



S. TIAGO

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AREIAS

PLANO DE ACTIVIDADES SEMANAL – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

Semana de 20 a 26 de setembro 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 | Pintar/Colorir desenhos alusivos ao Outono | Trabalhos Manuais alusivos ao Outono. | Musicoterapia | Auxílio na preparação de alimentos – articulação com a cozinha. | 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; Ida ao bosque. Apanha de objetos alusivos ao outono para decoração do lanche convívio. | Visitas agendadas; Jogos tradicionais de tabuleiro. | Visitas agendadas; Lanche convívio, Celebração do início de Outono. | Visitas agendadas; Saída com os utentes ao parque das merendas. | 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 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