

CENTRO DE DIA
MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - MARÇO 2025

03.03.2025	04.03.2025	05.03.2025	06.03.2025	07.03.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Recordar fevereiro em vídeo e fotografia (SC) ✓ O nosso símbolo e a nossa frase ... Dia Mundial da Oração (SC) ✓ Baile de Carnaval na AME (SC) 	Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Atelier Dia da Mulher (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Atelier Dia da Mulher (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comemoração do Dia da Mulher (SC) ✓ Cuidados de Imagem I: cabeleireiro ✓ Participação em atividade – “Seniores RAS – Juntos na Partilha e na Gratidão” (SC)
10.03.2025	11.03.2025	12.03.2025	13.03.2025	14.03.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Dinâmica do STOP (ESC) ✓ Gerontomotricidade” – Bócia”(FM) ✓ Projeto musical – cantar e tocar as nossas músicas preferidas (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Arte com botões I: “A chegada da primavera” (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dinâmica “3 coisas começadas por...” (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM) ✓ Atelier Dia do Pai (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa – memória (LR) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Canções de outrora (LR) ✓ Jogo das adivinhas (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier Dia do Pai (LR) ✓ Cuidados de Imagem II: manicure ✓ Tarde de cinema (LR)
17.03.2025	18.03.2025	19.03.2025	20.03.2025	21.03.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ 1,2,3 diga lá outra vez...(ESC) ✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Tardes de leitura “livro escolhido” (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pintura livre (LR) ✓ Atividade dinamizada pelo Leroy Merlim – comemoração do Dia do Pai (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas(LR) ✓ Cuidados de Imagem III: manicure ✓ Visita à Biblioteca itinerante (SC) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Jogo do STOP (ESC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arte com botões II: “A chegada da primavera” (LR) ✓ Bem-vinda Primavera – pinturas (LR) ✓ Gerontomotricidade – “Danças com bolas!”(FM)
24.03.2025	25.03.2025	26.03.2025	27.03.2025	28.03.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ A nossa tela da Primavera I (LR) ✓ Gerontomotricidade” – Bócia”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem IV: cabeleireiro ✓ Tardes de leitura “livro escolhido” (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ A nossa tela da Primavera II (LR) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandar (FM) ✓ Projeto musical – cantar e tocar as nossas músicas preferidas (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – memória (LR) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Tarde de cinema (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ A nossa tela da Primavera III (LR) ✓ Gerontomotricidade” – Jogos tradicionais” (FM)
31.03.2025				
2ª Feira				
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ À procura das diferenças (ESC) ✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!”(FM) 				