



# Plano de Atividades

Anual – 2018

Centro de Dia

Centro de Convívio

Dra. Tânia Magalhães

---

## Índice

Plano de Atividades .....	3
Ateliers de Atividades.....	5
Atividades Comemorativas.....	16

## Plano de Atividades

Na instituição consta o plano de atividades anual mas também o plano de atividade mensal e semanal. Este último é elaborado periodicamente, de semana em semana para uma melhor gestão da instituição no que respeita a utentes, funcionários e outros aspetos.

A elaboração do plano de atividades pressupõe algumas diretrizes:

- Refletir a instituição no seu todo;
- Olhar a instituição, observando os eventuais problemas, que existam, de forma a assumi-los com lucidez, coragem e determinação;
- Propor soluções capazes de corresponder aos anseios dos que procuram e usufruem dos nossos serviços;
- Traçar e propor, novos caminhos.

Prioridades de Intervenção:

- Solidariedade Social
- Projetos e seu desenvolvimento
- Recursos humanos
- Saúde
- Cultura
- Desporto
- Equipamentos

Tendo como objetivo realizar um trabalho íntegro e complementar, estruturamos o plano de atividades centrado em alguns princípios:

1. Uma organização com um comportamento e atitude orientada para a ação – Pró-ativa;
2. Uma organização próxima das pessoas, que aprende com as pessoas e escuta as suas necessidades e interesses;
3. Que potencia a inovação, valorizando as ideias e a tentativa de encontrar novas soluções;

4. Que assume a criação de valor para as pessoas como uma prioridade quotidiana;
5. Que encara as pessoas como o motor para o desenvolvimento e para a produtividade;
6. Uma organização capaz de se adaptar às mutações contextuais;
7. Que assume o trabalho em parceria e cooperação como um fator determinante para o sucesso.

Assim, será importante que as atividades se desenvolvam em torno de:

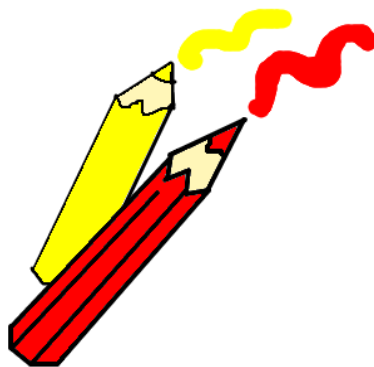
- Promoção da Saúde
- Formação
- Atividades ocupacionais
- Convívio e lazer

Pretende-se igualmente criar uma nova dinâmica de articulação entre as várias valências e o exterior, no sentido da transmissão do conhecimento, potenciando desta forma as relações intergeracionais.

A planificação de atividades pressupõe a ocupação do utente e o seu envolvimento nas mesmas, para que possa sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencializando-se que pode dar o seu contributo, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

As atividades a serem proporcionadas também visam a facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criativa, à melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade desenvolvendo, consequentemente, a sua autonomia pessoal.

# Ateliers de Atividades



**Descrição:** Atelier de Estimulação Cognitiva

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Promover a orientação</li> <li>→ Reconhecer o esquema corporal</li> <li>→ Estimular a memória</li> <li>→ Desenvolver a motricidade</li> <li>→ Reabilitar as funções executivas</li> <li>→ Desenvolver a capacidade aritmética</li> <li>→ Estimular as capacidades de linguagem</li> <li>→ Trabalhar a atenção e concentração</li> <li>→ Desenvolver estímulos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Exercícios de orientação temporal; espacial e pessoal</li> <li>→ Exercícios de conhecimento e realização de ações,</li> <li>→ Exercícios de reconhecimento e manipulação espacial</li> <li>→ Exercícios de Tarefas verbais sobre as partes do corpo</li> <li>→ Jogos de Reconhecimento da sua própria imagem</li> <li>→ Exercícios de memória recente, imediata, episódica e semântica</li> <li>→ Jogos de destreza manual</li> <li>→ Jogos de estimulação construtiva gráfica</li> <li>→ Exercícios de relações léxico semântica</li> <li>→ -Jogos de semelhanças e diferenças</li> <li>→ Jogos de sequências lógicas e de ação</li> <li>→ Exercícios de inibição</li> <li>→ Jogos de Flexibilidade</li> <li>→ Exercícios de compreensão numérica</li> <li>→ Conhecimento numérico e capacidade de contar</li> <li>→ Exercícios de compreensão de ordens</li> <li>→ Exercícios de nomeação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Manuais de exercícios práticos direcionados para a estimulação e reabilitação cognitiva</li> <li>→ Jogo do galo</li> <li>→ Jogos Séniores</li> <li>→ Puzzle rotativo</li> <li>→ Cartas de imagens</li> <li>→ Cartas – sequências</li> <li>→ Puzzle de encaixe</li> <li>→ Cartas objetos do quotidiano</li> <li>→ Objetos de uso comum</li> <li>→ Evocação</li> <li>→ Jogos de Sons</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>

**Descrição: Atelier Desportivo**

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ Estimular a motricidade fina</li><li>→ Desenvolver a psicomotricidade</li><li>→ Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento</li><li>→ Continuar com as parcerias.</li><li>→ Desenvolver o espírito de inter-ajuda e de competição</li><li>→ Estimular a concentração</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Exercícios de orientação temporal; espacial e pessoal</li><li>→ Ginástica passiva através de jogos com bolas de trapo, balões, fitas, etc</li><li>→ Caminhadas</li><li>→ Exercícios de aquecimento;</li><li>→ Exercício de relaxamento</li><li>→ Jogos tradicionais</li><li>→ Jogo do Boccia</li><li>→ Técnicas de jogo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Manuais de exercícios</li><li>→ Bola de trapos</li><li>→ Balões</li><li>→ Molas</li><li>→ Fitas</li><li>→ Arcos e cones</li><li>→ Pesos</li><li>→ Bolas de Boccia</li><li>→ Folhas de registos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ N° de participantes no atelier</li><li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li></ul>

**Descrição:** Atelier de Expressão Oral e Escrita

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Trabalhar a motricidade fina</li> <li>→ Ir de encontro ao interesse dos clientes</li> <li>→ Estimular a escrita</li> <li>→ Estimular da leitura</li> <li>→ Estimular a memória e a concentração</li> <li>→ Ensinar a escrever e a ler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ditados</li> <li>→ Palavras cruzadas</li> <li>→ Redigir lista de compras</li> <li>→ Leitura e compreensão de notícias, contos, histórias, etc.</li> <li>→ Cópias</li> <li>→ Sopa de letras</li> <li>→ Exercícios de vocabulário e léxico</li> <li>→ Articulação de letras e palavras</li> <li>→ Contorno e cópia de letras</li> <li>→ Leitura e compreensão de textos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Jornais</li> <li>→ Revistas</li> <li>→ Folhas brancas</li> <li>→ Lápis de carvão</li> <li>→ Esferográfica</li> <li>→ Lápis de cor</li> <li>→ Livros</li> <li>→ Jogos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>



**Descrição: Atelier de Culinária**

Objetivos	Atividades	Recursos	Indicadores
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Promover a orientação</li> <li>→ Reconhecer o esquema corporal</li> <li>→ Estimular a memória</li> <li>→ Desenvolver a motricidade</li> <li>→ Reabilitar as funções executivas</li> <li>→ Desenvolver a capacidade aritmética</li> <li>→ Estimular as capacidades de linguagem</li> <li>→ Trabalhar a atenção e concentração</li> <li>→ Desenvolver estímulos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Exercícios de orientação temporal; espacial e pessoal</li> <li>→ Exercícios de conhecimento e realização de ações</li> <li>→ Exercícios de Reconhecimento e manipulação espacial</li> <li>→ Exercícios de Tarefas verbais sobre as partes do corpo</li> <li>→ Jogos de Reconhecimento da sua própria imagem</li> <li>→ Exercícios de memória recente, imediata, episódica e semântica</li> <li>→ Jogos de destreza manual</li> <li>→ Jogos de estimulação construtiva gráfica</li> <li>→ Exercícios de relações léxico semântica</li> <li>→ Jogos de semelhanças e diferenças</li> <li>→ Jogos de sequências lógicas e de ação</li> <li>→ Exercícios de inibição</li> <li>→ Jogos de Flexibilidade</li> <li>→ -Exercícios de compreensão numérica</li> <li>→ Conhecimento numérico e capacidade de contar</li> <li>→ Exercícios de compreensão de ordens</li> <li>→ Exercícios de nomeação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Manuais de exercícios práticos direcionados para a estimulação e reabilitação cognitiva</li> <li>→ Jogo do galo</li> <li>→ Jogos Sêniores</li> <li>→ Puzzle rotativo</li> <li>→ Cartas de imagens</li> <li>→ Cartas – sequências</li> <li>→ Puzzle de encaixe</li> <li>→ Cartas objetos do quotidiano</li> <li>→ Objetos de uso comum</li> <li>→ Evocação</li> <li>→ Jogos de Sons</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>

**Descrição: Atelier Lúdico Recreativo**

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Desenvolver a motricidade fina</li> <li>→ Estimular a criatividade</li> <li>→ Precisão manual e a coordenação psicomotora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Trabalhos em papel (corte; colagem e pintura)</li> <li>→ Trabalhos com recursos a materiais reciclados</li> <li>→ Trabalhos com pastas moldáveis (barro, plasticina e fimo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Cartolinas</li> <li>→ Material reciclado</li> <li>→ Tesouras</li> <li>→ Colas</li> <li>→ Papel crepe</li> <li>→ Ráfia</li> <li>→ Lápis de cor, lápis de cera e canetas de cor</li> <li>→ Papel autocolante</li> <li>→ Pincéis</li> <li>→ Telas</li> <li>→ Barro</li> <li>→ Fimo</li> <li>→ Fio de sediela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>

**Descrição:** Atelier de Atividades Religiosas

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ Promover momentos de oração</li><li>→ Desenvolver o lado espiritual e religioso</li><li>→ Celebrar uma eucaristia na primeira e terceira quinta-feira do mês</li><li>→ Proporcionar aos clientes o sacramento da reconciliação</li><li>→ Potenciar a participação da comunidade na eucaristia</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Celebração da eucaristia</li><li>→ Leitura dos mistérios</li><li>→ Rezar o terço</li><li>→ Assistir a cerimónias religiosas (ao vivo pela televisão)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Velas</li><li>→ Fósforos</li><li>→ Imagens</li><li>→ Livros litúrgicos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ N° de participantes no atelier</li><li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li><li>→ Participação da comunidade na eucaristia</li></ul>

**Descrição: Atelier de Estética**

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ Promover a auto-estima</li><li>→ Fomentar o cuidado de si e do próximo</li><li>→ Implementar boas práticas de higiene</li><li>→ Desenvolver o gosto pela vida e pela imagem que criam de cada um</li><li>→ Praticar exercícios que melhorem a vida quotidiana</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Cuidados de higiene básicos</li><li>→ Tratamento de unhas, cabelo e pele</li><li>→ Tratamento de roupas e estimulação da memória</li><li>→ Massagens terapêuticas</li><li>→ Atividades de relaxamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Massagista</li><li>→ Cabeleireira</li><li>→ Podologista</li><li>→ Dentista</li><li>→ Esteticista</li><li>→ Outros especialistas</li><li>→ Outros produtos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ N° de participantes no atelier</li><li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li></ul>

**Descrição:** Atelier de Estimulação Sensorial

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Reagir a estímulos visuais, auditivos, tácteis e olfativos</li> <li>→ Reagir a estímulos gustativos</li> <li>→ Estimular e despertar sentidos visuais, auditivos e táteis</li> <li>→ Promover estabilidade emocional</li> <li>→ Introduzir relaxamento e bem-estar físico e emocional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Dirigir os olhos para um estímulo luminoso</li> <li>→ Seguir com os olhos um objeto</li> <li>→ Reagir à sua imagem no espelho</li> <li>→ Olhar na direção de uma fonte sonora</li> <li>→ Responder à voz do técnico</li> <li>→ Distinguir as vozes dos animais mais comuns</li> <li>→ Reagir às várias partes do corpo</li> <li>→ Explorar objetos</li> <li>→ Reagir aos diferentes sabores (doce, salgado)</li> <li>→ Diferenciar alguns cheiros</li> <li>→ Usar efeitos de iluminação</li> <li>→ Usar superfícies táteis</li> <li>→ Ouvir musica meditativa</li> </ul>	<p>Instrumentos;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Bola mágica</li> <li>→ Jogo de aromas</li> <li>→ Bola vibratória</li> <li>→ Bola macia</li> <li>→ Bola ouriço</li> <li>→ Retratos de emoções</li> <li>→ Objetos de uso comum</li> <li>→ Alimentos</li> <li>→ Livros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>

**Descrição:** Atelier de Dinâmicas de Grupo

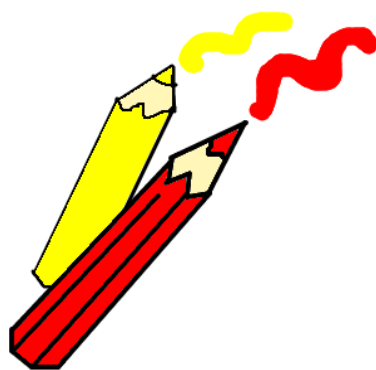
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras</li> <li>→ Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo</li> <li>→ Desenvolver a criatividade;</li> <li>→ Potenciar o espírito de inter ajuda e promover as relações sociais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Jogos de apresentação</li> <li>→ Jogos de sensações</li> <li>→ Jogos de pantomima</li> <li>→ Jogos narrativos</li> <li>→ Jogos com adereços</li> <li>→ Jogos de atenção, memória, linguagem, criatividade / imaginação, cooperação</li> <li>→ Jogos de Relaxamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Rádio;</li> <li>→ - Cd`s;</li> <li>→ - Objetos variados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ N° de participantes no atelier</li> <li>→ Grau de satisfação dos utentes face ao atelier</li> </ul>

**Descrição: Atelier Gerações**

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Continuar a Unir gerações</li> <li>→ -Mudar a percepção da velhice a do envelhecimento aos mais novos;</li> <li>→ Proporcionar momentos lúdicos e recreativos</li> <li>→ Partilhar vivência e histórias entre as gerações</li> <li>→ Educar para o respeito pela diferença</li> <li>→ Aumento do auto estima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Comemoração de épocas festivas</li> <li>→ Histórias tradicionais</li> <li>→ Hora do Conto</li> <li>→ Jogos pedagógicos</li> <li>→ Dramatizações</li> <li>→ Trabalhos manuais</li> <li>→ Confeção de doçaria e salgados</li> <li>→ Concertos musicais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Equipamento de som</li> <li>→ Material reciclado</li> <li>→ Vestuário/adereços</li> <li>→ Utensílios de culinária</li> <li>→ Contos e histórias</li> <li>→ Jogos pedagógicos e jogos tradicionais</li> <li>→ Instrumentos musicais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Grau de satisfação dos utentes e outros intervenientes face ao atelier</li> <li>→ N° de participantes no atelier</li> </ul>

**Atividades Comemorativas**

# Atividades Comemorativas





<b>MÊS: JANEIRO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
4 – Dia mundial do Braille	Assinalar a data com ensinamentos.
6 – Dia de reis	Comemorar a data de forma festiva e com um convívio
11 – Dia internacional do obrigado	Promover o agradecimento perante os outros
18 – Dia mundial do riso	Terapia do riso
21 – Dia mundial da religião	Assistir à celebração da eucaristia na tv
23 – Dia da escrita à mão	Trabalhar a motricidade fina na escrita
31 – Dia mundial do mágico	Assistir a um espetáculo de magia

<b>MÊS: FEVEREIRO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
5 – Dia de Santa Águeda	Assistir à missa de festa.
11 – Dia mundial do doente	Fazer uma visita a um doente.
13 – Dia Mundial da Rádio / Carnaval	Fazer uma ligação com uma rádio local e possíveis dedicatórias. Festejar.
14 – Dia de s. Valentim	Promover valores como a amizade e os afetos

<b>MÊS: MARÇO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
1 – Dia internacional da proteção civil	Visitar algo relacionado com o tema.
8 – Dia Internacional da Mulher	Valorizar o papel da mulher
19 – Dia do Pai	Valorizar o papel de pai
20 – Dia internacional da felicidade	Retratar em fotografias a felicidade

21 – Dia mundial de poesia / árvore	Comemorar a data
27 – Dia mundial do teatro	Assistir a uma peça de teatro

<b>MÊS: ABRIL</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
1 – Páscoa	Celebrar em família
2 – Dia internacional do livro infantil	Visitar o centro escolar / leitura de livro
6 – Dia mundial da atividade física	Promover o exercício físico
7 – Dia mundial da saúde	Promover bons hábitos de saúde
11 – Dia mundial da doença de Parkinson	Trabalhar a temática
13 – Dia do beijo	Registar fotograficamente o dia.
16 – Dia mundial da voz	Promover atividade de canto
23 – Dia mundial do livro	Promover a leitura
26 – Dia internacional do cão guia	Trabalhar a temática
26 – Dia mundial da dança	Assistir a vídeos de dança e reproduzir

<b>MÊS: MAIO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
1 – Dia do trabalhador	Promover valores do trabalho
4 – Dia internacional do bombeiro	Reconhecer a importância do trabalho deste profissional (possível visita)
6 – Dia da mãe	Valorizar o papel de mãe
8 – Dia mundial da cruz vermelha	Visitar uma delegação
13 – Aparição de Nossa Senhora	Assistir à eucaristia
15 – Dia internacional da família	Promover valores da família

17 – Dia mundial da Internet	Trabalhar a iniciação à internet
24 – Dia europeu dos parques naturais	Visitar um parque natural (a definir)
31 – Dia mundial sem tabaco	Trabalhar hábitos anti-tabagistas

## MÊS: JUNHO

ATIVIDADES:	OBJETIVOS:
1 – Dia mundial da criança	Receber um grupo de crianças e parabenizá-las
5 – Dia mundial do ambiente	Plantar em prol do ambiente
10 – Dia de Portugal	Celebrar a data com memórias antigas
14 – Dia mundial do dador de sangue	Trabalhar a temática
15 – Dia mundial da consciencialização da violência contra a pessoa idosa	Trabalhar a temática
18 – Dia internacional do piquenique	Realizar um piquenique
21 – Dia mundial do Yoga	Praticar uma sessão de yoga
24 – Dia de S. João	Comemorar o S. João

## MÊS: JULHO

ATIVIDADES:	OBJETIVOS:
1 – Dia mundial das bibliotecas	Visitar uma biblioteca (a definir)
7 – Dia mundial do chocolate	Confeccionar bombons de chocolate
20 – Dia do amigo	Trabalhar a amizade interinstitucional
24 – Dia dos primos	Realizar um convívio intergeracional
26 – Dia mundial dos avós	
30 – Dia internacional do amigo	Valorizar o amigo como essencial

<b>MÊS: AGOSTO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
8 – Dia mundial do gato	Receber a visita de alguns animais
12 – Dia internacional da juventude	Promover o espírito jovem junto dos mais novos
19 – Dia mundial da fotografia	Efetuar vários registos fotográficos

<b>MÊS: SETEMBRO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
5 – Dia internacional da caridade	Realizar uma obra de caridade
8 – Dia mundial da fisioterapia	Receber / visitar um profissional da área
11 – Dia nacional do bombeiro profissional	Receber / visitar um profissional da área
21 – Dia internacional da paz	Promover os valores da paz
21 – Dia mundial da doença de Alzheimer	Trabalhar a temática
25 – Dia mundial do sonho	Reconhecer a importância de sonhar
26 – Dia europeu das línguas	Aprender novas línguas
26 – Dia internacional do farmacêutico	Visitar uma farmácia.
27 – Dia mundial do turismo	Realizar uma visita a um ponto turístico
29 – Dia mundial do coração	Trabalhar os cuidados com o coração

<b>MÊS: OUTUBRO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
1 – Dia mundial da música	Trabalhar aptidões musicais
1 – Dia internacional do idoso	Realizar um convívio
4 – Dia mundial do animal	Estabelecer contacto com alguns animais

5 – Implantação da República	-----
9 – Dia mundial dos correios	Elaborar uma carta e enviar.
10 – Dia mundial da saúde mental	Estudar problemáticas da saúde mental
16 – Dia mundial da alimentação	Trabalhar o conceito de alimentação saudável
28 – Dia mundial da terceira idade	Reconhecer a importância dos idosos
28 – Dia internacional da animação	Realizar várias atividades de animação
29 – Dia mundial do AVC	Trabalhar a temática
31 – Dia das bruxas	Festejar a data com os mais novos

## MÊS: NOVEMBRO

### ATIVIDADES:

### OBJETIVOS:

1 – Dia de todos os Santos	-----
2 – Dia de fiéis defuntos	Assistir à eucaristia
5 – Dia mundial do cinema	Visualizar um filme
7 – Dia internacional da preguiça	Promover momentos de relaxamento
11 – Dia de S. Martinho	Festejar a data com um convívio
13 – Dia mundial da bondade	Trabalhar ações de bondade
14 – Dia mundial da diabetes	Abordar o tema / rastreios
15 – Dia nacional de língua gestual portuguesa	Aprender alguns gestos
20 – Dia nacional do pijama	Festejar o dia
21 – Dia mundial da televisão / do olá	Festejar o dia

<b>MÊS: DEZEMBRO</b>	
<b>ATIVIDADES:</b>	<b>OBJETIVOS:</b>
1 – Restauração da independência	-----
3 – Dia internacional das pessoas com deficiência	Contactar com alguém deficiente
4 – Dia da bolacha	Confecionar algumas bolachas
5 – Dia internacional do voluntariado	Valorizar o trabalho voluntário
8 – Dia da Imaculada Conceição	-----
9 – Dia nacional da pessoa com deficiência	Conhecer uma história de vida pessoal
10 – Dia internacional dos direitos humanos	Valorizar os direitos humanos
13 – Dia de Santa Luzia	Visitar a feira habitual
15 – Dia internacional do chá	Organizar um chá convívio
20 – Dia internacional da solidariedade humana	Dinamizar uma atividade solidária
21 – Dia das palavras cruzadas	Jogar palavras cruzadas
24 – Véspera de Natal	-----
25 – Natal	-----
31 – Véspera de ano novo	-----