



Relatório de Atividades 2025



Centro Social e Polivalente de Ourense
Rua Frei Manuel dos Santos, n.º 37 3060-459 OURENTE
Tel./Fax: 231 416 085 N.I.F. 503 559 970
Mail: geral@cspo.pt



Índice

1. Introdução.....	2
2. Apresentação da Instituição.....	3
3. Respostas sociais e Utentes.....	5
4. Serviços extra prestados.....	5
5. Gabinete de Apoio Social.....	6
6. Atividades realizadas por resposta social.....	7
a) Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e Centro de Dia (CD).....	7
b) Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL).....	12
c) Creche.....	17
7. Registo fotográfico das atividades desenvolvidas.....	23
8. Outras atividades realizadas.....	71
9. Atividades culturais e recreativas.....	71
10. Campanhas.....	72
11. Sócios.....	72



1. Introdução

O presente relatório apresenta, de forma sucinta, as atividades realizadas pelo Centro Social e Polivalente de Ourense (CSPO), ao longo do ano de 2025, nas suas respostas sociais de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Centro de Dia (CD), Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) e Creche, e através das suas secções para as atividades culturais e recreativas.

Trata-se, também, de um documento que permitirá ajudar à reflexão sobre a intervenção desenvolvida pela Instituição, na freguesia de Ourense e limítrofes, no sentido de perceber as dificuldades e os constrangimentos sentidos.



2. Apresentação da Instituição

O CSPO é uma Instituição Particular de Solidariedade Social do Concelho de Cantanhede. A sua sede localiza-se na Rua Frei Manuel dos Santos, num edifício que resultou da junção da antiga Escola Primária de Ourenã, restaurada em 2005, e de um edifício construído de raiz, ao Abrigo do PARES II – Programa de Alargamento de Redes Sociais.

Constituída como IPSS a 04/01/1999, o CSPO tem a seu cargo várias respostas sociais: Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Centro de Dia (CD), Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) e Creche. A Creche é a valência mais recente, tendo iniciado a 13 de Setembro de 2010.

O Serviço de Apoio Domiciliário, que se encontra a funcionar desde o ano de 2003, tem por objetivo dar apoio à população envelhecida da freguesia de Ourenã e freguesias limítrofes. O SAD tem Acordo de Cooperação Típico estabelecido com a Segurança Social para 27 idosos e capacidade para 30, tendo registado em 2025 uma média de 21 clientes.

O Centro de Dia tem uma capacidade e um Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 30 idosos, tendo registado em 2025 uma média de 29 clientes.

Ao longo de cada ano, o CSPO tem o cuidado de integrar os seus clientes de SAD e CD nas atividades que leva a efeito, nomeadamente no almoço convívio da Páscoa (Eucaristia dia de ramos), passeio convívio à praia de Mira e Parque Merendas Seixo-Mira, passeio convívio ao parque de merendas do Montinho, festa de final de ano letivo Creche, passeio convívio à praia fluvial das Sete Fontes, festa do Magusto (Eucaristia), festa de Natal (Eucaristia), entre outras, nas quais pretendemos promover as relações interpessoais entre os utentes, estimular o intercâmbio e a troca de experiências, transmitindo, assim, aos clientes um espírito união, harmonia, convívio, e família. Nestas atividades, os clientes mais autónomos participam com bastante interesse e empenho.

O Centro de Atividades de Tempos Livres tem Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 16 crianças e capacidade para 20, tendo registado em 2025 uma média de 16 clientes.

Na Resposta Social de Creche, o CSPO tem capacidade e Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 34 crianças, tendo registado em 2025 uma média de 32 clientes. A Creche está dividida em 3 salas: dos 3 meses à aquisição da marcha (8 crianças), da aquisição da marcha aos 24 meses (10 crianças) e dos 24 aos 36 meses (16 crianças).

De forma alargar o leque de serviços oferecidos a sócios e a clientes, este CSPO conta com três gabinetes de apoio: Gabinete de Apoio Social (GAS), Gabinete Bebé Solidário. Para dar resposta às necessidades dos seus clientes, esta IPSS contou em 2025 com a colaboração média de 27 funcionárias.



Com o objetivo de dar uma resposta cada vez mais adequada às necessidades dos seus clientes, o CSPO funciona em parceria com algumas entidades, nomeadamente com a Câmara Municipal de Cantanhede, a Junta de Freguesia de Ourense, o Centro de Saúde de Cantanhede e com algumas empresas.

A nível financeiro e no que respeita às respostas sociais referidas, o CSPO tem como Fonte de Financiamento a comparticipação dos clientes e o valor atribuído pelos Acordos de Cooperação Típico da Segurança Social.



3. Respostas sociais e Utentes

Respostas Sociais	Utentes (média)	Admissão utentes
Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)	Serviços prestados a 21 idosos	9
Centro de Dia (CD)	Serviços prestados a 29 idosos	8
Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)	Serviços prestados a 16 crianças	4
Creche	Serviços prestados a 32 crianças	11

4. Serviços extra prestados

Serviços extra	Clientes
Serviço de refeição	Foram servidas refeições diárias a 2 clientes (almoço), num total de 661 refeições
Serviço de refeições: J.I. de Ourense	Foram servidas 3.783 refeições
Serviço de refeições: E.B.1 de Ourense	Foram servidas 6.899 refeições



5. Gabinete de Apoio Social

Centro Distrital da Segurança Social de Coimbra Unidade de desenvolvimento social Núcleo de intervenção social Serviço Local de Cantanhede	a) Processos de rendimento social de inserção (RSI): freguesia de Ourense e Sepins; b) Fundo de garantia de alimentos devidos a menores (FGADM); c) Sistema de produtos de apoio (SAPA – “ajudas técnicas”).
Apoio Psicossocial	Atendimento a agregados familiares da freguesia de Ourense
Visitas domiciliárias	Visitas no âmbito de projetos desenvolvidos
Santa Casa da Misericórdia de Cantanhede	a) Cantina social: apoio e distribuição de refeições através da Cantina Social a 1 agregado familiar (363 refeições); b) Programa operacional de apoio a pessoas mais carenciadas (POAPMC).
Colaboração e/ou encaminhamento para outros serviços	a) Câmara Municipal de Cantanhede – Ação Social: centro local de ação social (CLAS), conselho local de desenvolvimento social (CLDS), regulamento municipal de atribuição de subsídios a agregados familiares em situação de extrema carência económica (RMAS); comissão de proteção de crianças e jovens (CPCJ); núcleo de apoio à vítima de violência doméstica (NAD); programa <i>Abem</i>; b) Banco de Recursos Colmeia; c) Centro de Saúde de Cantanhede; d) Instituto de Emprego e Formação Profissional.



6. Atividades realizadas por resposta social

a) Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

Atividades previstas	Atividades realizadas
Comemoração de aniversários (mensalmente)	Organização de festas de aniversário para todos os clientes do Centro de Dia (CD)
Atividades lúdicas: socialização, animação, lazer e cultura	Tabela (abaixo) descritiva das atividades realizadas*
Festividades anuais	a) Carnaval – desfile das crianças e idosos (27 fevereiro); b) Páscoa – celebração com Eucaristia do dia de Ramos, oferta de foliar e postal alusivo à quadra festiva (10 abril); c) Santos em Festa – celebração dos Santos Populares, com festa do Município (12 de junho); d) Passeio à Praia de Mira (26 de junho) e) Folk – espectáculo de folclore internacional, do Município (10 de Julho) f) Festa de Final de Ano Letivo – Eucaristia e almoço convívio (17 e 18 de Julho) g) Passeio às Sete Fontes (30 de Julho) h) Magusto – Eucaristia, almoço e lanche convívio (11 de novembro); i) Festa Natal Município - eucaristia, lanche convívio e animação (4 de dezembro); j) Natal – celebração com Eucaristia, oferta de bolo-rei, prenda de natal e postal de boas festas (18 de dezembro).
Outras Atividades	a) Dia de Reis – visita à feira a Cantanhede (6 de janeiro); b) Dia da Mulher – entrega de lembrança (8 de março); c) Dia da Poesia – atividade PRODECO (25 março); d) Dia Atividade Física – aula no parque verde (7 de Abril); e) Festa da Fava - almoço convívio (10 de maio) f) Visita ao Museu da Arte e Colecionismo de Cantanhede (20 de maio); g) Dia Mundial da Biblioteca – Visita à BMC (1 de Julho); h) Dia da Saúde Mental – concurso “Jogo do Burro”, PRODECO (10 de Outubro); i) Dia da Alimentação (16 de Outubro); j) “Cores da Vida” - Celebração da Terceira Idade, PRODECO (28 de outubro); k) “Dança Sénior” – ginástica Cantanhede (22 de Dezembro)



*Tabela descritiva das atividades realizadas

Data	Atividades previstas	Atividades realizadas
Janeiro	- Exercício com balões; - Ensaio de canções alusivas às Janeiras. - Lanche com bolo-rei. - Realização de coroas de Dia dos Reis - Jogo do galo. - Ginástica com bola de pilates - Pinturas - Jogo das latas. - Exercícios com balão. - Culinária: Confeção de bolachas - Jogo da pesca. - Caminhada exterior. - Exercício com pedaleiras. - Visualização das fotografias da festa de Natal.	- Exercício com balões; - Ensaio de canções alusivas às Janeiras. - Lanche com bolo-rei. - Realização de coroas de Dia dos Reis - Jogo do galo. - Ginástica com bola de pilates - Pinturas - Jogo das latas. - Exercícios com balão. - Culinária: Confeção de bolachas - Jogo da pesca. - Caminhada exterior. - Exercício com pedaleiras. - Visualização das fotografias da festa de Natal.
Fevereiro	- Elaboração de máscaras de Carnaval; - Construção de adereços carnavalescos; - Pintura de desenhos alusivos ao Carnaval; - Sessão fotográfica com adereços de Carnaval; - Jogo do Bingo; - Celebração do Carnaval; - Sopas de Letras; - Jogo de sequências lógicas; - Ginástica com bola de pilates;	- Elaboração de máscaras de Carnaval; - Construção de adereços carnavalescos; - Pintura de desenhos alusivos ao Carnaval; - Sessão fotográfica com adereços de Carnaval; - Celebração do Carnaval; - Jogo do Bingo; - Sopas de Letras; - Jogo de sequências lógicas. - Ginástica com bola de pilates;
Março	- Celebração do Dia da Mulher; - Decorações de primavera; - Ginástica com bola - Exercícios com balões - Caminhadas no exterior - Exercícios com pedaleiras - Jogos com argolas - Visita à PRODECO – Dia Mundial da Poesia - Celebração da Páscoa com Eucaristia e almoço convívio. - Jogo das latas. - Treino passivo através de jogo com bolas. - Jogo: descobre através do paladar. - Trabalhos manuais com materiais reciclados - Jogo das latas.	- Celebração do Dia da Mulher; - Decorações de primavera; - Ginástica com bola; - Exercícios com balões - Caminhadas no exterior - Exercícios com pedaleiras - Jogos com argolas - Visita à PRODECO – Dia Mundial da Poesia - Páscoa com Eucaristia e almoço convívio. - Jogo das latas. - Treino passivo através de jogo com bolas. - Jogo: descobre através do paladar. - Trabalhos manuais com materiais reciclados



Abril	- Elaboração de trabalhos manuais alusivos à Páscoa. - Pintura e decoração de ovos da Páscoa. - Confeção de folares ou bolos tradicionais. - Lanche convívio de Páscoa. - Celebração da Páscoa. - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões. - Caminhadas no exterior. - Atividades de jardinagem e contacto com a natureza. - Pinturas alusivas à Primavera. - Comemoração do Dia da Liberdade (25 de Abril), com elaboração de cravos. - Audição de músicas tradicionais. - Visualização de filmes ou fotografias antigas. - Exercícios com pedaleiras.	- Elaboração de trabalhos manuais alusivos à Páscoa. - Pintura e decoração de ovos da Páscoa. - Confeção de folares ou bolos tradicionais. - Lanche convívio de Páscoa. - Celebração da Páscoa. - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões. - Caminhadas no exterior. - Pinturas alusivas à Primavera. - Comemoração do Dia da Liberdade (25 de Abril), com elaboração de cravos. - Audição de músicas tradicionais. - Visualização de filmes ou fotografias antigas. - Exercícios com pedaleiras.
Maio	- Comemoração do Dia da Mãe, com elaboração de lembranças. - Trabalhos manuais alusivos à Primavera. - Comemoração do Dia da Família. - Pinturas e desenhos. - Atividades de jardinagem. - Caminhadas no exterior. - Sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões. - Exercícios com pedaleiras. - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Jogo das argolas. - Atividade de culinária: confeção de bolo - Audição de músicas tradicionais.	- Comemoração do Dia da Mãe, com elaboração de lembranças. - Trabalhos manuais alusivos à Primavera. - Comemoração do Dia da Família. - Pinturas e desenhos. - Atividades de jardinagem. - Caminhadas no exterior. - Sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões. - Exercícios com pedaleiras. - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Jogo das argolas. - Atividade de culinária: confeção de bolo - Audição de músicas tradicionais.
Junho	- Comemoração dos Santos Populares com decoração temática e músicas tradicionais. - Elaboração de chapéus e adereços típicos. - Pinturas e trabalhos manuais alusivos à festa. - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Participação nos "Santos em Festa". - Ginástica com bola e exercícios com balão. - Caminhada no exterior. - Exercícios com pedaleiras. - Sessão de música e dança com canções populares. - Atividade de culinária: confeção de petiscos ou bolos. - Visualização de fotografias de atividades anteriores.	- Comemoração dos Santos Populares (S. João, S. Pedro, S. António) com decoração temática e músicas tradicionais. - Elaboração de chapéus e adereços típicos. - Pinturas e trabalhos manuais alusivos à festa. - Participação nos "Santos em Festa". - Jogos tradicionais (dominó, cartas, bingo). - Ginástica com bola e exercícios com balão. - Caminhada no exterior. - Exercícios com pedaleiras. - Sessão de música e dança com canções populares.



	- Conversas em grupo e recordação de tradições locais. - Passeio à Praia de Mira.	- Atividade de culinária: confeção de petiscos ou bolos. - Visualização de fotografias de atividades anteriores. - Conversas em grupo e recordação de tradições locais. - Passeio à Praia de Mira.
Julho	- Atividades de verão ao ar livre, como caminhadas e exercícios no jardim. - Sessões de ginástica com bola e alongamentos. - Exercícios com balões e pedaleiras. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de verão (praia, sol, flores). - Ida ao FOLK. - Sessões de música e dança para entretenimento e socialização. - Atividade de culinária: preparação de sobremesas frescas ou bolos. - Festa de Final de Ano Letivo da Creche. - Momentos de leitura de jornais, revistas e leitura de histórias. - Lanche convívio, incentivando a socialização entre os utentes. - Conversas em grupo e partilha de memórias de férias. - Passeio às Sete Fontes.	- Atividades de verão ao ar livre, como caminhadas e exercícios no jardim. - Sessões de ginástica com bola e alongamentos. - Exercícios com balões e pedaleiras. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de verão (praia, sol, flores). - Ida ao FOLK. - Sessões de música e dança para entretenimento e socialização. - Atividade de culinária: preparação de sobremesas frescas ou bolos. - Momentos de leitura de jornais, revistas e leitura de histórias. - Festa de Final de Ano Letivo da Creche. - Lanche convívio, incentivando a socialização entre os utentes. - Conversas em grupo e partilha de memórias de férias. - Passeio às Sete Fontes.
Agosto	- Atividades ao ar livre: caminhadas, jogos de exterior e sessões de alongamentos. - Ginástica com bola e exercícios com pedaleiras. - Exercícios com balões e atividades de coordenação motora. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de verão. - Sessões de música e dança, incluindo canções populares e músicas de verão. - Atividade de culinária: preparação de sobremesas frescas ou bolos. - Sessões de leitura e partilha de histórias e memórias de verão. - Lanche convívio e momentos de socialização entre os utentes. - Conversas em grupo e atividades de	- Atividades ao ar livre: caminhadas, jogos de exterior e sessões de alongamentos. - Ginástica com bola e exercícios com pedaleiras. - Exercícios com balões e atividades de coordenação motora. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de verão (mar, flores, frutas). - Sessões de música e dança, incluindo canções populares e músicas de verão. - Atividade de culinária: preparação de sobremesas frescas ou bolos. - Sessões de leitura e partilha de histórias e memórias de verão. - Visualização de fotografias de eventos e atividades anteriores. - Lanche convívio e momentos de



	estimulação cognitiva. - Exercício com bola pequena.	socialização entre os utentes. - Conversas em grupo e atividades de estimulação cognitiva.
Setembro	- Recorte de uvas de cartolina para decoração. - Ginástica com bola de pilates. - Tarde musical com o grupo. - Exercício com jogo de praia. - Treino de Boccia. - Jogo: arco na garrafa. - Jogo: Bingo. - Registo fotográfico de agradecimento. - Sessão de oração. - Recorte de símbolos de Paz. - Ginástica com bola pequena. - Jogo com balão. - Exercício com pedaleiras (braços). - Sessão informativa dos perigos das doenças do coração. - Pintura de mapa mundo. - Jogo de cartas. - Modelagem e pintura de coração.	- Recorte de uvas de cartolina para decoração. - Ginástica com bola de pilates. - Tarde musical com o grupo. - Exercício com jogo de praia. - Treino de Boccia. - Jogo: arco na garrafa. - Jogo: Bingo. - Registo fotográfico de agradecimento. - Sessão de oração. - Recorte de símbolos de Paz. - Ginástica com bola pequena. - Jogo com balão. - Exercício com pedaleiras (braços). - Sessão informativa dos perigos das doenças do coração. - Pintura de mapa mundo. - Jogo de cartas. - Modelagem e pintura de coração.
Outubro	- Atividades de interior e exterior, promovendo mobilidade e convívio. - Caminhadas no exterior e sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões e pedaleiras. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de outono (folhas, abóboras, cores outonais). - Sessões de música e dança, incluindo canções populares e canções temáticas de outono. - Atividade de culinária: confeção de bolos. - Conversas em grupo e atividades de estimulação cognitiva. - Decoração Halloween. - Sessão fotográfica de Halloween.	- Atividades de interior e exterior, promovendo mobilidade e convívio. - Caminhadas no exterior e sessões de ginástica com bola. - Exercícios com balões e pedaleiras. - Jogos tradicionais: dominó, cartas, bingo e jogo da pesca. - Pinturas e trabalhos manuais com temas de outono (folhas, abóboras, cores outonais). - Sessões de música e dança, incluindo canções populares e canções temáticas de outono. - Atividade de culinária: confeção de bolos. - Conversas em grupo e atividades de estimulação cognitiva. - Decoração Halloween. - Sessão fotográfica de Halloween.
Novembro	- Realização de um Mercadinho de Outono juntamente com o Magusto - Fazer cartuchos para Magusto. - Celebração do Magusto. - Jogo da memória. - Jogo do Bingo.	- Realização de um Mercadinho de Outono juntamente com o Magusto - Fazer cartuchos para Magusto. - Celebração do Magusto. - Jogo da memória. - Jogo do Bingo.



	- Construção de puzzle. - Treino de Boccia. - Jogo das peças de madeira. - Puzzle de encaixe. - Dominó - Jogo: pauzinhos de fruta.	- Construção de puzzle. - Treino de Boccia. - Jogo das peças de madeira. - Puzzle de encaixe. - Dominó - Jogo: pauzinhos de fruta.
Dezembro	- Jogo: acerta com as bolas no chapéu. - Sessão de Músicas de Natal. - Pintura de postais de Natal. - Festa de Natal CMC. - Montagem de presépio. - Construção de decorações para árvore de Natal. - Decoração de árvore de Natal. - Ensaio para Festa de Natal. - Festa de Natal do CSPO. - Exercício com pedaleiras (pernas). - Fazer palavras cruzadas. - Jogo das latas. - Exercício com bola pequena. - Recordações do ano que passou. - Sessão de fotografias. - Jogo: Bingo temático.	- Jogo: acerta com as bolas no chapéu. - Sessão de Músicas de Natal. - Pintura de postais de Natal. - Festa de Natal CMC. - Montagem de presépio. - Construção de decorações para árvore de Natal. - Decoração de árvore de Natal. - Ensaio para Festa de Natal. - Festa de Natal do CSPO. - Exercício com pedaleiras (pernas). - Fazer palavras cruzadas. - Jogo das latas. - Exercício com bola pequena. - Recordações do ano que passou. - Sessão de fotografias. - Jogo: Bingo temático.

b) Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)

Atividades previstas	Atividades realizadas
Acompanhamento diário na elaboração de trabalhos de casa – CATL	Acompanhamento diário na elaboração de trabalhos de casa das crianças.
<i>Janeiro</i> - Pintura da bandeira do Canadá em uma pedra - Jogo: descobre o significado da folha do plátano - Modelagem e pintura de folha do plátano - Brincadeiras e experiência com gelo	- Pintura da bandeira em pedra - Brincadeiras e experiências com gelo - Jogo: descobre o significado da folha do plátano
<i>Fevereiro</i> - Pintura com chocolate - Construção de árvore com corações e dedicatórias - Montagem de puzzle da bandeira do Equador - Jogo: descobre na farinha	- Construção e decoração de um jogo de raspadinhas com o tema o (o amor é) - Jogo de São Valentim (o coração) - Jogo: descoberta na farinha - Pintura e decoração de um palhaço de carnaval



<i>Março</i> - Construção de máscara de carnaval e lança confetis - Elaboração da prenda do Dia do Pai - Confeção de bolachas de manteiga - Jogo de cadeiras com música brasileira	- Elaboração da prenda para o Dia do Pai - Construção de lança confetis - Jogo das cadeiras com música brasileira - Confeção de bolachas de manteiga
<i>Abril</i> - Construção e decoração de montanha das sete cores - Construção de um leque com penas - Férias da Páscoa - Jogo de estátua - Pinturas faciais tema: Páscoa - Jogo caça ao ovo	- Construção de um leque com penas - Construção e pintura de um coelho andante em copo de plástico - Pinturas faciais tema a (Páscoa) - Jogo caça ao ovo - Culinária: coelho da Páscoa com massa folhada e chocolate - Tarde de jogos de futebol e bolas de sabão - Almoço no MacDonalds no CSPO - Construção de cenoura com guardanapos e rebuçados - Visita ao CD para oferecer a cenoura de guardanapos - Jogo da estátua
<i>Maio</i> - Elaboração de Prenda para Dia da Mãe. - Jogo: organiza as palavras em espanhol - Experiência: colorir o arroz - Preencher e pintar com arroz colorido - Jogo: perguntas e respostas sobre Cuba	- Preparação da aprenda do Dia da Mãe - Experiência: colorir o arroz - Jogo: perguntas e respostas
<i>Junho</i> - Modelagem de continente com plasticina comestível - Construção de um globo - Festa de final de ano - Entrega das capas, visionamento de fotos e atividades realizadas ao longo do ano - Decoração do CATL com o tema Santos Populares	- Modelagem de continente com plasticina - Visionamento de fotos e atividades realizadas ao longo do ano - Festa de final de ano - Tarde de insufláveis no polivalente - Plantação de manjericos - Decoração do CATL com o tema os Santos Populares - Decoração de sardinhas com materiais reciclados - Construção de lanternas de papel dos Santos Populares
<i>Julho</i> - Férias de verão: noite de acampamento - Confeção de gelado de fruta - Jogo do balão surpresa - Tardes de jogos de água	- Férias de verão: noite de acampamento - Confeção de gelado de fruta - Jogo do balão surpresa - Tardes de jogos de água - Tardes na piscina natural das sete fontes



- Tardes na piscina natural das sete fontes - Festa de final de ano - Confeção de pizzas individuais - Atividade na GNR de Cantanhede - Pintura coletiva numa tela gigante tema (o verão) - Passeios no parque verde em Cantanhede, almoço no MacDonalds - Passeio a pé por Ourentã - Visita ao centro de dia (jogo com os idosos) - Tarde de insufláveis - Passeio pela natureza para apanhar flores - Manhãs livres - Aprender a fazer bolas de sabão - Confeção de gomas de gelatina - Aula de ginástica e ioga - Decoração do CATL com motivos de verão - Visionamento de um filme - Jogo de copo cheio - Jogo de futebol de praia, no campo de futebol - Sete fontes	- Festa de final de ano - Confeção de pizzas individuais - Atividade na GNR de Cantanhede - Pintura coletiva numa tela gigante tema (o verão) - Passeios no parque verde em Cantanhede, almoço no MacDonalds - Passeio a pé por Ourentã - Visita ao centro de dia (jogo com os idosos) - Tarde de insufláveis - Passeio pela natureza para apanhar flores - Manhãs livres - Aprender a fazer bolas de sabão - Confeção de gomas de gelatina - Aula de ginástica e ioga - Decoração do CATL com motivos de verão - Visionamento de um filme - Jogo de copo cheio - Jogo de futebol de praia, no campo de futebol - Sete fontes
<i>Agosto</i> - Culinária: bolachas de chocolate - Dia de Pesca na Lagoa de Torres - Passeio da Rota da Vinha - Jogos e atividades na Quinta do Vale da Igreja - Construção de vasos com materiais recicláveis - Passeio pela natureza - Construção de cata-vento - Manhã livre - Visita ao Centro de Dia (jogos com idosos) - Manhã de cinema - Acampamento no CSPO - Continuação da atividade da manhã - Jogo de futebol no campo - Continuação da actividade da manhã - Sete Fontes - Construção de quadro - Batalha de balões de água - Visita à pastelaria Flor d'Aldeia - Sete Fontes - Visita à BMC - Jogo (mãos e pés) - Jogo: surpresa com balões - Jogo: descobrir os sabores - Jogo com balão - Visita aos Olhos da Fervença - Manhã livre - Jogo da descoberta - Jogos no jardim verde, em Cantanhede - Piquenique e jogos no campo de futebol da	- Construção de vasos com material reciclado. - Ida à Cooperativa para comprar legumes para plantar. - Batalha de balões de água. - Jogos tradicionais. - Tarde de jogos com utentes do Centro de Dia. - Visita ao Centro de Equitação (Cela e Bridão) - Passeio às Setes Fontes. - Confeção de bolachas. - Jogos com água. - Jogo: descobre os cheiros e sabores. - Passeio no Parque Verde em Cantanhede. - Almoço no MacDonalds. - Tarde cinema. - Acampamento no CSPO, com espectáculo de música ao vivo. - Festa da espuma. - Jogo: não percas o copo. - Tarde de jardinagem. - Construção de quadro. - Jogo (mãos e pés). - Jogo: surpresa com balões. - Jogo de futebol no campo. - Jogo das argolas. - Workshop de culinária. - Manhã livres - Piquenique e jogos no campo de futebol da escola - Sete fontes - Visita a BMC



escola - Jogo das argolas - Sete Fontes - Tarde de jardinagem - Batalha de balões de água - Continuação da atividade da manhã - Sete Fontes - Manhã livre - Culinária: pipocas coloridas - Passeio ao ar livre - Jogo: não percas o copo - Experiências: como fazer gás hélio - Visita à exposição de animais (Arca de Noé) - Pintura em balões - Workshop de culinária - Sete Fontes	- Manhã de cinema - Passeio pela natureza - Jogo das argolas - Passeio da rota da vinha - Culinária: bolachas de chocolate - Culinária: pipocas coloridas - Tarde de insufláveis no polivalente - Workshop na padaria Flor da Aldeia em Ourense
<i>Setembro</i> - Jogo: descoberta de sabores - Culinária: gelados de fruta - Jogo: mãos e pés - Construção de pássaros de plástico - Pintura da atividade do dia anterior - Festa de espuma - Pintura em garrafas de vidro - Aula de Zumba - Sete Fontes - Construção e decoração de álbum de fotos - Culinária: brigadeiros de chocolate - Jogo: soprar no copo - Visionamento de um filme - Jogo de futebol - Continuação da atividade da manhã - Tarde livre - Construção de pistola de água - Sete Fontes - Sete Fontes - Pintura com sal. - Experiência com água, sal e ovo.	- Visita à Quinta Vale da Igreja. - Visita à Pastelaria Flor da Aldeia. - Passeio às Sete Fontes - Confeção de gelado de fruta. - Passeio ao ar livre. - Jogos tradicionais. - Visionamento de um filme. - Confeção de um bolo. - Visita ao Quartel dos Bombeiros de Cantanhede. - Piquenique no exterior. - Passeio na Natureza para apanhar folhas secas. - Decoração de desenho com folhas secas. - Experiência com água, sal e ovo. - Visita e demonstração de animais exóticos (Episódio) - Decoração do espaço tema o outono
<i>Outubro</i> - Pintura de tela com folhas de outono e tinta - Construção de jogos de tabuleiro tema -os oceanos - Construção com massa modelar e pintura de um búzio - Decoração do CATL com o tema (o mar) - Decoração do CATL sobre o Halloween	- Dia do Animal: vivências e descobertas sobre alguns animais. - Decoração de uma abóbora de Halloween. - Decoração de Halloween na sala do CATL: - Pintura de tela com folhas de Outono e tinta - Decoração do CATL com o tema (o mar) - celebração do dia da alimentação



<i>Novembro</i> - Preencher o desenho do São Martinho com papéis coloridos - Montagem de um aquário - Pintura e montagem de um animal marinho - Construção e pintura de corais - Jogo de perguntas sobre a vida marinha	- Preenchimento de desenho de São Martinho com papéis coloridos - Jogo de perguntas e respostas sobre a vida marinha - Montagem de um aquário - Construção e pintura de corais - Ensaio para Festa de Natal.
<i>Dezembro</i> - Construção de árvore de natal com copos de plástico - Ensaio para a festa de natal - Decoração do CATL tema (o natal) - Festa de natal - Decoração de boneco de neve com massas - Elaboração de floco de neve com algodão - Visita a tenda de Natal em Cantanhede e ao carrossel - Construção e decoração de postal de natal - Tarde de cinema (O SEGREDO DE NATAL) - Construção de figuras de natal com chocolate - Manhã livre - Confeção de bolachas de natal - Jogo -o calendário de natal - Decoração de pai natal na tela de cenário - Construção de jogo (fio e surpresa) com doces natalícios - Experiência (neve artificial) - Construção de boneco de neve com a experiência da (neve artificial)	- Construção de árvore de natal com copos de plástico - Ensaio para a festa de natal - Decoração do CATL tema (o natal) - Festa de natal - Decoração de boneco de neve com massas - Elaboração de floco de neve com algodão - Visita a tenda de Natal em Cantanhede e ao carrossel - Construção e decoração de postal de natal - Tarde de cinema (O SEGREDO DE NATAL) - Construção de figuras de natal com chocolate - Manhã livre - Confeção de bolachas de natal - Jogo -o calendário de natal - Decoração de pai natal na tela de cenário - Construção de jogo (fio e surpresa) com doces natalícios - Experiência (neve artificial) - Construção de boneco de neve com a experiência da (neve artificial) - Passeio pela aldeia de Ourense - Jogos de futebol no polivalente - Manhã de jogos



c) Creche

Atividades previstas	Atividades realizadas
Nota 1: O presente plano de atividades sofreu algumas alterações resultantes dos interesses e das características dos grupos. Nota 2: A programação de atividades temáticas, orientadas e/ou livres, inclui também, necessariamente, os espaços diários dedicados às rotinas de acolhimento, alimentação e higiene, para além dos reservados à atividade extracurricular de Expressão Musical e Bebeteca.	
<u>Janeiro</u> Dia de Reis - Exploração da história dos Reis Magos; - Elaboração de coroas de Reis; - Visita ao Centro de Dia para “Cantar as Janeiras”. Inverno - Elaboração de um painel de inverno; - Realização de trabalhos de expressão plástica alusivos ao inverno; - Construção de um “bastão de chuva”, a partir de materiais recicláveis; - Decoração da creche com elementos característicos da estação. - Exploração de histórias e canções temáticas.	- Exploração da história dos Reis Magos; - Elaboração de coroas de Reis; - Visita ao Centro de Dia para “Cantar as Janeiras”. - Elaboração de um painel de inverno; - Realização de trabalhos de expressão plástica alusivos ao inverno; - Construção de um “bastão de chuva”, a partir de materiais recicláveis; - Decoração da creche com elementos característicos da estação. - Exploração de histórias e canções temáticas.
<u>Fevereiro</u> Dia dos Namorados - Escrita/ ilustração de mensagens de amor/amizade e esperança, em articulação com as famílias; - Realização de uma atividade de culinária (biscoitos), para as famílias e os utentes do Centro de Dia. Carnaval - Elaboração de fatos de Carnaval; - Canções de Carnaval; - Desfile de Carnaval, em articulação com JI e EB1 de Ourense.	- Escrita/ ilustração de mensagens de amor/amizade e esperança, em articulação com as famílias; - Realização de uma atividade de culinária (biscoitos), para as famílias e os utentes do Centro de Dia. - Elaboração de fatos de Carnaval; - Canções de Carnaval; - Desfile de Carnaval, em articulação com JI e EB1 de Ourense.



<u>Março</u> Primavera - Histórias e canções temáticas; - Trabalhos temáticos individuais e coletivos; - Conversas sobre as características principais da primavera; - Jogos de sons da Natureza; Dia do Pai - Elaboração da prenda e cartão para oferecer ao pai; - Exploração de uma canção alusiva; - Elaboração do desenho do pai. Primavera/Dia Mundial da Árvore/Água Realização de experiências com água.	- Histórias e canções temáticas; - Trabalhos temáticos individuais e coletivos; - Conversas sobre as características principais da primavera; - Jogos de sons da Natureza; - Elaboração da prenda e cartão para oferecer ao pai; - Exploração de uma canção alusiva; - Elaboração do desenho do pai. - Realização de experiências com água.
<u>Abril</u> Dia/Semana internacional do Livro Infantil Realização de atividades temáticas várias; - Audição de histórias; - Visita da bebeteca e/ou de um autor à creche (em articulação com o CATL); - Organização de uma Feira do Livro/Recolha e/ou troca de livros. Páscoa - Histórias, canções e poesias; - Confeção do tradicional bolo da Páscoa; - Elaboração de uma prenda alusiva.	- Realização de atividades temáticas várias; - Audição de histórias; - Visita da bebeteca e/ou de um autor à creche (em articulação com o CATL); - Organização de uma Feira do Livro/Recolha e/ou troca de livros. - Histórias, canções e poesias; - Confeção do tradicional bolo da Páscoa; - Elaboração de uma prenda alusiva.
<u>Maio</u> Dia da mãe - Elaboração da prenda e do postal para a mãe; - Realização de uma atividade de culinária. Dia da família - Realização de uma atividade temática em	- Elaboração da prenda e do postal para a mãe; - Realização de uma atividade de culinária. - Realização de uma atividade temática em articulação com as famílias e o professor de música



articulação com as famílias. Dia internacional do Brincar - Participação em atividades lúdicas;	Nuno Baeta. - Lanche partilhado - Participação em atividades lúdicas;
<u>Junho</u> Dia da Criança - Participação em atividades lúdicas; - Oferta de uma prenda do dia da criança. Santos Populares - Elaboração de diversos trabalhos individuais e coletivos alusivos; - Audição de canções temáticas; - Exploração das marchas populares. Passeio à Praia de Mira (Sala 24/36) - Realização de um passeio, com almoço-convívio, à Praia de Mira, em articulação com os utentes do Centro de Dia. Passeio ao Montinho (Sala 24/36) - Realização de um almoço-convívio na localidade do Montinho, juntamente com os utentes do Centro de Dia.	- Participação em atividades lúdicas; - Aula música aberta aos pais com lanche partilhado no final; - Oferta de uma prenda do dia da criança. - Elaboração de diversos trabalhos individuais e coletivos alusivos; - Audição de canções temáticas; - Exploração das marchas populares. - Passeios à Praia de Mira e ao Montinho não foram realizados por falta de transporte adequado para o efeito.
<u>Julho</u> Verão - Conversas sobre o verão; - Histórias e canções temáticas; - Trabalhos individuais e coletivos alusivos. Festa de fim de ano - Apresentação de várias atuações como súmula das aprendizagens realizadas ao longo do ano. Passeio às Sete-Fontes (Sala 24/36) - Realização de um almoço-convívio na localidade das Sete-Fontes, juntamente com os utentes do CATL e Centro de Dia.	- Conversas sobre o verão; - Histórias e canções temáticas; - Trabalhos individuais e coletivos alusivos. - Apresentação de várias atuações como súmula das aprendizagens realizadas ao longo do ano. - Lanche convívio – instituição / famílias - Passeio às Sete-Fontes não realizado por falta de transporte adequado para o efeito.



<u>Agosto</u> - Brincadeiras no exterior; - Elaboração de materiais para organização do próximo ano letivo.	- Brincadeiras no exterior; - Elaboração de materiais para organização do próximo ano letivo.
<u>Setembro</u> - Organização/decoração dos espaços; - Exploração livre da sala e manipulação/experimentação gradual dos seus materiais; - Orientação no conhecimento e na sequência das rotinas diárias; - Sensibilização e acompanhamento na arrumação e conservação do material; - Brincadeiras ao ar livre; - Exploração de canções simples com mímica, histórias, lengalengas.	- Organização/decoração dos espaços; - Exploração livre da sala e manipulação/experimentação gradual dos seus materiais; - Orientação no conhecimento e na sequência das rotinas diárias; - Sensibilização e acompanhamento na arrumação e conservação do material; - Brincadeiras ao ar livre; - Exploração de canções simples com mímica, histórias, lengalengas.
<u>Outubro</u> Outono - Exploração das características da estação (cores, frutos, etc.); - Recolha de elementos da Natureza; - Elaboração de um painel de outono; - Realização de atividades de expressão plástica, relacionadas com o tema. - Exploração de histórias e canções alusivas. Dia Mundial da Música Dia do Idoso - Audição de diferentes géneros musicais; - Construção de um instrumento musical (tambor rotativo), a partir de materiais recicláveis; - Apresentação de canções/danças em articulação com os utentes do Centro de Dia. Dia do Animal - Visualização de imagens/vídeos de animais;	- Exploração das características da estação (cores, frutos, etc.); - Recolha de elementos da Natureza; - Elaboração de um painel de outono; - Realização de atividades de expressão plástica, relacionadas com o tema. - Exploração de histórias e canções alusivas. - Audição de diferentes géneros musicais; - Construção de um instrumento musical (tambor rotativo), a partir de materiais recicláveis; - Apresentação de canções/danças em articulação com os utentes do Centro de Dia. - Visualização de imagens/vídeos de animais; - Visita à creche de uma Companhia de



- Visita à creche de uma Companhia de Teatro - “Episódio”, com apresentação de vários animais; - Registo gráfico/pintura do animal destacado; - Audição de uma canção alusiva. Dia da Alimentação - Realização de uma atividade de culinária (confeção de bolo); - Realização de atividades relacionadas com a alimentação saudável e hábitos de higiene. Dia das Bruxas - Decoração de abóboras e elaboração de outros elementos característicos do dia da bruxas/Halloween; - Realização de brincadeiras de Halloween;	Teatro - “Episódio”, com apresentação de vários animais; - Registo gráfico/pintura do animal destacado; - Audição de uma canção alusiva. - Realização de uma atividade de culinária (confeção de bolo); - Realização de atividades relacionadas com a alimentação saudável e hábitos de higiene. - Decoração de abóboras e elaboração de outros elementos característicos do dia da bruxas/Halloween; - Realização de brincadeiras de Halloween;
<u>Novembro</u> Outono Realização de uma feira de outono; - Confeção de iguarias para venda. Dia S. Martinho - Realização de trabalhos vários, em torno da lenda de S. Martinho e da época festiva; - Degustação de castanhas; - Realização de um magusto em articulação com os utentes do Centro de Dia. Dia do Pijama - Uso do pijama, entre outras atividades lúdicas alusivas à efeméride; - Exploração da história do dia do pijama e dos seus conteúdos/valores; - Realização de registos fotográficos; - Recolha de fundos monetários.	- Realização de uma feira de outono; - Confeção de iguarias para venda (bolos, compotas, biscoitos...) - Realização de trabalhos vários, em torno da lenda de S. Martinho e da época festiva; - Degustação de castanhas; - Realização de um magusto em articulação com os utentes do Centro de Dia. - Uso do pijama, entre outras atividades lúdicas alusivas à efeméride; - Exploração da história do dia do pijama e dos seus conteúdos/valores; - Realização de registos fotográficos; - Recolha de fundos monetários.



Dezembro

Natal

Decoração da instituição com trabalhos/elementos relacionados com a época festiva;

- Decoração da Árvore de Natal da Creche;
- Elaboração da carta ao Pai Natal e ida aos correios (Sala 24/36);
- Elaboração de cartão e prenda de Natal para os pais;
- Exploração de histórias e canções temáticas;
- Elaboração de roupas e cenários para a festa de Natal;
- Realização da festa de Natal.

- Decoração da instituição com trabalhos/elementos relacionados com a época festiva;
- Decoração da Árvore de Natal da Creche;
- Elaboração da carta ao Pai Natal;
- Elaboração de cartão e prenda de Natal para os pais;
- Exploração de histórias e canções temáticas;
- Elaboração de roupas e cenários para a festa de Natal;
- Realização da festa de Natal.

7. Registo fotográfico das atividades desenvolvidas

Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

Comemoração de aniversários







Atividades lúdicas: socialização, animação, lazer e cultura

Atividades recreativas

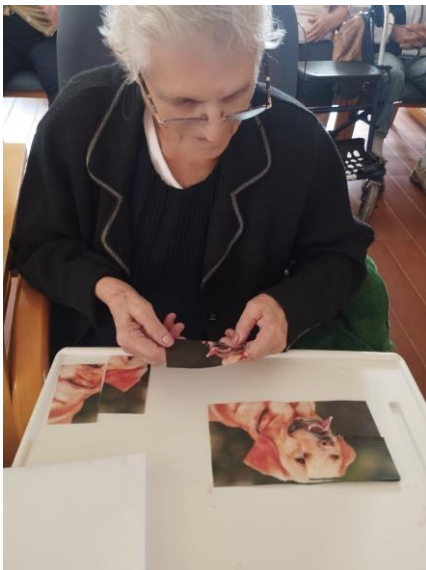




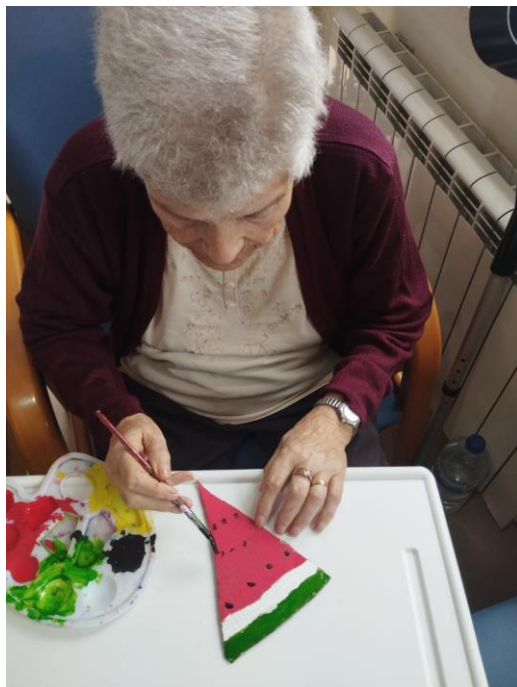
Ginástica



Atividades Cognitivas



Artes Plásticas





Realização das festividades anuais

Carnaval (27-02-2025)





Páscoa (21-03-2025)





Santos em Festa (13-06-2025)



Passeio à Praia de Mira (26-06-2025)





Folk (10-07-2025)





Festa Final de Ano Letivo (17-07-2025)



Passeio às Sete Fontes (30-06-2025)





Magusto (11-11-2025)





Festa Natal Município (4-12-2025)



Festa Natal CSPO (18-12-2025)





Outras atividades

Celebração do Dia de Reis, com visita à feira de Cantanhede (6-01-2025)



Celebração do Dia da Mulher (8-03-2025)





Celebração do Dia da Poesia, na PRODECO (24-03-2025)



Celebração do Dia Mundial da Atividade Física (07-04-2025)





Festa da Fava (12-05-2024)



Visita ao Museu de Arte e Coleccionismo (MAC) (20-05-2025)





Celebração do Dia Mundial da Biblioteca (1-7-2025)



Celebração do Dia da Saúde Mental – Jogo do Burro, PRODECO (10-10-2025)





**Celebração do Dia da Terceira Idade – “Cores da Vida”, PRODECO
(28-10-2025)**





Celebração do Dia da Atividade Física – “Dança Sénior”, CMC (22-12-2025)





Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)

JANEIRO



FEVEREIRO





MARÇO



ABRIL





MAIO



JUNHO





JULHO E AGOSTO





SETEMBRO





OUTUBRO



NOVEMBRO





DEZEMBRO





Creche

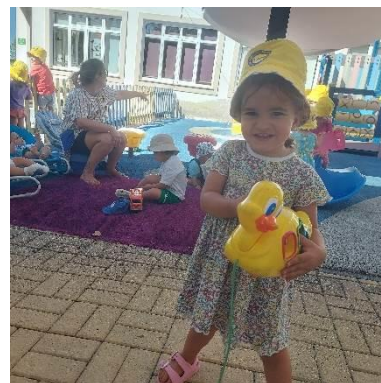
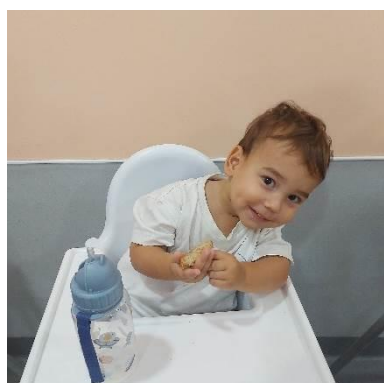
Comemoração de aniversários





Rotinas diárias de acolhimento, alimentação e higiene

Atividades livres diárias







Atividades Extra-Curricular

Música e Bebeteca





JANEIRO

Dia de Reis





Inverno





FEVEREIRO

Dia dos Namorados / Amizade



CARNAVAL







MARÇO

Primavera





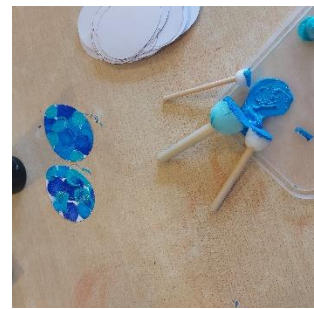
Dia do Pai





ABRIL

Páscoa



MAIO

Dia da Mãe



Dia da Família





JUNHO

Teatro Escola Técnico Profissional de Cantanhede



Dia da Criança





Santos Populares



JULHO

Verão







Festa de Fim de Ano



SETEMBRO

Bem-vindos a mais um Ano Lectivo!



OUTUBRO

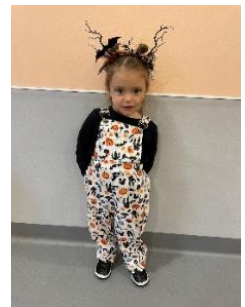


Dia do Animal





Dia das Bruxas



NOVEMBRO

Outono



Dia de S. Martinho





Dia do Pijama



DEZEMBRO

Natal





Festa de Natal





8) Outras atividades realizadas

Atividades previstas	Atividades realizadas	Recursos Utilizados
Avaliação Anual do sistema HACCP	Atividade realizada durante o ano de 2025	Empresa “ALS” e colaboradoras
Festa da Fava	9, 10 e 11 de maio	Direção, colaboradoras e voluntários
Expofacic	31 de julho a 10 de agosto	Direção, colaboradoras e voluntários

- Celebração 30 anos CSPO: 22 de Junho de 2025

9) Atividades culturais e recreativas

O CSPO possui um edifício polivalente onde decorrem diversas atividades ao longo de cada ano, nomeadamente das Associações da Freguesia, e possuem sede neste edifício, ainda, a Junta de Freguesia de Ourense, a Comissão de Festas de Nossa Senhora da Nazaré, o Clube de Caçadores de Ourense, o Rancho Folclórico “Os Bairradinos de Ourense” e a Urva Bike Team.



10) Campanhas

Campanha “Bebé Solidário”

A Creche continuou a recolher, junto da comunidade, vestuário e brinquedos para entregar a famílias carenciadas. A adesão foi satisfatória, registando-se a entrega de diversas peças de vestuário e brinquedos.

Campanha “Papel por Alimento”

O CSPO continuou a recolher, junto da comunidade, revistas, jornais e papel velho para entregar no Banco Alimentar em troca de alimentos.

11) Sócios

Ao longo do ano de 2025 a Instituição admitiu 18 sócios, totalizando o registo de 291 sócios ativos.

Ourenã, 17 de Março de 2026

A Direção