



# **JORNAL DE CENTRO DE DIA**

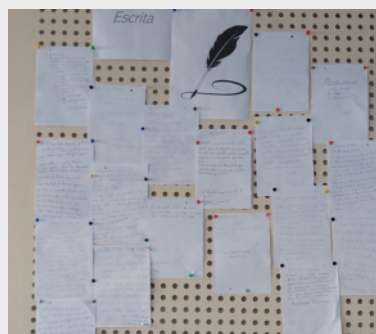


No dia 6, como manda a tradição, festejámos o Dia de Reis, fizemos coroas para todos e comemos Bolo Rei!



## **ATIVIDADES DE GINÁSTICA**

Tivemos os nossos momentos de atividades de ginástica diária, que são fundamentais para a manutenção da saúde física e mental, contribuindo para o aumento da mobilidade, flexibilidade e equilíbrio.



## **DIA DA ESCRITA À MÃO**

Celebrámos o dia da Escrita à mão, no dia 23 de janeiro, visto que o ato de escrever à mão está se a tornar cada vez menos comum. Esta é uma boa forma de manter as habilidades cognitivas, exercitar a memória e continuarem a expressar-se de maneira criativa e pessoal.



## TRABALHOS MANUAIS



Elaborámos alguns trabalhos manuais, como o jogo da memória, que recortámos, pintámos e posteriormente jogámos.

## PROJETO “LEITURAS EM RODA”



Visitámos a Biblioteca do Seixal, no âmbito do Projeto “Leituras em Roda” e levámos uma memória ou um objeto que tivesse muito significado para nós, contando a sua história.



## DINÂMICA DO NOVELO

Realizámos a “Dinâmica do Novelo” que é uma atividade que envolve o uso de um novelo de lã, onde os participantes passam a bola entre si, criando uma teia simbólica.

Esta prática promove a interação social e o trabalho em equipa.

