

Plano de Atividades Socioculturais Ano 2026



• **Introdução**

Para cumprimento do estabelecido, a Assembleia Geral do Centro Social Nossa Senhora das Neves de Malpica do Tejo, vem submeter à apreciação e deliberação dos associados o Plano de Atividades e o Orçamento para o ano de 2026.

O Plano de Atividades e o Orçamento que, nos termos e finalidades legais e estatutárias, agora se apresentam, foram elaborados numa ótica de continuidade ao nível das metodologias e dos critérios seguidos nos anos anteriores, refletindo a solidificação da estratégia de desenvolvimento para esta instituição e mantendo os objetivos de solidariedade, com respostas que procuram ir ao encontro das necessidades atuais do ser humano.

• **Breve Caraterização da Instituição**

O Centro Social Nossa Senhora das Neves de Malpica do Tejo é uma Instituição Particular de Solidariedade Social com sede na rua de São Bento S/N 6000-560 Malpica do Tejo, concelho de Castelo Branco.

MISSÃO: O Centro Social Nossa Senhora das Neves de Malpica do Tejo desenvolve as suas atividades de forma a prestar serviços e apoios que vão de encontro à promoção do bem-estar biopsicosocial dos seus utentes, da responsabilidade, e envelhecimento saudável.

VISÃO: Continuar a melhorar os serviços existentes e criar novas respostas, para que cada dia consista num passo de encontro à satisfação das necessidades sentidas pela comunidade.

VALORES: Os valores fundamentais que norteiam a nossa atividade, refletidos em cada serviço prestado, bem como na relação diária com os nossos utentes, para além do carinho, são o respeito, a honestidade, a transparência, a responsabilidade, o rigor, a solidariedade, a lealdade e a dedicação.

• **População-Alvo**

O Centro Social Nossa Senhora das Neves de Malpica do Tejo tem três respostas sociais:

- Estrutura Residencial para Idosos
- Centro de Dia
- Serviço Apoio Domiciliário.

No presente momento a Estrutura Residencial para Idosos tem 20 utentes, é uma resposta social que promove atividades de apoio social a pessoas idosas, através do alojamento coletivo, de utilização permanente, fornecimento de alimentação, cuidados de saúde, higiene e conforto, estimulando o convívio e proporcionando a animação social e sociocultural e a ocupação dos tempos livres dos utentes.

- Os destinatários de ERPI são:

- a) Pessoas com 65 ou mais anos que, por razões familiares, de dependência, isolamento, solidão ou insegurança, não possam permanecer na sua residência;
- b) Pessoas adultas de idade inferior a 65 anos, em situação de exceção devidamente justificada e a considerar em sede de Direção;
- c) Em situações pontuais, pessoas com necessidade de alojamento decorrente da ausência, impedimento ou necessidade de descanso do cuidador;
- d) Ser o candidato já utente de outra resposta social da Instituição;
- e) Preferencialmente, se o candidato é natural e/ou residente na freguesia de Malpica do Tejo.

- No presente momento a resposta social de Centro de Dia tem 3 utentes e funciona todos os dias, das 08h30 às 19h30, permitindo que o utente possa beneficiar dos seguintes serviços: Fornecimento de refeições, Assistência Medicamentosa, Tratamento de Roupas, Cuidados de Higiene Pessoal, Higiene habitacional e ocupação de tempos livres.
- Por último a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário tem neste momento 12 utentes e funciona todos os dias, das 08h30 às 19h30, permitindo que o utente possa beneficiar dos seguintes serviços: Fornecimento de refeições, Assistência Medicamentosa, Tratamento de Roupas, Cuidados de Higiene Pessoal, Higiene habitacional e ocupação de tempos livres.

Para o ano de 2026, pretende-se dar continuidade ao trabalho desenvolvido nos anos anteriores, comprometendo-se em cada dia, através da humanização dos serviços, melhorar a qualidade de vida e bem-estar dos utentes.

- **Calendarização Anual de Atividades**

Nas páginas seguintes serão apresentadas todas as atividades a desenvolver em cada mês, ao longo do ano 2026.

Cronograma Anual de Atividades

	Janeiro/2026	Fevereiro/2026	Março/2026
Atividades			
Janeiro/2026			
Mensagens de Ano Novo			
Comemoração do Dia de Reis			
Dia Internacional do Riso			
Fevereiro/2026			
Preparativos para o Carnaval			
Dia do Amor			
Carnaval			
Dia Internacional da Língua Materna			
Março/2026			
Comemoração do Dia da Mulher			
Primavera			
Quaresma			

	Abril/2026	Maiio/2026	Junho/2026
Atividades			
Abril/2026			
Páscoa			
Dia da Nossa Srª das Neves			
Dia Mundial da Saúde			
Dia do Beijo			
Dia Mundial da Dança			
Maiio/2026			
Caminhada 1º de Maio			
Dia Internacional do Enfermeiro			
Dia da Família			
Dia Internacional dos Museus			
Junho/2026			
Dia da Criança			
Elaboração de elementos de decoração alusivos aos Santos Populares			
Santos Populares			
Passeio de Verão			
Aniversário da Instituição			

	Julho/2026	Agosto/2026	Setembro/2026
Atividades			
Julho/2026			
Dia Mundial do Chocolate			
Dia Mundial da Pizza			
Dia Mundial do Cérebro			
Agosto/2026			
Preparação para o Dia da Fotografia			
Comemoração do Dia da Fotografia			
Sopas da Boda			
Setembro/2026			
Chegada do Outono			
Dia Internacional do Farmacêutico			
Dia Mundial do Coração			

	Outubro/2026	Novembro/2026	Dezembro/2026
Atividades			
Outubro/2026			
Dia do Idoso			
Dia Mundial da Alimentação			
Novembro/2026			
Dia Mundial do Cinema			
Retalhar a castanha			
Dia de São Martinho			
Feira da Azeitona			
Dezembro/2026			
Decoração de Natal			
Festa de Natal			
Véspera de Natal			
Natal			
Convívio de Fim de Ano			

• **Descrição das Atividades**

Mês: Janeiro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 01 Mensagens de Ano Novo	- Recolher junto dos utentes e dos colaboradores mensagens ou votos para o Ano 2026	-Desenvolver a imaginação; -Proporcionar momentos de convívio e união.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 06 Comemoração do Dia de Reis	-Realizar uma encenação da história do dia de Reis com os utentes; -Criar um grupo coral para cantar as músicas das Janeiras.	-Proporcionar momentos de alegria e convívio; -Comemoração de datas festivas;	Recursos Materiais: Cadeiras, Disfarces e Câmara de Filmar. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 18 Dia Internacional do Riso	-Fotografar o sorriso dos utentes e dos colaboradores para realizar um álbum para expor na instituição.	-Valorizar a importância do riso na vida; -Proporcionar momentos de alegria e convívio.	Recursos Materiais: Máquina de Fotografar. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.

Mês: Fevereiro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 09 a 13 Preparativos para o Carnaval	-Elaborar elementos decorativos e disfarces alusivos ao Carnaval.	-Proporcionar momentos de convívio; -Despertar para a comemoração de datas festivas; -Desenvolver a motricidade fina.	Recursos Materiais: Cadeiras, Mesas, Cartolina, Feltro, Tesoura e Cola Recursos Humanos: Animadora Sociocultural
Dia 14 Dia do Amor	-Realizar um jogo de afeto entre Utentes e colaboradores.	-Fortalecer laços afetivos uns pelos outros; -Expressar emoções e sentimentos; -Proporcionar momentos de convívio.	Recursos Materiais: Material diverso Recursos Humanos: Animadora Sociocultural; Assistente Social; Colaboradores
Dia 17 Festa de Carnaval	-Realizar um desfile.	- Proporcionar momentos de convívio e alegria; -Comemoração de datas festivas.	Recursos Materiais: Cadeiras, mesas, Coluna, Música, Disfarces e Lanche Recursos Humanos: Animador Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 21 Dia Internacional da Língua Materna	-Leitura de excertos do livro “Rua do Alcova”.	-Partilhar momentos de reflexão sobre histórias/contos da aldeia; -Proporcionar momentos de lazer, partilha e alegria.	Recursos Materiais: Cadeiras, Mesas e Livro Recursos Humanos: Animadora Sociocultural

Mês: Março

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 01 Comemoração do Dia da Mulher	-Realizar um lanche no Parque da Cidade de Castelo Branco. -Oferta de lembranças as colaboradoras da Instituição.	-Valorizar o papel da mulher na sociedade; -Proporcionar momentos de convívio.	Recursos Materiais: Viatura da Instituição, Chapéus, Garrafas de água e Flores. Recursos Humanos: Animador Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 20 Primavera	- Realizar um passeio e lanche na aldeia	- Promover orientação temporal - Desfrutar momentos de lazer na aldeia natal.	Recursos Materiais: Viatura da Instituição, Chapéus. Recursos Humanos: Animador Sociocultural.
Dia 23 Quaresma	-Cantar músicas tradicionais da Quaresma.	-Participar nas celebrações religiosas; -Fomentar a prática religiosa.	Recursos Materiais: Cadeiras, Coluna e Música. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.

Mês: Abril

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 05 Páscoa	-Oferecer amêndoas da Páscoa para os utentes e os colaboradores.	-Participar nas celebrações religiosas; -Fomentar a prática religiosa.	Recursos Materiais: Material diverso Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 06 Comemoração do dia da Nossa Sr ^a das Neves	-Participar na Romaria da Nossa S ^a das Neves	-Celebrar as épocas festivas da aldeia; -Fomentar a prática religiosa; -Angariar fundos para a Instituição.	Recursos Materiais: Viatura da Instituição. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 07 Dia Mundial da Saúde	-Realizar uma palestra com tema ainda por definir.	-Elucidar acerca dos cuidados a ter com a saúde; -Incentivar a prática de hábitos saudáveis.	Recursos Materiais: Computador, Cadeiras, Mesa e Projetor. Recursos Humanos: Enfermeiras.
Dia 13 Dia do Beijo	-Realizar um vídeo com os utentes alusivo ao dia.	-Enviar beijos para os seus familiares/amigos; -Promover o convívio entre os utentes;	Recursos Materiais: Câmara de filmar Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 29 Dia Mundial da Dança	-Realizar uma aula de dança com os utentes.	-Promover momentos de diversão; -Desenvolver o gosto pela prática de diferentes formas de divertimento.	Recursos Materiais: Câmara de Filmar; Vestuário para as filmagens. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.

Mês: Maio

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 01 Caminhada	Organizar uma caminhada	-Envolver a comunidade e entidades nas atividades promovidas pelo CSNSN. -Angariar fundos para a Instituição.	Recursos Materiais: Sacos de caminhada Recursos Humanos: Direção, Assistente Social, Animadora Sociocultural.
Dia 12 Dia Internacional do Enfermeiro	-Elaborar uma lembrança para oferecer às Enfermeiras da Instituição.	-Desenvolver a motricidade fina; -Demonstrar o carinho pela Enfermeira.	Recursos Materiais: Material diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 15 Dia da Família	-Organizar uma tarde de poesia; -Lanche com os familiares e utentes.	-Proporcionar momentos de convívio com a família; -Promover o relacionamento interpessoal e familiar.	Recursos Materiais: Sistema de Som, Cadeiras e Mesas. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 18 Dia Internacional dos Museus	-Visitar Museu ainda por definir.	-Proporcionar a descoberta de novos lugares. -Promover o convívio e o lazer.	Recursos Materiais: Viaturas da Instituição, Garrafas de água e Chapéus. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural e Assistente Social.

Mês: Junho			
Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 01 Dia da Criança	-Realizar uma lembrança para as crianças da Escola de Malpica do Tejo.	-Desenvolver a motricidade fina; -Oferecer uma lembrança às crianças.	Recursos Materiais: Material diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dias 03 a 12 Elaboração de elementos de decoração alusivos aos Santos Populares	-Elaborar elementos decorativos para os Santos Populares; -Preparação para as Marchas de Santo António.	-Estimular a motricidade fina; -Celebrar épocas festivas; -Participar na decoração da Instituição.	Recursos Materiais: Material de Desgaste. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 15 Santos Populares	-Realizar um almoço convívio e as Marchas de Santo António na Senhora das Neves.	-Proporcionar momentos de convívio; -Celebrar épocas festivas.	Recursos Materiais: Mesas, Cadeiras, Almoço e Coluna de Som. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social, Colaboradores.
Dia 18 Passeio de Verão	-Passeio a definir	-Proporcionar momentos de convívio; -Combater o isolamento e promover a saída do centro.	Recursos Materiais: Autocarro e Almoço. Recursos Humanos: Direção, Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 27 Aniversário da Instituição	- Lanche de convívio entre utentes, colaboradores e Direção	- Envolver a comunidade e entidades nas atividades promovidas pelo CSNSN; -Comemorar a fundação da Instituição.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Direção, Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores

Mês: Julho

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 07 Dia Mundial do Chocolate	-Confecionar folhados de nutela.	-Confeção de diferentes produtos; -Estimular a motricidade fina; -Envolver os utentes na realização da própria refeição.	Recursos Materiais: Material de Desgaste. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 10 Dia Mundial da Pizza	-Confecionar Pizzas para o jantar.	-Estimular a motricidade fina; -Envolver os utentes na realização da própria refeição.	Recursos Materiais: Material de Desgaste. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural
Dia 22 Dia Mundial do Cérebro	-Realizar jogos e atividades para estimular a parte cognitiva.	-Estimular a mente; -Desenvolver a criatividade; -Estimular a expressividade.	Recursos Materiais: Material diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.

Mês: Agosto			
Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dias 15 a 18 Preparação para o dia da Fotografia	-Realizar uma Exposição de Fotografias sobre os momentos vividos na Instituição.	-Relembrar momentos agradáveis na Instituição; -Valorizar as atividades realizadas; -Aumentar a autoestima.	Recursos Materiais: Papel de Fotografia, Computador e Impressora. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 19 Comemoração do Dia da Fotografia	-Visita e apresentação da exposição aos visitantes.	-Relembrar momentos agradáveis vividos na Instituição -Valorizar as atividades realizadas -Aumentar a autoestima	Recursos Materiais: Máquina Fotográfica, Papel de Fotografia e Dossier. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Data a definir Sopas da Boda	-Organizar o Evento “Sopas da Boda”.	-Envolver a comunidade e entidades nas atividades promovidas pelo CSNSN; -Angariar fundos para a Instituição	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Direção, Assistente Social, Animadora Sociocultural e Colaboradores.

Mês: Setembro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 23 Outono	- Elaborar um trabalho manual alusivo à Chegada do Outono	- Promover a orientação temporal	Recursos Materiais: Material de desgaste Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 26 Dia Internacional do Farmacêutico	-Elaborar uma lembrança para oferecer à Farmácia Tanara Estação.	-Desenvolver a motricidade fina; -Agradecer a disponibilidade e ajuda, proporcionada todos os dias pelos farmacêuticos.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recurso Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 29 Dia Mundial do Coração	-Realizar um rastreio cardiovascular e falar sobre o tema do coração.	-Envolver a comunidades nas atividades da Instituição; -Promover hábitos e estilos de vida saudáveis; -Promover hábitos de convívio.	Recursos Materiais: Chapéus e Garrafas de Água. Recurso Humanos: Parceria com a Escola Superior de Saúde de Castelo Branco, Assistente Social, Animadora Sociocultural e Colaboradores.

Mês: Outubro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 01 Dia do Idoso	-Passeio de Barco às Portas de Rodão.	-Proporcionar momentos de animação e sociais; -Descoberta de novos lugares; -Momentos de convívio e lazer.	Recursos Materiais: Viaturas da Instituição, Chapéus, Águas e Lanche. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 16 Dia Mundial da Alimentação	-Confeccionar salada de fruta, no atelier da cozinha, para o almoço. - Construir uma roda dos alimentos	-Confeção de diferentes produtos; -Estimular a motricidade fina; -Envolver os utentes na realização da própria refeição.	Recursos Materiais: Material de Desgaste. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.

Mês: Novembro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 05 Dia Mundial do Cinema	-Ida ao cinema de Castelo Branco.	-Proporcionar experiências novas; -Promover momentos de convívio.	Recursos Materiais: Viaturas da Instituição e Águas. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural e Assistente Social.
Dia 10 Retalhar a castanha	- Retalhar as castanhas para assar/cozer no dia do Magusto.	-Estimular a motricidade fina; -Proporcionar momentos de convívio.	Recursos Materiais: Facas, Bacias e Cadeiras. Recursos Humanos: Animador Sociocultural.
Dia 11 Dia de São Martinho	-Realizar o Magusto.	-Proporcionar momentos de convívio e animação; -Reforçar a importância da celebração de épocas festivas.	Recursos Materiais: Assador, Cadeiras, Mesas, Coluna de Som e Lanche. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Data a Definir Feira da Azeitona	-Participar na Feira da Azeitona em Malpica do Tejo.	-Envolver a comunidade e entidades nas atividades promovidas pelo CSNSN; -Angariar fundos para a Instituição.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Direção, Assistente Social e Animadora Sociocultural.

Mês: Dezembro

Dia / Atividade	Descrição da atividade	Objetivos da Atividade	Recursos
Dia 07 a 17 Decoração de Natal	-Preparar a decoração de Natal e para a festa de Natal.	-Estimular a participação da decoração de uma época festiva; -Desenvolver a motricidade fina.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 18 Festa de Natal	-Realizar a festa de Natal.	-Proporcionar momentos de convívio intergeracional; -Celebrar épocas festivas; -Desenvolver a motricidade fina.	Recursos Materiais: Mesas, Cadeiras, Almoço e Sistema de Som. Recursos Humanos: Direção, Animadora Sociocultural, Assistente Social e Colaboradores.
Dia 24 Véspera de Natal	-Jogos alusivos ao Natal.	-Estimular a motricidade fina; -Celebrar épocas festivas; -Promover o convívio entre os utentes.	Recursos Materiais: Material Diverso. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 25 Dia de Natal	-Realizar um convívio com troca de presentes; -Cantar músicas de Natal.	-Proporcionar momentos de convívio e alegria; -Celebrar épocas festivas.	Recursos Materiais: Prendas e Fato de Pai Natal. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural.
Dia 31 Convívio de Fim de Ano	-Festejar a Passagem de Ano com Champomy e Bolos.	-Proporcionar momentos de convívio e alegria; -Celebrar épocas festivas.	Recursos Materiais: Material Diverso para Festejar o Fim de Ano. Recursos Humanos: Animadora Sociocultural e Colaboradores.

• **Avaliação do PAS**

No sentido de avaliar o grau de concretização deste plano, bem como garantir o seu sucesso, a avaliação divide-se em dois momentos:

- Avaliação da atividade desenvolvida, a realizar no próprio dia;
- Avaliação anual;

Intervêm na avaliação a Animadora Sociocultural e a Diretora Técnica da Resposta Social.

• **Conclusão**

Com a elaboração do PAS pretende-se programar das atividades a desenvolver ao longo do ano 2026, no sentido de trabalhar para que todos os objetivos sejam cumpridos.

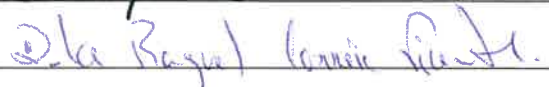
Atendendo ao público-alvo a que se destina o PAS, bem como a fatores externos e alheios à nossa vontade, poderão surgir alterações ao programa, porém, tentar-se-á, sempre que possível, realizar a atividade noutro momento.

Todas as alterações serão devidamente registadas e justificadas no momento de avaliação anual.

Malpica do Tejo, 19 de Novembro de 2025

Aprovado em Reunião de Direção





Elaborado por: Carina Mesquita
Supervisionado por: Dr.ª Joana Morgado

