



Associação **D**esportiva **C**ultural **R**ecreativa de **A**ntes

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO



2022

Sempre que impresso é considerado “cópia não controlada”, não sendo sujeito a atualizações.

Consciência Ambiental: Evite imprimir documentos desnecessariamente.



1. CONVOCATÓRIA DE ASSEMBLEIA GERAL



N.º: 0002/2021

CONVOCATÓRIA

Nos termos da alínea c) do número 2 do artigo 22º dos estatutos, convoco a Assembleia Geral para reunir em sessão ordinária no próximo dia 17 de dezembro de 2021, sexta-feira, pelas 19:00 horas, na sede da Associação, com a seguinte ordem de trabalhos:

1. **Leitura e votação da ata da sessão anterior;**
2. **Apreciação e votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2022, nos termos do Art.º 22º dos Estatutos;**
3. **Análise da comunicação da DGSS-Revisão dos Estatutos;**
4. **Meia hora para tratar de qualquer assunto de interesse para a ADCRA.**

Não se verificando à hora marcada a presença de mais de metade dos Associados com direito a voto, a Assembleia reunirá trinta minutos depois com qualquer número de presenças.

NOTA: Em face da Pandemia de COVID-19, o acesso e permanência no local da reunião implica o rigoroso cumprimento das normas impostas pela DGS, nomeadamente no que à obrigatoriedade de uso de máscara, desinfeção das mãos e distanciamento social diz respeito.

Antes, 25 de novembro de 2021

O Presidente da Mesa da Assembleia



(João Manuel Ferreira Louzado)



2. RELATÓRIO DA DIREÇÃO

Dando cumprimento ao imperativo legal e ao estipulado estatutariamente, a Associação Desportiva, Cultural e Recreativa de Antes (ADCRA) apresenta aos sócios para apreciação, discussão e votação o presente Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2022.

Prestes a terminar o ano 2021, verificamos que infelizmente também foi um ano muito difícil e atípico ainda devido à pandemia COVID 19. Existia a expectativa do fim da pandemia ou pelo menos, a melhoria do estado pandémico, mas parece que ainda estamos longe desse acontecimento.

Estamos a tentar “resistir”, mas sinceramente está a ser difícil. Estamos muito fragilizados, cansados e com poucos recursos para continuar a aguentar as fortes percussões sentidas nas atividades e ações do setor social da ADCRA.

A verdade é que o panorama das organizações do setor social já era muito difícil, e agora com a pandemia COVID 19 tudo se tornou ainda mais complicado.

Pre vemos que o ano de 2022 seja igualmente difícil, mas vamos tentar manter a qualidade dos nossos serviços em todas as respostas sociais, com a mesma dedicação, disponibilidade, foco e entrega.

PLANO DE AÇÃO - 2022

O presente “Plano de Atividades e Orçamento 2022” visa a realização de ações consideradas essenciais para a concretização dos objetivos estratégicos definidos para 2022 que constam no “Plano Estratégico 2019/2022, bem como os investimentos que consideramos fundamentais para o bom funcionamento do ano 2022 que passa por:

1. Manter a qualidade dos serviços
2. Fomentar a conformidade e a melhoria contínua
3. Manter e/ou modernizar os recursos materiais e infraestruturas, nomeadamente através de:
 - aquisição de um software de registos da vida diária e gestão
 - compra de um analisador de cloro
 - obtenção de um portátil para o setor da animação
 - aquisição de um depósito de águas
 - finalizar a construção das instalações do arquivo
 - substituição de duas viaturas
 - compra de uma máquina de lavar louça para o SAD



- aquisição de prateleiras duplas em aço inox
 - ajuste no sistema de aquecimento para a resposta social de centro de dia
 - remodelação do sistema solar
 - Compra de um gerador
 - Elaboração de obras para manutenções gerais
4. melhorar a qualificação e desempenho dos colaboradores
 5. melhorar o compromisso ético e moral
 6. melhorar o desempenho económico-financeiro
 7. aumentar a eficácia e eficiência da organização através de parcerias
 8. contribuir para a diminuição da pegada ecológica
 9. melhorar a participação das entidades interessadas

Nesta linha de pensamento, foi elaborado o orçamento previsional para 2022, de modo a garantir que, por um lado os investimentos propostos respondem de facto ao levantamento das necessidades da Instituição, e por outro lado são passíveis de serem executadas.

ORÇAMENTO

Quanto ao futuro, permanece a incerteza, e nesse contexto, foi elaborado o orçamento previsional para 2022". O mesmo foi analisado pela equipa técnica da ADCRA para garantir que os investimentos propostos vão ao encontro das necessidades da instituição. Mantemos as mesmas metodologias e critérios adotados nos orçamentos anteriores, prosseguindo os mesmos objetivos de solidariedade coerentes com a Missão, Visão e Valores desta Instituição.

No entanto, temos de reconhecer que estamos mais fragilizados. Esta pandemia, grosso modo, tem sido sinónimo de diminuição de utentes, quebra de receitas, aumento de gastos associados, aumento do absentismo (baixas médias, assistência à família e isolamentos profiláticos) e alteração da prioridade dos investimentos (remodelação obrigatória dos pavilhões pré-fabricados para reabertura do centro de dia).

Felizmente tivemos alguns apoios, ainda que insuficientes, que ajudaram a minimizar o resultado líquido do exercício negativo.

Para a elaboração do orçamento previsional para 2022 foi assumida uma taxa de inflação já anunciada de 0.9%, apesar de cada uma das rubricas da Demonstração de Resultados ter sido analisada individualmente para melhor projeção. Foram igualmente tidos como valores de suporte



os gastos e rendimentos reais até outubro do corrente ano, bem como os valores reais referentes aos exercícios de 2018, 2019 e 2020.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Está praticamente a completar 2 anos de vivencia neste contexto de pandemia. Julgamos que “o pior já passou”, mas não sabemos o que o futuro nos reserva. Por um lado, temos de tentar recuperar da “pancada” que a pandemia nos deu, e por outro lado temos de arranjar estratégias para o equilíbrio das contas e da sustentabilidade desta associação. Ansiamos por uma mudança positiva e é nessa perspetiva que projetamos o ano de 2022.

Consideramos que este Plano de Ação está muito focado na recuperação e procura do equilíbrio desta instituição. Os investimentos previstos são indubitavelmente em prol da melhoria contínua das condições de conforto e bem-estar dos utentes, das condições de trabalho das colaboradoras e na simplificação das funcionalidades do dia-a-dia desta instituição. Estaremos atentos e, sempre que surjam situações de carácter urgente, as nossas prioridades serão ajustadas.

Contamos e precisamos do vosso apoio. Toda e qualquer ajuda será sempre muito bem-vinda.

Queremos endereçar um agradecimento muito sentido e merecido a todas as colaboradoras da ADCRA que tem sido incansáveis nesta luta contra a pandemia COVID 19. A vossa dedicação, disponibilidade, entrega e o espírito de equipa, não passou despercebido e fez a diferença.

Agradecemos também aos nossos parceiros e em especial à Camara Municipal da Mealhada e a diversas empresas e pessoas singulares que estiveram sempre atentos e solidários connosco e deram-nos o apoio possível quando mais precisávamos.

Agradecemos também a todos os nossos clientes e seus familiares, sócios e demais envolvidos na missão da ADCRA, que não nos abandonaram neste momento difícil e continuaram a acreditar em nós.

Muito obrigado a todos e um grande bem-haja.

A Direção da ADCRA

António José Batista Baixo
Presidente
Miguel
Carlo Frederico Lopes



3. MAPAS FINANCEIROS

DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR NATUREZA

| RENDIMENTOS E GASTOS | PERÍODOS | | | |
|--|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| | Real | | (Previsão) | |
| | 2019 | 2020 | 2021-P | 2022 |
| Vendas e serviços prestados | 522 340,01 | 454 764,43 | 467 351,48 | 517 662,85 |
| Subsídios à exploração | 450 492,38 | 544 561,28 | 492 951,92 | 506 389,72 |
| Trabalhos para a própria entidade | 1 355,48 | 154,83 | 77,86 | 78,56 |
| Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas | 138 118,10 | 94 203,25 | 123 072,47 | 130 595,29 |
| Fornecimentos e serviços externos | 135 984,35 | 187 809,71 | 130 734,20 | 120 226,76 |
| Gastos com o pessoal | 671 513,42 | 697 331,57 | 739 099,24 | 773 753,54 |
| Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões) | 0,00 | 231,66 | 0,00 | 0,00 |
| Outros rendimentos e ganhos | 70 480,51 | 66 660,21 | 41 209,53 | 41 573,18 |
| Outros gastos e perdas | 5 189,16 | 2 256,60 | 1 426,85 | 745,82 |
| EBITDA- Resultado antes depreciações, gastos financ. impostos | 93 863,35 | 84 307,96 | 7 258,02 | 40 382,90 |
| Gastos/reversões de depreciação e de amortização | 126 309,34 | 127 468,89 | 87 925,53 | 75 499,66 |
| EBIT - Resultado operacional (antes gastos financ. impostos) | -32 445,99 | -43 160,93 | -80 667,51 | -35 116,76 |
| Juros e rendimentos similares obtidos | 934,02 | 552,00 | 3,85 | 3,85 |
| Juros e gastos similares suportados | 190,53 | 22,99 | 7,00 | 0,00 |
| Resultado antes de impostos | -31 702,50 | -42 631,92 | -80 670,66 | -35 112,91 |
| Imposto sobre o rendimento do período | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Resultado Líquido do Período | -31 702,50 | -42 631,92 | -80 670,66 | -35 112,91 |



DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR *RESPOSTAS SOCIAIS*

| RENDIMENTOS E GASTOS | EXERCÍCIO 2022 | | | | |
|--|-------------------|-------------------|------------------|-------------------|-------------------|
| | RESPOSTAS SOCIAIS | | | | |
| | CATL | SAD | C. DIA | ERPI | TOTAL |
| Vendas e serviços prestados | 16 248,94 | 189 453,44 | 50 704,62 | 261 255,84 | 517 662,85 |
| Subsídios à exploração | 15 895,09 | 185 327,72 | 49 600,43 | 255 566,48 | 506 389,72 |
| Trabalhos para a própria entidade | 2,47 | 28,75 | 7,69 | 39,65 | 78,56 |
| Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas | 4 099,26 | 47 795,06 | 12 791,69 | 65 909,27 | 130 595,29 |
| Fornecimentos e serviços externos | 3 773,80 | 44 000,40 | 11 776,11 | 60 676,45 | 120 226,76 |
| Gastos com o pessoal | 24 287,38 | 283 177,11 | 75 788,48 | 390 500,56 | 773 753,54 |
| Outros rendimentos e ganhos | 1 304,94 | 15 214,89 | 4 072,06 | 20 981,29 | 41 573,18 |
| Outros gastos e perdas | 23,41 | 272,95 | 73,05 | 376,40 | 745,82 |
| EBITDA- Resultado antes depreciações, gastos financ. impostos | 1 267,58 | 14 779,27 | 3 955,47 | 20 380,58 | 40 382,90 |
| Gastos/reversões de depreciação e de amortização | 2 369,86 | 27 631,25 | 7 395,13 | 38 103,42 | 75 499,66 |
| EBIT - Resultado operacional (antes gastos financ. impostos) | -1 102,28 | -12 851,98 | -3 439,66 | -17 722,84 | -35 116,76 |
| Juros e rendimentos similares obtidos | 0,12 | 1,41 | 0,38 | 1,94 | 3,85 |
| Juros e gastos similares suportados | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Resultado antes de impostos | -1 102,16 | -12 850,57 | -3 439,28 | -17 720,90 | -35 112,91 |
| Resultado Líquido do Período | -1 102,16 | -12 850,57 | -3 439,28 | -17 720,90 | -35 112,91 |



BALANÇO PREVISIONAL

| RUBRICAS | Real 2020 | Previsão 2021 | Orçamento 2022 |
|--|---------------------|---------------------|---------------------|
| ACTIVO | | | |
| Activo não Corrente | | | |
| Activos fixos tangíveis | 986 616,43 | 987 667,02 | 995 143,92 |
| Bens do Património Histórico e cultural | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Propriedades de investimento | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Activos intangíveis | 5 317,68 | 8 623,61 | 7 213,40 |
| Investimentos financeiros | 5 403,45 | 5 889,10 | 6 374,75 |
| Fundadores/Beneméritos/Patrocin./Doadores/Assoc. e membros | | | |
| | 997 337,56 | 1 002 179,73 | 1 008 732,07 |
| Activo Corrente | | | |
| Inventários | 17 771,95 | 17 880,00 | 20 895,06 |
| Activos Biológicos | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Clientes | 12 359,53 | 15 075,85 | 16 698,80 |
| Adiantamentos a fornecedores | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Estados e outros entes públicos | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fundadores/Beneméritos/Patrocin./Doadores/Assoc. e membros | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Outras contas a receber</i> | 23 796,75 | 23 588,13 | 23 739,45 |
| Diferimentos | 7 610,86 | 7 610,86 | 7 610,86 |
| Outros activos financeiros | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Caixa e depósitos bancários | 123 249,11 | 38 432,27 | 23 083,95 |
| | 184 788,20 | 102 587,11 | 92 028,12 |
| Total do Activo | 1 182 125,76 | 1 104 766,84 | 1 100 760,19 |
| CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO | | | |
| Capital Próprio | | | |
| Fundos | 76 274,87 | 76 274,87 | 76 274,87 |
| Excedentes Técnicos | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Reservas | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Resultados transitados | 852 414,90 | 809 782,98 | 729 112,32 |
| Excedentes de revalorização | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Outras variações no capital próprio | 48 562,43 | 39 986,89 | 31 411,35 |
| Resultado Líquido do Período | -42 631,92 | -80 670,66 | -35 112,91 |
| Total do Capital Próprio | 934 620,28 | 845 374,08 | 801 685,63 |
| PASSIVO | | | |
| Passivo não Corrente | | | |
| Provisões | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Provisões específicas | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Financiamentos obtidos | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Leasings | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Outras contas a pagar | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Passivo Corrente | | | |
| Fornecedores | 30 422,95 | 41 924,03 | 50 761,33 |
| Estado e outros entes públicos | 30 119,81 | 35 159,80 | 37 094,27 |
| Outras contas a pagar | 186 962,72 | 182 308,93 | 211 218,95 |
| Outros passivos financeiros | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 247 505,48 | 259 392,76 | 299 074,56 |
| Total do Passivo | 247 505,48 | 259 392,76 | 299 074,56 |
| Total dos Fundos Patrimoniais e do Passivo | 1 182 125,76 | 1 104 766,84 | 1 100 760,19 |



4. RELATÓRIO E PARECER DO CONSELHO FISCAL

RELATÓRIO E PARECER DO CONSELHO FISCAL

O Conselho Fiscal, no exercício das funções que lhe são atribuídas pela alínea c) do nº 1 do artigo 31 dos Estatutos da ADCRA, reuniu com a Direção e o Contabilista Certificado para o esclarecimento das diferentes rubricas que compõem o orçamento para 2022, que prevê um aumento de rendimentos 6.4% relativamente ao ano anterior e de 1.7% no total de gastos.

O orçamento apresentado para o ano de 2022 prevê investimentos no valor de 82 milhares euros em ações necessárias ao melhoramento das condições da Associação.

Observámos que o orçamento contempla ações no sentido de caminhar numa reposição do que era a ADCRA em 2019, ou seja, antes da pandemia COVID, política esta que concordamos.

Ainda que o orçamento tenha como previsão resultados negativos, existe uma previsão de redução do prejuízo em 58.5%. Somos da opinião que o esforço e a dedicação desta direção impediu que o cenário não fosse mais negativo em 2021 e estamos certos de que em 2022 tomarão as decisões necessárias para cumprir o orçamento ou mesmo superá-lo.

Pelo que explanámos propomos um voto de louvor á Direção pela sua atuação quer neste ano difícil como em todo o seu mandato.

Pelo que este Conselho Fiscal deliberou dar o seu Parecer favorável.

Antes, 14 de Dezembro de 2021

O Conselho Fiscal

António José Fernandes

Artur Paçó

Luís Valente Henriques



5. ANEXOS

PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL (PADP)

| ATIVIDADES COMEMORATIVAS | | | | | | | |
|--------------------------|---|---|---|---|---|----------------------------------|-------------|
| MÊS | NOME DA ATIVIDADE/ DIA COMEMORATIVO | OBJETIVOS ESPECÍFICOS | DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE / ESTRATÉGIA | DESTINATÁRIOS | RECURSOS | | |
| | | | | | MATERIAIS | HUMANOS | FINANCEIROS |
| JANEIRO | Dia de Reis (06/01/2022) | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Relembrar e manter vivas as tradições; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Promover a cultura. | <ul style="list-style-type: none"> Recolher, previamente, algumas músicas alusivas ao “Dia de Reis” junto dos idosos; Cantar as músicas alusivas ao “Dia dos Reis”, ensaiadas previamente com a animadora; Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, coroas para Utentes; Fazer vídeos e/ou fotos da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Instrumentos musicais; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc); Materiais reciclados; Máquina fotográfica. | Animadora - AAD/ASG | 15 € |
| FEVEREIRO | Dia Mundial da Rádio - Dia de São Valentim / Dia da Amizade (14/02/2022) | <ul style="list-style-type: none"> Promover a interação e a comunicação; Desenvolver o espírito de grupo e a sua coesão, promovendo o sentimento de pertença dos Utentes no grupo; | <ul style="list-style-type: none"> Recordar a “rádio” e a sua importância nos tempos em que era o principal meio de informação através de conversa com Utentes – partilha de experiências; Enviar postais através do “Projeto Postal Amigo” para Instituição a definir; | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades | Máquina fotográfica; Aparelhagem/ Colunas. | Equipa Técnica - AAD / ASG | 8€ |



| | | | | | | | |
|-------|---|---|---|---|--|---|--------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio. Promover uma participação social ativa. | <ul style="list-style-type: none"> Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | e interesse) | | | |
| MARÇO | <p>Camaval 02/03/2022 Comemoração (28/02/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Desenvolver o espírito de grupo e a sua coesão, promovendo o sentimento de pertença dos Utentes no grupo.; Promover a interação e a comunicação; Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio. Promover uma participação social ativa. | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística as decorações de Carnaval e decorar a Instituição; Realização de “Baile de Máscaras”; Lanche convívio; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Tecidos/Linhas; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc); Materiais reciclados; Pen; Coluna.</p> | <p>Equipa Técnica - AAD / ASG</p> | 22€ |
| MARÇO | <p>Dia da Mulher (08/03/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Estimular a auto-estima; Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio. | <ul style="list-style-type: none"> Preparação de decoração do Evento; Almoço só para Utentes Mulheres; Tarde musical; Envio de lembrança para Utentes de SAD; Tirar fotografias / vídeos ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes, do sexo feminino, de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Almoço; Pen; Coluna; Máquina fotográfica;</p> | <p>Equipa Técnica - AAD / ASG</p> | Imputado ao geral. |



| | | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|--|--|--------------------------|
| | | | | | | | |
| MARÇO | <p>Dia de São José / Dia do Pai (19/03/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Promover a autoestima e o sentimento de pertença; Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Almoço só para Utentes Homens; Realização de jogos tradicionais com música; Envio de lembrança para Utentes de SAD; Tirar fotografias / vídeos ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes sexo masculino, de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Lanche; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc); Jogos Tradicionais; Pen; Coluna Máquina fotográfica.</p> | <p>Equipa Técnica - AAD / ASG</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| ABRIL | <p>Celebração da Páscoa (17/04/2022 e 18/04/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Relembrar hábitos, tradições e experiências vividas e manter vivas as tradições religiosas; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Expressar a fé; Estimular motricidade fina. | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, as lembranças da Páscoa e as decorações da Instituição; Decorar a Instituição; Visualização de filme e Eucaristia de Páscoa na TV; Celebração da Eucaristia na ADCRA mês de Abril; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Objetos sagrados; Doces alusivos à época; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras;</p> | <p>Direção - Equipa Técnica - AAD / ASG - Pároco</p> | <p>40€</p> |



| | | | | | | | |
|-------|---|--|--|---|---|--------------------------------------|--------------------------|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> Distribuir as lembranças a todos os utentes séniores; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | | <p>cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc); Máquina fotográfica.</p> | | |
| ABRIL | <p>Dia da Liberdade em Portugal - 25 de Abril (25/04/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Relembrar hábitos, tradições e experiências vividas e manter vivas as tradições; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; | <ul style="list-style-type: none"> Visualização de documentário relacionado com o tema, seguido de “debate” com partilha de experiências; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Computador; Máquina fotográfica.</p> | <p>Animadora</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| MAIO | <p>Dia da Mãe (01/05/2022) Comemoração (02/05/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, elementos de decoração relacionados com o tema e lembrança para as Mães; Decorar a Instituição; Passeio pelo Jardim da Instituição; | <p>Utentes, sexo feminino, de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades</p> | <p>Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc);</p> | <p>Animadora - AAD / ASG</p> | <p>Imputado no geral</p> |



| | | | | | | | |
|------|--|---|---|---|---|-----------------------------|------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Promover a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo. | <ul style="list-style-type: none"> Apanhar flores e fazer um “arranjo” para cada sala; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | e interesse) | Computador; Cabos; Televisão; Máquina fotográfica. | | |
| MAIO | <p>Celebrações da Aparição de Nossa Senhora de Fátima (13/05/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Relembrar hábitos, tradições e experiências vividas e manter vivas as tradições religiosas; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Expressar a fé. | <ul style="list-style-type: none"> Assistir em direto às transmissões televisivas das celebrações da Aparição de Nossa Senhora de Fátima; Fazer arranjo floral em homenagem a Nossa Senhora de Fátima e colocar junto da imagem da mesma; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | Televisão; Flores; Tesoura; Esponja; Verdura; Jarra; Máquina fotográfica. | Animadora - AAD / ASG | 8€ |
| MAIO | <p>Dia Internacional da Família (15/05/2021) Comemoração (16/05/2021)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover a autoestima e o sentimento de pertença; Fomentar uma participação social ativa. Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Organizar uma videochamada de grupo com várias famílias e projetar na parede do salão polivalente para vários Utentes. Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades</p> | Máquina fotográfica; Computador; Cabo de dados. | Animadora | Sem custos associados. |



| | | | | | | | |
|-------|---|--|--|---|---|---|--------------------------|
| | | | Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | e interesse) | | | |
| JUNHO | <p>Dia Internacional do Piquenique (18/06/2022) Comemoração (20/06/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Reviver memórias; Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio. Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. | <ul style="list-style-type: none"> Levantamento de utentes interessados; Realização de um piquenique em espaço exterior, a definir. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Lanche; Mantas; Chapéus; Protetor solar; Transporte.</p> | <p>Equipa Técnica - AAD/ASG</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| JUNHO | <p>Santos Populares (29/06/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Recordar hábitos e tradições e relembrar experiências vividas; | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, os motivos decorativos alusivos aos Santos Populares; Almoço convívio com pratos típicos (ex. sardinha, caldo-verde...) | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Almoço; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas;</p> | <p>Equipa Técnica - AAD/ASG -</p> | <p>Imputado no geral</p> |



| | | | | | | | |
|-------|---|--|---|---|---|--------------------------------|-------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Promover o sentimento de pertença ao grupo; Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar uma tarde dançante, com músicas alusivas ao tema (e marchas promovidas pelos Colaboradores e Utentes); Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | | colas; pincéis, etc); Máquina fotográfica. | Encarregada de Serviços Gerais | |
| JULHO | Dia Mundial do Chocolate (07/07/2022) | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Recordar hábitos e tradições e relembrar experiências vividas. | <ul style="list-style-type: none"> Confeção de salame de chocolate; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Ingredientes necessários à confeção; Papel de alumínio Máquina fotográfica. | Animadora - AAD/ASG | 18€ |
| JULHO | Dia Mundial dos Avós (26/07/2022) | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; | <ul style="list-style-type: none"> Pedir mensagens aos netos e fazer vídeo para mostrar aos Utentes e /ou o contrário. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD | Computador; Máquina fotográfica. | Equipa Técnica - AAD/ASG | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|----------|--|--|---|---|---|---|-------------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Promover a autoestima e o sentimento de pertença; Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Tirar fotografias/vídeos ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | (Que tenham potencialidades e interesse) | | | |
| AGOSTO | <p>Dia Mundial da Fotografia (19/08/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover a autoestima e a autoconfiança; Promover a participação social ativa; Reviver memórias. | <ul style="list-style-type: none"> Pedir fotografias “antigas” aos Utentes/familiares de forma a fazer montagem, com identificação da pessoa que estiver na imagem e afixar no placard de cada sala. Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Computador; Impressora; Folhas.</p> | <p>Animadora</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| SETEMBRO | <p>26º Aniversário da ADCRA (04/09/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Promover o sentimento de pertença ao grupo; Fomentar a comunicação verbal; | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, motivos decorativos; Decorar a Instituição; Comemorar o aniversário da ADCRA com a celebração de uma Eucaristia, seguida de um lanche-convívio; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD | <p>Lanche; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão;</p> | <p>Todos os Colaboradores da Instituição - Pároco</p> | <p>A definir pela Direção</p> |



| | | | | | | | |
|----------------|--|---|---|--|--|--|--------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. | <ul style="list-style-type: none"> Envio de mensagem e bolo para Utentes de SAD e CD; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | (Que tenham potencialidades e interesse) | <p>cartolinas; colas; pincéis, etc); Objetos Sagrados; Máquina fotográfica.</p> | | |
| OUTUBRO | <p>Dia Internacional do Idoso, da Música (01/10/2022) Comemoração (a definir)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Promover a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo; Promover uma participação social ativa; Fomentar a comunicação verbal; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar tarde musical seguida de um lanche-convívio; Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística uma lembrança para enviar para os utentes de SAD; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Lanche; Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc); Máquina fotográfica.</p> | <p>Equipa Técnica - AAD/ASG</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| OUTUBRO | <p>Dia Mundial da Alimentação (16/10/2021)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover hábitos de alimentação saudáveis; Reconhecer os malefícios de uma alimentação incorreta. | <ul style="list-style-type: none"> Convite a nutricionista para Palestra acerca de Alimentação Saudável; Elaboração de sobremesa saudável em conjunto com Utentes; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades</p> | <p>Ingredientes para confeção da sobremesa (a definir); Máquina fotográfica</p> | <p>Nutricionista - Animadora</p> | <p>10€</p> |



| | | | | | | | |
|-----------------|--|--|--|---|--|--|-------------------|
| | | | | e interesse) | | | |
| NOVEMBRO | Dia Internacional do Cinema (05/11/2021) | <ul style="list-style-type: none"> Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Reviver vivências; Reduzir os níveis de ansiedade e stress; | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística pequenos “baldes” de pipocas; Visualização de filme (a escolher pelos utentes); Confeção de pipocas, por funcionárias da Cozinha; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Ingredientes necessários para a confeção;</p> <p>Copos;</p> <p>Projedor;</p> <p>Computador;</p> <p>Colunas;</p> <p>Máquina fotográfica;</p> | <p>Animadora</p> <p>-</p> <p>AAD/ASG</p> <p>-</p> <p>Colaboradoras Cozinha</p> | 5€ |
| NOVEMBRO | Dia de S. Martinho (11/11/2022) | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Estimular a memória e lembrar e manter vivas as tradições; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; | <ul style="list-style-type: none"> Apanhar caruma; Preparar, previamente, o corte das castanhas com os Utentes; Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística decorações relativas ao tema; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades</p> | <p>Castanhas;</p> <p>Jeropiga;</p> <p>Lanche;</p> <p>Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras;</p> | <p>Todos os Colaboradores da Instituição</p> | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|----------|--|---|---|--|--|---------------------------------------|------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Promover o sentimento de pertença ao grupo; Fomentar a comunicação verbal. | <ul style="list-style-type: none"> Envio de castanhas com mensagem para os Utentes de SAD; Realizar uma castanhada no exterior na qual os utentes interessados estarão à volta da fogueira; Realizar tarde musical seguida de lanche convívio com os utentes; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | e interesse) | <p>cartão;</p> <p>cartolinas;</p> <p>colas; pincéis, etc);</p> <p>Máquina fotográfica;</p> <p>Coluna;</p> <p>Pen drive.</p> | | |
| DEZEMBRO | <p>Festa de Natal da ADCRA</p> <p>Preparação</p> <p>(Mês de novembro/ dezembro)</p> <p>Comemoração</p> <p>(a definir)</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; Reforçar os valores sociais e culturais associados à época Natalícia; Partilhar atividades desenvolvidas nas diferentes <i>respostas sociais</i>; Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa; Fomentar a comunicação verbal; Promover o sentimento de pertença ao grupo; | <ul style="list-style-type: none"> Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística decorações relativas ao tema; Elaboração de postal para Utentes de SAD; Realizar vídeo de Natal da Instituição, com Utentes e Colaboradores, para apresentação na “Festa de Natal”; Preparação e apresentação de teatro pelas Colaboradoras; Decoração da Instituição; Realizar um lanche-convívio; Entregar as prendas de Natal a todos os utentes; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> <p>-</p> <p>Colaboradores</p> <p>-</p> <p>Órgãos sociais da ADCRA</p> | <p>Lanche;</p> <p>Materiais de desgaste (tintas; colas; papel; tesouras; cartão; cartolinas; colas; pincéis, etc);</p> <p>Árvores de Natal e decorações;</p> <p>Máquina fotográfica.</p> | Todos os Colaboradores da Instituição | A definir pela Direção |



| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Estimular as relações pessoais entre a família, outros utentes e colaboradores da ADCRA. | <ul style="list-style-type: none"> Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior divulgação na rede social Facebook e/ou no site institucional da ADCRA. | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

ATIVIDADES ROTINEIRAS

| CALENDARIZAÇÃO | NOME DA ATIVIDADE / ATELIER | OBJETIVOS GERAIS | DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE / ESTRATÉGIA | DESTINATÁRIOS | RECURSOS | | |
|---|--------------------------------|---|---|---|---|-----------|-------------|
| | | | | | MATERIAIS | HUMANOS | FINANCEIROS |
| Todos os meses (a definir no Plano Mensal) | Atividade de Estimulação | <ul style="list-style-type: none"> Estimular e potenciar as capacidades cognitivas e sensoriais, designadamente a atenção, raciocínio lógico, orientação temporo-espacial, cálculo, funções executivas, linguagem e/ou memória; Fomentar a capacidade de comunicação verbal, escrita e/ou leitura; Expor e debater ideias; Relembrar e/ou adquirir conhecimento; Estimular a coesão grupal; Promover o relacionamento interpessoal. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar atividades de estimulação, em grupo ou individualmente; Visualizar e debater filmes, documentários, entre outros. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Lápis; Borracha; Folhas; Computador. | Animadora | 55€ |
| Todos os meses | Atelier de Expressão Artística | <ul style="list-style-type: none"> Estimular a motricidade fina; Treinar a coordenação oculo-manual; | <ul style="list-style-type: none"> Realizar atividades que objetivam a criação de artigos de decoração e lembranças | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI | Materiais de desgaste (tintas; colas; | Animadora | 80€ |



| | | | | | | | |
|--|---------------------------|--|--|---|--|--|-----------------------|
| (a definir no Plano Mensal) | | <ul style="list-style-type: none"> Estimular a concentração e a atenção; Desenvolver a criatividade; Promover o contato com diferentes materiais e técnicas; Sensibilizar para a importância do uso de materiais reciclados. | que envolvam desenho, pintura, moldagem, recorte e/ou colagens. | <ul style="list-style-type: none"> CD (Que tenham potencialidades e interesse) | papel; tesouras; x-ato; cartão; colas; pincéis, etc) | | |
| Mínimo 3 vezes anual (a definir no Plano Mensal) | Tarde Musical * | <ul style="list-style-type: none"> Contribuir para o bem-estar biopsicossocial; Fomentar o gosto pela música; Estimular a coesão grupal; Fomentar a autoestima; Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio; | <ul style="list-style-type: none"> Realizar uma tarde musical com os Utentes. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Computador; Colunas; CD's; Pen; | Equipa Técnica - AAD/ASG | Sem custos associados |
| Todos os meses (a definir no Plano Mensal) | Jogos de Mesa | <ul style="list-style-type: none"> Promover momentos de convívio e bem-estar; Estimular a coesão grupal; Estimular a atenção e concentração. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar, individualmente ou em grupo, jogos de mesa, designadamente cartas, dominó, damas, bingo, loto, xadrez, jogo do galo, entre outros. | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Jogos diversos. | Animadora | 10€ |
| Todo os meses (a definir no Plano Mensal) | Ginástica Sénior * | <ul style="list-style-type: none"> Sensibilizar e estimular para a prática regular de exercício físico; Promover estilos de vida saudáveis; Contribuir para o bem-estar biopsicossocial, minimizando o sedentarismo e o ócio; Minimizar as situações de dependência, prevenindo ou retardando situações de doença; | <ul style="list-style-type: none"> Estimular as capacidades físicas e funcionais dos utentes, através de exercício físico regular que envolva a agilidade, flexibilidade, equilíbrio, coordenação motora e a força muscular; Realizar sessões de Jogo de Boccia; | Utentes de: <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD (Que tenham potencialidades e interesse) | Roldanas; Pedaleiras; Fitas elásticas. | Professor de Educação Física - Animadora | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|--|------------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Estimular a agilidade, flexibilidade, equilíbrio, coordenação motora e a força muscular. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar sessões de Jogo de Bowling; Passeios / caminhadas nos jardins da ADCRA. | | | | |
| <p>Todos os meses (a definir no Plano Mensal)</p> | <p>Atelier de Beleza *</p> | <ul style="list-style-type: none"> Fomentar a autoestima; Promover a boa aparência e hábitos de cuidados de higiene e imagem regulares, por vontade própria. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar atividades de Manicure e Estética; Realizar atividades de Cabeleireiro. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Material de cabeleireiro e estética.</p> | <p>Animadora - AAD/ASG - Cabeleireira</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| <p>Todo o ano (a definir no Plano Mensal)</p> | <p>Celebração da Eucaristia na ADCRA *</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover a participação social ativa; Preservar crenças e cultos religiosos; Promover cerimónias religiosas, momentos de oração e reflexão; Vivenciar a fé. | <ul style="list-style-type: none"> Promover a celebração da Eucaristia na ADCRA, | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD <p>(Que tenham potencialidades e interesse)</p> | <p>Objetos sagrados.</p> | <p>Pároco - Animadora - AAD/ASG</p> | <p>Sem custos associados</p> |
| <p>Todo os meses (Sempre que um utente faz anos)</p> | <p>Celebração de Aniversários*</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover a participação social ativa. Estimular as relações pessoais entre a família, outros utentes e colaboradores da ADCRA; Promover a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo. | <ul style="list-style-type: none"> Celebrar o aniversário com a entrega do bolo de aniversário; Cantar os parabéns; Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição no Facebook. | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD SAD | <p>Bolo de aniversário; Velas; Fósforos; Máquina fotográfica.</p> | <p>Animadora - Cozinha - AAD/ASG - Direção Técnica</p> | <p>Imputado no geral</p> |
| <p>Mínimo 2 vezes anual</p> | <p>Passeios *</p> | <ul style="list-style-type: none"> Promover a participação social ativa Promover o convívio, bem-estar e o lazer no exterior; Fomentar a coesão grupal. | <ul style="list-style-type: none"> Promover passeios culturais; Visitar museus e outros monumentos; Visitar exposições; | <p>Utentes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ERPI CD | <p>Carrinhas; Lanche.</p> | <p>Animadora - AAD/ASG</p> | <p>Imputado no geral</p> |



| | | | | | | | |
|-----------------------------|--|--|---|--|--|--|--|
| (a definir no Plano Mensal) | | | <ul style="list-style-type: none"> • Visitar espaços ao ar livre, como parques, praias, etc. | (Que tenham potencialidades e interesse) | | | |
|-----------------------------|--|--|---|--|--|--|--|

ATIVIDADES COM “**”SERÃO OU NÃO EXECUTADAS, CONFORME SITUAÇÃO PANDÉMICA (COVID-19).

ORÇAMENTO TOTAL: 271€

ANO DE ATIVIDADES SOCIOPEDAGÓGICAS

ATIVIDADES COMEMORATIVAS

| MÊS | NOME DA ATIVIDADE / DIA COMEMORATIVO | OBJETIVOS ESPECÍFICOS | DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE / ESTRATÉGIA | DESTINATÁRIOS | RECURSOS MATERIAIS | RECURSOS HUMANOS | RECURSOS FINANCEIROS |
|---------|---|---|---|---|-----------------------------------|---|----------------------|
| Janeiro | Dia dos Reis (06/01/2022) | -Relembrar Tradições | - Elaboração de Coroas de Reis | - Utentes do CATL -Utentes do AAAF | -Cartolinas -Tesouras -Cola | - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Imputado no geral |
| | Dia Internacional do Riso (18/01/2022) | -Promover o convívio entre as pessoas que fazem parte da dinâmica | -Sessão de Risoterapia - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | Máquina Fotográfica | -Técnico em Risoterapia -Monitora das respostas | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|-----------|--|--|--|---|---|---|-------------------|
| | | | | | | sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | |
| | Dia Mundial do Puzzle (29/01/2022) | - Testar a capacidade de resolução de problemas. | - Montagem de um puzzle com fotografia do grupo CATL e AAAF durante a semana antecedente. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Máquina Fotográfica - Material Reciclável para moldura | - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | 55€ |
| Fevereiro | Dia do Amor / Dia da Amizade (14/02/2022) | - Promover momentos de convívio, lazer e alegria. - Fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança – colaborador. - Sensibilizar para a valorização do amor e da amizade. - Sensibilizar para o reconhecimento e expressão de sentimentos, emoções e afetos. | - Realizar lembranças do Dia de S. Valentim / Dia da Amizade. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Produtos Alimentares; - Máquina fotográfica. | - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|------------------|---|---|--|---|--|---|-----|
| Fevereiro/ Março | Férias de Carnaval (28/02/2022 a 02/03/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de socialização entre colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Promover a criatividade. - Proporcionar momentos de diversão. - Proporcionar atividades que visem desenvolver conhecimentos e capacidades. | <ul style="list-style-type: none"> - Decorar o CATL com motivos decorativos alusivos ao Carnaval. - Realizar, no Atelier de Expressão Plástica, atividades alusivas ao Carnaval, designadamente decorações de Carnaval. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Materiais e equipamentos necessários à realização das diversas atividades. - Jogos, livros e outros materiais didáticos. - Materiais reutilizáveis e/ou recicláveis - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | 20€ |
|------------------|---|---|--|---|--|---|-----|



| | | | | | | | |
|-------|--------------------------------------|---|--|---|--|---|-----------------------|
| | Baile de Carnaval (02/03/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Valorizar o convívio e a tradição sociocultural. - Promover momentos de socialização entre colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. - Promover a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar um baile de Carnaval na Instituição com concurso de máscara e fato mais original. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Máquina fotográfica . | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa - Encarregada de Serviços Gerais | Sem custos associados |
| Março | Chegada da Primavera (20/03/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Estimular a criatividade. - Sensibilizar para as características desta estação (frutos, cores, sabores, aromas, entre outras). - Sensibilizar as crianças para a necessidade de preservar o meio ambiente. - Promover a interação da criança no meio ambiente. - Desenvolver o gosto em trabalhar com as mãos. - Desenvolver o gosto estético. - Fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Fomentar a coesão grupal. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar, no Atelier de Expressão Plástica, atividades alusivas à Primavera - Elaboração de casinhas para pássaros para decoração no jardim da ADCRA - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Material reciclável. -Material de desgaste. - Tintas. - Tesouras. - Máquina fotográfica . | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa - Auxiliar de Serviços. | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|-------|---|--|--|---|---|---|---------|
| Abril | <p>Férias da Páscoa (06/04/2022 a 18/04/2022)</p> <p>Dinamização de um programa de atividades específico para as Férias da Páscoa (a definir)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de socialização entre colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Promover a criatividade. - Conhecer a cultura gastronómica da época. - Proporcionar atividades que visem desenvolver conhecimentos e capacidades. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar diversas atividades alusivas à Páscoa (visualização de filmes, atividades de expressão plástica, culinária, jogos de tabuleiro, jogos tradicionais, entre outras) com as crianças ao longo das férias da Páscoa. - Decorar o CATL com motivos decorativos alusivos à Páscoa. - Conhecer e experimentar as iguarias da época (Ovos moles/ Bolo da Páscoa): Viagem a Aveiro. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Transporte - Materiais/ equipamentos necessários à realização das diversas atividades. - Jogos, livros e outros materiais didáticos. - Materiais reutilizáveis e/ou recicláveis - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | 170.00€ |
|-------|---|--|--|---|---|---|---------|



| | | | | | | | |
|------|--|--|---|---|---|---|-----------------------|
| Maio | Ação de Sensibilização “Primeiros Socorros Infantis” (06/05/2022) | - Esclarecer alguns procedimentos para a prestação correta dos primeiros socorros à criança em situação urgente. - Promover a partilha de experiências. | - Planear e preparar, atempadamente, e em colaboração com os Bombeiros Voluntários, a Ação de Sensibilização “Primeiros Socorros”. - Elaborar um certificado de participação para todos os participantes. - Tirar fotografias ao longo da - atividade para posterior exposição. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Material audiovisua l. - Cadeiras. - Mesas. - Toalhas. - Máquina fotográfica . | - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Sem custos associados |
| | Realização de Atividade “Dia da Família” (15/05/2022) | | -Elaboração de retrato da família com pedras -Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição. | Utentes do CATL - Utentes das AAAF | -Molduras -Pedras -Cola - Máquina fotográfica | Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Sem custos associados |
| Maio | “Dia Internacional do Brincar” (23/05/2022 a 27/05/2022) | -Promover e experimentar brincadeiras dos tempos dos progenitores. | -Jogos tradicionais (jogo do berlinde, jogo do pião, jogo do elástico, aro de bicicleta, jogo do “Passar o anel”, corrida de carros de rolamentos. -Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição. | Utentes do CATL - Utentes das AAAF | -Elásticos Piões -Berlindes -Aros -Anéis -Carro de Rolamentos s -Máquina fotográfica | Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Sem custos associados |



| | | | | | | | |
|-------|--|--|--|---|--|--|-------------------|
| Junho | Dia Mundial da Criança (01/06/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de convívio, lazer e alegria. - Promover momentos de socialização entre colegas e outras crianças. - Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. - Promover a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo. | <ul style="list-style-type: none"> - Pinturas Faciais e modelagem de balões -Insufláveis -Piquenique no jardim da ADCRA | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF - Crianças de outras instituições concelhias | <ul style="list-style-type: none"> - Mesas de apoio. - Mantas para piqueniqu e. - Requisição interna para confecionar pizzas. | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora da resposta social da Infância - Ajudantes de Ação Educativa - Encarregada de Serviços Gerais | Imputado no geral |
|-------|--|--|--|---|--|--|-------------------|



| | | | | | | | |
|-------|----------------------------------|--|--|---|--|--|-------------------|
| Junho | Santos Populares (29/06/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de convívio, lazer e alegria entre as crianças do CATL e do AAAF - Valorizar o convívio e a tradição sociocultural. - Promover momentos de socialização entre colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança-adulto. - Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. - Promover o sentimento de pertença ao grupo. | <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Artística, motivos decorativos alusivos aos Santos Populares. - Realização de uma barraquinha de comes e bebes para angariação de fundo para as atividades do CATL. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Material de desgaste. - Material audiovisua l. - Máquina fotográfica - Motivos decorativos alusivos aos Santos Populares. -Barraca de Madeira. | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora da infância - Ajudantes de Ação Educativa - Encarregada de Serviços Gerais - Diretora Técnica. | Imputado no geral |
|-------|----------------------------------|--|--|---|--|--|-------------------|



| | | | | | | | |
|---------|--|--|---|---|--|--|---------|
| Julho | Dia Mundial Chocolate | -Comemorar o dia do chocolate apreciando os sabores deste doce | -Confeção de bombons e muffins de chocolate -Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Máquina fotográfica -Moldes de silicone para os bombons -Chocolate | - Monitora da resposta social da Infância - Ajudantes de Ação Educativa - Encarregada de Serviços Gerais | 25€ |
| Julho | Dia Mundial dos Avós (26/07/2022) | - Promover momentos de convívio, lazer e alegria entre os utentes das respostas sociais. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança-adulto. - Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. - Promover a autoestima e o sentimento de pertença. - Fomentar a comunicação verbal. - Promover a intergeracionalidade. | - Fazer lembrança para os avós - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Material de desgaste - Máquina fotográfica | - Monitoras das respostas sociais séniores e da infância - Ajudantes de Ação Educativa - Colaboradores | 20€ |
| Julho / | Férias de Verão (01/07/2022 a 31/08/2022) | - Promover momentos de socialização entre colegas. | - Realizar diversas atividades (visualização de filmes, atividades de expressão plástica, jogos de tabuleiro, jogos tradicionais, passeios, | - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | - Transportes. | - Monitora das respostas | 180,00€ |



| | | | | | | | |
|------------|---|---|--|--|--|---|--|
| Ago sto | Dinamização de um programa de atividades específico para as Férias de Verão (a definir) | <ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Promover a criatividade. - Proporcionar atividades que visem desenvolver conhecimentos e capacidades. | visitas de estudo, ida à piscina/praias, piqueniques, culinária, entre outras) com as crianças ao longo das férias de Verão. | | <ul style="list-style-type: none"> - Materiais e equipamentos necessários à realização das diversas atividades. - Jogos, livros e outros materiais didáticos. - Materiais reutilizáveis e/ou recicláveis . - Máquina fotográfica . | sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | |
|------------|---|---|--|--|--|---|--|



| | | | | | | | |
|----------|---|--|---|---|--|---|------------------------------|
| Setembro | <p>Recepção e Integração das Crianças (01/09/2022 a 30/09/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Acolher as crianças harmoniosamente. - Promover e facilitar a aprendizagem de regras e a adaptação às rotinas do CATL. - Criar um ambiente seguro e estimulante para as crianças. - Desenvolver ou fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Desenvolver ou fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Incentivar ao cumprimento de regras de convivência. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar jogos e brincadeiras que visem facilitar a socialização e o fortalecimento das relações entre as crianças. - Realizar jogos e brincadeiras que visem facilitar a aprendizagem das regras do CATL. - Realizar brincadeiras ao ar livre. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF - Pais e/ou encarregados de educação | <ul style="list-style-type: none"> - Materiais e jogos já existentes no CATL. | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | <p>Sem custos associados</p> |
|----------|---|--|---|---|--|---|------------------------------|



| | | | | | | | |
|----------|--|---|--|---|--|--|-------------------|
| Setembro | Celebração do Outono (comemorado ao longo da semana de 22 a 26 de setembro) | <ul style="list-style-type: none"> - Estimular a criatividade. - Sensibilizar para as características desta estação (frutos, cores, sabores, aromas, outras). - Sensibilizar as crianças para a necessidade de preservar o meio ambiente. - Promover a interação da criança no meio ambiente. - Desenvolver o gosto em trabalhar com as mãos. - Desenvolver o gosto estético. - Fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Fomentar a coesão grupal. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar saídas ao exterior para recolha de materiais provenientes da Natureza. - Realizar, no Atelier de Expressão Plástica, atividades alusivas ao Outono. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Folhas e outros materiais recolhidos na Natureza. - Material de desgaste. - Tesouras. - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Imputado no geral |
| Outubro | Dia Mundial da Alimentação (17/10/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar os Encarregados de Educação para a prática de uma alimentação saudável, variada e equilibrada. - Saber perceber as quantidades e os volumes. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar uma ação de sensibilização sobre "Nutrição e Alimentação" destinada aos Encarregados de Educação e Colaboradores com Nutricionista a designar. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Encarregados de Educação do CATL e da AAAF. | <ul style="list-style-type: none"> - Mesas. - Cadeiras. - Projetor. - PC. - Papel. - Canetas. - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa - Nutricionista - Diretora Técnica | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|--|--|---|---|--|-------------------|
| Outubro | Halloween (31/10/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Vivenciar e valorizar tradições internacionais. - Estimular a criatividade. - Despertar o espírito crítico. - Desenvolver o gosto em trabalhar com as mãos. - Desenvolver o gosto estético. - Fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Fomentar a coesão grupal. - Proporcionar momentos de interação criança-família. | <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar, previamente, no Atelier de Expressão Plástica, os motivos decorativos alusivos ao Halloween para decorar o CATL. - Realização de um concurso de máscaras de Halloween - Expor as fotografias tiradas pelos pais e/ou encarregados de educação. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF - Pais e/ou encarregados de educação | <ul style="list-style-type: none"> - Moldes diversos. - Tesoura. - Material de desgaste | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | Imputado no geral |
| Novembro | Dia Mundial do Cinema (05/11/2022) | <ul style="list-style-type: none"> - Promover a interação e momento de lazer entre as crianças. | <ul style="list-style-type: none"> - Sessão de Cinema com pipocas - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Material audiovisual - Máquina fotográfica. - Tela. - Projetor - Mesas -Cadeiras | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora da resposta social da infância -Auxiliares de Ação Educativa - Encarregada de Serviços Gerais | Imputado no geral |



| | | | | | | | |
|-----------------|---|---|--|---|---|--|------------------------------|
| <p>Novembro</p> | <p>Dia do São Martinho (11/11/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Reviver a tradição do S. Martinho de uma forma lúdica; - Promover a preservação das tradições populares; - Favorecer a expressão, através da representação, música e dança; - Fomentar o valor da partilha através da lenda; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização | <ul style="list-style-type: none"> - Decoração da Instituição; - Realização de trabalhos alusivos à época; - Exploração da lenda de S. Martinho; - Magusto; - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior publicação nas redes sociais | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Material de desperdício e de desgaste; - Máquina Fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora da resposta social da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | <p>Imputado no geral</p> |
| <p>Novembro</p> | <p>Início de Preparativos para o Natal (22/11/2022)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Promover a preservação de valores e tradições típicas da época natalícia; - Dar a conhecer temáticas e valores relacionados com esta época; - Fortalecer as relações adulto-criança e criança-criança. | <ul style="list-style-type: none"> - Redação de cartas dirigidas ao Pai Natal pelas crianças da resposta social de CATL e do serviço de AAAF - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior publicação nas redes sociais | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Material de desperdício e de desgaste; - Máquina Fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora da resposta social da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | <p>Sem custos associados</p> |



| | | | | | | | |
|----------|---|---|--|---|--|--|--------------------------|
| Dezembro | <p>Chegada do Inverno (22/12/2022) Comemorado ao longo da semana de 20 a 23 de dezembro</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Estimular a criatividade. - Sensibilizar para as características desta estação (frutos, cores, sabores, aromas, temperaturas, desportos, roupas, outras). - Promover a interação da criança no meio ambiente. - Desenvolver o gosto em trabalhar com as mãos. - Fomentar o espírito criativo. - Fortalecer a socialização e as relações com os colegas. - Fomentar a coesão grupal. | <ul style="list-style-type: none"> - Explorar e utilizar materiais de forma, cor e texturas diferentes. - Realizar, no Atelier de Expressão Plástica, atividades alusivas ao Inverno. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Folhas e outros materiais recolhidos na Natureza. - Material de desgaste. - Tesouras. - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância de Ação Educativa | <p>Imputado no geral</p> |
|----------|---|---|--|---|--|--|--------------------------|



| | | | | | | | |
|----------|---|--|--|---|--|---|--------|
| Dezembro | <p>Férias de Natal (18/12/2022 a 31/12/2022)</p> <p>Dinamização de um programa de atividades específico para as Férias de Natal (a definir)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de socialização entre colegas. - Fortalecer a socialização e as relações de confiança criança - colaborador. - Promover a criatividade. - Conhecer a cultura gastronómica da época. - Proporcionar atividades que visem desenvolver conhecimentos e capacidades. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar diversas atividades alusivas ao Natal (visualização de filmes, atividades de expressão plástica, jogos de tabuleiro, jogos tradicionais, culinária, entre outras) com as crianças ao longo das férias de Natal. - Decorar o CATL com motivos alusivos ao Natal. -Elaboração de postal de Boas Festas para as crianças entregarem às suas famílias. - Conhecer e experimentar as iguarias desta época natalícia. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF | <ul style="list-style-type: none"> - Transportes. - Materiais e equipamentos necessários à realização das diversas atividades. - Jogos, livros e outros materiais didáticos. - Materiais reutilizáveis e/ou recicláveis - Máquina fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das respostas sociais da Infância - Ajudantes de Ação Educativa | 50.00€ |
|----------|---|--|--|---|--|---|--------|



| | | | | | | | |
|------------------------|--|---|---|---|--|---|--|
| Dezembro | <p align="center">Festa de Natal da ADCRA (a definir)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Promover momentos de bem-estar, alegria e convívio. - Reforçar os valores sociais e culturais associados à época Natalícia. - Partilhar atividades desenvolvidas nas diferentes <i>respostas sociais</i>. - Promover a intergeracionalidade. - Fomentar a coesão grupal e uma participação social ativa. - Fomentar a comunicação verbal. - Promover o sentimento de pertença ao grupo. - Estimular as relações pessoais entre a família, outros utentes e colaboradores da Instituição. | <ul style="list-style-type: none"> - Decorar os espaços da ADCRA para receber a atividade, designadamente com fotografias das diversas atividades realizadas ao longo do ano. - Realizar um lanche-convívio. - Entregar as prendas de Natal a todos os utentes. - Tirar fotografias ao longo da atividade para posterior exposição nos quadros. | <ul style="list-style-type: none"> - Utentes do CATL - Utentes das AAAF - Familiares e amigos de utentes - Colaboradores - Órgãos sociais da ADCRA | <ul style="list-style-type: none"> - Requisição interna para confeccionar o lanche-convívio. - Material audiovisuais. - Materiais necessários à decoração do espaço. - Máquina fotográfica - Transporte | <ul style="list-style-type: none"> - Monitora das <i>respostas sociais</i> da infância - Diretoras Técnicas - Setor da Cozinha | <p align="center">A definir pela Direção</p> |
| ORÇAMENTO TOTAL | | | | | | | 520.00** |