



PLANO DE ATIVIDADES – SEMANAL
Estrutura Residencial Para Idosos

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Domingo
Atelier de Estimulação Cognitiva Individual <i>(Grupo Restrito de Utentes)</i> (10h30-12h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Técnicas Relaxamento (11h00-12h00) Prof. Carla Moreira Local: Sala Convívio	Ginástica de Grupo (10h30-12h00) Professor Miguel Cruz Local: Sala Convívio	Informática Dr. Fernando Antunes Local: Sala Informática:piso -1	Atelier de Estimulação Cognitiva Individual <i>(Grupo Restrito de Utentes)</i> (10h30-12h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Dança Criativa (11h00-12h00) Prof. Carla Moreira Local: Sala Convívio	Musicoterapia * Atelier das Manualidades * (10h30-12h00) (Atividades de Expressão Plástica) Dra. Susana Reimão Local: Sala Informática piso -1	Dia Livre	Missa Voluntários do lar
12h00-14h00 Almoço						
Atelier de Estimulação Cognitiva <i>“A hora da notícia”</i> (14h30-16h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Grupo Coral (14h30-16h00) Prof. Paulo Oliveira Local: Sala Cinema: piso -1 Jogos Lúdicos (17h00-18h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio	Atelier das Manualidades (Atividades de Expressão Plástica, Colagens, Tapeçarias e Bordados) (14h30-16h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Informática:piso -1	Classes de Fisioterapia (15h00-16h00) Fisiotp. Tânia Lopes Local: Sala Convívio Atelier de Estimulação Cognitiva Individual <i>(Grupo Restrito de Utentes)</i> (14h30-16h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Jogos Lúdicos (17h00-18h00) Local: Sala Convívio	Atelier de Estimulação Cognitiva (14h30-16h00) (Leitura, Escrita, Recital Poemas, Jogo da Memória, Sopa de Letras, Bingo) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Jogos Lúdicos (17h00-18h00) Local: Sala Convívio	Atelier de Estimulação Cognitiva <i>“A hora da notícia”</i> (14h30-16h00) Dra. Susana Reimão Local: Sala Convívio Jogos de Estimulação Física (16h30-18h00) (Boccia, Bowlling, Jogo de Percurso) Dra. Susana Reimão Local: Sala Informática/ Sala Convívio	Dia Livre	Dia Livre

Obs:

- 1) Todas as atividades são sujeitas a alterações, consoante as necessidades e vontades dos utentes, o seu grau de autonomia, a época do ano e recursos existentes.
- 2) * As atividades de Musicoterapia e Atelier de Manualidades serão realizadas de forma alternada, quinzenalmente.

A Animadora Sociocultural

A Diretora Técnica