

CSP BENFEITA

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL

PLANO DE ACTIVIDADES 2026



Yani, 6.15
CS
D

INTRODUÇÃO

O Centro Social e Paroquial de Benfeita no âmbito da sua ação, presta serviços e cuidados nas respostas sociais: ERPI (Estrutura Residencial Pessoas Idosas), Centro de Dia e SAD (Serviço Apoio Domiciliário)

O presente plano de tem como objetivo principal, apresentar as atividades a serem dinamizadas no ano 2026, constituindo um instrumento de trabalho.

Com base no levantamento das necessidades e interesses de cada utente, este plano manterá a maior parte das atividades já decorridas nos anos anteriores, sendo o objetivo promover o bem-estar, a participação ativa mediante o interesse manifestado pelos utentes.



Handwritten signature and stamp. The stamp includes the text "2025" and "1507".

PLANEJAMENTO ANUAL

[Assinatura]
Fátima Costa
14/01/2026

Mês de Janeiro					
DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
6 - Dia de Reis Magos	Encenação da história dos Reis Magos. Lanche convívio alusivo ao dia a comemorar.	Proporcionar momentos de convívio e relembrar tradições antigas.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora e colaboradoras ao serviço.	Materiais de desgaste necessários para a realização da ação.
Mês de Fevereiro					
DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
11 - Dia Mundial do Doente	Concretizar uma visita aos doentes da comunidade, oferecendo uma simbólica lembrança.	Promover a autoestima e transmitir palavras de conforto e esperança.	Utentes de Apoio Domiciliário.	Animadora e diretora técnica.	Materiais de desgaste para a realização da atividade.
14 -Dia dos Namorados	Através da elaboração de trabalhos manuais com os utentes serão criadas decorações para a decoração do refeitório. Oferecer um lanche simbólico ao dia a assinalar.	Estimular a criatividade e a motricidade. Fortalecer laços de afetos.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora e colaboradoras ao serviço.	Materiais de desgaste para a realização da atividade.
Dia a agendar - Convívio Carnaval Inter-Institucional	Convívio de carnaval entre utentes das instituições do Alto-Concelho.	Acolhimento dos utentes, promovendo momentos de animação. Relembrar tradições e promover a participação e o convívio entre os utentes das IPSS'S.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora, diretora técnica e colaboradoras ao serviço.	Material de desgaste necessário para a realização da atividade.

Mês de Março

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
8 - Dia Internacional da Mulher	Entregar às mulheres que fazem parte da instituição uma lembrança alusiva ao dia.	Simbolizar e valorizar o papel da mulher.	Utentes de ERPI, Centro de Dia, Apoio Domiciliário e Colaboradoras.	Animadora.	Material de desgaste necessário para a lembrança.
19 - Dia do Pai	Elaborar uma lembrança para os pais, juntamente com uma mensagem alusiva ao dia e promover um lanche convívio.	Simbolizar o dia e valorizar o papel do pai.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora e colaboradoras ao serviço.	Material de desgaste necessário para a lembrança. Bens alimentares para a confeção do lanche.

Mês de Abril

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
Páscoa	Através da elaboração de trabalhos manuais com os utentes serão criadas decorações alusivas à época.	Estimular a criatividade, concentração e motricidade.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Material de desgaste necessário para a concretização das decorações.
Dia a agendar - Convívio de Páscoa	Missas pascal, seguida de almoço convívio entre utentes, direção e colaboradoras.	Promover o convívio entre utentes, direção e colaboradoras, proporcionando momentos de lazer e bem-estar.	Utentes de ERPI, Centro de Dia, Apoio Domiciliário, Direção e Colaboradoras.	Colaboradoras ao serviço.	Recursos necessários para a dinamização da ação.
7 – Dia da Saúde	Dinamização de uma ação de informação sobre um tema a definir.	Informar e sensibilizar para a promoção de boas práticas e identificar comportamentos de risco para a saúde.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Enfermeira	Recursos necessários para a dinamização da ação.

Mês de Maio

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
3 - Dia da Mãe	Envolver os filhos, reforçando o laço familiar na criação de uma lembrança, valorizando o papel da mãe. Promover um lanche convívio.	Valorizar a importância do papel de uma mãe na vida de um filho.	Utentes de ERPI.	Animadora e familiares dos utentes	Material necessário para realizar a lembrança. Bens alimentares para a confeção do lanche.
3 - Dia da Mãe	Elaborar uma lembrança para as mães que fazem parte da instituição e promover um lanche convívio.	Valorizar o papel da mãe no seio familiar.	Utentes de Centro de Dia, Apoio Domiciliário.	Animadora e colaboradoras ao serviço.	Materiais necessários para a elaboração da lembrança. Bens alimentares para a confeção do lanche.
Mês de Maria	Passeio ao santuário de Fátima.	Proporcionar momentos de oração e assistir à Eucaristia.	Utentes de ERPI, Centro de Dia, Apoio Domiciliário	Colaboradoras ao serviço	Transporte adaptado para pessoas com mobilidade reduzida e transporte ligeiro de passageiros.
14 - Dia da Espiga	Elaborar um ramo da espiga e falar do seu simbolismo. Promover uma tarde de convívio entre os utentes.	A importância em manter as tradições e relembrar os costumes.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais necessários para a criação do ramo.
15 - Dia da Família	Promover uma atividade que evidencie a importância da família.	Enfatizar a importância do papel da família. Promover a aproximação entre os utentes.	Utentes de ERPI, Centro de Dia	Animadora.	Material necessário para a concretização da atividade.

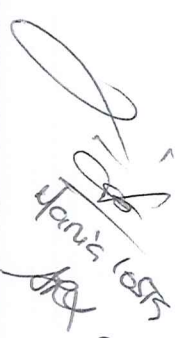
[Assinatura]
Márcia Costa
CSP

Plano de Atividades 2026

Mês de Junho

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
Dia a agendar - Santos Populares	Convívio com sardinhada e animação.	Promover as tradições e o convívio entre os utentes.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais necessários de desgaste para a concretização do convívio.
18 - Dia do Piquenique	Realizar um piquenique (local a definir) com os utentes.	Proporcionar uma tarde de lazer e convívio.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Transporte adaptado para pessoas com mobilidade reduzida e transporte ligeiro de passageiros. Bens alimentares para a confeção do piquenique.
Dia a agendar - Dia de Passeio	Passar o dia numa praia (local a definir).	Proporcionar aos utentes um contacto com a praia, promovendo momentos de bem-estar e lazer.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Transporte adaptado para pessoas com mobilidade reduzida e transporte ligeiro de passageiros.
<i>Mês de Julho</i>					
DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
7 - Dia do Chocolate	Realizar uma degustação de vários tipos de chocolates.	Assinalar o dia e proporcionar uma degustação ao nível do doce.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Vários tipos de chocolate.
26 - Dia dos Avós	Promover um convívio entre utentes através da realização de jogos interativos relacionados com o dia.	Sinalizar o dia e reforçar a importância do papel dos avós.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais de desgaste para a realização do convívio bem como os materiais necessários para a realização dos jogos.

Dia a agendar - Dia de Passeio	Passar o dia numa praia (local a definir).	Proporcionar aos utentes um contacto com a praia, promovendo momentos de bem-estar e lazer.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Transporte adaptado para pessoas com mobilidade reduzida e transporte ligeiro de passageiros.
Dia a agendar - Sabores da Freguesia	Tarde cultural com amostra gastronómica e animação com grupos da região.	Confeccionar docearia típica e outras iguarias da zona, relembrando sabores e tradições. Envolver a comunidade na vida da instituição	Utentes de ERPI, Centro de Dia, Apoio Domiciliário e Comunidade em Geral.	Colaboradoras e comunidade em geral.	Materiais de desgaste para a realização da atividade.
Mês de Outubro					
DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
1 - Dia Internacional do Idoso	Promover uma tarde de animação e convívio.	Promover a interação e socialização, através de momentos de alegria e festa. Valorizar o papel do idoso, simbolizando o dia.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Material de desgaste para a realização do convívio
16 - Dia Mundial da Alimentação	Elaborar o abecedário dos alimentos.	Mostrar a importância de uma boa alimentação e os benefícios dos alimentos na prevenção de algumas doenças.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora.	Materiais de desgaste para a realização do abecedário.
16 - Dia Mundial da Alimentação	Dinamização da ação de informação e sensibilização para os benefícios de uma alimentação saudável.	Mostrar a importância de uma boa alimentação e os benefícios dos alimentos na prevenção de algumas doenças.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Nutricionista.	Equipamento necessário para a dinamização da ação.



Maria Costa

Plano de Atividades 2026

Mês de Novembro

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
5 - Dia do Cinema	Visionamento de um filme português.	Assinalar o dia e recrear uma tarde diferente.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Computador, tela e retroprojetor.
Magusto	Criação de peças de decoração alusivas à época.	Promover a criatividade, concentração e motricidade.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora	Materiais de desgaste necessário para a criação das peças de decoração.
11 - Dia do Magusto	Comemoração do magusto com convívio entre os utentes.	Relembrar hábitos e costumes antigos.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais necessários para a realização do convívio.

Mês de Dezembro

DATA/AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
4 - Dia da Bolacha	Confeção de bolachas artesanais.	Oferecer um minhinho aos utentes e simbolizar o dia.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Animadora	Ingredientes necessários para a confeção das bolachas.
Natal	Preparação das decorações de natal para colocar nos espaços comuns.	Promoção da criatividade, concentração e motricidade.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Materiais necessários para a concretização das decorações.
Dia a agendar - Festa de Natal	Celebração da Eucaristia, almoço convívio entre utentes, dirigentes e colaboradoras. Tarde recreativa e convívio	Comemorar a época natalícia, revivendo tradições e crenças. Proporcionar momentos bem-estar e confraternização.	Utentes de ERPI, Centro de Dia, Apoio Domiciliário, dirigentes e colaboradoras.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais necessários para a realização da festa.

[Handwritten signatures and initials]

Plano de Atividades 2026

Dia a agendar - Natal em Família	Uma tarde de afetos entre utentes e familiares, com animação e convívio.	Promover a aproximação entre os utentes e os seus familiares. Comemoração da época natalícia.	Utentes de ERPI e Familiares.	Colaboradoras ao serviço. Outros recursos exteriores para a dinamização da ação.	Materiais necessários para a realização da ação.
--	--	---	-------------------------------	---	--

PLANTIFICAÇÃO MENSAL

Handwritten signature and initials
15503
641.

Plano de Atividades 2026

Todos os Meses

AÇÃO	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
Aniversário dos Utentes	Cantar os parabéns oferecendo simbolicamente um bolo e fazer um registo fotográfico.	Preservar a identidade e promover o bem-estar psicológico e social dos utentes	Utentes de ERPI	Colaboradoras ao serviço.	Materiais de desgaste para a realização da atividade.
Aniversário dos Utentes	Simbolizar o dia de aniversário do utente com a oferta de um doce e uma lembrança que contemple uma mensagem.	Preservar a identidade e promover o bem-estar psicológico e social dos utentes	Utentes de Centro de Dia e Apoio Domiciliário.	Colaboradoras ao serviço.	Materiais de desgaste para a realização da atividade.

PLANEJAMENTO SEMANAL

Plan's lists
idg.

Plano de Atividades 2026

DATA	AÇÃO	OBJETIVOS	DESTINATÁRIOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS
Segunda-feira	Ginástica sênior (parceria com o CLDS e Município de Arganil)	Desenvolvimento das capacidades físicas, combater o sedentarismo e promover a autoestima.	Utentes de ERPI e Centro de Dia	Animadora e professor de educação física.	Bolas, cadeiras, balões....
Terça-feira	Trabalhos manuais.	Desenvolver e estimular a criatividade, desenvolver a motricidade e coordenação.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Tesouras, tintas, papéis, colas, pincéis, canetas, lápis...
Quarta-feira (manhã)	Dinamização de jogos	Aumentar a atividade cerebral e retardar os efeitos da perda de memória	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Jogos.
Quarta-feira (tarde)	Cuidados de beleza	Promover o auto-estima dos utentes.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	material para a realizar os cuidados.
Quinta-feira	Alfabetização e cálculo.	Adquirir e relembrar aprendizagens. Promover a estimulação cognitiva.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Fichas de exercícios.
Sexta-feira	Trabalhos manuais.	Desenvolver e estimular a criatividade, desenvolver a motricidade e coordenação.	Utentes de ERPI e Centro de Dia.	Animadora.	Tesouras, tintas, papéis, colas, pincéis, canetas, lápis...

CONCLUSÃO

A planificação das atividades pressupõe principalmente a ocupação e o envolvimento do utente. É fundamental que os utentes participem, se sintam valorizados e que podem contribuir para o seu bem-estar físico e psicológico.

O plano deverá constituir-se orientador ao longo do ano, ainda que assim poderá sofrer algumas alterações, mediante o interesse dos utentes bem como a dinâmica da instituição.

Benfeita Centro Social Paroquial de	
Direção	Diretora Técnica
	
Prof. Isabel Plancha Mendes CGP	Animadora
Ana Maria Peixoto	