



CASA DO IDOSO SUL

21 e 28	15h às 17h	Saraus aos sábados
6	9h	Roda de conversa com nutricionista. Tema: "Verão: hidratação é coisa séria"
13	9h	Atividade multidisciplinar do Janeiro Branco: "Quem cuida da mente, cuida da vida"
20	9h	Roda de conversa do Janeiro Branco: "Quem cuida da mente, cuida da vida"
27	9h	Cinema Especial de Férias com o filme "Viva - A Vida é Uma Festa". Atividade intergeracional de avós e netos
27	18h às 21h	Baile noturno
31	13h30	Show de Prêmios

CASA DO IDOSO NORTE

21 e 28	15h às 17h	Saraus aos sábados
5	10h15	Aulão de jogos adaptados - Peteca e vôlei
6	9h30	Aulão de práticas corporais chinesas
6	18h às 21h	Baile noturno
11	14h	Roda de conversa com o tema "Saúde Mental: Janeiro Branco"
12	9h30	Karaokê
17	9h15	Aulão de ritmos na Praça de Santana
18	10h	Janeiro Branco - Atividade multidisciplinar de conscientização sobre a importância da saúde mental
20	14h	Tenda de degustação. Receitas que auxiliam a saúde mental
24	14h	Cine Pipoca com o filme "Um Senhor Estagiário"
27	9h30	Frigh Coffe Day - Oficina de café irlandês

CASA DO IDOSO LESTE

21 e 28	15h às 17h	Saraus aos sábados
5	9h	Roda de conversa com nutricionista. Tema: "Verão: hidratação é coisa séria"
9	9h	Atividade multidisciplinar do Janeiro Branco: "Quem cuida da mente, cuida da vida"
18	9h	Roda de conversa do Janeiro Branco: "Quem cuida da mente, cuida da vida"
20	18h às 21h	Baile noturno
25	9h	Cinema Especial de Férias com o filme "Viva - A Vida é Uma Festa". Atividade intergeracional de avós e netos
31	13h30	Show de Prêmios

PROGRAMAÇÃO DE JANEIRO

Casa do
idoso

CASA DO IDOSO CENTRO

21 e 28	15h às 17h	Saraus aos sábados
4, 11 e 18	9h15	Workshop de Teatro
2	14h15	Ritmos de boas-vindas a 2023
4	9h e 14h	Dia do Espaguete: Estande de nutrição, informação e degustação
6	9h30	Folia de Reis com café comunitário
6	14h15	Aula aberta de ioga
9	9h15	Atividade multidisciplinar do Janeiro Branco: "Estações da Mente"
10		Dia do Fotógrafo: Exposição de fotos dos idosos da Casa do Idoso Centro. As Fotos ficarão expostas durante todo o mês de janeiro no auditório
11	9h30	Dia do Controle à Poluição por Agrotóxicos: Passeio educativo no Parque da Cidade
11	14h15	Aula aberta de ioga
12	13h30	Show de Prêmios de Verão
13	18h às 21h	Baile noturno
17	10h15	Oficina de Terapia Ocupacional, Serviço Social, Artes e Psicologia: "Exercitando a Mente"
17	13h30	Tarde esportiva intergeracional
18	9h	Dia do Riso: Intervenções nas atividades Casa do Idoso Centro do grupo convidado Compartilhando Risos
20	9h e 14h	Dia Nacional do Queijo: Estande de nutrição, informação e degustação
20	14h15	Ioga: Oficina de Respiração
23	9h15	Gincana de Férias: Circuito Recreativo
25	9h15	Conclusão do Workshop de Teatro com apresentação dos alunos participantes
26	13h30	Cinema: Filme "As Aventuras de Pi"
27	14h15	Palestra: "Ioga e seus Benefícios"
30	9h15	Dia da Saudade: roda de conversa com apresentação de chorinho
31	9h15	Dia do Mágico: Show de Magia