








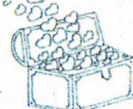




	Segunda- feira	Terça- feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
09:00h	Acolhimento aos utentes	Acolhimento aos utentes	Acolhimento aos utentes	Acolhimento aos utentes	Acolhimento aos utentes
10:00	Jogos Sénior de Estimulação Motora	Mais Saúde	Estimulação Cognitiva e Sensorial (Individual)	SiosLife	Exercício Físico/ Alongamentos (Grupo)
10h30				Fisioterapia (Grupo)	Exercício Físico/ Alongamentos (Individual)
11h	Estimulação Cognitiva e Sensorial (Grupo)	Cantinho dos mimos	Estimulação Cognitiva e Sensorial (Individual)		
					
12h	Hora não letiva (almoços)				
13h30	Momento de Lazer				
14h	Animação Livre / Incentivo ao Convívio (atividades digitais (SiosLife) , jogos de tabuleiro, leitura, tv, mini-massagem de relaxamento, outras atividades livres)				
14h30	Terapia Ocupacional	SiosLife Yoga Sénior/ Yoga Riso	Baú de Histórias (contos, poesia, provérbios e outras histórias)	Musicoterapia/ Dançaterapia (Grupo)	SiosLife Tardes Divertidas
15h					
			Prof. Ana Coelho		Prof. Ana Coelho

● Psicóloga
 ● Terapeutas
 ● Psicóloga
 ● Animadora/ Colaboradoras
 ● Voluntários /Terapeutas