por exemplo a levado a cabo com o CLDS \_Conselho Local para o Desenvolvimento Social serão sempre uma mais-valia e algo que iremos dar primazia a integrar.



*Oséa  
Mendes  
Blaze  
Tânia Oliveira*

## CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

A Fundação Patronato de Santo António é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), sediada em Sabrosa. A área territorial de intervenção abrange as freguesias do Concelho de Sabrosa, dependendo, para isso, da solicitação em questão e da disponibilidade da instituição.

As respostas sociais de que esta instituição dispõe são: Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).

As respostas sociais Centro de Dia e SAD, inclui os seguintes serviços:

- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e de géneros alimentícios, pagamento de serviços e deslocações a entidades da comunidade;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- Tratamento da roupa do uso pessoal do cliente;
- Acompanhamento ao médico e assistência medicamentosa;
- Transporte;

É de salientar que nos dias úteis são prestados todos os serviços contratualizados, aos feriados e fins-de-semana são prestados os serviços básicos, nomeadamente, alimentação, assistência medicamentosa e higiene pessoal.

### Valores

- Solidariedade
- Qualidade
- Responsabilidade
- Alegria
- Humildade
- Sinceridade
- Compreensão



## **Missão**

“Servir quem já serviu. Com Amor, Alegria e Competência fazendo o bem, bem feito.”

### **1. Objetivos principais de intervenção**

- Contribuir para o bem-estar, qualidade de vida e promoção da saúde das pessoas idosas, numa perspetiva bio-psico-social;
- Promover serviços centrados na pessoa idosa, nas suas necessidades, expectativas, gostos e preferências pessoais;
- Fomentar a participação ativa e inclusiva das pessoas idosas na promoção da sua saúde, autonomia e independência, como membros de uma família e de uma comunidade;
- Contribuir para a manutenção dos idosos no seu meio sócio familiar e na comunidade onde se inserem;
- Promover participação nas atividades socioculturais e de animação programadas e prestar um conjunto de serviços que satisfazem as necessidades básicas dos idosos.

#### **1.1. Animação Cognitiva**

- Estimulação
- Lazer
- Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual
- Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio
- Contribuir para a melhor qualidade de vida de cada idoso

#### **1.2. Expressão física e Desenvolvimento Psico- Social**

- Desenvolver as capacidades físicas
- Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer
- Favorecer o desenvolvimento psicomotor
- Aquisição de novas experiências
- Melhorar a qualidade de vida de cada idoso

### **1.3. Atividades Lúdicas**

- Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer
- Proporcionar momentos lúdicos
- Convívio
- Lazer
- Respeitar a crença religiosa dos idosos

### **1.4. Expressão Plástica**

- Desenvolver e estimular a imaginação
- Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora
- Expressão através das artes plásticas e dos trabalhos manuais
- Incrementar a participação ativa dos idosos
- Ocupação dos tempos livre
- Reaproveitamento de matérias

**ATIVIDADES SEMANAIS**



HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
9:30	Pequeno-almoço	Pequeno-almoço	Pequeno-almoço	Pequeno-almoço	Pequeno-almoço
10:00	 <b>Trabalhos Manuais</b>	 <b>Psicomotricidade</b>	 <b>Culinária</b>	 <b>Ginástica</b>	 <b>Estimulação Cognitiva</b>
12:00	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
14:00	 <b>Avaliação da Tensão Arterial</b>	 <b>Jogos mesa/Estimulação cognitiva</b>	 <b>Avaliação da Tensão Arterial</b>	 <b>Jogos de Mesa</b>	 <b>Avaliação da Tensão Arterial</b>
15:30	 <b>Oração do Terço</b>	 <b>Oração do Terço</b>	 <b>Oração do Terço</b>	 <b>Oração do Terço</b>	 <b>Oração do Terço</b>
16:00	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche

**Observações:**

As atividades programadas e definidas semanalmente podem ser alteradas ou substituídas por outras.

Confeção de bolos de Aniversário para Clientes de Centro de Dia e elaboração de postal de aniversário para Clientes de Centro de Dia e SAD.

**PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL (PADP)**

Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
JANEIRO	“Árvore dos Desejos”	Elaboração de uma árvore coletiva com desejos e votos para o ano 2023.  (Árvore vai ser trabalhada ao longo do ano mediante o tema a comemorar/estações do ano)	Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas; Valorizar a participação ativa de cada cliente; Exprimir emoções e sentimentos de forma verbal.	Cientes Centro de Dia Clientes de Apoio de Domiciliário	Colaboradoras Material diverso
	Dia de Reis _ Dia 6	Trabalhos manuais alusivos ao dia de Reis, para decoração da Instituição; Cantar Janeiras; Lanche convívio.	Estimular a criatividade, concentração e motricidade fina; Desenvolver a capacidade cognitiva; Proporcionar momentos de festa e convívio; Motivar os clientes a vivenciar as tradições;	Cientes Centro de Dia Clientes de Apoio de Domiciliário Colaboradores	Colaboradoras Material diverso Bolo Rei
	Dia Internacional do Obrigado_ Dia 11	Trabalhos manuais alusivos ao tema: _ Mural; _ Decorar a árvore alusivo ao tema.	Desenvolver a criatividade e imaginação; Desenvolver a motricidade fina e agilidade.	Cientes do Centro de Dia Clientes de Apoio de Domiciliário	Colaboradora Material diverso





Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
<b>FEVEREIRO</b>	Dia da Instituição _ Dia 2	Confeção de um bolo; Comemoração do 33º Aniversário da Instituição _ Lanche convívio.	Proporcionar momentos de festa; Promover o convívio entre clientes, Colaboradoras, direção;	Clientes Centro Dia Clientes de Apoio de Domiciliário Direção Colaboradores	Ingredientes para Bolo Receita bolo Colaboradoras
	Dia dos Namorados _ Dia 14	Elaborar corações com mensagem de afetos _ Árvore dos afetos; Decorar mural;	Desenvolver a imaginação e criatividade; Valorizar o amor, a amizade e o afetos na 3ª idade;	Clientes Centro de Dia Clientes de Apoio de Domiciliário	Colaboradora Ingredientes culinária Material diverso
	Carnaval _ Dia 21	Trabalhos manuais alusivos ao tema carnaval, para decoração da Instituição; Elaborar uma lembrança para os clientes.	Desenvolver a criatividade e motricidade fina dos clientes; Relembrar as datas festivas e vivenciar as tradições;	Clientes Centro de Dia	Material diverso Colaboradora

Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
MARÇO	Dia Internacional da Mulher_ Dia 8	Realizar lembranças para oferecer às clientes e colaboradoras; Decorar mural alusivo ao tema.	Desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade; Relembrar a importância do dia a celebrar; Valorizar o trabalho da mulher na sociedade.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradora Material diverso
	Dia do Pai / Dia de São José_ Dia 19	Elaborar uma lembrança para o dia do pai; Elaborar um mural alusivo ao dia.	Desenvolver a motricidade fina, a agilidade, a criatividade; Permitir que os utentes vivam com mais emoção este dia.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradora Material diverso
	Primavera_ Dia 20 Dia Mundial da Árvore_ Dia 21	Atividades de expressão plástica para decoração do mural e Instituição; Elaborar flores para decoração da árvore; Plantação de uma árvore no jardim da instituição.	Promover a criatividade e a participação dos idosos; Decorar a instituição com o objetivo de diferenciar as estações do ano; Orientar o utente no tempo; Promover o contato com a natureza e preservação da mesma.	Clientes Centro de Dia	Colaboradora Material diverso



Mês	Dia comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
ABRIL	Dia Mundial da Atividade Física _ Dia 6	Realizar exercícios de alongamento, equilíbrio e marcha/ criar circuito psicomotor (Atividade a realizar com o professor de educação física e técnica de psicomotricidade); Apresentação em Power Point com o tema "Benefícios do exercício físico na 3ª idade"	Promover o bem-estar dos clientes; Combater o sedentarismo e desenvolver o fortalecimento muscular dos idosos. Prevenção de quedas. Alertar para a importância de ter bons hábitos de saúde; Sensibilizar para a importância da prática de exercício físico na 3ª idade.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradoras Pedaleiras/Arcos/Bolas Cadeiras/Trajeto Colaboradora Material audiovisual
	Páscoa _ Dia 9	Trabalhos manuais alusivos à Páscoa para decoração da Instituição; Realizar lembranças para oferecer aos clientes; Elaborar Árvore da Páscoa; Celebração da Via Sacra.	Desenvolver a criatividade dos clientes; Proporcionar o espírito de grupo; Sensibilizar os utentes para a importância da comemoração da Páscoa; Proporcionar aos clientes o convívio e a prática religiosa.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradoras Materiais diversos Ramos de árvore Amêndoas
	Dia da Liberdade _ Dia 25	Pinturas alusivas ao tema para decorar mural; Elaborar um cravo para oferecer aos clientes.	Desenvolver a motricidade fina; Relembrar a importância que este dia teve para o país; Promover a cultura e desenvolver o raciocínio cognitivo.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradoras Material diverso



Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos)/ Parcerias
MAIO	Dia da Mãe_ Dia 7	Elaborar mural alusivo ao tema; Criar um poema para as lembranças; Realizar uma lembrança para oferecer às clientes.	Valorizar os sentimentos maternos e o papel da mãe na família; Desenvolver as capacidades cognitivas e intelectuais; Estimular a criatividade e motricidade fina.	Cientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradora Material diverso
	Comemoração do Dia de N <sup>a</sup> Sr <sup>a</sup> de Fátima_ Dia 13	Assistir às transmissões de Fátima; Oração do terço.	Vivenciar atos religiosos; Promover a prática religiosa/ momentos de oração.	Cientes Centro de Dia	Colaboradora Televisão
	Dia Internacional da Família_ Dia 15	Atividade a definir em parceria com IPSS's/Entidades da Comunidade.	Fomentar o convívio entre clientes, familiares e comunidade. Promover laços afetivos.	Cientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Clientes IPSS's Familiares clientes	Equipa técnica Colaboradoras Camara Municipal Sabrosa
	Passadeiras em Flor	Apanhar flores; Elaborar um tapete/passadeira na rua da Instituição.	Dar a conhecer à comunidade o trabalho realizado pelos Idosos/Colaboradores; Manter as tradições culturais e de cariz religioso.	Cientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Comunidade	Transporte Tesouras Flores/verdes Colaboradoras



Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
<b>JUNHO</b>	Dia Mundial da Criança _ Dia 1	Elaborar uma lembrança para oferecer às crianças do pré-escolar.	Desenvolver a motricidade fina, imaginação e criatividade dos Clientes; Incentivar o trabalho de grupo e reforçar os laços sociais.	Clientes Centro de Dia Crianças do Pré-escolar	Colaboradora Material diverso
	Dia Mundial da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa _ Dia 15	Ação de Sensibilização para alertar os idosos para o perigo de burlas/sinais de abuso/violência. (GNR)	Alertar os idosos para os maus tratos/burlas; Dar a conhecer os tipos de violência.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Militar GNR Colaboradora Material Audiovisual
	Verão _ Dia 21	Trabalhos manuais: _ Decorar o mural/Instituição; _ Decorar árvore de acordo com a estação.	Promover a criatividade e a participação dos idosos; Decorar a instituição com o objetivo de diferenciar as estações do ano; Orientar o utente no tempo.	Clientes Centro de Dia	Colaboradoras Material diverso
	Santos Populares Dia de S. João _ Dia 24	Decoração da instituição alusivo ao Santos Populares; Sardinhada; Baile Popular.	Desenvolver a criatividade; Viver as tradições populares; Promover o convívio entre clientes e comunidade institucional.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Direção Colaboradoras	Materiais diversos Música variada Almoço Direção Colaboradoras

Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
JULHO	Dia Mundial dos Avós_ Dia 26	Elaborar uma lembrança; Passeio a definir em parceria com IPSS's/Entidades da Comunidade.	Desenvolver motricidade fina e criatividade; Fomentar o convívio entre clientes; Promover laços afetivos.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Clientes IPSS's do Concelho	Colaboradoras Lanche Transporte Camara Municipal Sabrosa
	Dia Internacional do Amigo_ Dia 30	Trabalhos manuais para decorar o mural; Jogo "Pesca da Amizade".	Desenvolver motricidade fina e criatividade; Promover relações afetivas entre os clientes; Sensibilizar para a importância da amizade; Promover momentos de diversão.	Clientes Centro Dia Cliente de Apoio Domiciliário	Colaboradora Jogo da Pesca

Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
AGOSTO	Passeios/Visitas a espaços da Vila Sabrosa (ao longo do mês)	Visitar jardins/espaços existentes na Vila	<p>Proporcionar aos idosos o conhecimento dos espaços culturais;</p> <p>Promover a socialização, o reforço dos laços afetivos;</p> <p>Promover o contato com a natureza;</p> <p>Promover a saúde e bem-estar físico e psíquico;</p> <p>Sair do ambiente de rotina;</p> <p>Fomentar os relacionamentos interpessoais.</p>	<p>Clientes Centro Dia</p> <p>Serviço de Apoio Domiciliário</p>	<p>Colaboradoras</p> <p>Transporte</p>
	Dia Mundial da Fotografia _ Dia 19	Realizar sessão fotográfica em parceria com o fotógrafo local; Oferecer fotografia aos clientes.	<p>Estimular a autoestima do cliente;</p> <p>Promover cuidados de imagem;</p> <p>Desenvolver a memória visual;</p> <p>Desenvolver as capacidades cognitivas e de socialização.</p>	<p>Clientes Centro de Dia</p> <p>Clientes de Apoio Domiciliário</p>	<p>Colaboradora</p> <p>Material diverso</p> <p>Foto Macedo</p>



M3s	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinat3rios	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
SETEMBRO	Festa N <sup>a</sup> Sr <sup>a</sup> do Ros3rio de Sabrosa_ Dia 7 e 8	Ir 3 praça assistir e participar das atividades festivas Assistir 3 Missa/Prociss3o/ Banda de M3sica Sabrosa.	Reviver as tradi3es religiosas; Promover o conv3vio entre clientes e comunidade.	Clientes Centro Dia Clientes Servi3o de Apoio Domicili3rio	Colaboradoras Transporte
	Dia Mundial da Gratid3o _ Dia 21	<p>Criar o de um mural alusivo ao tema:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>_ Pote/corda da gratid3o "as coisas pelo que devemos ser gratos"</li> <li>_ Realizar v3deo com os clientes sobre o tema a comemorar.</li> </ul>	<p>Promover o desenvolvimento afetivo; Estimular a criatividade e imagina3o.</p>	Clientes Centro de Dia Clientes Servi3o de Apoio Domicili3rio	Colaboradora Material diverso
	Outono_ Dia 23	<p>Trabalhos manuais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>_ Decorar o mural/Institui3o;</li> <li>_ Decorar 3rvore de acordo com a esta3o.</li> </ul>	<p>Promover a criatividade e a participa3o dos idosos; Decorar a institui3o com o objetivo de diferenciar as esta3es do ano; Orientar o utente no tempo.</p>	Clientes Centro de Dia	Colaboradora Material diverso



Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
<b>OUTUBRO</b>	Dia Internacional do Idoso _ Dia 1	Elaborar uma lembrança para oferecer aos clientes. Passeio anual em parceria com IPSS's do Concelho (local a definir).	Promover o convívio e sentimentos diversos;	Clientes Centro de Dia Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário Clientes das IPSS's Concelho	Colaboradora Material diverso Camara Municipal de Sabrosa IPSS'S Concelho
	Dia Mundial da Alimentação _ Dia 16	Workshop sobre a alimentação.	Sensibilizar os clientes para a prática de uma alimentação saudável.	Clientes Centro de Dia Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradora Material diverso Frutas Gelatinas Nutricionista Camara
	Dia Mundial da Terceira Idade/ Dia Internacional da Animação _ Dia 28	Atividades lúdico-recreativas/ dinamização de jogos.	Promover o convívio e sentimentos diversos;	Clientes Centro de Dia Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradoras Material diverso Jogos
	Dia Mundial do AVC _ Dia 29	Ação de Sensibilização	Informar e sensibilizar sobre as doenças cardiovasculares; Alertar para a necessidade de controlar os principais fatores de risco. Alertar os idosos para os sinais/sintomas do AVC;	Clientes Centro de Dia Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradora Material Audiovisual Enfermeira em Parceria Coração em Ação

Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
NOVEMBRO	Dia Mundial do Cinema _ Dia 5	Ida ao Cinema em Parceria com IPSS's Concelho: Visualização de um Filme Português; Pipocas.	Reavivar memórias; Proporcionar momentos de lazer e descontração; Desenvolver o raciocínio e aptidões de cognição.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Clientes IPSS's Concelho	Colaboradoras Camara Municipal IPSS's Concelho
	Dia de S. Martinho _ Dia 11	Trabalhos manuais alusivos ao tema para decorar Instituição/Mural; Realizar convites/ lembrança; Realizar um Magusto; Baile popular.	Desenvolver a motricidade fina; Desenvolver espírito de grupo; Promover entretenimento; Estimular as capacidades motoras, flexibilidade e mobilidade; Reviver a tradição de São Martinho.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário Direção Colaboradoras	Colaboradoras Materiais diversos Castanhas Sardinhas



Mês	Dia Comemorativo	Atividade	Objetivos	Destinatários	Recursos (Materiais e Humanos) / Parcerias
<b>DEZEMBRO</b>	Inverno_ Dia 21	Trabalhos manuais: _ Decorar o mural/Instituição; _ Decorar árvore de acordo com a estação.	Promover a criatividade e a participação dos idosos; Decorar a instituição com o objetivo de diferenciar as estações do ano; Orientar o utente no tempo.	Clientes Centro de Dia	Colaboradoras Material diverso
	Natal_ Dia 25	Elaborar trabalhos manuais alusivos à época natalícia para decoração da instituição: _ Elaborar um moldura; _ Criar uma coroa de Natal; _ Elaborar o Presépio e árvore de Natal; _ Realizar convites para os clientes.	Viver o Espírito Natalício; Motivar os clientes para esta época festiva; Desenvolver a criatividade e motricidade fina.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário	Colaboradoras Material diverso
	Festa de Natal na Instituição_ Dia a definir	Almoço convívio entre clientes de Centro de Dia e SAD, Colaboradores, Direção; _ Atuação de grupo musical/Dança (a definir); _ Lanche convívio; _ Entrega de presentes aos Idosos.	Fomentar as relações interpessoais. Proporcionar o convívio entre clientes, colaboradores, direção.	Clientes Centro de Dia Clientes Serviço de Apoio Domiciliário, Colaboradores Direção	Grupo de Musica ou dança Direção Colaboradoras Almoço Presentes

## CONCLUSÃO

Finda a apresentação dos trabalhos calendarizados e os quais nos propomos levar a cabo, desejamos ressaltar que o nosso objetivo transversal é complementar a resposta dada ao nível do apoio das tarefas de vida diária dos nossos clientes com uma promoção da saúde mental.

A saúde mental afigura-se como uma das carências nos mais variados setores da população, tal como em várias faixas etárias. Também na 3ª Idade é momento apropriado para trabalhar e promover a mesma, fornecendo inclusivamente o acesso a ferramentas e estratégias que de outro modo talvez os nossos clientes não tivessem acesso.

Com base nas tarefas sugeridas e consequentes objetivos das mesmas pretendemos ser agentes que promovam o incrementar de bons hábitos ao nível da alimentação, higiene e atividade física, ao nível das relações e ainda hábitos de saúde mental que resultem num envelhecimento ativo e com qualidade.

De ressaltar que as atividades propostas estão sujeitas a alterações podendo assim ser substituídas ou realizadas outras atividades que no momento sejam pertinentes.

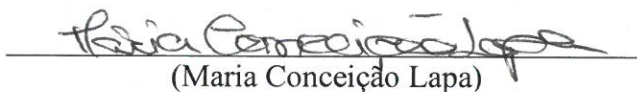
É intuito sempre proporcionar aos idosos o seu bem-estar, motivando-os com atividades que vão de encontro aos seus gostos e capacidades, mantendo-os ativos.

O Presidente


(Pe. José Oscar Teixeira Mourão)

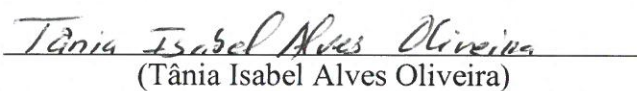
Fundação Patronato de Santo António  
Centro de Dia  
S.A.D. – Serviço de Apoio Domiciliário  
Contribuinte n.º 500 998 965  
Av. General Alves Pedrosa  
5060-303 SABROSA  
Tel. 259 931 280 - Fax 259 931 261  
E-mail: fps.antonio@sapo.pt  
A Diretora Técnica

---

(Maria Conceição Lapa)

Técnica Superior de Serviço Social

---

(Tânia Isabel Alves Oliveira)

**Sabrosa, 24 Novembro de 2022**