



CENTRO SOCIAL

ROCHA BARROS

Plano Anual de Atividades ERPI / CD / SAD



Educadora Social
Ana Cristina Andrade

Handwritten signatures and initials:
4Bmte
6/10/21
31

Plano Anual de Atividades 2026

O Plano de Atividades Anual é uma ferramenta de orientação de um programa que será o guia das atividades e dos projetos das respostas sociais (ERPI, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário).

A planificação das atividades consiste na ocupação do utente e no seu envolvimento nas mesmas, para que estes possam sentir prazer na sua realização. A execução das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar o seu desenvolvimento normal, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais como informais.

A realização deste plano passa, em grande parte, pelo esforço e pela vontade de todos que trabalham nestas respostas sociais. A animação de idosos começa quando respeitamos os mais elementares dos seus direitos, como sejam o direito à escolha, à privacidade, à integração e à participação ativa nos pormenores da sua vida.

Este plano tem como objetivo de que a animação é um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, valorizando as competências, saberes e culturas dos mesmos. No entanto, é importante conhecer os idosos, as suas características pessoais, capacidades, dificuldades e gostos, de forma, a atuar consoante as necessidades do grupo, proporcionando-lhes uma maior qualidade de vida, mais ativa, através da dinamização de momentos ocupacionais, lúdicos, criativos e comunicacionais, sendo assim, a área de intervenção junto dos idosos, pretende promover a saúde e o bem-estar, desenvolver a autonomia pessoal e a autoestima, prevenindo o sedentarismo e o isolamento social. Face a isto, as atividades encontram-se divididas em diferentes áreas: Área Cognitiva, Área Motora-Física, Área Social e Comemorativa, Área Lúdico-Recreativa e Área das Expressões.

“Devemos aprender durante toda a vida, sem imaginar que a sabedoria vem com a velhice.” – Platão

Área Cognitiva

Representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais ativa, à melhoria nas relações e comunicação com os outros, incentivando o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e da sua autonomia. A animação cognitiva desenvolve pequenos exercícios mentais de modo a exercitar a memória, a concentração, a comunicação, entre outros.

Área Motora / Física

É aquela em que desejamos que o idoso faça algum tipo de movimento, visa essencialmente:

- Mobilizar e reorganizar as funções mentais;
- Aperfeiçoar a conduta consciente e o ato mental;
- Maximizar o potencial motor, afetivo-relacional e cognitivo;
- Fazer do corpo uma síntese integradora da personalidade;

Área Social e Comemorativa

Durante o ano são desenvolvidas nas diferentes respostas sociais variadas atividades, consoante o mês e a época em que estamos. Comemoração de dias festivos durante o ano civil: Aniversários, Natal, Carnaval, Páscoa, Santos Populares, Dia Nacional dos A vós, Dia Internacional do Idoso, S. Martinho...; Manter / Promover hábitos religiosos.

Área Lúdico - Recreativa

A animação lúdica, como o seu nome indica, é a animação que tem por objetivo divertir as pessoas e o grupo, ocupar o tempo, promover o convívio e divulgar conhecimentos, artes e saberes, é vocacionada principalmente para a essência da animação: o lazer, o entretenimento e a brincadeira. Inclui-se os passeios convívio, os intercâmbios, os jogos, as idas aos museus, os teatros, as festas, ver televisão...;

Área das Expressões

Neste tipo de animação pretende-se que o idoso trabalhe a sua faceta artística através da moldagem, bordados, pintura, desenhos, colagem, recortes, etc., que tenha contato com vários materiais e várias técnicas. Que se possa exprimir através da arte, proporcionan do momentos de descontração e diversão. A animação plástica é simultaneamente motora e cognitiva, pois trabalhamos a destreza fina e a agilidade mental.

Área cognitiva	Resposta Social		Atividade	Objetivos	Recursos		
	ERPI	CD	SAD		Humanos	Materiais	Financeiros
<u>Semanal</u>	X	X		-Conversas soltas; -Atelier de Memória; -Estimulação; -Culinária; -Oficina da Escrita; -Tradição Oral; -Expressão Dramática	Educadora Social	. Materiais de desgaste	Sem custos adicionais
<u>Área Motora/Física</u>							
<u>Semanal</u>	X	X		-Promover amplitudes de movimento; -Evitar o sedentarismo – caminhadas no exterior/jardim -Desenvolver hábitos de exercício físico	Professor de Educação Física (Protocolo com o Município de Góis) Educadora Social	Professor de Ginástica Cadeiras; Sistema de som; Fitas, arcos, bastões, bolas, balões, fios, garrafas; elásticos;	Sem custos adicionais

Brute
6/11/21
Si



Plano Anual de atividades 2026

					-Manter/melhorar mobilidade articular e muscular; - Estimular a dinâmica de grupo e as relações entre pares - Manter/melhorar funcionalidade e autonomia.		(Educadora Social)	
<u>Área Social e comemorativa</u>								
<u>Todos os meses</u>	X	X	X		<u>Comemoração dos aniversários</u> - Festejo do aniversário de cada utente de forma a potenciar a sua auto-estima e bem-estar; - Elaborar um placar dos aniversários; - Fazer uma visita aos utentes de SAD no dia de aniversário.	Educadora Social Assistente Social	Carro	Custos ocasionais
<u>Semanal</u>	X	X	X		- Incluir atividades de interesse cultural (convites a instituições); - Promover momentos de convívio e bem-estar; - Incluir o gosto pelas artes, representação e cultura;	Prof. Nuno Baeta Educadora Social	Material de expressão plástica; Sistema de som;	Custos ocasionais

Handwritten signatures and initials in blue ink.

Plano Anual de atividades 2026

<u>Mensal</u>	X	X	X	<u>Eucaristia</u> <u>Reza do terço</u> <u>(semanal)</u>	- Manter / Promover hábitos religiosos.	Sr. Padre Colaboradores	Mesa (Altar)	Sem custos adicionais
<u>Área Lúdico- Recreativa</u>								
<u>Trimestral</u>	X	X		<u>Passeios e visitas a realizar pelo concelho</u> Passeios a organizar ao longo do ano/ Piqueniques (usufruir da natureza consoante as condições atmosféricas)	- Proporcionar a interação social; - Promover hábitos, vivências e costumes. - Promover momentos de convívio e bem-estar; - Estimular o convívio e a confraternização entre todos; - Visita às aldeias dos utentes de forma a colmatar saudades e rever os vizinhos; - Lanche na aldeia;	Educadora Social Colaboradora	Carro; Produtos alimentares	Combustível e alimentação
<u>Mensal</u>	X	X	X	<u>Dia Aberto à comunidade</u>	Proporcionar aos idosos uma experiência cultural e social enriquecedora, promovendo momentos de diversão e interação, através de apresentações de grupos de ranchos folclóricos, concertinas, violões, entre outras atividades criando um ambiente de celebração da música tradicional.	Pessoa individual ou grupos do exterior Educadora Social	Lanche	Custos adicionais

Handwritten signature and date:
a/16/11

Plano Anual de atividades 2026

<u>Semanal</u>	X	X	<u>Jogos de mesa</u>	- Fomentar o espírito de grupo; - Promover momentos de convívio e bem-estar; - Estimular a atenção e concentração; - Estimular a memória auditiva e visual;	Educadora Social	Jogos (dominó, bingo, cartas, outros);	Sem custos adicionais
<u>Área das Expressões</u>							
<u>Semanal</u>	X	X	<u>Expressão Plástica</u>	- Estimular a motricidade fina; - Estimular a atenção e concentração; - Desenvolver a criatividade; - Promover o contacto com diferentes materiais e técnicas; - Sensibilizar para a importância da utilização de materiais reciclados.	Educadora Social	Materiais de desgaste;	Custos ocasionais

Barros
Alia/w/y
Si.

Plano Semanal

Dia \ Horas	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira				
10:00	Ginástica	Jogos no Salão Atividade de grupo Caminhadas	Estimulação física Psicomotricidade	Estimulação cognitiva	Expressão Musical				
12:00									
Almoço									
14:00	Atividades Lúdicas Jogos de mesa	Atelier Expressão plástica/motricidade fina	Estimulação cognitiva com os utentes acamados	Estimulação cognitiva individual	Atividades de escrita				
16:00									
Lanche									
16:00	Atividades livres								
16:30									
16:30	Atividades livres								
17:00									

❖ O plano semanal de atividades pode estar sujeito a alterações.

Handwritten signatures and initials:
 - Top right: *Barros*
 - Middle right: *Ala/m*
 - Bottom right: *Si*

Plano Anual de Atividades 2025

Janeiro	Resposta Social			Atividade	Objetivos	Recursos		
						Humanos	Materiais	Financeiros
Dia 2	ERPI	X		<u>Comemoração do Ano Novo</u>	Diálogo sobre desejos e votos para o Novo Ano. Realização de um painel com votos e desejos dos utentes. Desenvolver o vocabulário, a organização de pensamentos e a destreza verbal dos utentes; incentivar à participação nas atividades por parte dos idosos; Expressar emoções e sentimentos de forma verbal; Dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos.	Educatora Social	Materiais de desgaste	Sem custos adicionais
	CD	X						
Dia 6	ERPI	X		<u>Dia de Reis</u> - Cantigas de Reis -Atelier de culinária (Preparação de bolo e lanche para receber as - Lanche Convívio	- Proporcionar momentos de alegria - Convívio - Lazer	Educatora Social Todos os Colaboradores	Ingredientes para o lanche	Custos ocasionais
	CD	X						
	SAD							

Handwritten signatures and initials:
 - Blue ink signature: "S. J."
 - Black ink signature: "Bank"
 - Black ink signature: "Alf. L. B."

Plano Anual de atividades 2026

Dia 8 Dia 15 Dia 22 Dia 29 (Dias sujeitos a alterações)	X	X	<u>Atividade</u> <u>interinstitucional</u> Intercâmbio entre os lares do concelho. Cada semana, um grupo de utentes mais autónomos de uma instituição visitará outro lar, onde se realizará um convívio musical com Cantigas dos Reis e canções tradicionais. Na semana seguinte, o grupo anfitrião retribui a visita, criando assim um ciclo de encontros e partilhas culturais.	Celebrar o mês de janeiro através das tradições populares e musicais. Promover a integração social e o sentimento de pertença à comunidade. celebrar as tradições de início de ano e promover o convívio entre os utentes.	Educadora Social Colaboradores	Autocarro da câmara	Custos ocasionais
Fevereiro			<u>Celebração do Amor / Amizade</u> Filme "Os Gatos Não Têm Vertigens" (2014, António-Pedro Vasconcelos)	Promover a reflexão sobre a importância da amizade, do cuidado e da solidariedade entre gerações. Estimular a convivência e o diálogo entre os participantes através de uma experiência cultural partilhada. Favorecer o bem-estar emocional, despertando	Educadora Social	Projetor, computador com Leitor de DVD ou ficheiro digital do filme Colunas de som.	Sem custos adicionais
Dia 14	X	X					

						sentimentos de empatia, ternura e alegria.			
						Reforçar a autoestima e o sentimento de pertença ao grupo			
Março									
Dia 16/17		X	X		<u>Comemoração do Carnaval</u>	Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; Atelier de artes plásticas.	Educadora Social	Materiais de desgaste	Sem custos adicionais
Dia 18		X	X		<u>Primeiro dia da Quaresma</u> Missa das cinzas na TV Reza do terço	Manter/ promover hábitos religiosos.	Educadora Social	Televisão	Sem custos adicionais
Dia (8) 9		X	X	X	<u>Dia Internacional da Mulher</u> Passeio e lanche de Mulheres	- Valorizar o papel da mulher da Sociedade; - Aumentar a autoestima; - Contribuir para a valorização pessoal; -Proporcionar momentos de bem-estar.	Educadora Social	Carrinha Ingredientes para lanche	Com custos adicionais

Handwritten notes:
Bart
dia 11
16

Plano Anual de atividades 2026

Dia 19	X	X	<u>Dia do Pai</u> Promover um convívio entre Pais e filhos. Videochamada com os filhos distantes.	- Valorizar o papel do utente enquanto Pai.	Educadora Social	Jogos de mesa Materiais de desgaste	Sem custos adicionais
Dia (21) 20	X	X	<u>Dia mundial da Árvore e da Floresta</u> Plantação de novas espécies nos canteiros.	- Comemorar o dia mundial da árvore e da floresta - Partilhar experiências.	Educadora Social	Plantações da época	Custos ocasionais
Dia 27	X	X	<u>Dia do Mundial do Teatro</u> Ida ao teatro (Propor ao Município parceria para concretizar esta atividade)	- Estimular a criatividade; - Promover convívio e a coesão do grupo.	Educadora Social Colaboradora	Fazer pedido ao Município	Sem custos adicionais
Abril							
Dia 2	X	X	<u>Quinta-feira Santa</u> Eucaristia na TV Reza do terço	-Manter/ promover hábitos religiosos.	Educadora Social	Televisão	Sem custos adicionais
Dia 7	X	x	<u>Dia Mundial da Saúde</u>	- Avaliação da TA -Falar sobre alimentos que causam o aumento da TA - Estilo de vida saudável.	Enfermeiro Educadora Social	Aparelho de medição da TA	Sem custos adicionais

Handwritten signatures and initials:


 a/c/a/m

Plano Anual de atividades 2026

Dia 23	X	X		<u>Dia Mundial do Livro e dos Direitos do Autor</u> Ouvir uma história sobre Góis	- Desenvolver a imaginação e a criatividade - Lazer	Educadora Social Colaboradora	Livro	Sem custos adicionais
Dia 25	X	X		<u>Dia da Liberdade</u>	-Desenvolver e/ou manter a memória e a concentração; - Reavivar a memória.	Educadora Social	Televisão	Sem custos adicionais
Maio								
Dia 3	X	X		<u>Dia da Mãe</u> Promover um convívio entre Mães e filhos. Videochamada com os filhos distantes.	- Valorizar o papel da utente enquanto Mãe; -Intensificar laços afetivos.	Educadora Social	Materiais de desgaste;	Custos ocasionais
Dia 13	X	X		<u>Aparições de Fátima</u> Visualização das Celebrações em Fátima na TV	- Manter/Promover hábitos religiosos.	Educadora Social	Televisão	Sem custos adicionais
Dia 15	X	X	X	<u>Dia da Família</u> Valorizar e assinalar o Dia da Família	-Incentivar a partilha e o afeto entre familiares, utentes, colaboradoras do CSRB num lanche partilhado e de confraternização entre todos;	Todos os colaboradores e utentes	Ingredientes para o lanche convívio; Material de desgaste; Sistema de som;	Custos ocasionais

[Handwritten signatures and initials]

Dia 29	X	X		<u>Dia da Espiga</u> Ida a uma aldeia Almoçar e passear com o intuito de apanhar a espiga.	- Preservar as tradições e os valores culturais.	Educadora Social	Material de desgaste	Sem custos adicionais
Dia a definir				<u>Ida a Fátima</u>	Preservar e promover hábitos religiosos, de convívio entre utentes e a comunidade.	Educadora Social Assistente Social Colaborador	Ingredientes alimentares	custos adicionais
<u>Junho</u>					-Festejo dos Santos Populares com o intuito de contribuir para um envelhecimento ativo e saudável, através da promoção do acesso e participação dos idosos em iniciativas de lazer e de bem-estar.	Educadora Social	Material de desgaste	Sem custos adicionais
Dias 13 /24	X	X		<u>Santos populares</u>				
30	X	X	X	<u>Almoço convívio</u> Sardinhada Bailarico	-Promover o convívio entre pares, crianças, utentes, colaboradoras, equipa técnica e Direção do CSRB num almoço partilhado e de confraternização entre todos.	Todos os colaboradores e utentes	Ingredientes alimentares	Custos ocasionais

Handwritten signatures and initials:
 - Top right: Signature of "Berta" and initials "A/cu/y".
 - Middle right: Signature of "S.".

Plano Anual de atividades 2026

Julho									
Dia 26		X	X		<u>Dia dos Avós</u> Atividades com as crianças do CATL -Jogos de mesa, (cartas, dominó, puzzles, damas, memória...) -Torneio da malha. -Pintura de grupo.	-Promover o convívio intergeracional e o envelhecimento ativo.	Educadora Social Técnica do CATL	Material de desgaste	Sem custos adicionais
	Dia a definir	X	X		<u>Almoco na Praia fluvial de Serpins</u>	- Favorecer o gosto pelas atividades ao ar livre;	Educadora Social Colaborador	Ingredientes alimentares Carro	Custos ocasionais
Agosto									
Dia a definir		X	X		<u>Ida ao Parque do Cerejal</u> Almoço e lanche Passeio até ao parque; Jogos tradicionais;	- Favorecer o gosto pelas atividades ao ar livre;	Educadora Social Assistente Social 1 Colaborador	Ingredientes alimentares Carro	Custos ocasionais
	Dia a definir	X	X		<u>Ida à Aigra Nova</u>	-Valorizar o Património do Concelho; - Reavivar memórias; -Partilha de conhecimentos.	Educadora Social Assistente Social 1 Colaboradora	Carro	Combustível
Setembro									
Dia a definir		X	X						
	Dia a definir	X	X						

Boa tarde
dia 1

16

Handwritten signature: *[Signature]*



Plano Anual de atividades 2026

Dezembro									
Natal		X	X		<u>A Magia do Natal</u>	- Estimular o convívio, momentos de partilha e afeto. - Decorações natalícias. - Desenvolver a motricidade; - Explorar a criatividade dos utentes e valorizar as suas capacidades.	Educadora Social	Material de desgaste	Custos ocasionais
	A definir	X	X	X	<u>Almoço de Natal</u>	- Proporcionar aos idosos um convívio de Natal; - Oferta de presente aos idosos; - Fomentar as relações e o espírito de Cooperação / solidariedade entre os idosos e trabalhadores da instituição;	Colaboradores das respostas sociais de ERPI, CD e SAD, equipa técnica e Direção do CSRB	Produtos alimentares Material de desgaste; Sistema de som;	Com custos adicionais

S.
9/14/2024
Bont

Conclusão

Este Plano de Atividades apresenta as orientações para o trabalho a desenvolver pela Educadora Social.

A concretização deste Plano dependerá da articulação com outros serviços da IPSS, seguindo princípios de melhoria contínua dos serviços prestados e da satisfação dos Utentes, através da adoção de novos e mais adequados procedimentos na área social. Assim, a Educadora Social pretende com este Plano, descrever e melhorar as perspetivas de intervenção social, salientando que algumas das atividades aqui referenciadas, são reflexo da necessária continuidade do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido em anos anteriores e outras revelam a abrangência do trabalho social em projeto/solicitações da IPSS, bem como a intenção de aperfeiçoar e melhorar a eficácia das práticas e dos resultados.

A Educadora Social do CSRB espera que 2026, seja ainda mais participativo e que as atividades de animação envolvam, cada vez mais, os nossos utentes, as famílias, comunidade envolvente e os seus colaboradores.

Centro Social Rocha Barros, 12 de novembro de 2025

Educadora Social

Ana Cristina Andrade

Diretora Técnica

Barros

Aprovado pela Direção

1.º ano
+ Barros
M. Barros
01/11/25

CENTRO SOCIAL ROCHA BARROS

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

CRECHE | EPE



ANO LETIVO 2025/2026

H. Barata
ultra
11
V. G.

1.º Trimestre

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Agosto	8	▶ REUNIÃO EDUCADORAS	▶ Organização/planificação do ano letivo de 2025/2026.	▶ Reunião.	
Setembro	8 a 12	▶ RECEÇÃO ÀS CRIANÇAS E FAMÍLIAS	▶ Facilitar a integração das crianças; ▶ Envolver os pais no processo educativo dos seus filhos.	▶ Atividades de boas vindas a crianças e famílias.	▶ Crianças, pais e famílias
	9	▶ REUNIÕES DE PAIS	▶ Divulgar a organização/planificação do ano letivo de 2025/2026.	▶ Reunião	▶ Pais/Encarregados de Educação das crianças do Berçário e da Sala de 1 ano
	10	▶ REUNIÕES DE PAIS	▶ Divulgar a organização/planificação do ano letivo de 2025/2026.	▶ Reunião	▶ Pais/Encarregados de Educação das crianças da Sala dos 2 anos
	11	▶ REUNIÕES DE PAIS	▶ Divulgar a organização/planificação do ano letivo de 2025/2026.	▶ Reunião	▶ Pais/Encarregados de Educação das crianças da Sala dos 3, 4 e 5 anos
Outubro	1	▶ DIA INTERNACIONAL DO IDOSO/ DIA MUNDIAL DA MÚSICA	▶ Promover relações intergeracionais; ▶ Promover o respeito pelos mais velhos.	▶ Manhã musical com colaboração do Espaço C.	▶ Crianças e população sénior
	7	▶ DIA MUNDIAL DOS CASTELOS	▶ Conhecer o património local.	▶ História Pascoal e os amigos, com a autora Fátima Gonçalves.	▶ Crianças

Barros
akaly
91

	9	▶ DIA MUNDIAL DOS CORREIOS	▶ Demonstrar a importância dos correios no dia-a-dia.	▶ Vinda do carteiro às salas. ▶ Troca de correspondência com Jardim-de-infância de Góis	▶ Crianças
	16	▶ DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO	▶ Promover o conhecimento sobre noções básicas de saúde alimentar.	▶ Ação de sensibilização: "Roda dos alimentos" com a colaboração da Farmácia Santiago.	▶ Crianças
	31	▶ DIA DAS BRUXAS	▶ Promover momentos de animação.	▶ Exposição de abóboras decoradas (naturais ou artificiais). ▶ Desfile em família - Tema: Dia das Bruxas. <u>MANHÃ</u>	▶ Crianças e famílias
Novembro	11	▶ S. MARTINHO	▶ Proporcionar momentos de convívio e confraternização; ▶ Vivenciar e preservar tradições.	▶ Pedir castanhas 11 e 2 anos ▶ Magusto ▶ Lanche de São Martinho; ▶ Coroas de São Martinho.	▶ Comunidade Educativa
	20	▶ DIA NACIONAL DO PIJAMA ▶ DIA DOS DIREITOS INTERNACIONAIS DA CRIANÇA	▶ Solidariedade e partilha; ▶ Sensibilizar as famílias para as dificuldades das instituições que acolhem crianças; ▶ Sensibilizar famílias e crianças para a cidadania.	▶ Vêm-me buscar à escolinha de pijama!! ▶ Atividade em família. <u>FINAL DE TARDE</u>	▶ Crianças e famílias

Handwritten notes and signatures:
Banda
dia/mi
[Signature]

	22	▶ DIA NACIONAL DA FLORESTA AUTÓCTONE	▶ Sensibilização para a biodiversidade e equilíbrio dos ecossistemas	▶ Actividade em parceria com a Lousitânea - recolha de donativos	▶ Crianças
Dezembro	2 a 31	▶ UM DEZEMBRO ESPECIAL	▶ Perceber o significado do Natal como festa da família ▶ Proporcionar momentos de convívio	▶ Partilha de actividades com as famílias actividades de sala, música, dança, etc)	▶ Crianças e famílias
	19	▶ FESTA DE NATAL	▶ Perceber o significado do Natal como festa da família; ▶ Proporcionar momentos de convívio.	▶ Espetáculo musical/história de Natal para as crianças - MANHÃ ▶ Atuações na festa de natal; ▶ Convívio com pais e famílias FINAL DA TARDE	▶ Crianças e Famílias ▶ Comunidade Educativa

Bento
Alf. J.
91.

2.º Trimestre

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Janeiro	6	▶ DIA DE REIS	▶ Preservar tradições e costumes regionais.	▶ Fazer coroas de Reis ▶ Bolachas de reis/rainha	▶ Crianças
Fevereiro	13	▶ CARNAVAL	▶ Estimular a criatividade e a fantasia.	▶ Fantasias (a definir); ▶ Desfile de carnaval em conjunto com o Agrupamento de Escolas de Góis.	▶ Crianças e famílias ▶ Comunidade
	16	▶ CARNAVAL	▶ Estimular a criatividade e a fantasia.	▶ Baile de Carnaval	▶ Crianças
Março	19	▶ DIA DO PAI	▶ Estabelecer e fortalecer as relações parentais.	▶ Pai, vem-me buscar à escolinha! ▶ Exposição de trabalhos elaborados pelos pais/filhos ▶ Lembrança para o pai TARDE	▶ Crianças/Pais
	20	▶ DIA MUNDIAL DA ARVORE E DA FLORESTA	▶ Sensibilização para a biodiversidade e equilíbrio dos ecossistemas	▶ Actividade em parceria com a Associação Florestal de Góis	▶ Crianças

Brasão
Alia / 1
81

	1	▶ DIA MUNDIAL DO TEATRO	▶ Incentivar as crianças para as artes.	▶ Articulação com um Grupo de Teatro	▶ Crianças
Abril	2	▶ PÁSCOA	▶ Preservar os valores culturais e tradicionais, valorizando a nossa identidade cultural.	▶ "Ovinhos da Páscoa" ▶ Caça aos ovos da Páscoa ▶ Lembrança alusiva à época festiva	▶ Crianças e famílias

Handwritten signature and date:
a/cu/2026

3.º Trimestre

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Abril	6	▶ DIA INTERNACIONAL DO LIVRO INFANTIL	▶ Compreender a importância do livro como fonte de informação e conhecimento, bem como o seu caráter Lúdico.	▶ Articulação com um/a escritor/a.	▶ Crianças e famílias
	7	▶ DIA MUNDIAL DA SAÚDE	▶ Sensibilizar as crianças para a promoção da saúde	▶ Articulação com Enfermeiro Custódio Limpinho.	▶ Crianças
	17	▶ DIA INTERNACIONAL DOS MONUMENTOS E SÍMOS	▶ Valorizar a nossa identidade cultural.	▶ Visitar o Museu/Lagar em VNC, em articulação com o Posto de Turismo.	▶ Crianças do pré escolar
	29	▶ DIA MUNDIAL DA DANÇA	▶ Incentivar as crianças para as artes.	▶ Articulação com a Escola de Dança.	▶ Crianças
	30	▶ DIA DA MÃE	▶ Intensificar laços de afetividade; ▶ Sensibilizar para a importância da família.	▶ Mãe, vem-me buscar à escolinha! ▶ Exposição de trabalhos elaborados pelas mães/filhos ▶ Lembrança para a mãe. TARDE.	▶ Crianças/Mãe
Maior	4	▶ DIA INTERNACIONAL DO BOMBEIRO	▶ Sensibilizar as crianças para a importância de ajudar o próximo.	▶ Articulação com o Comandante dos Bombeiros de Góis.	▶ Crianças

Handwritten notes:
4/Brnla
ce/cu/1
si.

	8	▶ DIA EUROPEU DA SEGURANÇA RODoviÁRIA	▶ Sensibilizar as crianças para a segurança rodoviária	▶ Articulação com Escola segura	▶ Crianças
	15	▶ DIA MUNDIAL DA FAMÍLIA	▶ Sensibilizar para a importância da família.	▶ Atividade em família ▶ Lanche partilhado com as famílias TARDE (15h30)	▶ Crianças e famílias
	Data a definir	▶ ARTICULAÇÃO COM O 1.º CICLO	▶ Facilitar a transição entre o Jardim de Infância e o 1.º Ciclo; ▶ Promover o sucesso na etapa seguinte.	▶ Visita à Escola Básica.	▶ Crianças
Junho	1	▶ DIA MUNDIAL DA CRIANÇA	▶ Promover momentos de diversão e animação.	▶ A definir CMG – EPE ▶ Atividades a definir pela equipa educativa – Creche.	▶ Crianças
	5	▶ DIA MUNDIAL DO AMBIENTE	▶ Sensibilizar para a importância da preservação da Natureza.	▶ Caminhada em família em articulação com NFIT MANHÃ	▶ Crianças
	22 a 26	▶ FESTA FINAL DE ANO	▶ Valorizar a criança pelo seu percurso no J.I.; ▶ Ritualizar a passagem para o 1.º Ciclo; ▶ Proporcionar momentos de convívio Escola/Família.	▶ A definir. TARDE e LANCHE	▶ Crianças e famílias ▶ Comunidade Educativa

Nota: Poderão ainda desenvolver-se outras atividades, ao longo do ano, de acordo com o Projeto Curricular de Sala/Projeto Educativo.

Salientamos ainda:

Atividades de complemento curricular que irão ser desenvolvidas pelas crianças do Pré-Escolar:

- Uma vez por semana, atividades de Expressão Físico Motora (Pavilhão Gimnodesportivo de Góis) e quinzenalmente atividades de Adaptação ao Meio Aquático (Piscina Municipal da Lousã).

- Atividades mensais desenvolvidas na Biblioteca Municipal de Góis (Hora do Conto).
- Uma vez por semana, Atelier de Expressão Musical, dinamizado pelo professor Nuno Alves.
- Uma vez por semana, Atelier de Expressão Físico Motora, dinamizado pelo professor Gonçalo Rocha.
- Uma vez por mês Biblioteca Móvel (Fundação ADFP).

Atividades de complemento curricular que irão ser desenvolvidas pelas crianças de Creche:

- Uma vez por semana, Atelier de Expressão Musical, dinamizado pelo professor Nuno Alves.
- Uma vez por semana, Atelier de Expressão Físico Motora, dinamizado pelo professor Gonçalo Rocha.
- Uma vez por mês, Hora do Conto (Biblioteca Municipal de Góis) e Biblioteca Móvel (Fundação ADFP).

Todas estas atividades, extra PAA, estarão sempre sujeitas a confirmação por parte dos responsáveis.

Góis, Setembro de 2025

A Equipa Educativa

Diana Cerqueira

CENTRO SOCIAL ROCHA BARROS

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES
CATL

ANO LETIVO 2025/2026

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

O Plano Anual de Atividades foi elaborado para todas as respostas sociais da infância da Instituição. Contudo, importa referir que, no caso da resposta social de CATL, as atividades planeadas foram adaptadas tendo em conta os horários das crianças (em período letivo e não letivo).

O plano anual de atividades pretende intervir no sentido de proporcionar às crianças momentos de aprendizagem e de lazer diversificados, vividos num ambiente acolhedor, estimulante e desafiador, promovendo, para isso estratégias e atividades lúdico-pedagógicas adequadas às características e necessidades de cada criança. As atividades propostas têm como objetivo favorecer um clima de “ludicidade”, criando e recriando situações diferentes do plano curricular da escola em que o tempo é mais solto e menos estruturado, sendo vocacionalmente mais aberto à educação não formal ou informal.

Entre as atividades programadas, as crianças usufruirão também, de momentos de atividades livres que terão lugar no interior e no exterior do CATL.

1.º Trimestre

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Setembro	8	▶ INÍCIO DO ANO LETIVO	▶ Preparar e motivar as crianças para o regresso às aulas.	▶ Fomentar os laços de amizade que as unem, seja na escola ou no CATL - jogos	▶ Crianças
Outubro	31	▶ DIA DAS BRUXAS	▶ Promover momentos de animação.	▶ Elaboração de acessórios alusivos ao dia. ▶ Desfile/baile das bruxas	▶ Crianças
Novembro	11	▶ S. MARTINHO	▶ Proporcionar momentos de convívio e confraternização entre crianças e idosos.	▶ Magusto ▶ Lanche convívio ▶ Partilha de saberes.	▶ Comunidade Educativa

Boat
Alia/1
31

	20	▶ DIA NACIONAL DO PIJAMA ▶ DIA DOS DIREITOS INTERNACIONAIS DA CRIANÇA	▶ Solidariedade e partilha; ▶ Sensibilizar as famílias para as dificuldades das intuições que acolhem crianças; ▶ Sensibilizar famílias crianças para a cidadania.	▶ Ver atividades na página Mundos de vida; ▶ Crianças e adultos vestidos de Pijama;	▶ Comunidade Educativa
Dezembro	16 a 31	▶ FESTA DE NATAL ▶ ATIVIDADES VARIADAS AJUSTADAS À ÉPOCA NATALÍCIA ▶ INTERRUPÇÃO LETIVA	▶ Perceber o significado do Natal como festa da família; ▶ Proporcionar momentos de convívio. ▶ Incutir nas crianças valores de união e espírito de solidariedade.	▶ Preparação de uma atuação para o dia da Festa de Natal. Decorações na sala alusivas ao Natal; Elaboração de postais; ▶ Confeção de doces tradicionais; ▶ Visitas ao exterior.	▶ Crianças e Famílias ▶ Comunidade Educativa

2.º Trimestre

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Janeiro	6	▶ DIA DE REIS	▶ Preservar tradições e costumes regionais.	▶ Fazer coroas de Reis	▶ Crianças
Fevereiro	14	▶ DIA DA AMIZADE (DIA DE SÃO VALENTIM)	▶ Sensibilizar as crianças para os afetos e a amizade; ▶ Promover a relação instituição/comunidade.	▶ Lembrança para um amigo especial	▶ Crianças/Outros

Março	16 a 18	▶ CARNAVAL ▶ INTERRUPÇÃO LETIVA	▶ Estimular a criatividade e a fantasia. ▶ Promover momentos de alegria, estimulando a criatividade e imaginação das crianças.	▶ Fantasias (a definir);	▶ Crianças e famílias ▶ Comunidade
	8	▶ DIA INTERNACIONAL DA MULHER	▶ Educar para a cidadania; ▶ Sensibilizar as crianças para as semelhanças entre sexos.	▶ Lembrança para uma mulher especial	▶ Crianças/mulheres da família
Abril	19	▶ DIA DO PAI	▶ Estabelecer e fortalecer as relações parentais.	▶ Lembrança a (definir) ▶ Exposição de trabalhos elaborados pelos pais/filhos.	▶ Crianças/Pais
	1 a 10	▶ ATIVIDADES VARIADAS ALUSIVAS À PASCOA ▶ INTERRUPÇÃO LETIVA	▶ Promover a harmonia e a autonomia. ▶ Criar ambientes saudáveis e felizes através dos valores da tolerância e do respeito.	▶ Caça aos ovos; ▶ Jogos dirigidos; ▶ Jogos no exterior; ▶ Atividades Livres; ▶ Decoração da sala relacionada com a época festiva.	▶ Crianças e famílias
	7	▶ DIA DA MÃE	▶ Intensificar laços de afetividade; ▶ Sensibilizar para a importância da família.	▶ Lembrança para a mãe.	▶ Crianças/Mãe

Handwritten notes:
 1. 1/1
 2. 1/1
 3. 1/1
 4. 1/1
 5. 1/1
 6. 1/1
 7. 1/1
 8. 1/1
 9. 1/1
 10. 1/1
 11. 1/1
 12. 1/1
 13. 1/1
 14. 1/1
 15. 1/1
 16. 1/1
 17. 1/1
 18. 1/1
 19. 1/1
 20. 1/1
 21. 1/1
 22. 1/1
 23. 1/1
 24. 1/1
 25. 1/1
 26. 1/1
 27. 1/1
 28. 1/1
 29. 1/1
 30. 1/1
 31. 1/1
 32. 1/1
 33. 1/1
 34. 1/1
 35. 1/1
 36. 1/1
 37. 1/1
 38. 1/1
 39. 1/1
 40. 1/1
 41. 1/1
 42. 1/1
 43. 1/1
 44. 1/1
 45. 1/1
 46. 1/1
 47. 1/1
 48. 1/1
 49. 1/1
 50. 1/1
 51. 1/1
 52. 1/1
 53. 1/1
 54. 1/1
 55. 1/1
 56. 1/1
 57. 1/1
 58. 1/1
 59. 1/1
 60. 1/1
 61. 1/1
 62. 1/1
 63. 1/1
 64. 1/1
 65. 1/1
 66. 1/1
 67. 1/1
 68. 1/1
 69. 1/1
 70. 1/1
 71. 1/1
 72. 1/1
 73. 1/1
 74. 1/1
 75. 1/1
 76. 1/1
 77. 1/1
 78. 1/1
 79. 1/1
 80. 1/1
 81. 1/1
 82. 1/1
 83. 1/1
 84. 1/1
 85. 1/1
 86. 1/1
 87. 1/1
 88. 1/1
 89. 1/1
 90. 1/1
 91. 1/1
 92. 1/1
 93. 1/1
 94. 1/1
 95. 1/1
 96. 1/1
 97. 1/1
 98. 1/1
 99. 1/1
 100. 1/1

3.º Trimestre

[Handwritten signature]
[Handwritten initials]
[Handwritten mark]

Data		Atividade	Objetivos	Estratégias	Destinatários
Mês	Dia				
Maio	15	▶ DIA MUNDIAL DA FAMÍLIA	▶ Sensibilizar para a importância da família.	▶ Atividade com as famílias.	▶ Crianças e famílias
Junho	1	▶ DIA MUNDIAL DA CRIANÇA	▶ Promover momentos de diversão e animação.	▶ Jogos no exterior da sala; Balões; Bolas de sabão gigantes.	▶ Crianças
Julho	1	▶ INÍCIO DAS FÉRIAS DE VERÃO ▶ INTERRUPÇÃO LETIVA DE VERÃO	▶ Criar um ambiente propício ao desenvolvimento pessoal de cada criança, fomentando um clima de compreensão, respeito e aceitação de cada um.	▶ Elaboração de um cronograma de atividades de verão, onde estão contempladas atividades como: ▶ Ida ao rio; ▶ Jogos de mesa; ▶ Jogos dirigidos; ▶ Jogos no exterior; ▶ Idas ao parque; ▶ Festa Final de ano; ▶ Dia internacional da Amizade; ▶ Dia dos Avós.	▶ Crianças e famílias ▶ Comunidade Educativa
	27	~ ▶ Dia dos avós	▶ Convívio intergeracional, com os idosos do CSRB. ▶ Com atividades que permitam a interação e a partilha de vivências entre crianças e idosos fortalecendo assim laços entre as diferentes gerações.	▶ Jogos interativos ▶ Partilha de saberes, lenga lengas, canções, histórias. ▶ Almoço Convívio. ▶ Oferta de uma lembrança para os avós do CSRB e para cada um dos seus em casa.	▶ Crianças ▶ Idosos CSRB ▶ Avós

Nota: Poderão ainda desenvolver-se outras atividades, ao longo do ano, dependendo do projeto pedagógico da sala.

PLANIFICAÇÕES DAS INTERRUPÇÕES LETIVAS

HB
Alia

Interrupção letiva do Natal

SEMANA: 16 de Dezembro de 2025 a 5 de janeiro de 2026

Si

Calendarização	Atividade	Objetivos	Avaliação	Recursos
De 16 de dezembro a 5 de janeiro (interrupção letiva do Natal)	Preparar a chegada do Natal	Decorar a sala com motivos de Natal	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos
	Usos e costumes do natal	Aprender a confeccionar alguns dos doces natalícios	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos
	Ida ao cinema	Aprender a confeccionar alguns dos doces natalícios	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos

Interrupção letiva do Carnaval

SEMANA: 16 a 18 de fevereiro de 2026

Calendarização	Atividade	Objetivos	Avaliação	Recursos
16 a 18 de fevereiro (interrupção letiva do Carnaval)	Uso e costumes do carnaval	Brincar ao carnaval	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos

Interrupção letiva da Páscoa

SEMANA: 30 Março a 10 de Abril de 2026

Calendarização	Atividade	Objetivos	Avaliação	Recursos
	Usos e	Aprender a	Nível de adesão	Materiais e humanos

De 30 de março a 10 de abril (interrupção letiva da Pascoa)	costumes da Pascoa	confeccionar os doces típicos da Pascoa	Nível de participação Registo de opinião	
	"Há descoberta dos ovos da Pascoa"	Elaborar os ovos da Pascoa e realizara caça aos ovos na instituição	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos

4 Bonts
a/iv/r
S.

Interrupção letiva de Verão

SEMANA: 1 de Julho de 2026 a 15 de Setembro de 2026

Calendarização	Atividade	Objetivos	Avaliação	Recursos
1 de julho a 31 de agosto (Férias de verão)	Fora da instituição: Monumento Museu Bibliotecas Cinema Teatro Parques infantis Piscinas Praias fluviais Caminhadas Exposições. Jogos: De exterior De mesa Com água Tradicionais. Ateliers: Música Modelagem Reciclagem Desenho Pintura.	Proporcionar às crianças atividades lúdicas e pedagógicas enriquecedoras para o seu bom desenvolvimento	Nível de adesão Nível de participação Registo de opinião	Materiais e humanos

	Momentos temáticos:			
	Ginástica			
	Culinária			

Barts
uice/1
S.

Observações: As planificações acima apresentadas estão susceptíveis a alterações. O CATL dispõe de diversos parceiros (C.M.Góis, Agrupamento de escolas de Góis, entre outros) com os quais estabelece parcerias, por esse motivo, nas semanas das interrupções letivas, serão feitas Calendarizações Semanais, com atividades mais detalhadas, que serão anexadas a este documento, consoante as propostas de atividades dos diferentes parceiros.

Para além das atividades programadas durante as interrupções letivas, desenvolvem-se, ainda, atividades lúdicas no espaço da instituição.

Diana Pereira