



S. TIAGO

## ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AREIAS

## PLANO DE ACTIVIDADES SEMANAL – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSO

Semana de 21 a 27 junho de 202


Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
7h -9h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Higiene Pessoal</li> <li>Administração de medicação</li> <li>Pequeno-almoço</li> </ul>						
9h30 - 10h15	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leitura e comentário de jornais e revistas</li> <li>Ver Tv;</li> </ul>					Dia Livre para: <ul style="list-style-type: none"> <li>Pinturas de desenhos;</li> <li>Leitura e comentário de livros, jornais e revistas</li> <li>Ver Tv</li> <li>Jogos de mesa</li> </ul>	
10h15 - 10h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Administração de lanche</li> </ul>						
10h30 - 12h	Estimulação Cognitiva em grupo: - “Que horas são?” Jogo com relógios e ponteiros.	Ensaio de músicas para o convívio de S. João.	Boccia	Convívio de S. João. Músicas populares e Sardinhada.	Estimulação Cognitiva em grupo: - “Brincar com os números”	Dia Livre para: <ul style="list-style-type: none"> <li>Pinturas de desenhos;</li> <li>Leitura e comentário de livros, jornais e revistas;</li> <li>Ver Tv;</li> <li>Jogos de mesa.</li> </ul>	
12h - 13h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Almoço</li> <li>Administração de medicação</li> </ul>						
14h30 - 17h30	Visitas agendadas Elaboração de Quadras para os Santos populares.	Visitas agendadas Saída com os utentes ao parque.	Visitas agendadas Pinturas de desenhos sobre os Santos populares.	Visitas agendadas Musicoterapia (relacionada com os santos populares)	Visitas agendadas; Cuidados de estética.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visitas à janela e/ou varanda;</li> <li>Chamadas de vídeo.</li> </ul>	
16h - 16h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lanche</li> <li>Administração de medicação</li> </ul>						
16h30 - 19h	<ul style="list-style-type: none"> <li>Higiene Pessoal</li> </ul>						
18h	<ul style="list-style-type: none"> <li>Terço</li> </ul>						
19h-20h	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jantar</li> </ul>						
20h-22h	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ver televisão</li> <li>Ceia</li> <li>Higiene Pessoal</li> <li>Deitar</li> </ul>						

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


A Animadora Sociocultural

  
 Andreia Teixeira


A Coordenadora Técnica

  
 Catarina Baltar

A Directora de Serviços

  
 Susana Capela

O Presidente da Direcção

  
 Rui Rosário