AURPIS

Centro de Dia

- LAR E CRECHE -



Plano de Atividades 2027

Código	Revisão	Elaborado por	Aprovado pela
PA.CD.27	06/11/2026	Equipa Técnica CD Lar e ERPI 06/11/2026	Direcção em 09/11/2026

O **Centro de Dia do "Equipamento Lar de Idosos e Creche" da AURPIS** é uma resposta de apoio social para a população idosa e tem como objectivos gerais a promoção da autonomia, integração social e a prevenção da dependência, permitindo que o idoso continue a viver na sua casa junto dos seus pertences e no ambiente que melhor contribui para o seu bem-estar.

Para esta resposta foi celebrado Acordo de Cooperação com a Segurança Social onde se encontram abrangidos 40 utentes que se enquadrem nos seguintes critérios de admissão: vulnerabilidade social e económica, risco de isolamento social, ausência de rede familiar/social para a prestação dos cuidados/acompanhamento e que sejam residentes no concelho do Seixal.

Esta resposta funciona de Segunda a Sexta das 08:30h às 17:30h.

São desenvolvidas inúmeras actividades e serviços que pretendem assegurar a satisfação das necessidades básicas do ser humano e o desenvolvimento/estímulo das capacidades e dos potenciais de cada utente, seguindo parâmetros de qualidade institucionais que permitem a prestação de cuidados humanizados e centrados no indivíduo. Estas actividades contribuem para estimular as relações interpessoais e intergeracionais, quebrar o isolamento e a solidão, promovendo assim o envelhecimento activo.

As Actividades Socioculturais e Recreativas são organizadas de acordo com os gostos, costumes e vontades dos utentes e que contribuem para favorecer as relações interpessoais, promover a valorização pessoal e a auto-estima, estimular as capacidades físicas e cognitivas e garantir o bem-estar geral. Estas actividades contribuem ainda para estabilizar ou retardar as consequências negativas associadas ao processo de envelhecimento, atrasando assim o processo de integração em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

É desta forma que pretendemos que o Centro de Dia seja um recurso da comunidade, distinguido pela sua qualidade, sempre disponível para construir e alargar parcerias com serviços e entidades externas, de forma a constituir uma resposta eficaz e eficiente às diversas situações/problemas que diariamente são identificados.

Plano de Actividades e Serviços Prestados para a Resposta Social Centro de Dia - 2027

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos Humanos / Materiais	Calendarização
Assegurar a satisfação das necessidades básicas do quotidiano e de saúde.	• Assegurar a prestação dos serviços adaptados a cada situação e necessidades dos utentes; • Cumprir com o Contrato de Prestação de Serviços; • Assegurar a assistência medicamentosa; • Garantir a articulação entre os serviços da comunidade ao nível da saúde e implicar a rede familiar no processo de saúde; • Assegurar o empréstimo de ajudas técnicas.	• Prestação de Cuidados de Higiene Pessoal/imagem e conforto; • Garantir as refeições diárias; • Garantir o tratamento de roupa; • Garantir o transporte para o Centro de Dia e deste para o domicílio; • Garantir acompanhamento ao exterior para aquisição de bens e serviços; • Garantir a supervisão da toma da medicação; • Acompanhamento ao médico e instituições de saúde, encaminhamento para o hospital em caso de urgência; • Articulação com serviços de saúde; • Empréstimo de andarilhos, canadianas, bengala, entre outros.	Equipa de colaboradores do Centro de Dia Família Médico de clínica geral e familiar Viatura	Todo o ano
Garantir a qualidade, eficiência e eficácia na prestação dos serviços aos utentes / famílias.	• Avaliar a qualidade na prestação dos cuidados; • Avaliar o grau de satisfação dos utentes / famílias.	• Monitorização dos diversos sectores através de avaliação e auto-avaliação dos colaboradores e de observação directa; • Promover acções de sensibilização/formação dos colaboradores e prestadores de cuidados; • Auscultação de opiniões e sugestões dos colaboradores, utentes e famílias.	Equipa de colaboradores do Centro de Dia Utentes Famílias	Todo o ano

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Retardar a perda de autonomia através do estímulo às capacidades cognitivas e intelectuais fomentando o envelhecimento activo. Estimular o raciocínio, criatividade, memória, concentração, imaginação e a observação. Promover o convívio intergeracional. Promover a comunicação, a interacção, o diálogo e o reviver de experiências passadas e de tradição. Promover o respeito pelas crenças religiosas.	**Jogos de mesa** – Cartas, dominó, damas, loto.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários	Jogos variados	----------	Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Jogos de estimulação cognitiva – adivinhas, provérbios, ditos populares, puzzles, jogos de memória, atenção, raciocínio e mímica.		Jogos, livros e Tablet	----------		
	Ateliê de costura - trabalhos de costura e crochê.		Máquina de costura, material de desgaste	----------	Sala dos Trabalhos Manuais Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Desenho e confeção de trajes para festas temáticas.	Animadores, utentes, colaboradores, voluntários		----------		A definir
	Contacto intergeracional - realização de diversas actividades promovidas em parceria com a creche da AURPIS, famílias e escolas da comunidade.	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários	A definir	Escolas do concelho Creche da AURPIS	A definir	A definir
	Trabalhos manuais - Construção de objectos em diversos materiais, realização de pinturas, postais e lembranças.		Material de desgaste	----------	Sala dos Trabalhos Manuais Sala de convívio	Semanalmente, durante todo o ano
	Cantinho da leitura – Leitura livre de livros, jornais ou revistas.		Jornal e revistas generalistas e livros	----------	Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Ouvir vários estilos de música e cantar livremente.		Equipamento de som, computador, rádio, CD's	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Conversas em grupo sobre experiências e vivências passadas; histórias de vida e contributos que deram à sociedade.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários e família	----------	----------		
	Tarde de variedades – Fados, teatro, danças, entre outros.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários	A definir	A definir	A definir	A definir
	Sessão de cinema, teatro e concertos – Visionamento de filmes, peças de teatro, revistas e concertos.		Equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	----------	Refeitório Sala de convívio	Semanalmente, durante todo o ano
	Actividades Religiosas - Reza do terço, Procissões, Missas.		A definir	Igreja Seixal	Sala Maria Leonor Monteiro	Semanalmente, durante todo o ano
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, propiciando novas aprendizagens.	**Equipamentos Digitais** – Apoio em questões do conhecimento do utilizador.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa e voluntários	Computadores, Tablet, telemóveis, acesso à Internet	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Fotografia - Sessões fotográficas temáticas e Álbum de actividades digitais, na página da Instituição no *Facebook*.		Computadores, telemóveis, acesso à Internet, adereços	A definir		Durante todo o ano

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de entreajuda.	**Sessões temáticas** sobre questões de saúde, alimentação, prevenção e segurança e datas comemorativas.	Enfermeiro, animadores, utentes, colaboradores, voluntários e direção Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários e direcção	A definir	PSP, CMS, Centro Saúde Seixal, outros profissionais de saúde	A definir	A definir
	Passeios e actividades Culturais / Excursões.		A definir	A definir		A definir
Estimular a valorização pessoal e elevar a auto-estima.	**Comemoração de dias festivos/temáticos:**	----------	----------	----------	Sala de convívio Refeitório	----------
	Comemoração dos aniversários dos utentes.	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	Dias dos aniversários
Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural.	Dia de Reis	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	6 de Janeiro
	Dia Internacional do Riso					18 de Janeiro
	Dia da Escrita à Mão					23 de Janeiro
	Dia Mundial do Puzzle					29 de Janeiro
	Dia Internacional do Croissant					30 de Janeiro
	Dia Mundial da Nutella					5 de Fevereiro
	Carnaval					9 de Fevereiro
	Dia Mundial da Rádio					13 de Fevereiro
	Dia dos Afectos					14 de Fevereiro
	Dia do Pensamento					22 de Fevereiro
	Dia Internacional da Mulher					8 de Março
	Aniversário da AURPIS					14 de Março
	Dia do Pai					19 de Março
	Dia Mundial da Árvore / Primavera					21 de Março
	Dia Mundial do Teatro					27 de Março
	Páscoa					28 de Março
	Dia Mundial da Atividade Física					6 de Abril
	Dia Mundial da Doença de Parkinson					11 de Abril
	Dia Internacional do Café					14 de Abril
	Dia Mundial da Arte					17 de Abril
	Dia Internacional dos Monumentos e Sítios					18 de Abril
	Dia Mundial da Actividade Física					6 de Abril
	Dia da Liberdade					25 de Abril
	Dia Mundial da Dança					29 de Abril
	Dia da Mãe					2 de Maio

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, propiciando novas aprendizagens. Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de entreajuda. Estimular a valorização pessoal e elevar a auto-estima. Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural.	Dia do Sol	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	3 de Maio
	Dia da Mundial da Criança					1 de Junho
	Dia Mundial do Ambiente					5 de Junho
	Dia Mundial dos Oceanos					08 de Junho
	Dia de Portugal					10 de Junho
	Santo António					12 de Junho
	Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra a Pessoa Idosa					15 de Junho
	Dia Mundial do Piquenique					18 de Junho
	Dia Europeu da Música / Dia Internacional do Yoga					21 de Junho
	São Pedro					29 de Junho
	Dia Mundial do Chocolate					7 de Julho
	Dia Mundial da Pizza					10 de Julho
	Dia do Amigo					20 de Julho
	Dia Mundial dos Avós e dos Idosos					26 de Julho
	Dia Mundial da Fotografia					19 de Agosto
	Festa de Aniversário do Edifício Lar e Creche					10 de Setembro
	Dia Mundial Doença de Alzheimer / Outono					21 de Setembro
	Dia Mundial do Coração					29 de Setembro
	Dia Internacional do Idoso					1 de Outubro
	Dia Mundial do Animal					4 de Outubro
	Dia Mundial do Pão					16 de Outubro
	Dia Mundial do Cinema					5 de Novembro
	São Martinho / Dia Mundial do Origami					11 de Novembro
	Dia Mundial da Criatividade					17 de Novembro
	Dia Internacional do Homem					19 de Novembro
	Dia Nacional do Pijama / Dia Internacional dos Direitos das Crianças					20 de Novembro
	Dia Mundial da Ciência					24 de Novembro
	Dia da Bolacha					4 de Dezembro
	Festa de Natal					Dezembro
	Dia de Natal e Ceia de Ano Novo					25 e 31 Dezembro

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Retardar a perda da independência através da manutenção, melhoramento e estímulo das capacidades físicas e psico-motoras. Promover o bem-estar físico, a saúde e o contacto com a natureza. Minimizar a lentidão motora, a rigidez muscular, estimulando o equilíbrio e a flexibilidade de forma a criar confiança e domínio do corpo reduzindo o medo e o risco das quedas. Desenvolver a precisão manual e a motricidade fina.	Ginástica de manutenção e exercícios de relaxamento	Animador, auxiliares de acção directa e utentes	Cadeiras, colchões, bolas, varas, entre outros	----------	Jardim, sala de convívio e ginásio	2x semana, durante todo o ano
	Exercícios individualizados a utentes acamados e funcionais	Fisioterapeuta, auxiliares de acção directa, enfermeiro e utentes	A definir	----------	A definir	A definir
	Caminhadas	Animador, voluntários, auxiliares de acção directa e utentes	A definir	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Iniciativas promovidas pela CMS	Animador, auxiliares de acção directa, utentes, voluntários e Direcção	A definir	CMS	A definir	A definir
	Jogos individuais ou em grupo de estímulo motor e jogos tradicionais	Animador, auxiliares de acção directa, voluntários e utentes	Jogos tradicionais e exercícios de treino psicomotor	----------	Interior e exterior	Semanalmente, durante todo o ano
	Passeios no exterior	Animador, auxiliares de acção directa, voluntários e utentes	Garrafas de água, identificação, chapéus, mantas, cadeiras de rodas	A definir	A definir	A definir