

# *Plano Anual De Atividades*



*Centro de Dia de Lentiscais  
Castelo Branco*



*“Um Homem não envelhece quando se lhe enrruga a pele do rosto,  
Mas sim quando se lhe enrrugam os Sonhos e as Esperanças...”*

---

## PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

### Introdução

Partindo do pressuposto que os idosos constituem um grupo social de risco, dada a precariedade das suas condições económicas e a impossibilidade de acederem a bens e serviços considerados fundamentais, e não esquecendo a salvaguarda dos seus direitos e a afirmação da sua imagem positiva na sociedade, importa apostar em iniciativas que promovam o envelhecimento activo, tendo presente por um lado aquilo que são, as suas reais necessidades ao nível bio-psico-social, e por outro, os recursos humanos e materiais disponíveis tanto na Instituição como no meio envolvente.

Todos nós devemos ter oportunidades de realização pessoal, e nesse sentido é importante que as actividades a definir sejam heterogéneas, tendo em conta que a população idosa, também ela, é heterogénea e que cada idoso tem as suas características e é detentor de uma história de vida. A planificação de actividades consiste na ocupação do utente e no seu envolvimento nas mesmas, para que este possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

A realização de actividades com e para os utentes visa proporcionar uma vida mais activa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, desenvolvendo a autonomia pessoal. Algumas das actividades dos planos anteriores, mantêm-se uma vez que têm dado bons resultados e que os utentes se mostram interessados em continuar, pois os seus efeitos são benéficos. Por outro lado, iremos implementar outro tipo de actividades mais orientadas para o convívio e actividades de promoção de bem-estar físico e psíquico e, por outro, o envelhecimento ativo através do envolvimento dos utentes em ações que os possam motivar.

São grandes objetivos do Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco promover o envelhecimento ativo, saudável, apoio à família e comunidade e ser um espaço de combate à exclusão social e ao isolamento da pessoa idosa. Para concretizar este grande objetivo propomo-nos realizar uma actividade mensal na qual passam participar os associados da nossa Instituição.

---

As actividades a desenvolver encontram-se divididas em cinco grandes áreas:

**1 – Intelectuais e Cognitivas** – Com estas actividades pretendemos evitar o isolamento e o ócio, desenvolver o sentido crítico, exprimindo as suas preferências e razões das acções, ao mesmo tempo que promovemos o desenvolvimento e enriquecimento de qualidades grupais, coesão, partilha, trabalho em equipa, confiança, sensibilidade, relações interpessoais, iniciativa, expressão e autocontrolo. Estas actividades pretendem também aumentar a actividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade perceptiva, e, a reabilitação das funções executivas.

**2 – Lúdicas e Sociais** - Através da promoção de actividades lúdicas e sociais, pretende-se potenciar as capacidades funcionais, físicas e cognitivas e em simultâneo promover a interacção com os outros, reforçando o convívio e os laços sociais, entre todos quantos fazem parte direta ou indiretamente desta instituição.

**3 – Promoção da Saúde:** - Através do desenvolvimento das diversas iniciativas, pretendemos, contribuir para minimizar e retardar os efeitos negativos decorrentes do processo de envelhecimento, designadamente ao nível da mobilidade/autonomia, bem como dos cuidados a ter com a saúde, a alimentação, entre outras.

**4 – Angariações de Fundos** – Enquadram-se neste âmbito as várias atividades cujas receitas contribuam para a sustentabilidade desta Instituição, envolvendo sempre a comunidade de Lentiscais e pontualmente a comunidade de Castelo Branco.

**5 – Intelectuais/Formativas** – A melhoria permanente dos nossos serviços, é uma prioridade, pelo que consideramos muito importante a formação dos colaboradores aos mais variados níveis, assim

Porque consideramos ser importante a divulgação das atividades do Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco, vamos no ano de 2018 melhorar a **estratégias de Comunicação e de Divulgação**. Assim, para além dos meios de divulgação habituais, vitrine e café da associação, pretendemos atualizar permanentemente o Facebook e página da Instituição e vamos editar trimestralmente uma folha informativa. Será

também afixada no Centro de Dia a calendarização mensal de actividades e entregue cópia aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário.

## **Fundamentação Social**

O envelhecimento é um fenómeno muito próprio, ou seja, é vivido de forma diferente conforme os indivíduos, uma vez que estes transportam um conjunto de experiências e vivências únicas, que definem a sua identidade pessoal. Assim, naturalmente cada idoso vive e aceita a sua velhice de forma particular, sabemos porém, que os idosos mais ativos normalmente têm uma atitude positiva perante a terceira idade, o que resulta num ultrapassar mais eficaz das eventuais doenças, um menor isolamento social e conseqüentemente uma maior satisfação pessoal.

É usual observar um certo isolamento social, principalmente em meios rurais o que origina uma deterioração das capacidades físicas e mentais. Dado que o nosso país tem vindo a sofrer um fenómeno crescente de Envelhecimento Demográfico, muito evidente em Lentiscais, em que a maioria da população tem mais de 65 anos de idade, o Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco tem como principal missão combater a perda de autonomia, e contribuir para uma melhoria da qualidade de vida dos idosos, utentes da instituição, proporcionando-lhes um envelhecimento o mais ativo possível dentro das capacidades de cada um.

Tendo em conta que com este plano procuramos dar uma resposta adequada às necessidades dos utentes, as atividades apresentadas neste documento respeitam os hábitos/interesses dos utentes, e simultaneamente visam fomentar a sua motivação e participação ativa. Assim, é da responsabilidade de todos nós, contribuir para a mudança de mentalidades junto dos idosos, a fim de criar um maior envolvimento social.

O Centro de dia de Lentiscais – Castelo Branco, tem como principal função retardar o processo de envelhecimento e a institucionalização em lar, assegurando a manutenção da qualidade de vida dos seus utentes no seu meio de vida natural. Além de providenciar serviços essenciais, esta instituição procura promover a participação ativa, e a ocupação dos seus utentes, bem como da população em geral que a nós se queira associar nas diversas atividades.

---

## Caraterização Institucional

O Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco iniciou a sua atividade, com a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, a 11 de Novembro de 2000, sediada numa estrutura física provisória e adaptada, cedida pela Associação de Melhoramento de Lentiscais. Ao longo do tempo, esta estrutura sofreu obras de remodelação a fim de providenciar conforto e segurança, tanto aos clientes como aos colaboradores. Desde Fevereiro de 2016, este serviço funciona no novo edifício do Centro de Dia. A 27 de Fevereiro de 2016, o sonho tornou-se realidade e o Centro de Dia de Lentiscais, inaugurou uma nova estrutura na qual funcionam as respostas sociais de Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

Inicialmente o Centro de Dia dava resposta a 7 clientes, tendo 2 colaboradoras a tempo inteiro (7 dias por semana e feriados).

Atualmente conta com 19 clientes, 1 Diretora Técnica e 5 funcionárias no quadro de pessoal.

Ao longo dos 17 anos de funcionamento, o Centro de Dia já apoiou cerca de 100 habitantes residentes em Lentiscais. Esta instituição também conta com a participação de 300 sócios efetivos.

O Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco propõe-se prioritariamente providenciar a proteção dos cidadãos na velhice e invalidez, proporcionando a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia.

Estes serviços procuram facultar cuidados individualizados e personalizados aos utentes, quando estes não podem assegurar temporariamente ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas, e realizar as atividades de vida diária, por motivo de doença, incapacidade ou outra dificuldade.

### **São objetivos do Serviço de Apoio Domiciliário:**

- Assegurar a satisfação das necessidades básicas, para que os clientes possam adaptar-se e integrar-se socialmente;
- Apoiar as famílias, prevenindo situações de crise social e económica;
- Contribuir para o retardamento da institucionalização em Estruturas Residenciais;
- Colaborar nos cuidados de saúde (serviços de medicina e enfermagem);
- Promover a capacitação do utente, contribuindo para a sua autonomia.

---

**O Serviço de Apoio Domiciliário proporciona os seguintes serviços:**

- Confeção, transporte e distribuição de refeições alimentares;
- Cuidados de Higiene e Conforto Pessoal
- Higiene Habitacional
- Tratamento de roupas
- Acompanhamento e Cuidados de Saúde
- Organização de Convívios
- Atividades ocupacionais
- Serviço social

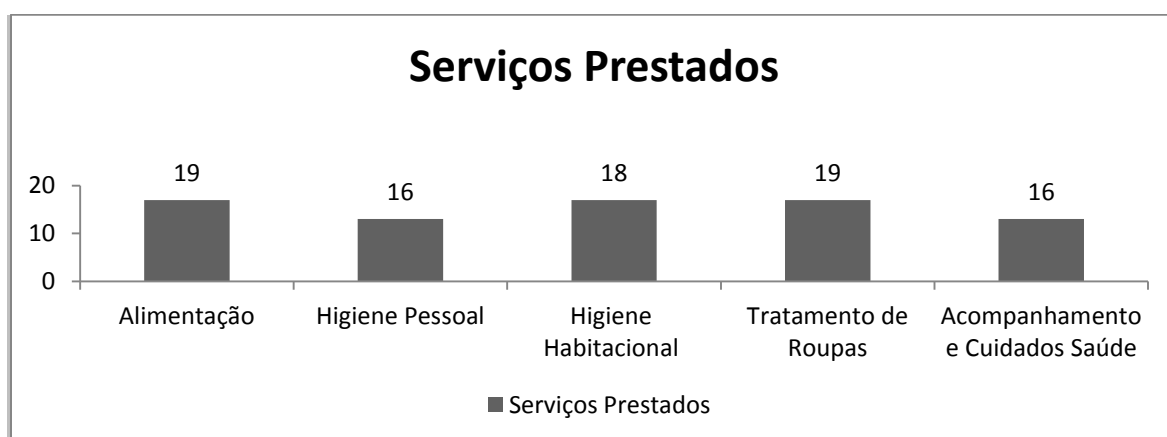
**São Objetivos do Centro de Dia:**

- Contribuir para a manutenção dos idosos no seu meio habitacional;
- Prestar cuidados adequados às necessidades biopsicossociais dos idosos e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar;
- Assegurar um atendimento individual e personalizado de acordo com as necessidades próprias de cada idoso;
- Promover o respeito pela dignidade da pessoa, respeitando a sua história, cultura, espiritualidade,
- Prevenir situações de dependência e promover a autonomia;
- Cooperar com as famílias nas vivências dos idosos, fomentando e privilegiando a vida em família e em comunidade, preservando e incentivando as relações familiares e intrafamiliares;
- Oferecer aos idosos um espaço de vida socialmente organizado e adaptado às suas necessidades, para que possam viver de acordo com a sua personalidade e a sua relação social;
- Colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde;
- Contribuir para retardar ou evitar a institucionalização;
- Proporcionar momentos de convívio e lazer através de atividades ocupacionais;
- Contribuir para melhoria da qualidade de vida das pessoas e suas famílias.
- **A resposta social Centro de Dia proporciona os seguintes serviços:**
  - Alimentação – três refeições diárias (pequeno-almoço, almoço e jantar), periodicamente existe um reforço alimentar para o lanche. A alimentação é

confecionada na instituição, estando a ementa afixada em local visível para consulta. Quando necessário poderá ser prestado apoio na alimentação.

- Cuidados de Imagem, Higiene e Conforto Pessoal – Banho parcial ou completo, mudar de roupa, mudar de fralda/algália, pequenos curativos, fazer a barba, pédicure e manicura, entre outros, realizados na Instituição.
- Tratamento de Roupas – Lavar, passar a ferro, pequenos arranjos e marcar a roupa. Sempre que possível a roupa será devolvida ao utente até dois dias depois de recolhida.
- Transporte diário de e para as instalações do Centro de Dia, cujo horário deverá ser contratualizado com o cliente;
- Saúde: Assistência Medicamentosa, Monitorização da tensão arterial, Marcação de Consultas Médicas e acompanhamento, e cuidados em situação de emergência;
- Acompanhamento do cliente ao exterior (realização de exames, por exemplo);
- Aquisição de bens e serviços;
- Orientação ou acompanhamento de pequenas alterações no domicílio que permitam mais conforto ao cliente;
- Higiene Habitacional (limpeza de áreas mais utilizadas pelo cliente, nomeadamente quarto, sala e WC).

### Serviços Prestados



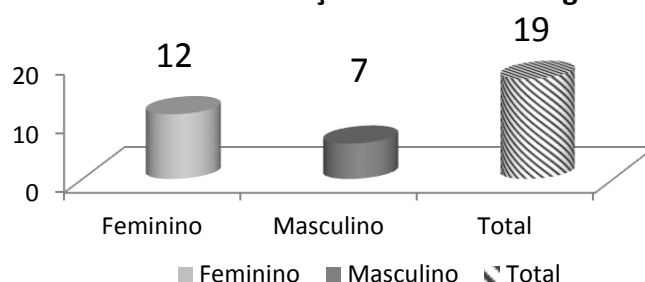
Os serviços que os utentes mais necessitam relacionam-se com a alimentação, higiene habitacional, e tratamento de roupa.



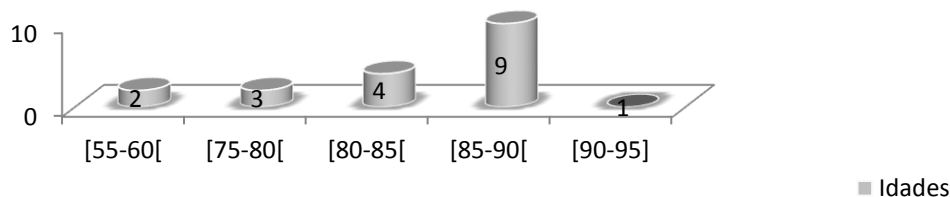
## População – Alvo

O Centro de dia de Lentiscais – Castelo Branco conta atualmente com 19 utentes, residentes em Lentiscais, dos quais 12 são do género feminino e os outros 7 são do género masculino.

**Gráfico: Distribuição dos Clientes segundo o Género**



**Gráfico: Distribuição dos Utentes segundo a Idade**



Por outro lado, a maioria dos utentes têm idades compreendidas entre os 80 e os 90 anos, o que nos indica que são pessoas com as fragilidades características da velhice, porém acentuadas tal como as suas idades cronológicas.

O plano de Ação/Atividades para o ano de 2018 tem como principal objetivo delinear as atividades que se irão desenvolver ao longo do ano no Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco, na resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia. Não se encontra definido o dia da semana em que se realiza a atividade, uma vez que pretendemos que as mesmas sejam transversais a todos os utentes do Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco e deste modo serão em sistema rotativo, entre as Segundas, Quintas e Sextas.

### Atividades Intelectuais/Cognitivas

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Atelier de Estimulação Cognitiva em Grupo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Operações Aritméticas Simples;</li> <li>• Jogo das Diferenças e semelhanças;</li> <li>• Jogo do Labirinto;</li> <li>• Jogo de Memória;</li> <li>• Sopa de Letras;</li> <li>• Puzzles;</li> <li>• Exercícios de nomeação;</li> <li>• Jogos de destreza manual;</li> <li>• Exercício de memória recente, imediata, episódica;</li> <li>• Exercício de orientação temporal, espacial e pessoal;</li> <li>• Provérbios.</li> </ul>	O objectivo dos jogos de estimulação cognitiva é aumentar a actividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade perceptiva, e, a reabilitação das funções executivas.	Participação de 60% utentes	Semanal	Ajudantes de ação direta; Diretora Técnica	Papel, Caneta, Livros de Actividades, e vários jogos
<b>Atelier de Expressão plástica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pintura;</li> <li>• Trabalhos em feltro e eva;</li> <li>• Colagens;</li> <li>• Modelagem (utilizando materiais como barro, fimo e pasta de modelar);</li> </ul>	As actividades de expressão plástica permitem ao utente exprimir-se, desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão, desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psico-motora.	Participação de 60% dos utentes	Semanal	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Papel, Canetas, lápis, pincéis, tela, tinta, barro, fimo, pasta de modelar, missangas, objectos em madeira, materiais recicláveis, feltro, eva.

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Atelier de Informática</b>	Realizar uma sessão no computador, na qual os utentes poderão ver notícias, aceder às redes sociais, enviar e consultar o e- mail, entre outros. Comunicação via SkYP	Abrir novas possibilidades de contacto com familiares e amigos que se encontrem longe e ter acesso informação atualizada.	Participação de 60% dos utentes	Bimensal	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Computador, Acesso à Internet
<b>Baú da Leitura</b>	Criar uma mini biblioteca	Motivar e proporcionar aos utentes e população a possibilidade de acederem a vários livros.	Participação de 25% dos utentes e 5 habitantes	Mensal	Diretora Técnica	Baú de livros
<b>Atelier de Culinária</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fazer o levantamento de receitas antigas</li> <li>• Execução de compotas e doces;</li> <li>• Confeção de bolinhos secos, biscoitos e bolos;</li> <li>• Confeção de sumos e batidos naturais;</li> <li>• Confeção de espetadas de fruta;</li> </ul>	O objectivo deste ateliê é o de partilhar conhecimentos de receitas, a confecção de diferentes produtos, estimulando a motricidade fina. Criação de um livro de receitas, (uma vez por semana é feito o levantamento de uma receita) para venda em 2018;	Participação de 60% dos utentes	Mensal	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira; Diretora Técnica	Forno, fogão, material de cozinha, pegas, toalhas, aventais, toucas e luvas, diversos alimentos.

### Atividades Lúdicas e Sociais

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Visitas Temáticas</b>	Visitar vários locais de interesse (museus, biblioteca, etc)	Conhecer novas realidades	Participação de 50% dos utentes e 5 habitantes	Trimestral	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Carrinhas
<b>Aniversários</b>	Festejar o aniversário dos utentes.	Fazer com que seja um dia diferente; Promover o convívio entre os Clientes; Estimular o envolvimento de todos os clientes.	Participação de 80% dos Utentes	Pontual	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira Diretora Técnica;	Bolo e Velas Sumo Copos Descartáveis Guardanapos
<b>Dia dos Reis /Cântico das Janeiras</b>	Comemorar o Dia dos Reis com Bolo-Rei e cânticos das Janeiras.	Fomentar a interação e o convívio dos utentes;	Participação de 75% dos Utentes	6 de Janeiro	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica Direção Grupo de Musica	Bolo-Rei

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Comemoração de Datas Específicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dia Mundial da Saúde;</li> <li>• Dia Mundial do Livro;</li> <li>• Dia Mundial do Ambiente;</li> <li>• Dia Internacional da Mulher;</li> <li>• Comemoração do dia da Mãe e dia do Pai</li> </ul>	A animação lúdica tem por objectivo divertir as pessoas e o grupo, ocupar o tempo, promover o convívio e divulgar os conhecimentos, artes e saberes. Promover a colaboração da comunidade.	Participação de 80% dos Utentes	Pontual	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira; Diretora Técnica.	Os necessários de acordo com a organização das várias atividades.
<b>Dia dos Avós</b>	Lanche de Convívio com os clientes do CD e SAD e respetivos netos	Promover o convívio intergeracional de avós e netos do CDL.	Participação de 80% dos utentes e 5 netos.	26 de Julho	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.	Alimentos, bebidas; Material de Som/decoração; Toalhas de papel;
<b>Semana dedicada ao Coração</b>	Sessão de abordagem aos cuidados de prevenção relativos ao coração	Sensibilizar os utentes com os cuidados que devem manter para terem um coração saudável.	Participação de 80% utentes e 10 habitantes	24 a 30 de Setembro	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Os necessários de acordo com a organização da atividade.
<b>Tarde de Cinema</b>	Visualização de filmes antigos e seu debate.	Estimular a capacidade de atenção e o debate.	Participação de 75% utentes e 10 habitantes	1 x mês	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.	Filme; Televisão, Vídeo projetor tela.
<b>Dia Mundial da Fotografia</b>	Criação de um álbum digital de fotografias das atividades desenvolvidas ao longo do ano; Elaboração de um calendário para ano de 2019.	Relembrar os momentos de convívio das atividades desenvolvidas.	Participação de todos os utentes	19 de Agosto	Utentes; Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Máquina Fotográfica, Computador.

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Almoço Convívio</b>	Realizar um almoço convívio entre clientes, funcionários e membros da Direção, Corpos Gerentes e Assembleia.	Promover o convívio entre os clientes/funcionários/direção, ocupar os tempos livres e fomentar a interação grupal	Participação de 60% dos Utentes e todos os funcionários e órgãos sociais	Pontual	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira; Diretora Técnica; Direção e restantes corpos sociais	Mesas, cadeiras, material de apoio à alimentação, alimentos.
<b>Dia Internaciona I para a Erradicação da Pobreza</b>	12º Encontro de Associados da EAPN para comemorar o Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza.	Fomentar a interação social dos utentes, com outros clientes; Estimular a participação ativa e o envolvimento no Campeonato de Jogos; Proporcionar momentos de lazer através do convívio;	Participação de 25 % dos Utentes	13 de Outubro	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira; Diretora Técnica; Direção; Voluntários.	Material de limpeza; Acessórios para alimentação descartáveis; Transporte; Alimentação.
<b>Criar Laços</b>	Visitar outras instituições e receber outras instituições	Promover o convívio com outros idosos e outras realidades locais	Participação de 50% dos utentes	Trimestral	Ajudantes de Ação direta; Cozinheira; Diretora Técnica; Direção; Voluntários.	Carrinhas

**Atividades de Promoção da Saúde e Bem-estar**

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Atividades desportivas e Jogos de animação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos tradicionais;</li> <li>• Pequenas Caminhadas;</li> <li>• Ginástica de Manutenção.</li> </ul>	As atividades realizadas neste âmbito têm como objetivo assegurar as condições de bem-estar dos utentes, promovendo a sua saúde, tentando combater o sedentarismo e desenvolvendo as suas capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular possibilitando-lhe uma maior qualidade de vida.	Participação de 80% dos utentes	1x semana	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Balões Bolas Arcos
<b>Rastreios</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlo de Tensão Arterial e da diabetes;</li> </ul>		Participação de 80% utentes	1x semana 1x mês população (Sexta- Feira)	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Medidor de TA e da diabetes
<b>Cuidados Pessoais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Providenciar cuidados de beleza: unhas, cabelos, pele, rosto, etc.</li> </ul>	Melhoria da auto-estima; Apoiar no cuidado da imagem pessoal; Maximizar a qualidade de vida dos clientes.	Participação de 75% dos utentes	1x mês (Quarta - Feira)	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica	Tesoura Cremes Vernizes Pentes/escovas

### Atividades de Angariação de Fundos

Atividades	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Noite de Fados</b>	Noite/jantar de convívio	A angariação de fundos dará o mote a esta que pretendemos que seja uma noite diferente para os utentes, sócios e amigos.	Angariar 300€	24 de Fevereiro	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Voluntários	Grupo de fados Decoração Caldo verde e enchidos
<b>Caminhada</b>	Caminhada Á Crista do Galo com recriação de lenda.	Para além de angariar fundos para a Instituição pretendemos que este seja um dia de convívio.	Angariar 500€	29 de Setembro		Lembranças Águas Os necessários para a refeição
<b>Santos Populares</b>	Realizar a Festa dos Santos Populares	Promover os festejos dos Santos Populares; Angariar Receitas.	Angariar 500€	23 de Junho		Alimentos e Bebidas; Pratos e copos descartáveis, guardanapos Decoração.
<b>Magusto e XVIIIº Aniversário do C. D</b>	Realizar um magusto para os utentes e população de Lentiscais	Permitir aos Utentes, funcionárias e população uma tarde de convívio; Angariar Receitas.	Participação de 75% dos Utentes e 30 habitantes; Angariar 100€	11 de Novembro		Alimentos e Bebidas, castanhas;



## Atividades de Angariação de Fundos

Atividades	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Cabaz de Natal</b>	Elaborar o cabaz de natal e Venda de rifas	Angariar Receitas.	Angariar 500€	Dezembro	Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Voluntários	Os necessários, para elaborar o cabaz.
<b>Festa/ Jantar de Natal</b>	Celebração do Natal	Promover a participação dos utentes e da população de Lentiscais na época Natalícia	Participação de 120 pessoas no jantar. Angariar 200€	8 de Dezembro		Alimentos, bebidas; Material de Som/decoração; Toalhas de papel.
<b>Venda de Natal</b>	Venda de “material” elaborado pelos utentes no decorrer do ano.	Angariar Receitas.	Angariar 100€	1 a 31 Dezembro		Farinha, ovos, laranja, aguardente, açúcar, sacos.
<b>Venda de Filhós</b>	Confeccionar e vender filhós.	Angariar Receitas.	Angariar 300€	Outubro a Dezembro		Vários materiais de acordo com os trabalhos confeccionados
<b>Feira dos Pastores</b>	Venda de “material” elaborado pelos utentes no decorrer do ano.	Angariar Receitas.	Angariar 100€	Anual		Material de cozinha e refeitório
<b>Festival das Migas</b>	Participar no festival das Migas	Angariar Receitas.	Angariar 250€	Anual		

### Atividades Intelectuais Formativas

Atividades tipo	Descrição das atividades	Objetivos	Metas	Periodicidade	Recursos	
					Humanos	Materiais
<b>Fórum EAPN</b>	Participação no Fórum Anual organizado pela EAPN.	Debater com outras Entidades práticas, problemáticas decorrentes do tema do Fórum.	Não se aplica	Pontual	Direção; Diretora Técnica.	Não se aplica
<b>Reunião de Associados</b>	Reunião de trabalho com os Associados da EAPN – Castelo Branco.	Debater as problemáticas que as Instituições do distrito enfrentam na atualidade; Conhecer e debater novas dinâmicas de trabalho.	Não se aplica	Pontual	Direção; Diretora Técnica.	Não se aplica
<b>Ação de Formação – Medidas de Auto proteção</b>	Ação de Formação para os colaboradores sobre aplicação das medidas de auto proteção.	Preparar os colaboradores para constituírem as equipas de 1.ª intervenção no combate a incêndios e evacuação de pessoas.	Participação de todos os colaboradores	Pontual (A ser definida pela Entidade Formadora)	Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica.	De acordo com o plano de Formação.
<b>Ação de formação – Geriatria</b>	Ação de Formação em geriatria	Melhorar os conhecimentos dos colaboradores na área da geriatria.	Participação de todos os colaboradores	Pontual (A ser definida pela Entidade Formadora)	Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica.	De acordo com o plano de Formação.
<b>Ação de Formação - Cozinha</b>	Ação de formação na área alimentar	Melhorar os conhecimentos das colaboradoras na área alimentar.	Participação de 6 colaboradores	Pontual (A ser definida pela Entidade Formadora)	Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica.	De acordo com o plano de Formação.

### Plano de Ação

Atividades	Descrição das atividades	Metas	Periodicidade	Recursos	
				Humanos	Materiais
<b>Aumentar o Nº de Sócios</b>	Abordar a população de Lentiscais, informando acerca do funcionamento do CDL e do SAD, enaltecendo a utilidade pública desta Instituição.	+ 5%	Diária	Diretora Técnica; Direção.	Fichas de Inscrição Quotas
<b>Aumento do Nº de Utentes</b>	Abordar a população de Lentiscais, informando acerca do funcionamento do CDL, nomeadamente dos serviços existentes.	+ 40%	Diária	Diretora Técnica; Direção.	Todos os necessários ao processo de inscrição
<b>Acolhimento de Estagiários (Emprego/ Curriculares)</b>	Receber novos estágios (quer curriculares, quer de Emprego) de formados/formandos em áreas como a Geriatria, Nutrição, Fisioterapia, Animação Sociocultural, Psicologia, Gerontologia, Saúde, etc.	Não se aplica	Direção IEFP Diretora Técnica Estabelecimentos de Ensino Entidades de Formação	Direção; Diretora Técnica.	Todos os necessários aos processos de estágio
<b>Avaliar o grau de satisfação dos utentes</b>	Elaborar e aplicar questionários de avaliação da qualidade dos serviços prestados pelo Centro de Dia de Lentiscais – Castelo Branco.	75% dos clientes Muito satisfeitos	Anual	Diretora Técnica	Questionário
<b>Avaliação desempenho dos Colaboradores</b>	Analisar o desempenho dos funcionários.	Não se aplica	Anual	Diretora Técnica; Direção.	Grelha de avaliação
<b>Revisão das Mensalidades dos Utentes</b>	Rever as mensalidades dos Clientes, consoante os custos associados aos serviços prestados.	Não se aplica	Anual	Diretora Técnica; Direção.	Material de escritório

## Plano de Ação

Atividades	Descrição das atividades	Metas	Periodicidade	Recursos	
				Humanos	Materiais
<b>Avaliação de Fornecedores/ Propostas</b>	Avaliar os Fornecedores do CDL e analisar propostas apresentadas ao longo de 2016	Não se aplica	Janeiro	Diretora Técnica; Direção.	Material de escritório
<b>Avaliação da execução do Plano de Atividades</b>	A avaliação do Plano é efectuada através de dados recolhidos ao longo das actividades: mapa das presenças e relatório mensal.	75% dos clientes Muito satisfeitos	Anual	Diretora Técnica	Material de escritório

O plano de atividades foi elaborado de forma muito cuidada, auscultando os nossos utentes, vamos trabalhar para a autonomia, a confiança, a autoestima e o envelhecimento ativo da pessoa idosa na vida em sociedade.

São grandes prioridades por um lado, a implementação de iniciativas viradas para o convívio e atividades de promoção de bem-estar físico e psíquico e, por outro, o envelhecimento ativo através do envolvimento dos utentes em ações que os possam motivar não esquecendo também a comunidade local.