



Orçamento Participativo 2019

União das Freguesias de Braga (S. José de S. Lázaro e S. João do Souto)

Nome da Instituição ou responsável pelo projeto: Diogo Alexandre Araújo Rego

E-mail: diogoalexrego@outlook.com

Telefone / Telemóvel: 918 523 863

Morada: Rua do Fujacal, 67, 2ºesq, 4705-097, Braga

Data de Nascimento:

Título da Proposta: "Eu cá, escolhi envelhecer assim!"

Âmbito de Atuação: Ação Social

Tempo de execução (em meses, até 31/12/2019): 30/12/2019

Valor da Proposta (até 1.250,00 €): 1.250,00 €

Descrição da Proposta:

O projeto "Eu cá escolhi envelhecer assim", visa potenciar a melhoria da função cognitiva e a socialização das pessoas idosas, através de técnicas de estimulação cognitiva e motora, contemplando 2 sessões semanais com duração de 45 minutos. Este programa pretende que a população idosa recupere ou mantenha a sua autonomia no dia-a-dia, redescubra o seu corpo e as suas funcionalidades, seja o mais autónoma possível nas suas funções e atividades diárias, tendo uma vida ativa. O programa terá como base a aplicação de diversos jogos lúdicos, que visam a estimulação de diferentes funções cognitivas, nomeadamente a memória, a atenção, a concentração, a perceção, o raciocínio, o pensamento, a imaginação, a linguagem, a capacidade viso espacial e a associação de ideias.

Os principais objetivos do programa implementado são genericamente melhorar a qualidade de vida e o bem-estar do idoso, estimular as funções cognitivas, proporcionar suporte psicológico, desenvolver a relação entre educação e saúde, promover a socialização do idoso para prevenir situações de isolamento.