

Plano Semanal Fisioterapia

Dia da semana	Atividades	Objetivos
Terça – Feira	8h-9h Acamados	- Manter amplitude articular e força muscular. - Prevenir encurtamentos musculares;
	9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia	- Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas.
	13h-13.30h Tratamento Individual	- Manter amplitude articular e força muscular. - Melhorar o equilíbrio;
Quarta- Feira	8h-9h Acamados	- Manter amplitude articular e força muscular; - Prevenir encurtamentos musculares;
	9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia	- Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas. Reduzir as limitações físicas; - Favorecer a coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social
	13h-14h Tratamento Individual	- Manter amplitude articular e força muscular; - Melhorar o equilíbrio;
Sexta-feira	8h-9h Acamados	- Manter amplitude articular e força muscular;
	9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia	- Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas; Reduzir as limitações físicas; - Favorecer a coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social;
	13h-14h Classe de Movimento	- Reduzir as limitações físicas; - Favorecer a coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social;

Nota: O presente plano está sujeito a alterações ao longo do ano consoante a necessidade.