

CENTRO DE DIA

MAPA MENSAL DE ATIVIDADES – JUNHO 2026

01.06.2026	02.06.2026	03.06.2026	04.06.2026	05.06.2026
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo do STOP (ESC) ✓ Recordar maio em fotografia e vídeo. Eleição da foto do mês (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados Clínicos I: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Gerontomotricidade - Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Vamos pintar a primavera (LR) ✓ Canções de outrora (LR) ✓ Jogos de mesa – cartas e dominó 	Feriado	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Adivinhas e provérbios (LR) ✓ Gerontomotricidade - Personal trainer (FM)
08.06.2026	09.06.2026	10.06.2026	11.06.2026	12.06.2026
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atelier “Leituras matinais” (SC) ✓ Gerontomotricidade – ping-pong e balões no ar (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados de Imagem I: manicure e depilação ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Vamos falar do antigamente: jogos tradicionais (SC) ✓ Hora do terço (SC) 	Feriado	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Cuidados Clínicos II: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogo da força (ESC) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Gerontomotricidade - Bócia (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ As nossas quadras dos Santos Populares (LR) ✓ Comemoração do St. António: sardinhada e bailarico (LR)
15.06.2026	16.06.2026	17.06.2026	18.06.2026	19.06.2026
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Vamos pintar famosos 1 (LR) ✓ Gerontomotricidade – dança com fitas (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados Clínicos III: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Jogo do Galo com linhas e botões (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Visita à Loja Social da AME (SC) ✓ Tarde de jogos tradicionais: dominó, cartas, moeda, malha (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados de Imagem II: manicure e depilação ✓ Vamos pintar famosos 2 (LR) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Tardes de leitura (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhada no exterior e visita à horta (FM) ✓ Jogo da memória com música (ESC) ✓ Gerontomotricidade - Personal trainer (FM)
22.06.2026	23.06.02026	24.06.02026	25.06.02026	26.06.2026
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Atelier “Leituras matinais” (SC) ✓ Gerontomotricidade – Jogos tradicionais (FM) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados de Imagem III: cabeleireiro ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Jogo do STOP (ESC) ✓ Hora do terço (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Gerontomotricidade –balões no ar (FM) ✓ Comemoração do São João: grelhados e bailarico (LR) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados Clínicos IV: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de memória: copos e cores (ESC) ✓ Comunhão na AME (SC) ✓ Tardes de Leitura (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar (FM) ✓ Sopa de letras (ESC) ✓ Tarde de cinema (LR)
29.06.2026	30.06.02026	Feriado		
2ª Feira	3ª Feira			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caminhar, pedalar e mandarar(FM) ✓ Leitura do Diário de Aveiro (SC) ✓ Jogo tradicional escolhido (LR) ✓ Participação em espetáculo de magia promovido pela CMA (SC) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cuidados Clínicos V: Medição do peso e tensão arterial ✓ Jogos de mesa –Bingo (LR) ✓ Canções de outrora (LR) 			