



S. TIAGO

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AREIAS

PLANO DE ACTIVIDADES SEMANAL – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

Semana de 31 de maio a 6 de junho de 2021

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
7h -9h30	<ul style="list-style-type: none">Higiene PessoalAdministração de medicaçãoPequeno-almoço						
9h30 - 10h15	<ul style="list-style-type: none">Leitura e comentário de jornais e revistasVer Tv;					Dia Livre para: <ul style="list-style-type: none">Pinturas de desenhos;Leitura e comentário de livros, jornais e revistasVer TvJogos de mesa	
10h15 - 10h30	<ul style="list-style-type: none">Administração de lanche						
10h30 - 12h	Estimulação Cognitiva em grupo: <ul style="list-style-type: none">Degustação sensorial, jogo dos 5 sentidos.	Entrega da lembrança no Jardim de Infância de Areias (elaborada pelos utentes de ERPI e CD).	Ginástica “Programa Santo Tirso Ativo” em colaboração com a CMST.	Dia Livre para: <ul style="list-style-type: none">Pinturas de desenhos;Leitura e comentário de livros, jornais e revistas;Ver Tv;Jogos de mesa	Boccia	Dia Livre para: <ul style="list-style-type: none">Pinturas de desenhos;Leitura e comentário de livros, jornais e revistas;Ver Tv;Jogos de mesa.	
12h - 13h30	<ul style="list-style-type: none">AlmoçoAdministração de medicação						
14h30 - 17h30	Visitas agendadas Trabalhos manuais: finalização da lembrança celebrativa do Dia da Criança para oferecer ao Jardim de Infância de Areias.	Visitas agendadas Jogos de tabuleiro (dominó).	Visitas agendadas Saída ao Parque urbano Sara Moreira.	<ul style="list-style-type: none">Visitas à janela e/ou varandaChamadas de vídeo.	Visitas agendadas; Cuidados de estética.	<ul style="list-style-type: none">Visitas à janela e/ou varanda;Chamadas de vídeo.	
16h- 16h30	<ul style="list-style-type: none">LancheAdministração de medicação						
16h30 - 19h	<ul style="list-style-type: none">Higiene Pessoal						
18h	<ul style="list-style-type: none">Terço						
19h-20h	<ul style="list-style-type: none">Jantar						
20h-22h	<ul style="list-style-type: none">Ver televisãoCeiaHigiene PessoalDeitar						

NOTA: O plano semanal de actividades poderá sofrer algumas alterações de acordo com acontecimentos não programados.

A Animadora Sociocultural

A Coordenadora Técnica

A Directora de Serviços

Andreia Teixeira

Catarina Baltar

Susana Capela

O Presidente da Direcção

Rui Rosário