



S. TIAGO

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AREIAS

PLANO DE ACTIVIDADES SEMANAL – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

Semana de 21 a 27 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 Pessoal Administração de medicação Pequeno-almoço 						
9h30 - 10h15	<ul style="list-style-type: none"> Leitura e comentário de jornais e revistas Ver Tv; 					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 	
10h15 - 10h30	<ul style="list-style-type: none"> Administração de lanche 						
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"> Pinturas de desenhos; Leitura e comentário de livros, jornais e revistas; Ver Tv; Jogos de mesa. 	
12h - 13h30	<ul style="list-style-type: none"> Almoço Administração de medicação 						
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"> Visitas à janela e/ou varanda; Chamadas de vídeo. 	
16h - 16h30	<ul style="list-style-type: none"> Lanche Administração 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 televisão Ceia Higiene Pessoal Deitar 						

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