

# Calendário sugerido pelo iABCD

**Segunda**

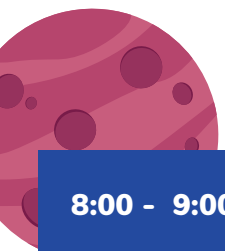
**Terça**

**Quarta**

**Quinta**

**Sexta**

<b>8:00 - 9:00</b>	Tomar café da manhã, se vestir e arrumar a cama	Tomar café da manhã, se vestir e arrumar a cama	Tomar café da manhã, se vestir e arrumar a cama	Tomar café da manhã, se vestir e arrumar a cama	Tomar café da manhã, se vestir e arrumar a cama
<b>9:00 - 10:00</b>	Brincadeira livre	Brincadeira livre	Brincadeira livre	Brincadeira livre	Brincadeira livre
<b>10:00 - 10:30</b>	Atividades EDU EDU	Atividades EDU EDU	Atividades EDU EDU	Atividades EDU EDU	Atividades EDU EDU
<b>10:30 - 11:30</b>	Atividades físicas	Atividades físicas	Atividades físicas	Atividades físicas	Atividades físicas
<b>11:30 - 12:30</b>	Atividades enviadas pela escola	Atividades enviadas pela escola	Atividades enviadas pela escola	Atividades enviadas pela escola	Atividades enviadas pela escola
<b>12:30 - 13:30</b>	Almoço e ajudar a tirar a mesa.	Almoço e ajudar a tirar a mesa.	Almoço e ajudar a tirar a mesa.	Almoço e ajudar a tirar a mesa.	Almoço e ajudar a tirar a mesa.
<b>13:30 - 14:30</b>	Brincadeira criativa: desenho, pintura, música, etc.	Brincadeira criativa: desenho, pintura, música, etc.	Brincadeira criativa: desenho, pintura, música, etc.	Brincadeira criativa: desenho, pintura, música, etc.	Brincadeira criativa: desenho, pintura, música, etc.
<b>14:30 - 16:00</b>	Assistir filme / desenho infantil	Assistir filme / desenho infantil	Assistir filme / desenho infantil	Assistir filme / desenho infantil	Assistir filme / desenho infantil
<b>16:00 - 16:30</b>	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
<b>16:30 - 17:00</b>	Banho	Banho	Banho	Banho	Banho
<b>17:00 - 18:30</b>	Jogos e brincadeiras em família.	Jogos e brincadeiras em família.	Jogos e brincadeiras em família.	Jogos e brincadeiras em família.	Jogos e brincadeiras em família.
<b>18:30 - 19:30</b>	Ajudar a colocar a mesa e jantar.	Ajudar a colocar a mesa e jantar.	Ajudar a colocar a mesa e jantar.	Ajudar a colocar a mesa e jantar.	Ajudar a colocar a mesa e jantar.
<b>19:30 - 20:30</b>	Leitura, histórias e relaxamento.	Leitura, histórias e relaxamento.	Leitura, histórias e relaxamento.	Leitura, histórias e relaxamento.	Leitura, histórias e relaxamento.



# Faça o seu próprio calendário



Segunda

Terça

Quarta

Quinta

Sexta

8:00 - 9:00

9:00 - 10:00

10:00 - 10:30

10:30 - 11:30

11:30 - 12:30

12:30 - 13:30

13:30 - 14:30

14:30 - 16:00

16:00 - 16:30

16:30 - 17:00

17:00 - 18:30

18:30 - 19:30

19:30 - 20:30