

CENTRO DE DIA

MAPA MENSAL DE ATIVIDADES – SETEMBRO 2025

01.09.2025	02.09.2025	03.09.2025	04.09.2025	05.09.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Recordar agosto em fotografias e vídeos Foto do mês (SC)	✓ Ping- pong gigante (FM) ✓ Cuidados de Imagem I: Depilação ✓ Jogos de Mesa - cartas e dominó (LR) ✓ Biblioterapia (SC)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Finalização dos trabalhos “Ao estilo de Romero Brito ✓ Jogos de mesa- cartas e dominó (LR)	✓ Cuidados de Imagem I: depilação ✓ Finalização dos trabalhos “ao estilo de Romero Brito” ✓ Atelier “Do lixo ao luxo” (FM) ✓ Comunhão na AME (SC)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Jogos de habilidade (FM) ✓ Finalização dos trabalhos “ao estilo de Romero Brito”
08.09.2025	09.09.2025	10.09.2025	11.09.2025	12.09.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ “1,2,3 Diga lá outra vez” (ESC) ✓ Exposição dos trabalhos “ao estilo de Romero Brito	✓ Gerontomotricidade – Repetição de movimentos (FM) ✓ Cuidados de Imagem II: manicure (ESC) ✓ Dinâmica de grupo Trava-Línguas (LR)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Observe o modelo e copie (ESC) ✓ Biblioterapia, ao ar livre (SC)	✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Canções de outrora (LR) ✓ Comunhão na AME (SC)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Jogos de mesa- cartas e dominó (LR)
15.09.2025	16.09.2025	17.09.2025	18.09.2025	19.09.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atividade CMA “Contos da Eira”- Casa de Música de Aradas” (SC)	✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Hora do terço (SC)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Jardinar na AME (LR) ✓ Atelier “Do lixo ao luxo” (FM)	✓ Pintura orientada (ESC) ✓ Canções de outrora (LR)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Tarde de cinema (LR)
22.09.2025	23.09.2025	24.09.2025	25.09.2025	26.09.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo das sequências (ESC) ✓ Atelier “Do lixo ao luxo” (ESC)	✓ Biblioterapia (SC) ✓ Jogos de mesa- cartas e dominó (LR)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ (SC) ✓ Atividade RAS – “Conversa de Avós e Netos” - JF Sta Joana	✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Comunhão na AME (SC)	✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Jogos de mesa- jogos de memória (LR) ✓ Atelier “Do lixo ao luxo” (ESC)
29.09.2025	30.09.2025			
2ª Feira	3ª Feira			
✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atelier “Do lixo ao luxo” (ESC) ✓ Jogos de Mesa - cartas e dominó (LR)	✓ Gerontomotricidade - Jogos tradicionais (FM) ✓ Cuidados de Imagem IV: cabeleireiro ✓ Hora do terço (SC)			