

CENTRO DE DIA
MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - FEVEREIRO 2025

03.02.2025	04.02.2025	05.02.2025	06.02.2025	07.02.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Pintura livre (LR) ✓ Recordar janeiro em vídeo e fotografia (SC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem I: manicure ✓ Tarde de cinema – Filmes Portugueses (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogo das sequências (ESC) ✓ Gerontomotricidade – “Bócia”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Pintura livre em guache(LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atividades diversas de atenção (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Dança com fitas (FM)
10.02.2025	11.02.2025	12.02.2025	13.02.2025	14.02.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo das setas coloridas (ESC) ✓ Gerontomotricidade –“Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Arte com botões I: “Árvores de inverno” (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Exercícios de escrita: o meu nome (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) ✓ Tardes de leitura “livro escolhido” (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados de Imagem II: manicure e cabeleireiro ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Canções de outrora (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ A lenda de São Valentim, a tradição do Dia dos amados (LR) ✓ Pintura e procura de palavra do Dia dos Namorados (LR) ✓ Atividade dinamizada pelo Leroy Merlim – comemoração do Dia de São Valentim (LR)
17.02.2025	18.02.2025	19.02.2025	20.02.2025	21.02.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo do STOP (ESC) ✓ Gerontomotricidade – “Bócia”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados de Imagem III: manicure ✓ Projeto musical – a escolha das nossas 3 músicas preferidas (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogo do galo (ESC) ✓ A preparar o Carnaval (LR) ✓ Gerontomotricidade – “Personal Trainer na TV!”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Visita à Biblioteca itinerante (SC) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Tardes de leitura “livro escolhido” (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogo das adivinhas tradicionais portuguesas (ESC) ✓ Atelier pinturas em tecido I (LR)
24.02.2025	25.02.2025	26.02.2025	27.02.2025	28.02.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Projeto musical – cantar as nossas músicas preferidas (LR) ✓ Participação em atividade sénior, dinamizada pela CMA, na Casa da Música de Aradas (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ A preparar o Carnaval (LR) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Tarde de cinema (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogo do STOP (ESC) ✓ A preparar o Carnaval (LR) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa – cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados de Imagem IV: manicure e cabeleireiro ✓ Baile Sénior de Carnaval – CC Eirol (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier pinturas em tecido II (LR) ✓ Projeto musical – cantar as nossas músicas preferidas (LR)