

ANEXO 1 – PLANO DE ATIVIDADES 2026

CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

Calendarização	Data Comemorativa	Atividade	Objetivo Geral	Objetivos Específicos
JANEIRO				
06 de janeiro	Dia de Reis	Cantar as Janeiras	Cantar os Reis nas Escolas Parceiras e Domicílios dos Utentes SAD	Promover o convívio; Reviver tradições e memórias de outros tempos.
FEVEREIRO				
14 de fevereiro	Dia de S. Valentim	Criar ímanes de gesso em forma de coração	Assinalar Dia da Amizade	Promover as relações pessoais; Promover a criatividade.
MARÇO				
08 de março	Dia Internacional da Mulher	"SPA" para o corpo e a mente	Comemorar Dia Internacional da Mulher	Proporcionar bem-estar; Dinamizar atividades em grupo, privilegiando as relações entre as mulheres do CSSPVP.
19 de março	Dia do Pai	Comemorar Dia do Pai	Elaboração de muffins para oferecer aos pais do CSSPVP	Relembrar a importância do papel de pai; Proporcionar momento de confraternização aos pais CSSPVP.
ABRIL				
25 de abril	Dia da Liberdade	Somos livres	Elaboração de cravos; Cânticos alusivos ao dia	Estimulação cognitiva; Relembrar memórias/costumes de outros tempos.
MAIO				
03 de maio	Dia da Mãe	Comemoração do Dia da Mãe	Oferta de um trabalho realizado pelos utentes	Relembrar a importância do papel da mãe; Proporcionar momento de confraternização às mães CSSPVP.

15 de maio	Dia Internacional da Família	Momentos em Família	Lanche convívio entre utentes e a família	Incentivar e promover relações pessoais; Prevenir o isolamento social.
JUNHO				
29 de junho	S. Pedro	Arraial S. Pedro	Criar ambiente alusivo ao arraial de S. Pedro	Proporcionar novas memórias e reviver memórias passadas; Criar momento de bem-estar físico e social; Promover momentos de convívio e lazer.
JULHO				
26 de julho	Dia Mundial dos Avós	Dia dos Avós	Lanche convívio com os avós e netos	Promover relações intergeracionais; Prevenir o isolamento social; Criar novas memórias.
AGOSTO				
agosto (data a definir)	Viver o Verão	Piquenique no Ribeirais	Realizar piquenique no Parque de Merendas da Freguesia	Proporcionar novas memórias e reviver memórias passadas; Criar momento de bem-estar físico e emocional; Promover momentos de convívio e lazer.
SETEMBRO				
25 de setembro	Passeio Anual	Passeio (local a definir)	Atividade integrada nas comemorações do 26º aniversário CSSPVP	Proporcionar novas experiências; Promover o convívio fora do contexto institucional
30 de setembro	26º Aniversário CSSPVP	Aniversário	Lanche comemorativo para utentes, sócios e dirigentes	Proporcionar e promover momentos de lazer; Promover bem-estar emocional; Enriquecer laços e fortalecer as relações sociais; Criar memória e sentido de identidade.

OUTUBRO				
01 de outubro	Dia Internacional do Idoso	O que é ser idosos nos dias de hoje?	Criação de um momento de debate	Desenvolver e enriquecer o vocabulário; Promover a atenção e compreensão.
NOVEMBRO				
11 de novembro	Dia de S. Martinho	Relembrar a lenda de S. Martinho Festejar o Magusto	Elaborar cartuchos para as castanhas; Preparar as castanhas para o Magusto; Ouvir a lenda de S. Martinho; Lanche de S. Martinho com os utentes, colaboradores e órgãos sociais	Promover atividades da vida diária; Promover convívio entre utentes e colaboradores e órgãos sociais; Reviver tradições.
DEZEMBRO				
dezembro (data a definir)	Natal	Festa de Natal para a Família CSSPVP	Comemorar o Natal	Proporcionar momento de animação e socialização no CSSPVP; Recriar dinâmicas alusivas à data, revivendo tradições.