

CENTROS DE CONVÍVIO DE LISBOA
ATIVIDADES FIXAS
JULHO 2025

ATIVIDADES	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
CENTRO DE CONVÍVIO FILIPE FOLQUE					
Yoga	10H00 - 11H00				
Medicina Tradicional Chinesa (Consultas)			14H00 – 16H00		
Pintura em Porcelana			14H00 - 17H00		
Inglês		10H30 - 11H30 (Nível Intermédio) 11H35 - 12H35 (Nível Inicial)	10H30 – 11H30 (Nível Inicial) 11H35 – 12H35 (Nível Inicial)		
Relaxamento Holístico				10H00 - 10H45	
Danças No Salão				14H00 - 15H00	
Artes Decorativas		14H00 – 17H00			
Espanhol					11H00 - 12H00
CENTRO DE CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO					
Massagem Terapêutica		10H00 - 14H00			
Encadernação e Recuperação de Livros	14H00 – 16H00				
Dançoterapia			10H00 – 11H00		10H00 – 11H00
Ginástica de Micromovimentos			11H30 – 12H30		
Reiki			10H30 – 12H00 15H00 - 16H30 (Quinzenal)		
Medicina Tradicional Chinesa (Consultas)				14H00 – 16H00	
CENTRO SOCIOCULTURAL – NÃO HÁ PILATES E GINÁSTICA NOS MESES DE JULHO E AGOSTO.					

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

NOTA IMPORTANTE

DE 28/07 A 25/08 ENCONTRAM-SE ABERTAS AS INSCRIÇÕES PARA AS ATIVIDADES FIXAS NOS CENTROS DE CONVÍVIO.