



PLANO DE
ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO
SOCIOCULTURAL

2016



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

PLANO DE ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO DE LAR E CENTRO DE DIA

O plano de atividades tem como objetivo geral promover o bem-estar físico, psicológico, espiritual e social dos clientes do Centro Social e Paroquial de Mafra, sob a forma de diversas atividades direcionadas a diferentes níveis de autonomia/dependência. A realização de atividades com e para os clientes visa proporcionar uma vida mais ativa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da instituição desenvolvendo a autonomia pessoal, retardando assim o processo de envelhecimento.

Caracterização da População Alvo

Grupo A: Utentes que exercem as suas atividades diárias na totalidade e/ou parcialmente, apresentando condições físicas e mentais favoráveis para o desenvolvimento e participação nas atividades socioculturais.

Grupo B: Utentes que necessitam de apoio parcial nas atividades diárias, apresentando condições físicas e mentais com algumas debilidades e fragilidades, necessitando de algum apoio no desenvolvimento e participação nas atividades socioculturais.

Grupo C: Utentes que necessitam de apoio total nas atividades diárias, apresentam condições físicas e mentais com grandes debilidades, necessitando de total apoio no desenvolvimento e participação nas atividades socioculturais.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

CARATERIZAÇÃO GERAL

Objetivo	Principais ações a desenvolver
- Incrementar a Autonomia	- Idas à Praia e passeios pela costa marítima
	- Tratamento das plantas e flores da instituição
	- Passeios; (pela comunidade, zona envolvente, culturais e recreativos)
	- Dança; (Chás Dançantes e bailaricos na instituição)
	- Ginástica adaptada;
	- Jogos de Motricidade (jogo do arco, malha, pinos, bola, paraquedas, futebol)
- Manter e/ou desenvolver a auto estima	- Realizar compras; (ida a sapatarias, lojas de roupa, supermercados, etc.)
	- Comemoração dos aniversários;
	- Atividades de Estética; (manicura, limpeza de pele, depilação ao buço)
	- Comemorações: - Dia da Mulher; - Dia da Mãe;



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	<ul style="list-style-type: none"> - Dia do Pai; -Dia do Idoso; - Dia dos Avós; - Dia da Família;
	- Realizar compras diversas;
<p>- Promover o convívio entre utentes/funcionários/direção e comunidade</p>	-Comemoração do Aniversário da Instituição; (celebração da Eucaristia, lanche convívio)
	- Festa de Natal (Peça de teatro, musicas, poemas, artesanato)
	- Festa dos Santos Populares: Arraial de verão (sardinhada, tasquinhas, jogos tradicionais, quermesse, artesanato, musica)
	- Celebrações da eucaristia na igreja da comunidade
	<ul style="list-style-type: none"> - Dia do Idoso – Sessão fotográfica e exposição sobre a vida dos utentes. - Dia dos Avós - Lanche partilhado entre avós e netos, peça de teatro realizada pelos avós para os netos.
<p>- Fortalecer os laços familiares, promovendo o convívio e as relações utente/família</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dia dos Avós; - Dia do Pai; - Dia da Mãe; - Dia do Idoso;



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	<ul style="list-style-type: none"> - Dia da Família; - Dia da Criança;
	<ul style="list-style-type: none"> - Carnaval - Festa dos Santos Populares - Festa S. Martinho - Festa de Natal
<p>Manter e Relembrar hábitos, costumes e experiências oriundos do meio em que estão inseridos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jardinagem (tratamento da horta, flores e plantas)
	<ul style="list-style-type: none"> - Carnaval (baile de mascaras)
	<ul style="list-style-type: none"> - Páscoa (Ida à Missa no Domingo de páscoa; confeção de folares da páscoa; confeção de flores de amêndoas para vender)
	<ul style="list-style-type: none"> - Dia da Liberdade (trabalhos alusivos ao tema, recordar tempo antigos)
	<ul style="list-style-type: none"> - Dia de S. Martinho (Teatro sobre a historia de S. Martinho)
	<ul style="list-style-type: none"> - Dia de Todos os Santos (confeção de broas; participação na eucaristia na comunidade do Sobreiro e ida ao cemitério; criação de saquinhos de pão por deus para venda)
	<ul style="list-style-type: none"> - Santos Populares (Arraial, sardinhada e marchas)



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	- Dia de Reis (canto das janeiras)
	- Passeios às suas origens;
	- Estações do ano (conversa sobre o tema e o que cada estação traz, o que se semeia, etc.)
	- Dia Mundial do Livro (leitura de um conto)
	-Chás Dançantes; (tarde de dança e convívio nas diversas IPSS do concelho)
	- Torneio de cartas e dominó com outras IPSS do concelho de Mafra;
	- Encontro Maio Ancião (Missa campal, almoço convívio e animação musical.)
Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual, desenvolvendo e estimulando a concentração, memória e capacidades de raciocínio	- Jogos cognitivos; (loto, cartas, dominó, damas, 4 em linha, Micado, jogo das imagens, jogo das diferenças, jogo das cores, jogo das letras, etc.)
	- Jogos sensoriais; (jogo da descoberta dos cheiros, das texturas, dos objetos.)
	- Dinâmicas de grupo; (jogo adivinhas, provérbios, rimas, jogo “Quem sabe, sabe”, “Só por gestos”, jogos musicais.)



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	- Tempo de Leitura; (Leitura de jornais, revistas, livros)
	- Tempo de reflexão sobre diversos temas
	- Alfabetização; (leitura e escrita de pequenos textos, treino da escrita, Assinatura)
- Incrementar a interação, comunicação no grupo criando momentos de descontração e lazer	- Animação Musical (Jogos musicais, canções tradicionais, construção de instrumentos.)
	- Dinâmicas de grupo (jogos com adivinhas, provérbios, rimas)
	- Jogos de Mesa; (dominó, cartas, loto)
	- Sessões de cinema; (filmes antigos portugueses)
	- Atelier de Culinária; (confeção de bolos, folares, broas, bombons, licores.)
	- Passeios/idas ao jardim, praia;
- Manter e/ou desenvolver o interesse pelos acontecimentos que os rodeia	- Tempo de Leitura (Leitura de jornais, revistas, livros)
	- Jornal de Parede; (dar a conhecer as atividades que decorreram no mês)
	- Mudanças das estações do ano;
	- Debates e reflexões;



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

- Visitas culturais e de lazer	<ul style="list-style-type: none">- Santuário N.S.de Fátima;- Museu dos Dinossauros – Lourinhã;- Casa Museu dos Patudos;- Museu do Ar;- Visita à Aldeia do Zé Franco;- Passeio a Peniche com piquenique;-Passeio no elétrico de Sintra com piquenique na zona envolvente;
- Desenvolver a criatividade e imaginação	<ul style="list-style-type: none">- Atelier de pintura
	<ul style="list-style-type: none">- Expressão Dramática e musical -- Animação Musical- Teatro
	<ul style="list-style-type: none">- Atelier de reciclagem
	<ul style="list-style-type: none">- Atelier de costura e tecidos
	<ul style="list-style-type: none">- Atelier de modelagem
- Desenvolver e Manter as capacidades ao nível sócio emocional e espiritual	<ul style="list-style-type: none">- Celebração da Eucaristia na instituição
	<ul style="list-style-type: none">- Participação na eucaristia na igreja da comunidade do Sobreiro



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	- Terço
	- Visionamento de celebrações religiosas



CALENDARIZAÇÃO MENSAL

Calendarização		Ações a desenvolver	N.º de Participantes e Pop. Alvo	Recursos		
Mês	Dia			Humanos	Materiais	Financ.
Janeiro	3	Visita do Grupo Coral de Mafra – Canto das Janeiras	Todos os clientes, Colaboradores, familiares e amigos.	Animadora Diretora		
	5 e 6	Confeção de bolos rei	Todos os que queiram participar Grupo A, B,	Animadora	Produtos alimentares	20€
	6	Canto das Janeiras com os utentes na Instituição	Todos os que queiram participar Grupo A, B,C	Animadora	Instr. Musicais	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

Fevereiro	1	Aniversário da Instituição – Missa, Lanche convívio, Atuação Musical a definir.	Todos os clientes Familiares Colaboradores da instituição Comunidade	Animadora, Diretora e respectivos membros da direção, diretora técnica, cozinheira, ajudante de cozinha, ajudante de ação direta,	Som Cadeiras Mesas Bolo de aniversário Lanche	50€
	2	Criação de máscaras de carnaval com material reciclado; Decoração da sala	8 – Grupo A	Animadora	Materiais reciclados Colas	3€/ut



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	8	Baile de Máscaras na instituição	Todos os utentes- Grupo A,B,C	Animadora Diretora técn. Enc. Geral Auxiliar de serviços gerais Cozinheira Ajudante de ação direta Animadora	Musica Equipamento de som Lanche	
	12	Dia S. Valentim Reflexão do tema “ Os meus namoros”	Todos os utentes- Grupo A,B,C	Animadora	Caneta, Papel, bostic	O€
	Data a definir	Baile de máscaras – discoteca T. Vedras	6 a 14 – Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta	2 Carrinhas Combustível Lanche	3€/ut 15€ combustível
	Durante o Mês	Construção de uma moldura para sessão fotográfica no dia	5- Grupo A,B	Animadora	Cola Cartolina Material de desperdício	3€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		mulher.			Tinta	
Março	8	Dia da mulher Sessão fotográfica	Todas as senhoras da instituição – Grupo A,B,C	Animadora		0€
	18	Trabalhos manuais e atelier de culinária alusiva ao dia do pai realizados pelas senhoras	5- Grupo A, B	Animadora	Molas de madeira Cola Cartolina Chocolate Sacos de papel slofan	8€
	19	Dia do Pai Entrega de uma lembrança alusiva ao dia do pai.	Todos os senhores – Grupo A,B,C	Animadora		0€
	Durante o mês	Chegada da primavera Criação de borboletas coloridas e flores de papel	Todos os utentes que queiram participar Grupo A,B,C	Animadora	Papel seda Cola Arame Missangas	3€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	Durante o mês	Trabalhos alusivos à Páscoa – Centro de mesa Galinha	Todos os utentes que queiram participar Grupo A,B	Animadora	Papel Cola Caixas de Ovos Tinta Feltro Cola quente cartolina Amêndoas Chocolates	10€
	27	Domingo De Páscoa Participação na eucaristia na igreja do Sobreiro Almoço de Páscoa	Todos os clientes Grupo A,B,C			
Abril	Dias a definir	Início do Torneio de cartas e dominó com as diversas IPSS do concelho de Mafra	8 A 10 - Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta e/ou Voluntários	1 Carrinhas Combustível Cartas e dominó	30 €
	Durante	Atelier de	8 A 10 – grupo	Animadora	Palitos	3€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	o mês	trabalhos manuais- cravos em papel seda	A,B		Cola Papel seda	
	22	Comemoração Dia da Liberdade Canto de um tema sobre este dia; construção de um painel alusivo ao tema	Todos os clientes Grupo A,B,C	Animadora	Papel cenário Tintas bostic	5€
Maio	Dias a definir	Torneio de cartas e dominó nas diversas IPSS do concelho de Mafra	8 a 10 Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta	Combustível Cartas e dominó	30€
	30	Comemoração do Dia do trabalhador; Trabalhos alusivos a cada profissão/exploração do tema	Todos os clientes Grupo A,B,C	Animadora	Papel cenário Cola Bostic Pc Papel de impressão	
	30	Comemoração	Todas as	Animadora	Tecidos/linhas	5€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		Dia da Mãe – oferta de uma pregadeira em tecido.	senhoras – Grupo A,B,C		/agulhas/pregadeira	
	4	Passeio ao campo apanhar o tradicional raminho de espiga	8 A 15 – Grupo A,B	Animadora	1 Carrinha Combustível Tesouras Fitas	3€
	13	Dia de Nossa Senhora de Fátima Visionamentos das comemorações de Fátima Oração do Terço	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora Familiares Comunidade	Voluntários Funcionários Direção	Angariação
	15	Dia da Família Evento do Pavilhão Polivalente Angariação funda	Todos os utentes Grupo A,B,C Familiares Comunidade	Animadora	TV	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		para a obra	colaboradora			
	Durante o mês	Trabalhos manuais diversos para mostra solidaria: atelier de costura, pintura, modelagem.	8 a 10 Grupo A,B	Animadora	Cola Tinta Tecidos Aglhas Linhas Material de bijuteria Feltro Imanes Massas de modelar	40€
	Dias a definir	Torneio de cartas e dominó Final do mesmo	8 a 10 – Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta e/ou Voluntários	1 A 2 Carrinhas Combustível Cartas Dominó	30€
	27,28,29	Mostra Solidária Mostra de artesanato, venda de produtos (bolinhos, refrescos,frutas)	A definir	Animadora Diretora Direção Auxiliar de serviços gerais	1 A 2 Carrinhas Combustível Prod. Alimentares Mesas	



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	Durante o mês	Ensaio de marchas populares e confeção de roupas para as mesmas	A definir Grupo A,B,C	Animadora Todas as colaboradoras que queiram participar		
	A definir	Passeio Museu dos Patudos e Reserva do Cavalo do Sorraia	8 - Grupo A	Animadora Aj. Ação Direta	Autocarro da camara municipal de Mafra	A definir
Junho	Durante o mês	Trabalhos manuais alusivos aos santos populares	8 a 10 – Grupo A,B	Animadora	Papel, papel seda Plásticos Colas Tesouras	10€
	9	Comemoração do Dia de Camões Canto do hino de Portugal e trabalhos sobre a simbologia da bandeira de Portugal	Todos os que queiram participar Grupo A,B,C	Animadora	Papel cenário Tintas bostic	5€
	17	Almoço do	20 – Grupo	Animadora	2 Carrinhas	50 €



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		Encontro Maio Ancião no Jardim do Cerco	A,B,C	Ajudantes de ação direta e/ou Voluntários	Combustível Almoço Lanche Cadeiras Mesas	
	1 x de 15 em 15 dias	Lanches no exterior	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora Encarregada Diretora Ajudantes de Ação direta		
	Dia a definir	Arraial de Verão Sardinhada, quermesse, tasquinha, música, artesanato Marchas	Todos os utentes – Grupo A,B,C Familiares, direção e comunidade	Animadora Diretora, diretora técnica, Enc.Geral, Ajudantes d e Ação direta, auxiliares de serviços gerais, Voluntários, grupo de	A definir	A definir



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

				jovens		
	A partir de 21 de Junho	Início da época banhear Passeios matinais pelas praias da região	20 A 25 – Grupo A,B,C (esquema rotativo)	Animadora Ajudantes d e Ação direta Voluntários Grupo de Jovens	2 Carrinhas Combustível Cadeiras de praia Chapéus de praia	15€/ativ
Julho	2 a 3x por semana	Passeios matinais pelas praias da região	20 A 25 – Grupo A,B,C (esquema rotativo)	Animadora Ajudantes d e Ação direta Voluntários Grupo de Jovens	1 A 2 carrinhas Combustível Cadeiras de praia Chapéus de praia	15€/ativ
	1x de 15 em 15 dias	Passeio com piquenique (locais a definir)	20 A 25 – Grupo A,B (esquema rotativo)	Animadora Ajudantes d e Ação direta Voluntários Grupo de Jovens	1 A 2 carrinhas Combustível Cadeiras de praia Almoço	20 €
	15	Passeio pelo elétrico de Sintra	12 – Grupo A e B	Animadora Ajudantes d	2 Carrinhas Combustível	A definir



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		e piquenique na zona envolvente		e Ação direta	Almoço	
	20	Passeio a Peniche com almoço piquenique	12 – Grupo A e B	Animadora Ajudantes d e Ação direta	2 Carrinhas Combustível Almoço	20€
	27	Dia dos Avós Lanche convívio entre avós e netos Peça de teatro a definir dos avos para os netos	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora Encarregada Diretora Ajudante de ação direta	Bolo Lanche	25€
	30	Dia do amigo – criação de um painel alusivo ao tema	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora	Papel cenário Cola PC Impressora	5€
	1 X de 15 em 15 dias	Lanche no exterior	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora Ajudante de ação direta		
Agosto	2 a 3x por semana	Passeios matinais pelas praias da região	20 a 25 – Grupo A,B (esquema	Animadora Ajudantes d e Ação	1 a 2 carrinhas Combustível Cadeiras de	15€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

			rotativo)	direta Voluntários Grupo de Jovens	praia Chapéus de praia	
	1x de 15 em 15 dias	Passeios com piquenique (Parque das merendas na Ericeira e Magoito)	20 A 25 – Grupo A,B (esquema rotativo)	Animadora Ajudantes d e Ação direta Voluntários Grupo de Jovens	1 A 2 carrinhas Combustível Cadeiras de praia Almoço	20€
Setembro	Data a definir	Comemoração do dia da Alfabetização – visita a uma escola	12 – Grupo A e B	Animadora A. A direta	2 Carrinhas Combustível	10€
	1 X de 15 em 15 dias	Lanche no exterior	Todos os utentes – Grupo A,B,C	Animadora Ajudante de ação direta		
	1x por semana	Passeio pela costa marítima	20 A 25 – Grupo A,B (esquema rotativo)	Animadora Ajudante de ação direta e/ou voluntários	Carrinhas Combustível	10€
	Durante	Trabalhos	8 A 15 Grupo	Animadora	Colas	5€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	o mês	alusivos ao outono Decoração da sala	A,B		Papel Matérias da natureza	
Outubro	1	Dia do Idoso Exposição Reviver (exposição de fotografias e objetos que marcaram a vida dos utentes)	Todos os clientes – Grupo A,B,C	Animadora Familiares	Telemóvel Material de desgaste Material de decoração (toalhas, panos)	15€
	Dia a definir	Ida à semana do idoso na Santa Casa da Misericórdia da Venda do Pinheiro	8 – Grupo A,B	Animadora	1 Carrinha Combustível	10€
	13	Visita ao Santuário de	Todos os clientes que	Animadora Diretora	1 autocarro Lanches	A definir



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		Nossa Senhora de Fátima	queiram participar – Grupo A,B,C Familiares e amigos	A. A direta Ajudante de serviços gerais Voluntários		
	Durante o mês	Confeção de sacos para o pão por Deus (para venda) com retalhos de tecidos, decoração dos mesmos	8 – Grupo A,B	Animadora	Tecidos Máquina de costura Linhas Aglhas Tesouras Tintas de tecido	0€
	27 A 31	Confeção de broas (para venda e consumo) alusivas ao Dia de Pão Por Deus	8 A 10 – Grupo A,B	Animadora Cozinheira Auxiliar de serviços gerais Voluntários	Produtos alimentares necessários para a confeção de broas Fornos Tabuleiros Gás	30€
Novembro	1	Dia de Todos os	8 A 15 -		1 A 2	5€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

		Santos Participação na eucaristia na igreja do sobreiro e ida ao cemitério	Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta Grupo de Jovens Voluntários	carrinhas Combustível	
	1 a 11	Ensaio da Historia de S. Martinho	5 – Grupo A,B	Animadora	Roupas Material de desperdício	
	11	Dia de S. Martinho Magusto Representação da história de S. Martinho	Todos os clientes Grupo A,B,C Familiares, amigos	Animadora Ajudante de ação direta Diretora Cozinheira	Lanche Castanhas Água-pé	25€
	Durante o mês	Trabalhos manuais para venda de natal	8 – Grupo A	Animadora	Peças em chacota e marfinite Tecidos, tintas, colas, fitas, feltros, pinces, agulhas,linhas ,etc.	150€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

Dezembro	Durante o Mês	Ensaio para a festa de Natal (atividades a definir)	Todos os clientes que queiram participar – grupo A,B,C	Animadora		0€
	A definir	Abertura da venda de Natal	Todos os utentes Colaboradores Familiars Comunidade	Animadora	A definir	0€
	Durante o Mês	Decoração da Instituição com motivos alusivos ao Natal	Todos os utentes – grupo A,B,C	Animadora Auxiliar de serviços gerais Voluntários	Bolas, fitas Árvore de natal	0€
	A definir	Festa de Natal	Todos os utentes – grupo A,B,C Familiars e amigos Comunidade Direção	Animadora Diretoras/ Presidente Enc. Geral Ajudantes de ação direta	A definir	A definir



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

				Auxiliares de serviços gerais		
	A definir	Almoço de Natal do Grupo Maio Ancião	13 – Grupo A,B	Animadora Ajudante de ação direta E/voluntários	2 Carrinhas Combustível	17 €/ut
	A definir	Venda de Natal em Mafra		Animadora	1 Carrinha Materiais diversos	



ATIVIDADES REGULARES

Periodicidade	Ações a desenvolver	N.º Participantes/ Pop. Alvo	Recursos		
			Humanos	Materiais	Financeiros
1x de manhã 15 em 15 dias	Missa na instituição	Todos os clientes – Grupo A,B,C	Sr. Padre Animadora Voluntários	_____	0€
Todos os Domingos	Participação na eucaristia na igreja da comunidade	8 A 13 – Grupo A,B	Grupo de Jovens	1 Carrinha	0€
1 X manhã por semana	Oração do Terço	Todos os clientes – Grupo A,B,C	Voluntário	_____	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

1x manhã por semana	Atividades de estética e manicura	8 A 10 - Grupo A,B,C	Voluntárias Animadora	Vernizes Lima Acetona Algodão Corta-unhas Tesoura Cera depilatória Cremes	10 €
Sempre que o tempo permitir e que seja apropriado	Caminhadas pela zona envolvente	8 A 10 – grupo A,B,C	Animadora Voluntários	Cadeiras de rodas Chapéus	0€
1 X manhã por semana	Animação musical Canto de músicas populares	20 A 25 – Grupo A,B,C	Animadora	Instrumentos musicais	0€
3 X manhã por semana	Ginástica adaptada Jogos/Exercícios de motricidade	25 A 30 – Grupo A,B,C	Animadora	Bolas Vara Elástico Cadeiras Jogo dos arcos Jogo dos pinos	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

2 X manhã por semana	Jogos cognitivos: advinhas, rimas, provérbios, jogos de memória, Jogos sensoriais, etc.	15 A 20 – Grupo A,B,C	Animadora Voluntário	Livros Cartões de memória Objetos diversos Ervas aromáticas Micado/4 em linha Jogo “quem sabe, sabe” Jogo “Só Por Gestos”	0€
5 X por semana	Jogos de mesa: Dominó e cartas	8 A 10 – Grupo A,B	Animadora	Dominós Cartas	
3 X tardes por semana	Atelier diversos: costura, pintura, Reciclagem, jardinagem, modelagem, alfabetização	8 A 10 – Grupo A,B	Animadora	Tecidos Linhas Aglhas Tintas Colas Produtos recicláveis Barro, fimo, Biscuit,	3€/ATIV
1 X tarde por semana	Leitura do jornal	20 A 25 – Grupo A,B,C	Animadora Voluntário	Jornais/ revistas	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

1x por semana	Jornal de parede Recolha de informação e Exposição das atividades do mês/ provérbios, advinhas, curiosidades	5 – Grupo A,B	Animadora	Computador Impressora Bostic Folhas de cor Cartolinas	5 €
1 X por mês	Visionamento de filmes portugueses	25 A 30 – Grupo A,B,C	Animadora	DVD Tv	0€
1x por mês	Culinária Confeção de bolos, biscoitos para venda	8 A 10 – Grupo A,B	Animadora Cozinheira Auxiliar de serviços geria Voluntários	Produtos alimentares Acessórios de cozinha Forno	10€
Sempre que apropriado	Ida às compras com os utentes	3 A 5 – Grupo A,B	Animadora	Carrinha Combustível	10€
1x tarde por semana	Alfabetização Hora dos contos Leitura de	20 A 25 – Grupo A,B,C	Voluntária	Cadeiras	0€



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL MAFRA

	histórias, contos, fábulas, etc.				
Todos os dias	Apoio ao utente/ conversa com os utentes	35 A 40 – Grupo A,B,C	Animadora	A definir	0€
1 X tarde de 15 em 15 dias	Passeio (local a definir)	8 A 13 Grupo A,B	Animadora Voluntário	1 A 2 carrinhas Combustível	15 €