

**CENTRO DE DIA**  
**MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - JULHO 2024**

01.07.2024	02.07.2024	03.07.2024	04.07.2024	05.07.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC)</li> <li>✓ Recordar junho em vídeo e fotografia (SC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa –bingo (LR)</li> <li>✓ Cuidados de Imagem I: manicure</li> <li>✓ Verão e bijuteria (LR)</li> <li>✓ Sopa de letras (LR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Visita à Feira do Livro de Aveiro: Vamos à Ré? – história “Maria Ria” (SC)</li> <li>✓ Atividade dinamizada pelo Leroy Merlin (LR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR)</li> <li>✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial</li> <li>✓ Verão e bijuteria (LR)</li> <li>✓ Jogo do sudoku (ESC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Gerontomotricidade – caminhada (FM)</li> <li>✓ Jardinar na AME (LR)</li> <li>✓ Pinturas mágicas (ESC)</li> </ul>
08.07.2024	09.07.2024	10.07.2024	11.07.2024	12.07.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC)</li> <li>✓ Observar e copiar (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa –bingo (LR)</li> <li>✓ Cuidados de Imagem II: manicure</li> <li>✓ Exercícios de escrita – sinónimos e antónimos (ESC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Exercícios de cálculo (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!”(FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR)</li> <li>✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial</li> <li>✓ Pintura livre (LR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogo do STOP (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – jogos tradicionais (FM)</li> </ul>
15.07.2024	16.07.2024	17.07.2024	18.07.2024	19.07.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC)</li> <li>✓ Jogo das diferenças (LR)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa –bingo (LR)</li> <li>✓ Cuidados de Imagem III: manicure</li> <li>✓ Exercícios de cálculo (ESC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Vamos contar e pintar (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Dança com fitas (FM)</li> <li>✓ Visita à Biblioteca Itinerante (SC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR)</li> <li>✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial</li> <li>✓ Discos pedidos “Canções de outrora” (LR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Gerontomotricidade – caminhada (FM)</li> <li>✓ Jardinar na AME (LR)</li> <li>✓ Ida à praia (LR)</li> </ul>
22.07.2024	23.07.2024	24.07.2024	25.07.2024	26.07.2024
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC)</li> <li>✓ Exercícios de concentração (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa –bingo (LR)</li> <li>✓ Cuidados de Imagem IV: manicure</li> <li>✓ Pintura livre (LR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Exercícios de cálculo (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!”(FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR)</li> <li>✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial</li> <li>✓ Exercícios de atenção (ESC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogo do STOP (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – jogos tradicionais (FM)</li> </ul>
29.07.2024	30.07.2024	31.07.2024		
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leitura e discussão do jornal diário (SC)</li> <li>✓ Palavras cruzadas (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Bócia (FM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jogos de Mesa –bingo (LR)</li> <li>✓ Cuidados de Imagem V: manicure</li> <li>✓ Jogos diversos (ESC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Pinturas mágicas (ESC)</li> <li>✓ Gerontomotricidade – Dança com fitas (FM)</li> </ul>		