CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
S. Pedro e S. João do Estoril

PLANO DE ATIVIDADES ANUAL 2026

Cada mês, uma temática. Todos os dias, novas oportunidades!

JANEIRO

Identidade e Sentido de Vida

O meu caminho, a nossa história

- Trabalhar as resoluções deste ano
- Cinema
- Atividades de escuta

FEVEREIRO

Competências Criativas e Expressivas

Dar asas à imaginação

- Celebração do Carnaval
- Dia dos Afetos
- Karaoke

MARÇO

Aprendizagem e Curiosidade

O saber não ocupa lugar

- Dia do Pai
- Cante Alentejano
- Dia da Mulher
- Dia da Poesia

ABRIL

Promoção da Saúde

Viver com mais saúde – mais vale prevenir que remediar

- Páscoa
- Visita Pascal
- 25 de Abril
- Peregrinação a Fátima

MAIO

Competências Sociais

Laços que me unem aos outros

- Velas no Santuário de Nossa Senhora da Conceição da Abóboda
- Dia da Família
- Andar de comboio

JUNHO

Competências Emocionais

Cuidar do coração

- Início da Praia
- Dia da Criança
- Visita ao Oceanário
- Fado no Centro

JULHO E AGOSTO

Envelhecimento Ativo

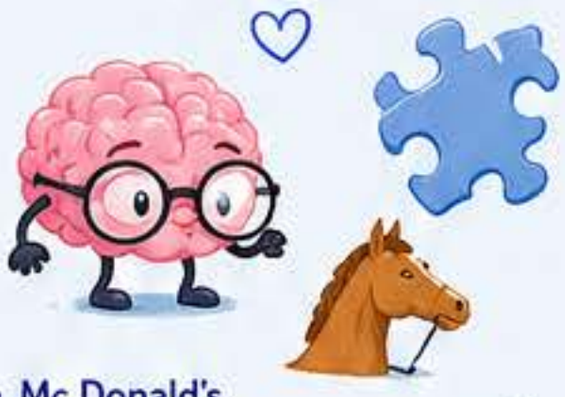
Boa vida longa!

- Quinta da Pateira
- Dia Mundial do Cérebro
- Cinema

SETEMBRO

Competências Cognitivas

Pôr a cabeça a mexer



- Mc Donald's
- Hipportip
- Cinema

OUTUBRO

Valorização e Dignidade do Idoso

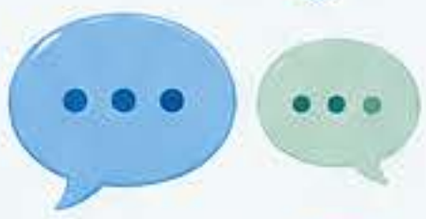
O enorme valor da sabedoria da vida!

- Dia Internacional do Idoso
- Receber grupo de dança

NOVEMBRO

Comunicação

A conversar é que a gente se entende



- São Martinho
- Visita à Rádio

DEZEMBRO

Autonomia e Vida Diária

Devagar se vai ao longe

- Natal
- Mercadinho de Natal

Mais do que atividades, construímos momentos que fazem a diferença!

Juntos, todos os dias!