

MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - MARÇO 2024

				01.03.2024
				6ª Feira
				<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recordar fevereiro em vídeo e fotografia (SC) ✓ Jardinar na AME (LR) ✓ Jogo dos copos (ESC)
04.03.2024	05.03.2024	06.03.2024	07.03.2024	08.03.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Atelier cartão do Dia Internacional da Mulher (LR) ✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem I: manicure ✓ Atelier cartão do Dia Internacional da Mulher (LR) ✓ Pinturas de mandalas (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Pinturas mágicas” (ESC) ✓ Jogo do sudoku (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM) ✓ Roda de histórias (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Atelier cartão do Dia Internacional da Mulher (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comemoração do Dia Internacional da Mulher: pinturas alusivas (LR) ✓ Exercícios de cálculo (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Dança com fitas (FM)
11.03.2024	12.03.2024	13.03.2024	14.03.2024	15.03.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Atelier lembrança para o Dia do Pai (LR) ✓ Gerontomotricidade – Jogo do Bowling (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem II: cabeleireiro ✓ Palavras cruzadas (ESC) ✓ Roda de histórias (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier lembrança para o Dia do Pai (LR) ✓ “Vamos construir pompons” (LR) ✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!” (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Cuidados de Imagem III: cabeleireiro ✓ Discos pedidos (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Exercícios de atenção (ESC) ✓ Atelier lembrança para o Dia do Pai (LR) ✓ Gerontomotricidade – “Às voltas com bolas e pompons” (FM)
18.03.2024	19.03.2024	20.03.2024	21.03.2024	22.03.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Atelier de expressão plástica – Idoliadas 2024 (RAS) – a tricotar (LR) ✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem IV: manicure ✓ Comemoração do Dia do Pai – partilha de mensagens (SC) ✓ Roda de histórias (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desafio cognitivo – Provérbios, adivinhas e escrita adivinhas (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM) ✓ Visita à Biblioteca Itinerante (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comemoração do Dia da Árvore - “Plantar para fazer viver” (LR) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Atelier de expressão plástica – Idoliadas 2024 (RAS) – a tricotar (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jardinar na AME (LR) ✓ Desafio cognitivo – Provérbios, adivinhas e escrita (ESC) ✓ Gerontomotricidade – “Às voltas com bolas e pompons” (FM)
25.03.2024	26.03.2024	27.03.2024	28.03.2024	29.03.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC) ✓ Atelier de expressão plástica – Idoliadas 2024 (RAS) – a tricotar (LR) ✓ Gerontomotricidade–Bócia 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – Bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem V: manicure ✓ Participação em atividade da RAS – Peça de teatro “Fuga para a felicidade” (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier coelhinhos da Páscoa (LR) ✓ Atelier de expressão plástica – Idoliadas 2024 (RAS) – a tricotar (LR) ✓ Gerontomotricidade – Jogo do Bowling (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Pinturas alusivas à Páscoa (LR) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Roda de histórias (SC) 	Feriado