

# janeiro 2022

*Handwritten signature and date: 15/01/22*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
					1 DIA DE ANO NOVO	2 ERPI - Assistir à Eucaristia <i>Marcha Eucarística</i>
3 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Cantar os Reis; Ginástica	4 EEPE - Cantar os Reis; Dança	5 EEPE - Cantar os Reis; Pilates	6 ERPI e CD - Comemoração do Dia dos Reis EEPE - Natação; Cantar os Reis	7 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Cantar os Reis	8	9 ERPI - Assistir à Eucaristia
10 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	11 ERPI e CD - Comemoração do Dia Internacional do Obrigado EEPE - Dança	12 EEPE - Pilates	13 EEPE - Natação	14 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	15	16 ERPI - Assistir à Eucaristia
17 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	18 ERPI e CD - Comemoração do Dia Internacional do Riso EEPE - Dança	19 EEPE - Pilates	20 EEPE - Natação	21 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial da Religião: Visita à Igreja do Santa Cruz do Douro	22	23 ERPI - Assistir à Eucaristia
24 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	25 EEPE - Dança	26 EEPE - Pilates	27 EEPE - Natação	28 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia Mundial do Puzzle (29,01)	29	30 ERPI - Assistir à Eucaristia
31 ERPI e CD - Ginástica de Grupo						



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# fevereiro 2022

*Handwritten signature and date: 19*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
	1 EEPE - Dança	2 EEPE - Pilates	3 ERPI e CD - Comemoração Dia Mundial da Nutrição: Culinária—06.02 EEPE - Natação	4 ERPI e CD - Ginástica de Grupo ;	5	6 ERPI - Assistir à Eucaristia
7 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	8 EEPE - Dança	9 EEPE - Pilates	10 ERPI e CD - Comemoração Dia Mundial da Rádio (13.02) - ida a uma rádio local (Responde ou Marcoense) EEPE - Natação	11 ERPI e CD - Ginástica de Grupo,	12	13 ERPI - Assistir à Eucaristia
14 ERPI e CD - Ginástica de Grupo, Comemoração de São Valentim EEPE - Comemoração do Dia da Amizade; Ginásti-	15 EEPE - Dança	16 EEPE - Pilates	17 EEPE - Natação	18 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	19	20 ERPI - Assistir à Eucaristia
21 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	22 EEPE - Dança	23 EEPE - Pilates	24 EEPE - Natação	25 ERPI e CD - Ginástica de Grupo ; Ver desfile de Carnaval de Eiriz, EEPE - Desfile de Carna- val	26	27 ERPI - Assistir à Eucaristia
28 ERPI e CD - Baile de Carnaval EEPE - Baile de Carna- val; Ginástica						



CENTRO SOCIAL DE SANTA MARIA DO CASTELO  
onde a vida acontece



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# março 2022

*Reservado*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
	<b>1</b> CARNAVAL	<b>2</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>3</b> EEPE - Natação	<b>4</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia Mundial da Oração Gabinete de Formação - Gestão do stress profes-	<b>5</b>	<b>6</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>7</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profes-	<b>8</b> ERPI e CD - Comemoração do Dia da Mulher EEPE - Dança	<b>9</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>10</b> EEPE - Natação	<b>11</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>12</b>	<b>13</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>14</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>15</b> ERPI e CD - Comemoração do dia Mundial do sono EEPE - Dança	<b>16</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>17</b> EEPE - Natação	<b>18</b> ERPI e CD - Ginástica do Grupo EEPE - Comemoração do Dia do Pai Gabinete de Formação - Gestão do stress profes-	<b>19</b> ERPI e CD - Comemoração do Dia do Pai IS. José	<b>20</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>21</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do dia da Árvore EEPE - Comemoração da semana da Primavera; Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profes-	<b>22</b> EEPE - Comemoração da semana da Primavera; Co- memoração do Dia do Dia Mundial da água; Dança	<b>23</b> EEPE - Comemoração da semana da Primavera; Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>24</b> EEPE - Comemoração da semana da Primavera; Natação	<b>25</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Comemoração da semana da Primavera Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>26</b>	<b>27</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>28</b> ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profes-	<b>29</b> EEPE - Dança	<b>30</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profes- sional	<b>31</b> EEPE - Natação			



# abril 2022

*Handwritten signature*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
				1 ERPI e CD - Comemoração do Dia das Mentiras Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	2	3 ERPI - Assistir à Eucaristia <i>Handwritten: Laveira</i>
4 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	5 EEPE - Dança	6 ERPI e CD - Comemoração do Dia da Atividade Física EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	7 EEPE - Natação	8 ERPI e CD - Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	9	10 ERPI - Assistir à Eucaristia
11 ERPI e CD - Ginástica de Grupo, Comemoração da Semana Santa EEPE - Ginástica; Comemoração da semana da Páscoa Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	12 ERPI e CD - Comemoração da Semana Santa EEPE - Dança; Comemoração da semana da Páscoa	13 ERPI e CD - Comemoração da Semana Santa EEPE - Pilates; Comemoração da semana da Páscoa Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	14 ERPI e CD - Dia Internacional do Café: Tomar café num espaço público (Caldas de Aregos)- Comemoração da Semana Santa EEPE - Natação; Comemoração da semana da Páscoa	15 <b>SEXTA FEIRA SANTA</b>	16	17 <b>PÁSCOA</b>
18 ERPI e CD - Dia Internacional do Monumentos e Sítios Visitao Mosteiro de Ancede EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	19 EEPE - Dança	20 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	21 EEPE - Natação	22 ERPI e CD - Comemoração do Dia do Livro (23.04) - Visita a uma biblioteca Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	23	24 ERPI - Assistir à Eucaristia
25 <b>DIA DA LIBERDADE</b>	26 EEPE - Dança	27 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	28 EEPE - Natação	29 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial da Dança - Assistir a um espetáculo de dança Gabinete de Formação - Gestão do stress profissional	30	



# maio 2022

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
						1 DIA DO TRABALHADOR Comemoração do Dia da
2 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; atividade religiosa EEPE - Ginástica; Como-	3 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Dança	4 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Pilates	5 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Natação	6 ERPI e CD - Atividade religiosa; Ginástica de Grupo	7 ERPI e CD - Atividade religiosa	8 ERPI - Assistir à Eucaristia
9 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; atividade religiosa EEPE - Ginástica; Comemoração da semana da	10 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Dança; Comemoração da semana da Fa-	11 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Pilates; Comemoração da semana da	12 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Natação; Comemoração da semana da	13 ERPI e CD - Atividade religiosa; Ginástica de Grupo EEPE - Comemoração	14 ERPI e CD - Atividade religiosa	15 ERPI - Assistir à Eucaristia, Comemoração do Dia Internacional da Família
16 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; atividade religiosa EEPE - Ginástica	17 ERPI e CD - Atividade religiosa; Comemoração do Dia Mundial da Pastelaria; visita a uma pastelaria EEPE - Dança	18 ERPI e CD - Atividade religiosa; Comemoração do Dia Internacional dos Museus; Casa das Bengalas de Gestação EEPE - Pilates	19 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Natação	20 ERPI e CD - Atividade religiosa; Ginástica de Grupo	21 ERPI e CD - Atividade religiosa	22 ERPI - Assistir à Eucaristia
23 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; atividade religiosa EEPE - Ginástica	24 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Dança	25 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Pilates	26 ERPI e CD - Atividade religiosa EEPE - Natação	27 ERPI e CD - Atividade religiosa; Comemoração do Dia Internacional do Brincar; Ginástica de	28 ERPI e CD - Atividade religiosa	29 ERPI - Assistir à Eucaristia
30 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; atividade religiosa	31 ERPI e CD - Atividade religiosa					



CENTRO SOCIAL DE SANTA RITA  
CUIDAR E SALVAR VIDAS



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# junho 2022

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
		1 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial da Criança EEPE - Pilates; Comemoração do Dia Mundial da Criança	2 EEPE - Natação	3 ERPI e CD - Ginástica do Grupo	4	5 ERPI - Assisção à Eucaristia
6 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	7 EEPE - Dança	8 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial dos Oceanos — Passelo pela praia EEPE - Pilates; Comemoração do Dia dos Oceanos	9 EEPE - Natação	10 <b>DIA DE PORTUGAL</b>	11	12 ERPI - Assistir à Eucaristia
13 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia de Santo António EEPE - Ginástica	14 EEPE - Dança	15 EEPE - Pilates	16 EEPE - Natação	17 ERPI e CD - Dia internacional do Piquenique (18.06): Piquenique na Praia Fluvial de Baião	18	19 ERPI - Assistir à Eucaristia
20 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	21 EEPE - Dança	22 EEPE - Pilates	23 EEPE - Natação	24 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do S. João	25 EEPE - Festa de finalistas	26 ERPI - Assistir à Eucaristia
27 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	28 EEPE - Dança	29 EEPE - Pilates	30 ERPI e CD - Comemoração do S. Pedro EEPE - Natação			



CENTRO SOCIAL DE SANTA CRUZ DO RIO NEGRO  
2006 - 2022



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# julho 2022

*Handwritten signature and name: Mariana*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
				1 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia Internacional da Prada	2	3 ERPI - Assistir à Eucaristia
4 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	5 EEPE - Dança	6 EEPE - Pilates	7 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial do Chocolate EEPE - Natação	8 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia da Alegria	9	10 ERPI - Assistir à Eucaristia
11 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	12 EEPE - Dança	13 EEPE - Pilates	14 EEPE - Natação	15 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	16	17 ERPI - Assistir à Eucaristia
18 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	19 EEPE - Dança	20 ERPI e CD - Comemoração do Dia do Amigo EEPE - Pilates	21 ERPI e CD Comemoração do Dia Nacional dos Centros Históricos (22.07) - visita ao Centro Histórico de Guimarães EEPE - Natação	22 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	23	24 ERPI - Assistir à Eucaristia
25 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	26 ERPI e CD - Comemoração do Dia dos Avós convívio intergeracional com o pré-escolar - Ida à Praia Fluvial de Porto de Rei EEPE - Dança	27 EEPE - Pilates	28 EEPE - Natação	29 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	30	31 ERPI - Assistir à Eucaristia



CENTRO SOCIAL DE SANTA MARIA DO CASTELO  
Caminho da Liberdade, 100



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# agosto 2022

*faculdade*  
*Renata*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
1 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	2 EEPE - Dança	3 EEPE - Pilates	4 EEPE - Natação	5 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	6	7 ERPI - Assistir à Eucaristia
8 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	9 EEPE - Dança	10 EEPE - Pilates	11 EEPE - Natação	12 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	13	14 ERPI - Assistir à Eucaristia
15 ASSUNÇÃO DE NOSSA SENHORA	16 EEPE - Dança	17 EEPE - Pilates	18 EEPE - Natação	19 ERPI e CD -Ginástica de Grupo Comemoração do Dia Mundial da Fotografia	20	21 ERPI - Assistir à Eucaristia
22 ERPI e CD - Ida à Festa de São Bartolomeu EEPE - Ginástica	23 EEPE - Dança	24 FERIADO MUNICIPAL	25 EEPE - Natação	26 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	27	28 ERPI - Assistir à Eucaristia
29 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	30 EEPE - Dança	31 EEPE - Pilates				



CENTRO SOCIAL DE SANTA COMBA DÃO  
 onde a solidariedade floresce



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
 OCUPACIONAIS E DE  
 DESENVOLVIMENTO PESSOAL**



# setembro 2022

*Handwritten signature and initials*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
			1	2 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	3	4 ERPI - Assistir à Eucaristia
5 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Comemoração do dia internacional da caridade EEPE - Ginástica	6 ERPI e CD - Reviver tradições: as Vindimas EEPE - Dança	7 EEPE - Pilates	8 EEPE - Natação	9 ERPI e CD - Ginástica de Grupo	10	11 ERPI - Assistir à Eucaristia
12 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	13 ERPI e CD - Reviver tradições: a Desfolhada EEPE - Dança	14 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	15 EEPE - Natação	16 ERPI e CD - Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	17	18 ERPI - Assistir à Eucaristia
19 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Semana dos Sonhos (Dia Mundial dos Sonhos 25.09) - concretização EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	20 EEPE - Dança	21 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	22 EEPE - Natação	23 ERPI e CD - Ginástica de Grupo; Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	24	25 ERPI - Assistir à Eucaristia
26 ERPI e CD - Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	27 EEPE - Dança	28 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	29 ERPI e CD - Comemoração do Dia Mundial do Coração EEPE - Natação	30 ERPI e CD - Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos		



CENTRO SOCIAL DE S. MARIA DO CASTELO  
ALDEIA VELHA DO CASTELO



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS  
E DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# outubro 2022

*Handwritten signature and date: 4/10/2022*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
					1 ERPI e CD -Comemoração do Dia Mundial da Pessoa Idosa e da Música	2 ERPI - Assistir à Eucaristia <i>Handwritten: Kavalis</i>
3 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo -	4 EEPE - Dança	5 <b>IMPLANTAÇÃO DA REPUBLICA</b>	6 EEPE - Natação	7 ERPI e CD -Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios bás-	8	9 ERPI - Assistir à Eucaristia
10 ERPI e CD -Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia dos Correios; Semana da Alimentação EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo -	11 ERPI e CD -Semana da Alimentação - viagem gastronómica EEPE - Dança	12 ERPI e CD -Semana da Alimentação - viagem gastronómica EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	13 ERPI e CD -Semana da Alimentação—viagem gastronómica; Atividade Religiosa EEPE - Natação	14 ERPI e CD -Ginástica de Grupo, Semana da Alimentação—viagem gastronómica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios bás-	15	16 ERPI - Assistir à Eucaristia
17 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo -	18 EEPE - Dança	19 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	20 EEPE - Natação	21 ERPI e CD -Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios bás-	22	23 ERPI - Assistir à Eucaristia
24 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo -	25 EEPE - Dança	26 EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	27 EEPE - Natação	28 ERPI e CD -Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios bás-	29	30 ERPI - Assistir à Eucaristia
31 ERPI e CD -Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia das Bruxas EEPE - Ginástica Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo						

# novembro 2022

*Handwritten signature*

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
	<b>1</b> DIA DE TODOS OS SANTOS	<b>2</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	<b>3</b> ERPI e CD -Comemoração do Dia Mundial do Cinema—Ida ao Cinema EEPE - Natação	<b>4</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo -	<b>5</b>	<b>6</b> ERPI - Assistir à Eucaristia <i>Comunhão</i>
<b>7</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica Gabinete de Formação -	<b>8</b> EEPE - Dança	<b>9</b> EEPE - Pilates Gabinete de Formação - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	<b>10</b> EEPE - Natação	<b>11</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo; Comemoração do Dia de S. Martinho	<b>12</b>	<b>13</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>14</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	<b>15</b> EEPE - Dança	<b>16</b> EEPE - Pilates	<b>17</b> EEPE - Natação	<b>18</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo	<b>19</b>	<b>20</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>21</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	<b>22</b> EEPE - Dança	<b>23</b> EEPE - Pilates	<b>24</b> ERPI e CD -Comemoração do Dia Mundial da Ciência - Realização de Experiências Científicas EEPE - Natação	<b>25</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo	<b>26</b>	<b>27</b> ERPI - Assistir à Eucaristia
<b>28</b> ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	<b>29</b> EEPE - Dança	<b>30</b> EEPE - Pilates				



CENTRO SOCIAL DE SANTA MARIA DO CASTELO  
Londres em Portugal



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# dezembro 2022

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
			1 <b>RESTAURAÇÃO DA INDEPENDÊNCIA</b>	2 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	3	4 ERPI - Assistir à Eucaristia <i>Plan. Anual</i> <i>Compartilhado</i>
5 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	6 EEPE - Dança	7 EEPE - Pilates	8 <b>DIA DA IMACULADA CONCEIÇÃO</b>	9 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	10	11 ERPI - Assistir à Eucaristia
12 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	13 EEPE - Dança	14 EEPE - Pilates	15 EEPE - Natação	16 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	17	19 ERPI - Almoço de Natal com os familiares dos utentes
19 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	20 EEPE - Dança	21 EEPE - Pilates	22 EEPE - Natação	23 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	24	25 <b>NATAL</b>
26 ERPI e CD -Ginástica de Grupo EEPE - Ginástica	27 EEPE - Dança	28 EEPE - Pilates	29 EEPE - Natação	30 ERPI e CD -Ginástica de Grupo	31	



CENTRO SOCIAL DE SINTRA  
Endereço: Rua da Liberdade, 100 - 2400-101 Sintra



**PLANO ANUAL DE ATIVIDADES  
OCUPACIONAIS E DE  
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**