

## CENTRO DE CONVÍVIO DE COSTA CABRAL

### ATIVIDADES MÓVEIS E ONLINE

MAIO 2026

RUA COSTA CABRAL, N.º 1024  
TELF.: 225 02 95 91  
email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
04   2.ª F	14H30 – ENTRE NÓS – NEWSLETER DOS CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO
06   4.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
07   5.ª F	14H30 – JOGO DO STOP
08   6.ª F	14H30 – PORTO DE OUTRO OLHAR – LUZ DA TARDE NO JARDIM DO MORRO
12   3.ª F	14H30 – APRESENTAÇÃO DO CANTO CORAL DOS CENTROS DE CONVÍVIO DE LISBOA - SSAP
13   4.ª F	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrições de 27/04 a 08/05)
14   5.ª F	15H00 – VAMOS PETISCAR E CONVERSAR – COMEMORAÇÃO DO 45.º ANIVERSÁRIO DO CENTRO COM BOLO E ESPUMANTE (Inscrições de 27/04 a 11/05)
15   6.ª F	14H30 – CAMINHADA NOS PASSADIÇOS DA MARINA DO FREIXO
21   5.ª F	13H00 – COZINHA PORTUGUESA E O CHEF MIGUEL (Inscrições de 27/04 a 11/05)
27   4.ª F	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrições de 27/04 a 11/04)
28   5.ª F	14H30 – TARDE DE CINEMA

DIA	VISITAS CULTURAIS
20   4.ª F	10H30 – VISITA CULTURAL BIBLIOTECA EUGÉNIO DE ANDRADE (Inscrições de 27/04 a 08/05)

DIA	ATIVIDADES EXCLUSIVAMENTE ONLINE
14   5.ª F	14H30 – CONVERSANDO “ MÃE — a que temos, a que somos ou a que gostaríamos de ser”
28   5.ª F	15H00 – MEMÓRIA E JOGOS COGNITIVOS ONLINE COM TRANSMISSÃO VIA TEAMS (Inscrições de 27/04 a 26/05)
28   5.ª F	14H30 – CONVERSANDO “TEMA LIVRE”

NOTA: ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES POR MOTIVOS IMPREVISTOS (disponível em [www.ssap.gov.pt](http://www.ssap.gov.pt))  
VISITAS: As inscrições são aceites como candidaturas que serão analisadas consoante os critérios de seleção em vigor. Só são aceites inscrições a partir das 10H00 do 1.º dia da inscrição.  
As atividades online decorrem via plataforma TEAMS.