

CENTRO DE DIA

MAPA MENSAL DE ATIVIDADES - JULHO 2025

	01.07.2025	02.07.2025	03.07.2025	04.07.2025
	3ª Feira	4ª Feira	5ª feira	6ª feira
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recordar junho em fotografias e vídeos (SC) ✓ Cuidados de Imagem I: manicure ✓ Hora do terço (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jardinar na AME (LR) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) ✓ Canções de outrora (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Comunhão na AME (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier “Falso Rakú”1/3 (LR) ✓ Gerontomotricidade-“Bócia”(FM)
07.07.2025	08.07.2025	09.07.2025	10.07.2025	11.07.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atelier “Falso Rakú” 2/3 (LR) ✓ Gerontomotricidade - Jogos tradicionais (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Biblioterapia, ao ar livre (SC) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de Mesa - cartas e dominó (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atelier “Falso Rakú”3/3 (LR) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Pinturas mágicas” (ESC) (ESC) ✓ Cuidados de Imagem II: depilação ✓ Pintura livre (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Exercícios de recarregar o cérebro” (ESC) ✓ Tarde de cinema (LR)
14.07.2025	15.07.2025	16.07.2025	17.07.2025	18.07.2025
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 – Dança com fitas (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de Mesa - cartas e dominó (LR) ✓ Cuidados de Imagem III: manicure ✓ Hora do terço (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Observe o modelo e copie (ESC) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Visita à Biblioteca itinerante (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Saio da estante e vou à rádio num instante” 1/2(SC) ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Gerontomotricidade – “Bócia”(FM)
21.07.2025	22.07.2025	23.07.2025	24.07.2025	25.07.2025
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atelier “Molduras dos avós” 1/3 (LR) ✓ Gerontomotricidade “-Bócia”(FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “A riscar o que não pertence...” (ESC) ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Atelier “Molduras dos avós” 2/3(LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jardinar na AME (LR) ✓ Gerontomotricidade – Caminhar, pedalar e mandarlar (FM) ✓ Atelier “Molduras dos avós” 3/3 (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogo dos labirintos (ESC) ✓ Cuidados de Imagem IV: depilação ✓ Jogos de mesa –bingo (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> Comemoração do Dia dos Avós ✓ Biblioterapia, ao ar livre (SC) ✓ Tarde de cinema (LR)
28.07.2025	29.07.2025	30.07.2025		
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira		
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo das sequências (ESC) ✓ Exercícios repetição números (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ “Saio da estante e vou à rádio num instante” 2/2(SC) ✓ Cuidados de Imagem IV: cabeleireiro ✓ Hora do terço (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comemoração do Dia Internacional da Amizade – “As palavras e abraços que posso dar” (SC) ✓ O bingo da Amizade (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jogos de mesa –dominó e cartas (LR) ✓ Cuidados Clínicos V: Medição do peso e tensão arterial ✓ Canções de outrora (LR) 	