



# PLANO DE ATIVIDADES

## 2022





## Índice

Caracterização da instituição .....	2
Recursos Humanos.....	4
Respostas Sociais.....	6
Lar Residencial.....	6
Capacidade da Resposta Social.....	6
Horário de funcionamento .....	7
Serviços Disponibilizados.....	7
Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão .....	8
Capacidade da Resposta Social.....	9
Horário de funcionamento .....	9
Serviços Disponibilizados.....	10
Plano de atividades .....	11
Atividades Ocupacionais .....	11
Atividades Terapêuticas .....	15
Atividades Socialmente Úteis.....	18
Atividades de Interação com o Meio.....	19
Festejo de datas comemorativas .....	21
Atividades não dirigidas aos utentes.....	23



## Caracterização da instituição

---

A Fundação "Padre José Miguel" é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) que tem como objetivo principal a promoção da qualidade de vida e do bem-estar da pessoa com deficiência. Para alcançar este objetivo, programa e desenvolve diferenciadas atividades, incentivando a participação de todos os utentes, atendendo às suas apetências e capacidades. A Fundação "Padre José Miguel" propõe-se proporcionar maiores níveis de qualidade de vida e autonomia a todos os utentes e, sempre que possível, promover a inclusão social.

A instituição foi inicialmente designada por Associação Cristã "Paz e Bem", desde a sua fundação, no ano de 1991, na localidade de Soito – Sabugal. No ano de 2019, passou a ser designada por Fundação "Padre José Miguel". Com âmbito nacional de intervenção, tem vindo a reforçar-se de recursos humanos qualificados e de equipamentos que permitem melhorar a qualidade dos serviços prestados, melhorando assim a resposta às necessidades da comunidade.

A Fundação "Padre José Miguel" entende a reabilitação como um processo global, contínuo e centrado na pessoa. O utente tem um papel ativo na elaboração do Plano de Desenvolvimento Individual, sendo que pode optar pelas atividades propostas tendo em conta as suas preferências. Ao mesmo tempo, são-lhe sugeridas atividades que visem desenvolver competências que promovam a sua estabilidade comportamental, física e psicológica.

### MISSÃO

A Fundação "Padre José Miguel" tem como missão principal apoiar pessoas com deficiência, proporcionando serviços diversificados, em contexto residencial, que contribuam para satisfazer as necessidades básicas, físicas e psicológicas, baseada numa estratégia de permanente inovação e competitividade.

### VISÃO

A Fundação visa a participação da pessoa com deficiência a todos os níveis da cidadania ativa, no quadro de uma sociedade inclusiva de igualdade de oportunidades, de não discriminação e de equidade.

### VALORES

A Fundação promove e rege-se por valores onde assentam:



- Solidariedade social: tomar consciência das necessidades dos outros e contribuir e colaborar para a sua qualidade de vida;
- Respeito: respeitar os direitos dos cidadãos, tanto naturais, como religiosos ou quaisquer outros que os caracterizem; respeito pela dignidade humana e privacidade do utente; respeito pelas liberdades individuais de cada um;
- Igualdade de oportunidades: permitir que todos os cidadãos tenham as mesmas oportunidades, excluindo qualquer ato de racismo ou discriminação;
- Serviços humanizados e de elevada qualidade: atender a cada indivíduo e prestar-lhe o apoio ajustado às suas necessidades; corresponder à expectativa do utente, prestando serviços de excelência que permitam melhorar a sua qualidade de vida.

## OBJETIVOS

A Fundação "Padre José Miguel", com as diversificadas atividades que desenvolve, pretende atingir os seguintes objetivos:

- Melhorar a qualidade de vida dos utentes institucionalizados ou externos;
- Valorizar e desenvolver as capacidades individuais de cada utente;
- Estimular e desenvolver a autonomia, as capacidades físicas e cognitivas;
- Incentivar a participação ativa;
- Contribuir para a inclusão social;
- Promover a cidadania, o bem-estar e a valorização pessoal e social;
- Promover a ligação: instituição – família - comunidade;
- Criar laços de interajuda;
- Promover a satisfação dos utentes;
- Melhorar a qualidade dos serviços a prestar aos utentes;
- Desenvolver ações de formação direcionadas aos colaboradores.



## Recursos Humanos

Função / Área	Colaborador	Lar	CACI
Diretora técnica	Sofia Nobre	X	X
Coordenador pedagógico	Vítor Pereira		X
Contabilista certificado	Roberto Lavrador	X	X
Secretária	Virgínia Escaleira	X	X
Assistente social	Sofia Nobre	X	
Psicóloga	Inês Alves	X	X
Enfermeira	Marta Clara	X	X
Técnico de educação especial e reabilitação / Psicomotricista	Octávio Martins	X	X
Assistente social	Carina Silva		X
Monitor de artes plásticas e de informática	Vítor Pereira		X
Fisioterapeuta	Ana Filipa Chapeira	X	X
Monitor de carpintaria	Manuel Martins		X
Monitora do CACI	Alina Adriana Chirila		X
Animadora sociocultural	Liliana Amaral	X	
Ajudantes de ação direta	Adélia Lopes	X	X
	Francisco Tomé	X	X
	Ana Raquel Gonçalves	X	X
	Andreia Filipa Dias de Sousa	X	X
	Augusta Teixeira Carvalho	X	X
	Catarina Augusta Balaia	X	X
	Célia Maria Correia	X	X
	David Pacheco Gomes	X	X



	Elisabete Barbosa Lages	X	X
	Francisco José Dinis	X	X
	Manuel Martins		X
	Maria Manuela Emídio	X	X
	Maria Rosete Marques	X	X
	Susana Cristina Ferreira	X	X
	Davide Sanches	X	X
	Lúcia dos Anjos Pereira Augusto	X	X
	Vanessa Filipe	X	X
Ajudantes de cozinha	Helena Nabais	X	X
	Isabel Cruz	X	X
	Susana Cacheina	X	X
Trabalhadores auxiliares	Florência Pirôna Guerra	X	X
	Isabel Borrega Fonseca	X	X
	Maria de Lurdes Baltazar	X	X
	Rosa Vaz	X	X
	Cátia Caramelo	X	X
	Maria Amélia Emídio	X	X
Motoristas	Manuel Martins	X	X
	Ioan Silviu Chirila	X	X
Técnico de Manutenção	Ioan Silviu Chirila	X	X



## Respostas Sociais

Atualmente a Fundação "Padre José Miguel" dá resposta a 40 utentes, sejam eles pessoas com deficiência física e/ou mental. Para responder às necessidades de higiene, alimentação e segurança das pessoas com deficiência institucionalizadas, existem dois lares residenciais, cada um deles com capacidade para 20 utentes. A fim de promover uma melhoria da qualidade de vida dos utentes, bem como uma maior inclusão social e participação em atividades, existe o Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI), com capacidade para 30 utentes.

### Lar Residencial

Os lares residenciais da Fundação "Padre José Miguel" promovem e disponibilizam condições que contribuem para uma vida com qualidade e para a plena integração social dos seus utentes. Esta resposta social destina-se a pessoas com deficiência e/ou incapacidade que se encontrem impedidas, temporária ou definitivamente, de residir num contexto familiar e tem como principais objetivos:

- Disponibilizar alojamento e apoio residencial, permanente ou temporário;
- Assegurar cuidados de saúde e de higiene;
- Melhorar a qualidade de vida;
- Assegurar condições de estabilidade e segurança;
- Privilegiar a interação com a família e a comunidade, no sentido de otimizar os níveis de atividade e de participação social.

### Capacidade da Resposta Social

Em cada estrutura residencial prevê-se a frequência de 20 utentes estabelecidos pelo acordo com a tutela para esta resposta social.

Frequência em regime definitivo - Residentes			
Lar 1		Lar 2	
Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
10	10	20	0
Total: 20 utentes		Total: 20 utentes	



## Horário de funcionamento

As duas valências de Lar residencial reger-se-ão de acordo com o regulamento interno, mantendo-se em funcionamento 24 horas por dia, todos os dias do ano civil de 2022.

## Serviços Disponibilizados

- Garantir as necessidades de alojamento, alimentação e higiene em regime definitivo ou temporário;
- Apoio e acompanhamento nas atividades de vida diária;
- Apoio na ocupação, lazer e bem-estar;
- Apoio psicológico e social;
- Cuidados de saúde e de reabilitação.

Horário	Serviços / Atividades
00 H às 08 H	Vigilância do repouso dos utentes;
08 H às 16 H	Apoio na higiene pessoal, vestuário e alimentação dos utentes (pequeno almoço e almoço); Limpeza e arrumação do espaço do Lar; Cuidado e limpeza de roupas; Desenvolvimento de atividades; Acompanhamento e desenvolvimento de atividades na valência de CACI;
16 H às 24 H	Acompanhamento e desenvolvimento das atividades de fim de tarde; Apoio nas atividades de gestão doméstica; Apoio na alimentação dos utentes (lanche e jantar) e acompanhamento nas rotinas de higiene e deitar.



## Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão

Indo ao encontro do previsto na Portaria nº 70/2021, de 26 de março, que pretende uniformizar a legislação referente às respostas sociais para pessoas com deficiência, a designação de Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI) sucede ao anterior termo – Centro de Atividades Ocupacionais (C.A.O.), pelo que daqui para a frente será designado desta forma.

A mesma portaria determina também a inclusão do Plano Individual de Inclusão (PII), que vem substituir o Plano de Desenvolvimento Individual, enquanto “instrumento de planeamento, monitorização e avaliação do percurso” da pessoa com deficiência.

De acordo com o PII, após avaliação de competências, motivações e interesses de cada utente, serão organizadas atividades ocupacionais, terapêuticas, de interação com o meio e/ou socialmente úteis, que contribuirão para o bem-estar global de todos os utentes.

No CACI, a Fundação “Padre José Miguel” promove e disponibiliza condições para o desempenho de atividades que proporcionam a valorização pessoal e o máximo aproveitamento das capacidades e potencial da pessoa. Estas atividades visam manter a pessoa ativa e interessada, favorecendo o seu equilíbrio e bem-estar físico, emocional e social. As atividades desenvolvidas pretendem atingir os seguintes objetivos:

- Garantir o conforto e qualidade de vida das pessoas com deficiência;
- Manter os utentes ativos e motivados na realização das suas atividades, tendo em vista o desenvolvimento das suas potencialidades;
- Promover a autonomia de todos os utentes;
- Desenvolver intervenções de reabilitação, quer física, quer psicológica;
- Desenvolver as competências de relacionamento interpessoal, estimulando a socialização e o envolvimento na comunidade;
- Promover o treino de competências sociais e profissionais, através do desenvolvimento de atividades socialmente úteis;
- Privilegiar a interação com a comunidade e com a família, a fim de melhorar a satisfação dos utentes;
- Contribuir para a promoção de uma sociedade inclusiva, promovendo a participação em atividades e contextos sociais.



## Capacidade da Resposta Social

Prevê-se a frequência de 30 utentes estabelecidos pelo acordo com a tutela para esta resposta social.

Frequência do CACI	
Masculino	Feminino
21	9
Total: 30 utentes	

## Horário de funcionamento

O horário será estabelecido de acordo com o Regulamento Interno, funcionando de segunda-feira a sexta-feira das 9h às 17h durante todo o ano. O CACI encerrará nos feriados nacionais, no feriado municipal e na terça-feira de Carnaval.

Horário	Serviços / Atividades
9h00 - 9h30	Entrada/Transporte dos utentes externos Acolhimento e encaminhamento para as atividades
09h30 - 12h30	Atividades ocupacionais, terapêuticas, socialmente úteis e de interação com o meio
12h30 - 14h00	Almoço
14h00 - 16h30	Atividades ocupacionais, terapêuticas, socialmente úteis e de interação com o meio
16h30 - 17h00	Lanche Saída/Transporte dos utentes externos



## Serviços Disponibilizados

- Transporte;
- Alimentação;
- Cuidados Pessoais;
- Atividades Ocupacionais (Trabalhos Manuais, Atividades Sócio-ocupacionais, Carpintaria, Expressão Plástica, Jardinagem e Horticultura, Informática, Sala de bem-estar, Atividades de Animação Sociocultural e Danças e Cantares);
- Atividades Terapêuticas (Atividade Motora Adaptada, Psicomotricidade, *Snoezelen*, Atividade Aquática Adaptada, Equitação com Fins Terapêuticos, Psicologia e Fisioterapia);
- Atividades Socialmente Úteis (Tratamento de Roupas e Limpeza, Apoio à Manutenção e Apoio Organizacional);
- Atividades de Interação com o Meio (Atividades Culturais, Passeios Pedestres, Atividades de Verão, Encontros e Convívios e Férias);
- Cuidados de enfermagem.



## Plano de atividades

Em resposta às expectativas e necessidades dos utentes e no seguimento dos objetivos que se pretendem atingir, a Fundação "Padre José Miguel" pretende organizar as atividades em quatro eixos principais. No presente plano, estão também mencionadas atividades não dirigidas aos utentes, como a formação de colaboradores e a divulgação da instituição.

De seguida, será efetuada uma breve descrição dos eixos supra mencionados e serão detalhadas as atividades.

### Atividades Ocupacionais

As atividades inseridas neste eixo visam manter a pessoa com deficiência interessada, favorecendo o desenvolvimento/manutenção de competências nas áreas designadas. A participação dos utentes nestas atividades depende sempre das suas motivações e preferências pessoais.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS	
TRABALHOS MANUAIS   Responsável: Alina Chirila	
Valência/Local: CACI / <i>Atelier</i> de trabalhos manuais	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Monitor de CACI
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Realização de trabalhos a partir da reciclagem de diversos materiais;</li><li>✓ Execução de objetos de adorno, decorativos e utilitários em diversas técnicas;</li><li>✓ Exploração de técnicas de tecelagem, macramé e patchwork;</li><li>✓ Desenvolver peças artesanais (porta-chaves, marcadores de livros, ímanes, espanta-espíritos, quadros, entre outros objetos decorativos);</li><li>✓ Exposição de trabalhos realizados pelos utentes do CACI.</li></ul>	



### ATIVIDADES SÓCIO-OCUPACIONAIS | Responsável: Carina Silva

Valência/Local: CACI / <i>Atelier</i> de atividades sócio-ocupacionais	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Assistente Social

#### Atividades Previstas

- ✓ Orientar os utentes a nível temporal e espacial;
- ✓ Jogos e atividades educativas como escrita, cálculo, dominó, bingo, cartas, damas, puzzles, questionários de cultura geral, memória, sudoku, palavras cruzadas e sopa de letras;
- ✓ Atividades pedagógicas com o uso de computador ou *tablet*, adequadas às capacidades de cada utente;
- ✓ Seguir os interesses pessoais de cada utente.

### CARPINTARIA | Responsável: Manuel Martins

Valência/Local: CACI / <i>Atelier</i> de Carpintaria	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Monitor de CACI

#### Atividades Previstas

- ✓ Realização de trabalhos a partir de cortiça, madeira e seus derivados;
- ✓ Execução de trabalhos ornamentais e utilitários, peças etnográficas, jogos, instrumentos musicais, molduras, etc;
- ✓ Aplicação de técnicas de carpintaria e restauro (manusear ferramentas, medir, marcar, serrar, pregar, aparafusar, colar, lixar, desbastar, envernizar, pintar);
- ✓ Realização de restauros de peças de madeira;
- ✓ Criação de peças em madeira;
- ✓ Exposição de trabalhos realizados pelos utentes do CACI.

### EXPRESSÃO PLÁSTICA | Responsável: Vítor Pereira

Valência/Local: CACI / <i>Atelier</i> de Expressão Plástica e Desenho	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Monitor de Artes Plásticas



#### Atividades Previstas

- ✓ Exploração de várias técnicas: pintura, graffiti, corte, recorte, colagem, etc;
- ✓ Utilização de diversos materiais: guache, aguarela, lápis de cor, lápis de cera, canetas de feltro, grafite, carvão, óleos e acrílicos, etc;
- ✓ Exploração do desenho à mão livre e geométrico;
- ✓ Pintura utilizando diversas técnicas e materiais auxiliares para a sua execução;
- ✓ Recortes e colagens;
- ✓ Exposição dos trabalhos realizados pelos utentes do CACI.

#### JARDINAGEM E HORTICULTURA | Responsável: Manuel Martins e Carina Silva

Valência/Local: Lar e CACI / Horta pedagógica	Periodicidade: Sazonal
Recursos Materiais: Materiais agrícolas e de jardinagem; Vestuário adequado (bata e botas de borracha)	Recursos humanos: Monitor de CACI e Assistente Social

#### Atividades Previstas

- ✓ Execução e manutenção de uma horta pedagógica;
- ✓ Cultivo de canteiros e produtos hortícolas;
- ✓ Sementeira e cuidado das plantações;
- ✓ Colheita dos legumes e frutas;
- ✓ Apanha de ervas e folhas;
- ✓ Limpeza dos espaços do pátio e jardim;
- ✓ Rega da horta e jardim.

#### INFORMÁTICA | Responsável: Vítor Pereira

Valência/Local: CACI / Sala de Informática	Periodicidade: Semanal
Recursos Materiais: Computadores e projetor	Recursos humanos: Monitor de informática

#### Atividades Previstas

- ✓ Utilização de tecnologias informáticas;
- ✓ Exploração de programas informáticos;
- ✓ Utilização de *software* educativo;
- ✓ Exploração do espaço de internet e de multimédia.



### SALA DE BEM-ESTAR | Responsável: Ajudante de Ação Direta destacado

Valência/Local: Lar / Sala de Bem-Estar	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Ajudantes de Ação Direta
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Execução de jogos pedagógicos e didáticos;</li><li>✓ Audição de música e visualização de programas de televisão.</li></ul>	

### ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL | Responsável: Liliana Amaral

Valência/Local: Lar	Periodicidade: Semanal (Sábado e Domingo)
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Animadora sociocultural
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Trabalhos manuais;</li><li>✓ Ver televisão e ouvir música;</li><li>✓ Jogos de orientação temporal e espacial;</li><li>✓ Jogos de coordenação motora;</li><li>✓ Jogos de memória;</li><li>✓ Jogos tradicionais;</li><li>✓ Atividades de perceção tátil, visual, olfativa e auditiva;</li><li>✓ Atividades de culinária, costura e pintura;</li><li>✓ Atividades de cariz religioso.</li></ul>	

### DANÇAS E CANTARES | Responsáveis: Equipa Técnica do CACI

Valência/Local: CACI / Átrio	Periodicidade: Ocasional
Recursos Materiais: Instrumentos musicais e equipamento de som	Recursos humanos: Equipa técnica do CACI
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Audição de diversos estilos musicais;</li><li>✓ Ensaio e apresentação de coreografias;</li><li>✓ Participação em <i>karaokes</i>.</li></ul>	



## Atividades Terapêuticas

Inseridas nas Atividades Terapêuticas estão as atividades de componente terapêutica, que visam a melhoria das habilidades motoras e das competências psicológicas dos utentes, como a Atividade Motora Adaptada, a Fisioterapia, a Psicologia, o *Snoezelen*, a Equitação com Fins Terapêuticos e a Atividade Aquática Adaptada.

ATIVIDADES TERAPÊUTICAS	
ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA / PSICOMOTRICIDADE   Responsável: Octávio Martins	
Valência/Local: Lar e CACI / Sala de atividade física e estádio municipal do Sabugal	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material e equipamento lúdico desportivo	Recursos humanos: Técnico de educação especial e reabilitação / Psicomotricista
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Exercícios de mobilidade articular e flexibilidade dinâmica;</li><li>✓ Percursos / circuitos com transposição de obstáculos e contorno dos mesmos;</li><li>✓ Modalidades desportivas – futebol, atletismo, andebol, basquetebol, <i>boccia</i>, natação, judo e ténis de mesa;</li><li>✓ Participação em atividades desportivas;</li><li>✓ Realização de provas que envolvam a competição e convívio entre diversas instituições congéneres, utentes e população em geral;</li><li>✓ Desenvolvimento e ampliação das competências motoras, melhoria da condição física, combate ao sedentarismo/obesidade, autoestima e autoconceito, além do desenvolvimento cognitivo, afetivo e social;</li><li>✓ Realização de sessões de reeducação ou terapia de mediação corporal e expressiva em diversas situações geralmente ligadas a problemas de desenvolvimento e de maturação psicomotora, de comportamento, de aprendizagem e de âmbito psicoafectivo;</li><li>✓ Relaxação e Consciencialização Corporal.</li></ul>	



### PSICOLOGIA | Responsável: Inês Alves

Valência/Local: Lar e CACI / Sala de Psicologia, Sala de <i>Snoezelen</i>	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível em sala	Recursos humanos: Psicóloga

#### Atividades Previstas

- ✓ Estimulação cognitiva para manutenção das capacidades cognitivas dos utentes, através do uso de diferentes materiais (exercícios de atenção, memória, gnosias, linguagem, aritmética, leitura, jornais/revistas, objetos de uso diário, etc);
- ✓ Apoio psicológico individual, no sentido de promover o bem-estar, a qualidade de vida e a saúde mental dos utentes;
- ✓ Observação naturalista, permitindo conhecer o comportamento real dos utentes em contexto típico de grupo;
- ✓ Colaboração na atividade *Snoezelen*, através de sessões de relaxamento e de estimulação visual, tátil e proprioceptiva dos utentes.

### FISIOTERAPIA | Responsável: Ana Filipa Chapeira

Valência/Local: Lar e CACI / Ginásio	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material de Fisioterapia	Recursos humanos: Fisioterapeuta

#### Atividades Previstas

- ✓ Promover a autonomia;
- ✓ Evitar/diminuir deformidades;
- ✓ Manter/melhorar as capacidades funcionais;
- ✓ Manter/ melhorar a amplitudes funcionais das articulações;
- ✓ Evitar/melhorar encurtamentos musculares;
- ✓ Evitar/melhorar a atrofia e fraqueza muscular;
- ✓ Promover a adaptação a posturas corretas;
- ✓ Melhorar a proprioceptividade;
- ✓ Correção dos padrões de marcha;
- ✓ Diminuição dos quadros algícos.



### ATIVIDADE AQUÁTICA ADAPTADA | Responsável: Octávio Martins

Valência/Local: CACI / Piscinas Municipais do Sabugal	Periodicidade: Semanal
Recursos Materiais: Materiais para uso aquático	Recursos humanos: Técnico de educação especial e reabilitação / Psicomotricista, Psicóloga e Fisioterapeuta

#### Atividades Previstas

- ✓ Realização de atividades de carácter lúdico-terapêutico nas piscinas municipais;
- ✓ Adaptação ao meio aquático;
- ✓ Natação.

### SNOEZELLEN | Responsáveis: Técnicos de atividades terapêuticas

Valência/Local: Lar e CACI / Sala de <i>Snoezelen</i>	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: Material disponível na Sala <i>Snoezelen</i>	Recursos humanos: Técnico de educação especial e reabilitação / Psicomotricista, Psicóloga e Fisioterapeuta

#### Atividades Previstas

- ✓ Realização de sessões de estimulação multissensorial, providenciando um ambiente multissensorial estimulante, onde os utentes podem relaxar, e interagir com os outros, passar algum tempo isolados, experimentar sensações e objetos, no seu ritmo, consoante a sua vontade e curiosidade;
- ✓ Realização de sessões de relaxamento muscular progressivo, orientadas pela Psicóloga e dirigidas a um ou vários utentes em simultâneo.

### EQUITAÇÃO COM FINS TERAPÊUTICOS | Responsável: Octávio Martins

Valência/Local: CACI / Centro Hípico do Soito	Periodicidade: Semanal
Recursos Materiais: Material disponível e necessário para a prática de equitação; Material didático	Recursos humanos: Técnico de educação especial e reabilitação e Assistente Social; [Externo: Equitador]



#### Atividades Previstas

- ✓ Proporcionar contacto entre o utente/cavalo;
- ✓ Melhoria na mobilidade articular, no equilíbrio e na coordenação;
- ✓ Melhoria na aprendizagem, atenção, concentração e orientação espacial;
- ✓ Noções de esquema corporal;
- ✓ Aumento da autoconfiança e autoestima.

### Atividades Socialmente Úteis

As Atividades Socialmente Úteis objetivam a valorização pessoal dos utentes e o desenvolvimento máximo das suas capacidades, com o intuito de aumentar a sua autonomia e responsabilidade. Visam a promoção de competências relacionadas com as atividades instrumentais de vida diária.

Os clientes que participam nestas atividades são autónomos a nível de alimentação, higiene e deslocação. Necessitam de supervisão e alguma orientação nas atividades propostas.

ATIVIDADES SOCIALMENTE ÚTEIS	
APOIO À MANUTENÇÃO   Responsável: Diretora Técnica	
Valência/Local: CACI / Espaços da instituição	Periodicidade: Ocasional
Recursos Materiais: A definir	Recursos humanos: Técnico de Manutenção e Monitor de Carpintaria
Atividades Previstas	
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Colaborar na descarga dos produtos alimentares;</li><li>✓ Auxiliar na limpeza dos espaços exteriores;</li><li>✓ Colaborar na reposição de <i>pellets</i> na caldeira.</li></ul>	
APOIO ORGANIZACIONAL   Responsável: Diretora Técnica	
Valência/Local: CACI / Espaços da instituição	Periodicidade: Diária
Recursos Materiais: A definir	Recursos humanos: Ajudantes de Ação Direta



#### Atividades Previstas

- ✓ Fazer a cama;
- ✓ Colaborar na limpeza e desinfecção das mesas e cadeiras;
- ✓ Descascar os legumes;
- ✓ Pôr e tirar mesas;
- ✓ Varrer o chão do refeitório e das salas de atividade.

#### TRATAMENTO DE ROUPAS E LIMPEZA | Responsável: Diretora Técnica

Valência/Local: CACI/ Lavandaria

Periodicidade: Semanal

Recursos Materiais: A definir

Recursos humanos: Trabalhadores  
Auxiliares de Limpeza

#### Atividades Previstas

- ✓ Dobrar a roupa;
- ✓ Arrumar a roupa nos cestos;
- ✓ Colaborar com as funcionárias na limpeza da instituição.

## Atividades de Interação com o Meio

Dentro deste eixo, inserem-se as atividades que visam promover o bem-estar e competências de relacionamento interpessoal das pessoas com deficiência, estimulando a sua socialização, participação e inclusão social, através de atividades diversificadas na comunidade.

## ATIVIDADES DE INTERAÇÃO COM O MEIO

#### ATIVIDADES CULTURAIS | Responsáveis: Equipa Técnica do CACI

Valência/Local: CACI / A definir

Periodicidade: Ocasional

Recursos Materiais: A definir

Recursos humanos: Equipa técnica do  
CACI

#### Atividades Previstas

- ✓ Requisição e consulta de livros, jornais e revistas na biblioteca móvel do Sabugal;
- ✓ Consulta e leitura de livros na biblioteca interna do centro;



- ✓ Visitas a locais de interesse cultural, religioso e histórico.

#### PASSEIOS PEDESTRES | Responsáveis: Equipa Técnica do CACI

Valência/Local: CACI / A definir

Periodicidade: Ocasional

Recursos Materiais: Não aplicável

Recursos humanos: Equipa técnica do CACI

#### Atividades Previstas

- ✓ Realização de caminhadas e passeios em vários ambientes: fluviais, rurais e urbanos;
- ✓ Observação paisagística através de saídas que valorizem o contato com a natureza;
- ✓ Deslocação a locais onde seja possível a prática da pesca desportiva (rios e viveiros de trutas).

#### ATIVIDADES DE VERÃO | Responsáveis: Equipa Técnica do CACI

Valência/Local: Lar e CACI / Praias Fluviais do concelho do Sabugal

Periodicidade: Sazonal

Recursos Materiais: A definir

Recursos humanos: Equipa técnica do CACI

#### Atividades Previstas

- ✓ Deslocações às praias fluviais e piscinas do concelho;
- ✓ Realização de atividades lúdicas ao ar livre que envolvam água (jogos sem fronteiras);

#### ENCONTROS E CONVÍVIOS INTERINSTITUCIONAIS | Responsáveis: Equipa Técnica do CACI

Valência/Local: CACI / A definir

Periodicidade: Ocasional

Recursos Materiais: A definir

Recursos humanos: Equipa técnica do CACI

#### Atividades Previstas

- ✓ Organização de encontros com a participação de colaboradores da instituição, utentes e seus familiares;
- ✓ Participação em encontros e convívios com outras instituições de carácter social semelhante.



### FÉRIAS | Responsável: Diretora Técnica

Valência/Local: Lar e CACI / A definir	Periodicidade: Anual
Recursos Materiais: A definir	Recursos humanos: Diretora Técnica e outros a definir
Atividades Previstas	
✓ Realização de férias num local calmo e aprazível [são prioritários os utentes que, por inexistência de suporte familiar ou incapacidade, permaneçam na instituição o ano inteiro].	

### Festejo de datas comemorativas

No ano de 2022, pretendemos assinalar as festividades. Todas as celebrações são dirigidas aos utentes de Lar e de CACI.

### FESTIVIDADES E CELEBRAÇÕES

Festividade	Atividades Previstas
DIA DOS AFETOS	✓ Realização de atividade direcionada aos afetos.
CARNAVAL	✓ Elaboração de trajes carnavalescos no período antecedente; ✓ Desfile carnavalesco pelas ruas da vila do Soito com trajes elaborados pelos próprios utentes; ✓ Participação em festas de convívio carnavalesco com outras instituições.
DIA DA MULHER	✓ Realização de atividade direcionada a todas as mulheres do centro.
DIA DO PAI	✓ Elaboração de uma lembrança e de um postal a ser enviado para os pais dos utentes.
DIA DA ÁRVORE	✓ Realização de uma caminhada pela natureza com objetivo de recolher lixo; ✓ Plantação de árvores na zona envolvente da instituição.
PÁSCOA	✓ Elaboração de uma lembrança realizada pelos utentes recheada de amêndoas e ovos de chocolate.



DIA DA MÃE	✓ Elaboração de uma lembrança e de um postal a ser enviado às mães dos utentes.
ANIVERSÁRIO DA INSTITUIÇÃO	✓ Comemoração do 23º aniversário do Centro Social "Padre José Miguel" com atividades preparadas pelos utentes e funcionários; ✓ Exposição de trabalhos realizados no CACI; ✓ Lanche convívio.
SANTOS POPULARES	✓ Festejo da data com uma sardinhada, baile e marchas populares.
DIA DO IDOSO	✓ Comemoração da data com a integração nas atividades dinamizadas pela Câmara Municipal do Sabugal.
HALLOWEEN	✓ Decoração da instituição e festejos alusivos ao tema.
SÃO MARTINHO	✓ Realização de um magusto ao ar livre com jogos, baile de convívio com utentes e funcionários.
DIA DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA	✓ Celebração do dia com uma atividade em parceria com o município do Sabugal.
NATAL	✓ Decoração da instituição e festejos alusivos ao tema; ✓ Festa realizada pelos utentes e funcionários da instituição; ✓ Exposição de trabalhos realizados no CACI; ✓ Lanche convívio e oferta de presentes.
FIM DE ANO	✓ Decoração da instituição, festejos alusivos ao tema e jantar convívio.



## Atividades não dirigidas aos utentes

Tal como preconizado nos anos anteriores, é objetivo da instituição realizar outras atividades, não dirigidas aos utentes, que descrevemos de seguida:

FORMAÇÃO	
Periodicidade	Atividades Previstas
Ocasional	✓ Formação a nível interno e externo, destinada aos colaboradores da Fundação "Padre José Miguel".
DIVULGAÇÃO DA INSTITUIÇÃO	
Recursos Humanos Responsáveis	Atividades Previstas
Equipa técnica do CACI e Diretora Técnica	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Participação em atividades de carácter sociocultural e religioso, de âmbito local e regional;</li><li>✓ Exposição dos trabalhos dos utentes nas festas do CACI, museu do Sabugal, <i>stands</i> e salas de exposições;</li><li>✓ Distribuição do jornal da Fundação;</li><li>✓ Realização da folha mensal, que assinala e divulga as principais atividades desenvolvidas durante o mês;</li><li>✓ Atualização do <i>Facebook</i> – Pde José Miguel.</li></ul>