

Semana 9 ( 27 de fevereiro a 5 de março) de 2023

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO: RTP 3

## Na Mente dos Campeões

Dia 28, pelas 20h00



Esta investigação científica exclusiva explora novos métodos usados para melhorar a saúde mental de atletas de classe mundial

Como é a mente de um atleta? Como funciona? Quais são os novos métodos para melhorar o estado mental e ser competitivo?

### AUDIÊNCIAS

Séries e Programas a destacar 13/02 a 19/02 de 2023  
Target Adultos

	Programa	Início	Sh%
1	VISITA GUIADA	09:17:53	1,2
2	TRIO D'ATAQUE (R)	01:00:34	1,0
3	NOTICIAS 3 AS 10	10:00:29	1,0
4	TRIO D'ATAQUE	22:54:08	1,0
5	PRIMEIRA PESSOA	22:07:00	0,8

Fonte: MMW/Mediamonitor, programas emitidos entre as 07h e as 02h.

# GRELHA DE PROGRAMAS



SEMANA 9

27 de fevereiro a 5 de março

VERSÃO 1 - 2023

		27-fev-22	28-fev-22	1-mar-22	2-mar-22	3-mar-22			4-mar-22			5-mar-22		
CÓD.	TAB.	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	CÓD.	TAB.	SÁBADO	CÓD.	TAB.	DOMINGO	CÓD.	TAB.
07.00	N07	BOM DIA PORTUGAL					N07	1	ÁFRICA 7 DIAS	N07	1	ÁFRICA GLOBAL	N07	1
.15									VISITA GUIADA			JANELA INDISCRETA		
.30														
.45														
08.00	N08	BOM DIA PORTUGAL					N08	1	BOM DIA PORTUGAL	N08	1	BOM DIA PORTUGAL	N08	1
.15														
.30														
.45														
09.00	N09	BOM DIA PORTUGAL					N09	1	BOM DIA PORTUGAL	N09	2	BOM DIA PORTUGAL	N09	2
.15														
.30														
.45														
10.00	N10	3 ÀS 10					N10	2	3 ÀS 10	N10	3	3 ÀS 10	N10	5
.15									TERRA 4.0			3 ÀS 11		
.30									TODAS AS PALAVRAS			3 ÀS 11		
.45												3 ÀS 11		
11.00	N11	3 ÀS 11					N11	3	3 ÀS 11	N11	4	3 ÀS 11	N11	5
.15									MUNDO SEM MUROS			3 ÀS 11		
.30												3 ÀS 11		
.45												3 ÀS 11		
12.00	N12	JORNAL DAS 12					N12	4	3 ÀS 12	N12	6	3 ÀS 12	N12	6
.15														
.30														
.45														
13.00	N13	DOC 3	DOC 3	DOC 3	DOC 3	LINHA DA FRENTE	N13	3	EUROPA MINHA	N13	3	PROVA DOS FACTOS	N13	3
.15						TODAS AS PALAVRAS			O ÚLTIMO APAGA A LUZ *			FOTOBOX		
.30												TECNET		
.45														
14.00	N14	3 ÀS 14					N14	5	3 ÀS 14	N14	5	3 ÀS 14	N14	5
.15									JANELA INDISCRETA			TODAS AS PALAVRAS		
.30														
.45														
15.00	N15	3 ÀS 15					N15	5	3 ÀS 15	N15	6	3 ÀS 15	N15	6
.15		EIXO NORTE/SUL							GRANDIOSA ENCICLOPÉDIA			TERRA 4.0		
.30		ZOOM ÁFRICA										ESSÊNCIA		
.45												TECH 3		
16.00	N16	3 ÀS 16					N16	5	3 ÀS 16	N16	6	3 ÀS 16	N16	6
.15									HORA DE AGIR			A MINHA GERAÇÃO		
.30									ESSÊNCIA					
.45									3 ÀS 17					
17.00	N17	3 ÀS 17					N17	5	3 ÀS 17	N17	5	3 ÀS 17	N17	5
.15									PARLAMENTO			3 ÀS 17		
.30												3 ÀS 17		
.45												3 ÀS 17		
18.00	N18	AS HORAS EXTRAORDINÁRIAS					N18	5	3 ÀS 18	N18	5	3 ÀS 18	N18	5
.15														
.30														
.45														
19.00	N19	18/20					N19	5	3 ÀS 19	N19	5	3 ÀS 19	N19	5
.15														
.30														
.45														
20.00	N20	DOC 3	DOC 3	DOC 3	DOC 3	365 DIAS DEBAIXO DE FOGO	N20	7	JANELA GLOBAL	N20	7	JANELA INDISCRETA	N20	7
.15						EURODEPUTADOS			EUROPA MINHA			FOTOBOX		
.30								PALAVRAS DO MUNDO				HORA DE AGIR		
.45														
21.00	N21	360					N21	8	360	N21	8	360	N21	8
.15														
.30														
.45														
22.00	N22	360					N22	10	360	N22	10	360	N22	12
.15														
.30														
.45														
23.00	N23	360(Pós-match Inter-FC Porto)	TUDO É EDONOMIA	GRANDE ENTREVISTA	GRANDE ÁREA	3 ÀS 23	N23	11	O ÚLTIMO APAGA A LUZ	N23	11	360	N23	12
.15														
.30														
.45														
24.00	N24	24 HORAS					N24	11	24 HORAS	N24	11	24 HORAS	N24	11
.15														
.30														
.45														
25.00	N25	3 À 1 + MANCHETES 3					N25	5	DOC 3	N25	6	TRIO D' ATAQUE *	N25	5
.15		AS HORAS EXTRAORDINÁRIAS *												
.30														
.45														
26.00	N26	O OUTRO LADO *	É OU NÃO É?	GRANDE ENTREVISTA *	GRANDE ÁREA *	O ÚLTIMO APAGA A LUZ *	N26	2	GRANDIOSA ENCICLOPÉDIA *	N26	2	A MINHA GERAÇÃO	N26	2
.15									PALAVRAS DO MUNDO			JANELA INDISCRETA		
.30		A MINHA GERAÇÃO		JANELA INDISCRETA	LINHA DA FRENTE	PROVA DOS FACTOS								
.45														
27.00	N27	ESSÊNCIA	TERRA 4.0	HORA DE AGIR	FOTOBOX	JANELA GLOBAL	N27	1	LINHA DA FRENTE	N27	1	HORA DE AGIR	N27	1
.15		JANELA INDISCRETA	TODAS AS PALAVRAS	VISITA GUIADA	VISITA GUIADA	MUNDO SEM MUROS			eLIGA			VISITA GUIADA		
.30									TODAS AS PALAVRAS			PALAVRAS DO MUNDO		
.45														
28.00	N28	EIXO NORTE/SUL					N28	1	ESSÊNCIA	N28	1	ESSÊNCIA	N28	1
.15		MANCHETES 3 *							JANELA GLOBAL			TERRA 4.0		
.30												EURODEPUTADOS		
.45														
29.00	N29	TELEJORNAL RTP AÇORES + TELEJORNAL RTP MADEIRA					N29	1	TELEJORNAL RTP AÇORES + TELEJORNAL RTP MADEIRA	N29	1	TELEJORNAL RTP AÇORES + TELEJORNAL RTP MADEIRA	N29	1
.15		REPÓRTER ÁFRICA							TECH 3			VOLTA MUNDO LIVROS		
.30		3 ÀS 6							FOTOBOX			6 ÀS 6		
.45		HORA DE AGIR	PALAVRAS DO MUNDO	ESSÊNCIA	TERRA 4.0+FOTOBOX	ESSÊNCIA	N30	1	VOLTA MUNDO LIVROS	N30	1	TODAS AS PALAVRAS	N30	1
30.00	N30	BOM DIA					N30	1	JANELA INDISCRETA	N30	1	BOM DIA	N30	1
.15														
.30														
.45														