

2021

**Liga dos Amigos
Aldeia de Santa
Margarida**



PLANO DE ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL (PADP)



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

Índice

1. Fundamentação	3
2. Caracterização do Público-alvo	3
3. Objetivos e Resultados Desejáveis	5
4. Cronograma de Atividades Comemorativas	6
5. Cronograma de Atividades Rotineiras	9
6. Metodologias de Divulgação, Monitorização e Avaliação	9
Aprovação	10



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

1. Fundamentação

A Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida tem as respostas sociais de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário. O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal para o ano 2020, pretende ser um guia orientador com atividades para as respostas sociais. Neste Plano pretende-se definir atividades para um determinado período de tempo e os objetivos e a calendarização de uma diversidade de ações. O importante é conseguir dar resposta com atividades socioculturais que promovam o desenvolvimento pessoal dos clientes.

2. Caracterização do Público-alvo

Atualmente o público-alvo por resposta social e equipamento, caracteriza-se da seguinte forma:

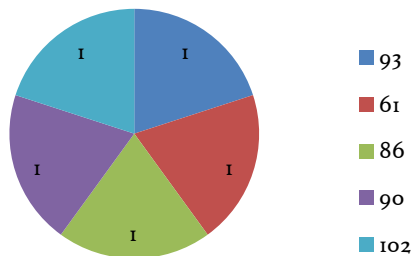
RESPOSTA SOCIAL	IDADE MÉDIA	Género		Escolaridade	
		Feminino	Masculino	Não sabe Ler/Escrever	Sabe Ler/Escrever
Centro de Dia	86	4	1	3	2
Serviço de Apoio Domiciliário	83	8	5	6	7



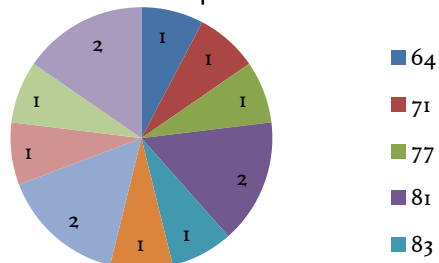
Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

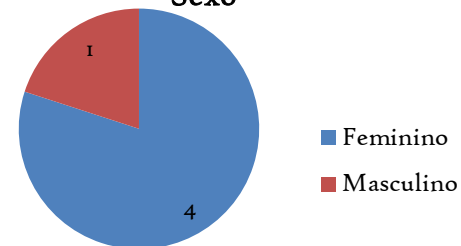
Resposta Social Centro de Dia |
Idades



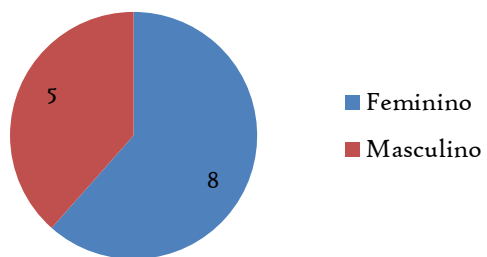
Resposta Social Serviço de Apoio
Domiciliário | Idades



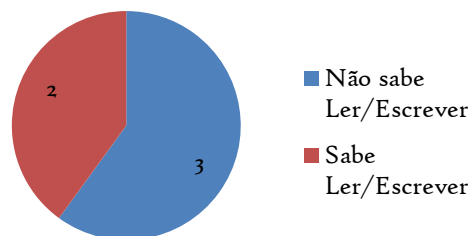
Resposta Social Centro de Dia |
Sexo



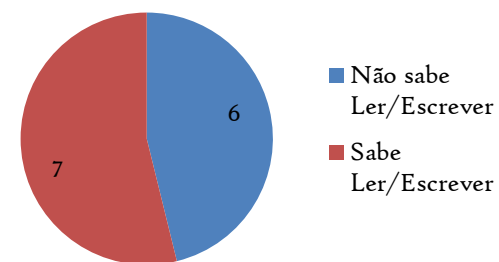
Resposta Social Serviço de Apoio
Domiciliário | Sexo



Resposta Social Centro de Dia |
Escolaridade



Resposta Social Serviço de Apoio
Domiciliário | Escolaridade





Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

3. Objetivos e Resultados desejáveis

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Indicadores	Metas
Promover o contacto com a comunidade	Garantir o contacto entre os clientes e a comunidade/ distrito de Castelo Branco	% de clientes que participam em atividades no exterior	60,0%
Desenvolver, manter e restaurar o máximo movimento e capacidade funcional ao longo da vida do cliente.	Manter o máximo de autonomia durante a marcha (se aplicável)	N.º de clientes que consegue caminhar autonomamente	4
Desenvolver a autonomia dos clientes	Fomentar o poder de decisão e iniciativa dos clientes para desempenho de atividades do quotidiano (Atividades da vida diária e lazer)	Taxa de participação no desempenho das atividades da vida diária N.º de atividades frequentadas / N.º atividades X 100	≥60%



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

4. Cronograma de Atividades Comemorativas

Mês	Tema/ Dia comemorativo	Objetivos Específicos	Descrição das Atividades Estratégias	Destinatários	Recursos envolvidos		
					Materiais	Humanos	Financeiros*
Janeiro a Dezembro de 2021	Aniversários dos clientes	Estimular o convívio festivo no dia dos aniversários;	- Fazer o bolo de aniversário dos clientes; - Convidar a família a vir lanchar com o cliente.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário e suas famílias	Material para a confeção do bolo.	DT; ESG; AAD'S; Cozinheira.	50.00€
8 de Março de 2021	Dia da Mulher	Incentivar à animação e interação dos clientes.	- Festejar o dia da mulher com entrega de rosas às Senhoras e Lanche com todos os clientes. - Música e bailarico.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário e suas famílias	Rosas; Material para o lanche.	DT; ESG; AAD'S; Cozinheira.	50.00€
19 de Março de 2021	Dia do Pai	Estimular a motricidade fina;	- Fazer uns saquinhos de cheiro, com tecidos e colagens.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	- Tecidos, cola, linhas, agulhas.	DT; ESG; AAD'S;	20.00€



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

2 de Maio de 2021	Dia da Mãe		- Fazer umas rosas de papel.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	- Papel, cola e arame.	DT; ESG; AAD'S;	10.00€
1 e 2 de Abril de 2021	Páscoa	Aumentar a autoconfiança através da ocupação física e mental.	Distribuir lembranças alusivas à data, fazer saquinhos com amêndoas e depois distribuir aleatoriamente pelos clientes.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	- Papel, amêndoas.	DT; ESG; AAD'S;	25.00€
19 de junho de 2021	Santos Populares	Ocupar e animar os tempos livres;	Realizar os festejos dos Santos Populares, com um convívio e sardinhada; - Fazer umas sardinhas em tecido para oferecer às suas famílias.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	- Tecido, linhas	DT; ESG; AAD'S;	20.00€
31 de julho de 2021	Dia dos avós	Proporcionar um convívio nesta data alusiva com os clientes e crianças da freguesia.	- Comemorar o dia dos avós em parceria com a Junta de Freguesia; - Elaborar um crachá para entregar aos presentes; - Lanche de convívio com crianças e os idosos; - Fazer uma lembrança para entregar aos presentes.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	- Material para o lanche convívio; - Material para um crachá.	DT; ESG; AAD'S; Direção; Junta de Freguesia.	15.00€
11 de novembro de 2021	Magusto	Promover momentos de convívio entre	Festa do Magusto, convívio entre os clientes de SAD E CD;	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio	- Castanhas, - Jeropiga.	DT; ESG; AAD'S; Cozinha	30.00€



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

		colaboradores, clientes e familiares; (Re)Viver as tradições estimulando a memória e as emoções.		Domiciliário.		Direção;	
12 de dezembro de 2021	Festa de Natal	Proporcionar um almoço convívio nesta data alusiva para que os clientes se sintam valorizados.	<ul style="list-style-type: none">- Convidar todas as famílias dos clientes;- Comprar lembranças para clientes e colaboradores;- Almoço convívio entre clientes, parceiros, famílias e direção.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário e suas famílias	<ul style="list-style-type: none">- Material para o almoço de natal;- Prendas de natal colaboradores e clientes.	DT; ESG; AAD'S; Cozinheira Direção;	350.00€
Orçamento total							570.00€



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

5. Cronograma de Atividades Rotineiras

Atelier	Dias da Semana	Estratégias e Atividades	Destinatários	Recursos envolvidos		
				Materiais	Humanos	Financeiros*
Ginástica	Sexta-feira	- Exercício de psicomotricidade para promover a mobilidade.	Clientes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário.	Cadeiras; Material de ginástica.	Professora de Ginástica	0.00€
Orçamento						0.00€

6. Metodologias de Divulgação, Monitorização e Avaliação

A divulgação das atividades, para os clientes de Centro de Dia é através de cartazes, informações, para os clientes de Serviço de Apoio Domiciliário será através de informação oral ou informação escrita. A Divulgação também poderá ser feita através da rede social Facebook e/ou através do sitio da internet da Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida. A monitoração será semestral, com a possibilidade de emissão de uma revisão ao Plano, de acordo com o grau de cumprimento dos objetivos estabelecidos.



Liga dos Amigos Aldeia de Santa Margarida
Documento

Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP)

Aprovação

Valor total do PADP: 570.00 euros

Nome	Categoria Profissional/Cargo	Assinatura
Joana Henriques	Diretora Técnica	
João Camejo	Presidente da Direção	