



Ação Social Freguesia da Guarda

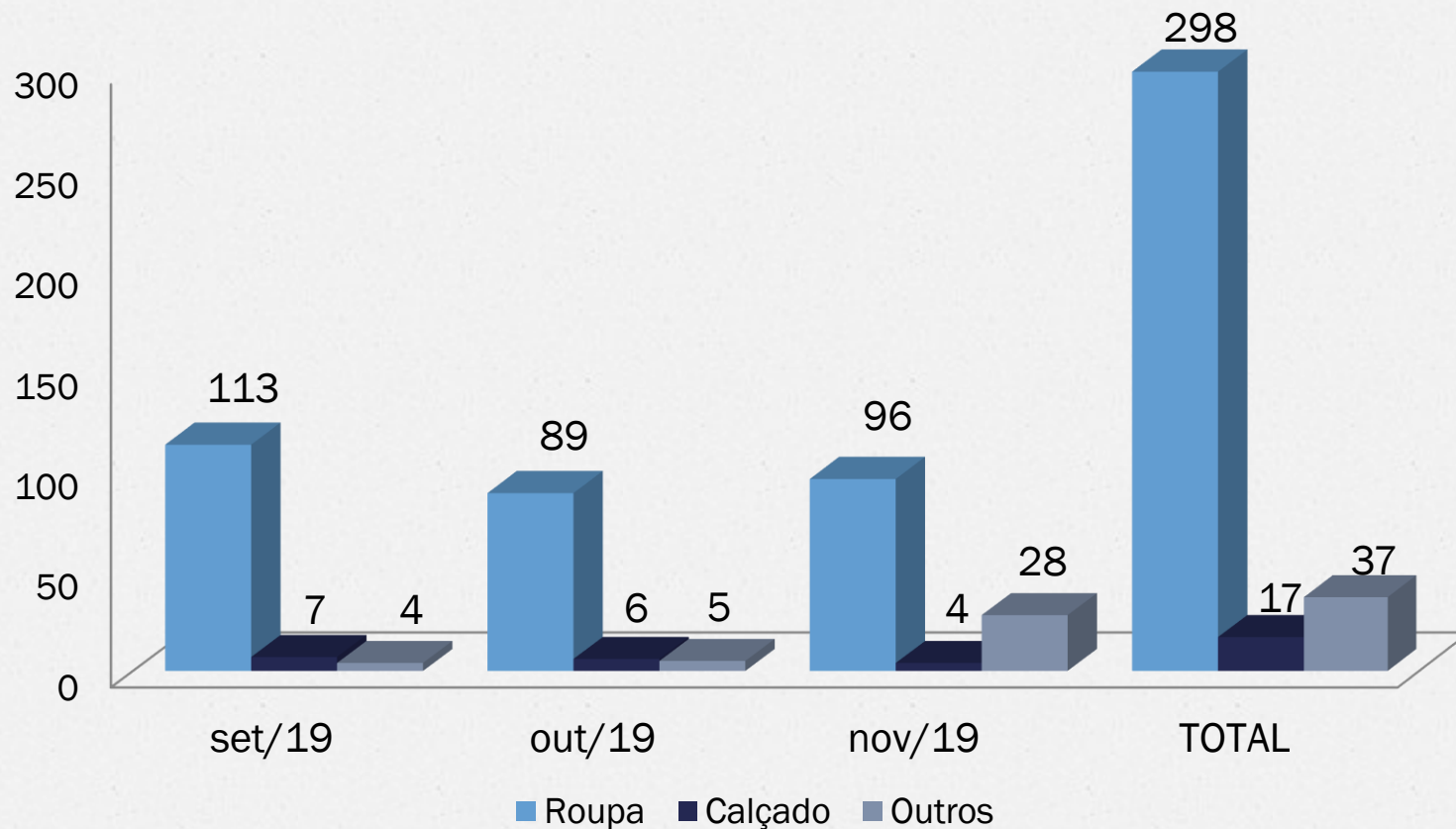
Relatório de Atividades

Setembro, Outubro e Novembro 2019

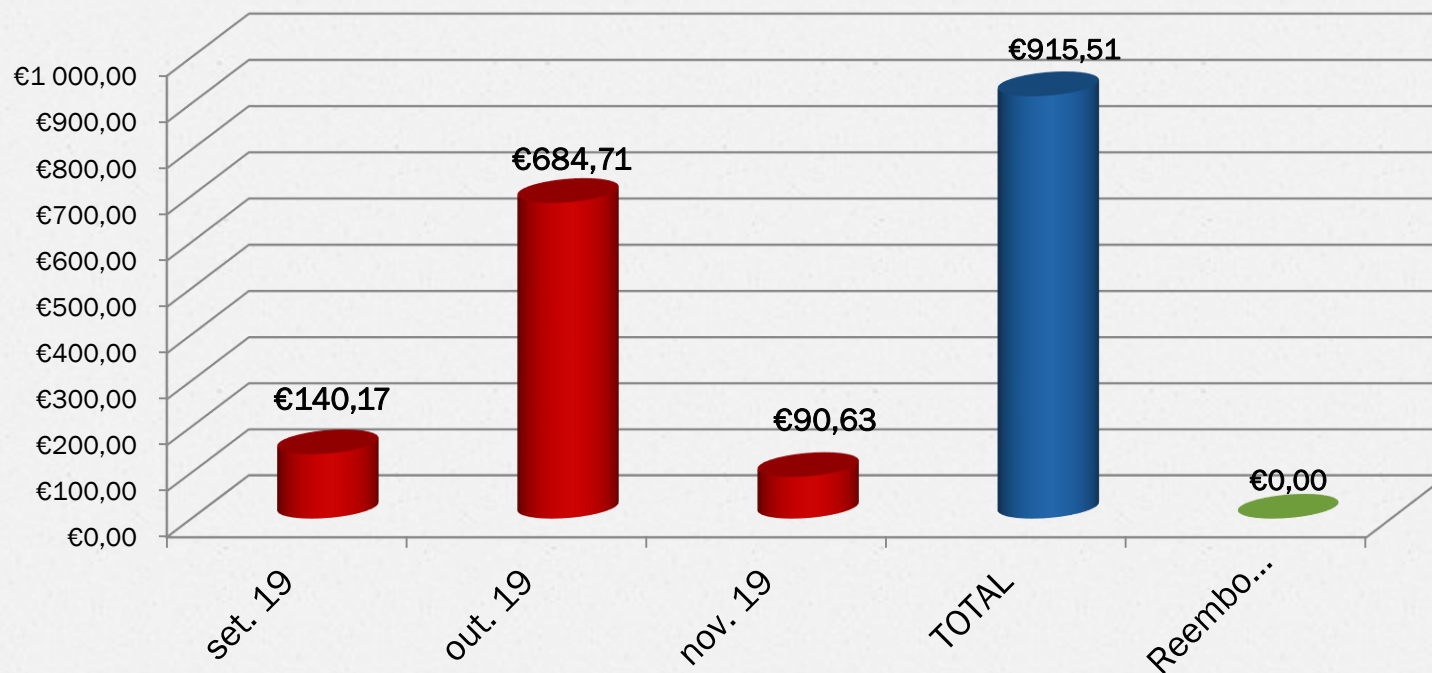
Cabazes Distribuídos

Nos meses de setembro, outubro e novembro de 2019 não foram distribuídos cabazes alimentares, uma vez que são meses próximos à distribuição do cabaz de Natal.

Loja Social – Artigos distribuídos



Apoios Financeiros atribuídos



Os apoios atribuídos destinaram-se, na sua maioria, a pagamentos de água, eletricidade e gás.

Workshop Intergeracional

As **oficinas de estimulação cognitiva** são dinamizadas pela Junta de Freguesia e os “5 Sentidos” - Espaço de Reabilitação e Intervenção Psicoeducacional -, consistindo em sessões de intervenção semanal de técnicos (Gerontólogo/Psicólogo) que, de uma forma divertida e lúdica através de jogos e exercícios práticos, promovem junto da população sénior a **optimização do desempenho cognitivo**, prevenindo situações de demência.

Nesse âmbito, teve lugar no dia **12 setembro**, no **Parque Polis**, um **workshop Intergeracional**.

A atividade iniciou-se às **14h30** e foram convidadas várias Instituições da Cidade da Guarda, estando presentes cerca de **100 participantes** (crianças, adultos, seniores).



Viagem à Nazaré

Colaborando com o Movimento Esperança e Vida, a Junta de Freguesia da Guarda organizou mais uma viagem, desta vez à **Nazaré e Óbidos**, no dia 18 setembro. Ao grupo inicial do Movimento juntaram-se alguns utentes dos lares S. João de Deus e de St^a Clara.



Reinício das atividades Séniores

As atividades Séniores promovidas pela Junta de Freguesia reiniciaram também no princípio do ano letivo, consistindo nos seguintes ateliers:

- o Estimulação cognitiva
- o Ginástica sénior
- o Atelier bordados pintura



Passeio dia idoso

No dia 2 de outubro, o Concelho da Guarda comemorou o **DIA DO IDOSO**, com a participação de **1200** idosos que aderiram à organização da **Câmara Municipal** de um **Passeio a Viana do Castelo**.

Freguesia da Guarda esteve presente com o grande grupo de séniores que connosco se inscreveu.



Prémio Boas Práticas Envelhecimento Ativo

A Freguesia voltou a candidatar-se ao prémio “Boas Prática de Envelhecimento Ativo”, participando com um poster no Congresso.



Participação nas atividades de Natal

A Freguesia colaborou nas propostas de Natal promovidas pela Rede Social (CLAS), realizando:

- o Decoração da árvore
- o Bola
- o Vitral

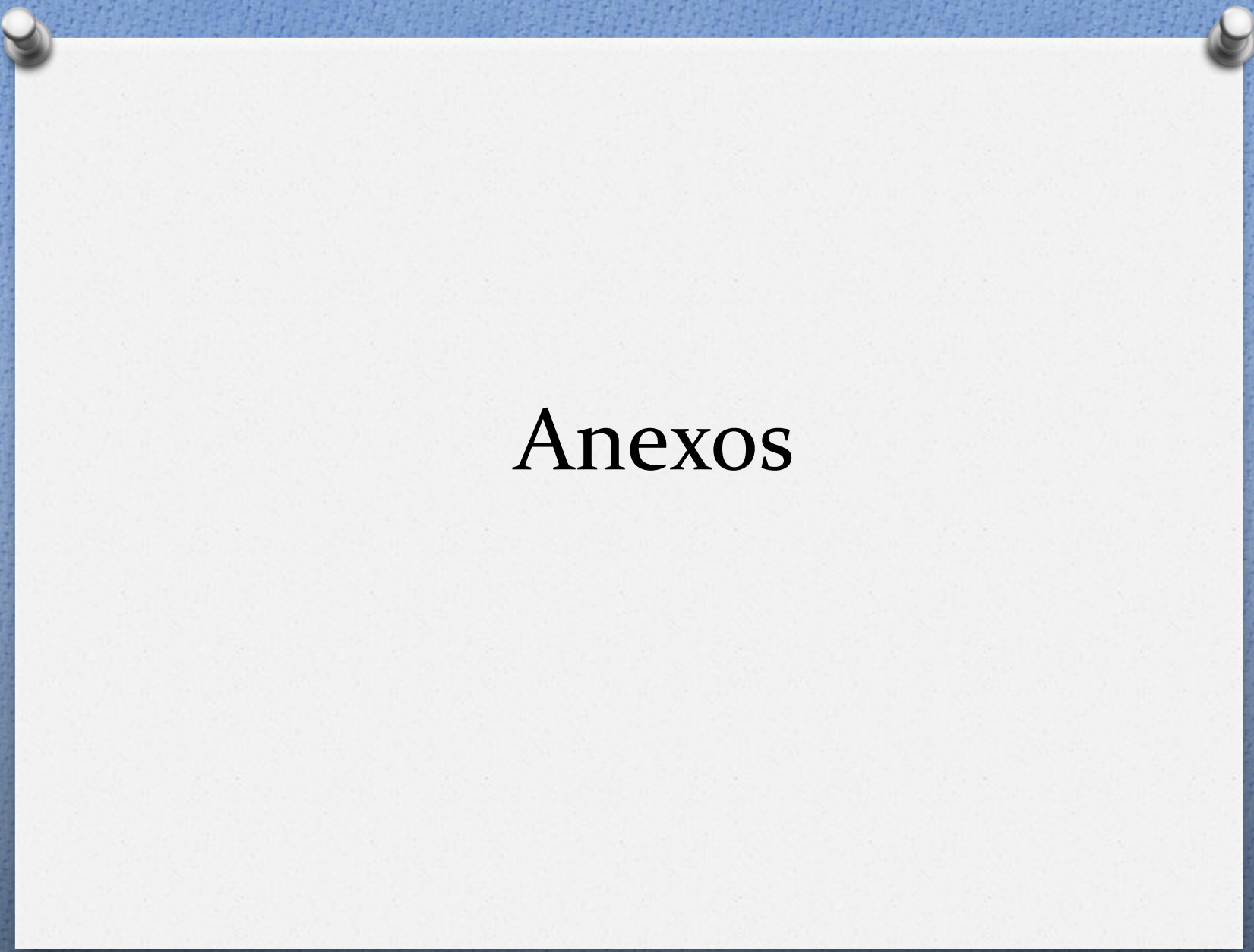


Recolha de Alimentos

Devido à escassez de alimentos, procedeu-se à sua recolha em Novembro, nos dias 23 e 24, para a **Loja Social "Mão Amiga"**.

Esta causa decorreu nos hipermercados **Intermarché** e **Pingo Doce**, e contamos com o **envolvimento precioso de voluntários** que se disponibilizaram e aderiram a esta causa.





Anexos

Recolha de Alimentos	
23 e 24 de novembro de 2019	
Intermarché/Pingo Doce S. Domingos	
Produtos Alimentares	Total Unid.
Esparguete	147
Massa variada	320
Sopinhas	12
Cotovelinhos	36
Arroz	273
Leite	288
Salsichas	78
Atum/ sardinhas	88
Feijão / Grão	94
Farinha	8
Ervilhas	3
Cereais	31
Bolachas	83
Açucar	33
Óleo	35
Azeite	18
Sal	3
Fruta enlatada	11
OUTROS	25
Total :	1.586