

CENTRO DE DIA

MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - JANEIRO 2024

01.01.2024	02.01.2024	03.01.2024	04.01.2024	05.01.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Feriado	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem I: manicure ✓ Recordar dezembro em fotografias e vídeos (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Momentos de leitura “Trechos e lengalengas” (LR) ✓ Gerontomotricidade– “Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Participação em peça de teatro – Atividade dinamizada pelo Agrupamento de Escolas de Eixo (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jardinar e ir à horta na AME (LR) ✓ Cantar do Reis – Atividade dinamizada pelo Centro Infantil de Eixo (SC)
08.01.2024	09.01.2024	10.01.2024	11.01.2024	12.01.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Pintura de desenhos mágicos (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem II: manicure ✓ Sopa de letras (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Agilidades: Jogo da matriz e Jogo do TATI: o jogo das mãos (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comemoração do Dia Internacional do Obrigado: “A quem dou hoje o meu obrigada!” (LR) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Discos pedidos “Canções de outrora” (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Exercícios de treino de atenção e perceção visuoespacial (ESC) ✓ Tarde Sénior – atividade promovida pela Mordomia de São Gonçalinho
15.01.2024	16.01.2024	17.01.2024	18.01.2024	19.01.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Jogo do Sudoku (ESC) ✓ Gerontomotricidade–“Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem III: cabeleireiro ✓ Palavras cruzadas (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Momentos de leitura “365 Adivinhas” (LR) ✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Escutar e Registrar ao som da música” (ESC) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Visita à Biblioteca Itinerante (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jardinar e ir à horta na AME (LR) ✓ Gerontomotricidade – Dança com fitas (FM)
22.01.2024	23.01.2024	24.01.2024	25.01.2024	26.01.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Pintura livre (LR) ✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem IV: manicure ✓ Comemoração do Dia da Escrita à Mão: “O nosso nome pela nossa mão” (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Agilidades: Jogo da matriz e Jogo do TATI: O jogo das mãos (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Pinturas de atenção” (ESC) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Mastermind e memória (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Dança com balões (FM)
29.01.2024	30.01.2024	31.01.2024		
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira		
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Comemoração do Dia Internacional do Puzzle: construções (LR) ✓ Gerontomotricidade–“Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem V: manicure ✓ Desafios cognitivos – Dominós (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Exercícios de cálculo (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 		