



S. TIAGO

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AREIAS

PLANO DE ACTIVIDADES SEMANAL – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

Semana de 16 a 22 de agosto de 2021

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	Ginástica em grupo	Auxílio na preparação de alimentos – articulação com a cozinha.	Visualização de filme “A herdade”	Estimulação Cognitiva	Boccia	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;  Musicoterapia	Visitas agendadas;  Jogos tradicionais de tabuleiro.	Visitas agendadas;  Saída com utentes a Santa Rita	Visitas agendadas;  Pintar/Colorir desenhos alusivos ao verão.	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 atividades poderá sofrer algumas alterações de acordo com acontecimentos não programados.

A Animadora Sociocultural

Andreia Teixeira

A Coordenadora Técnica

Catarina Baltar

A Diretora de Serviços

Susana Capela

O Presidente da Direção

Rui Rosário