

horário	Atividade/Unidade Móvel ou área externa	Atividade/Sala aula	Atividade/Sala Aulal	Atividade/Sala Aula	Atividade/Área externa	Atividade/Área Externa	Atividade/Unidade Móvel
10-10:30	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Sono saudável	Vacinação/hábitos	Nutrição (sala de aula)	Dança senior	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
10:30-11	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Memória	Uso racional de medicamentos	Nutrição (sala de aula)	Yura	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
11-11:30		Sono saudável (sala de aula)	Vacinação/hábitos (sala de aula)		Dança senior	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
11:30-12	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Memória	Uso racional de medicamentos	Nutrição (sala de aula)	Yura	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
12-12:30	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Sono saudável (sala de aula)	Vacinação/hábitos (sala de aula)	Nutrição (sala de aula)	Dança senior	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
12:30-13		Memoria	Uso racional de medicamentos		Yura	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
13-13:30	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
13:30-14	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
14-14:30	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Casa Segura	Vacinação/hábitos (sala de aula)	Nutrição (sala de aula)	Dança senior	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
14:30-15	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Memoria	Uso racional de medicamentos	Nutrição (sala de aula)	Yura	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
15-15:30		Casa Segura	Vacinação/hábitos (sala de aula)		Dança senior	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)
15:30-16	O que é envelhecimento/Unidade móvel	Memoria	Uso racional de medicamentos	Nutrição (sala de aula)	Yura	Exercício físico	Avaliação composição corporal (unidade móvel)

--	--	--	--	--	--	--	--