

ATIVIDADES	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
CENTRO DE CONVÍVIO FILIPE FOLQUE					
Jograis	10H30 – 11H30				
Italiano	11H30 - 12H30				
Yoga	10H00 - 11H00				
Medicina Tradicional Chinesa	14H00 – 16H00 (Inscrição obrigatória)	14H00 – 16H00 (Inscrição obrigatória)			
Filosofia	14H30 – 16h00				
Grupo de Cantares FF			10H00 – 12H00		
Do Desenho à Pintura			10H00 - 12H00		
Pintura em Porcelana			14H00 - 17H00		
História de Arte e das Culturas			15H00 - 17H00		
Folclore		10H30 – 11H30			
Inglês		11H00 - 12H00			
Relaxamento Holístico				10H00 - 10H45	
Grupo de Cavaquinhos				11H00 - 12H00	
Francês				11H30 - 12H30	
Artes Decorativas				14H00 - 17H00	
Oficina de Teatro					10H00 - 12H00
Clube de Leitura				15H00 - 17H00 (Quinzenal)	
Solfejo				15H30-17H00	
Tertúlia da Amizade					12H00 - 13H00
CENTRO DE CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO					
Massagem Terapêutica (Prestação de Serviços)		10H00 - 14H00			
Português e os seus Escritores		11H00 - 12H00			
Francês Escrito e Falado		13H30 - 14H30			
Medicina Tradicional Chinesa		14H00 – 16H00 (Inscrição obrigatória)		14H00 – 16H00 (Inscrição obrigatória)	
Grupo Coral		14H30 - 15H30			
Arte com Flores	10H30 – 12H30				
Encadernação e Recuperação de Livros	14H00 – 16H00				
Pontos em Malhas em <i>Tricôt</i>	14H00 – 17H00				
Dançoterapia			10H00 – 11H00		10H00 – 11H00
Costura					10H30 – 12H30
Macramé					11H30 - 12H30
Ginástica de Micromovimentos			11H30 – 12H30		
Vamos Dançar a Salsa					14H30–15H30 Grupo 1 – 1.ª e 3.ª sexta-feira do mês Grupo 2 – 2.ª e 4.ª sexta-feira do mês
Reiki			15H00 - 16H30 (Quinzenal)		
CENTRO SOCIOCULTURAL					
Pilates	10H00 – 10H50		10H00 – 10H50		
Ginástica	11H15 – 12H05			11H00 – 11H50	

Os Centros de Convívio dispõem das seguintes valências: biblioteca, sala de estar, sala de jogos, sala de TV, jogos de mesa, sala de informática com acesso à internet.

CENTRO CONVÍVIO FILIPE FOLQUE | R. Filipe Folque, n.º 67 - 1.º -1050-112 Lisboa – Telefone: 213 161 322 | Email: centro.filipefolque@ssap.gov.pt

CENTRO CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO | Av. Guerra Junqueiro, n.º 19- 3.º Esq. e 4.º Dto. – 1000-066 Lisboa – Telefone: 218 405 048 | Email: centro.junqueiro@ssap.gov.pt

CENTRO SOCIOCULTURAL | Av. Visconde Valmor, 76 C – 1050-070 Lisboa – Telefone: 217 932 003 | Email: centro.sociocultural@ssap.gov.pt