

ÁLVARES CABRAL
RUA ÁLVARES CABRAL, N.º 351
TELF.: 222 03 78 15
email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
02 6.ª F	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
05 2.ª F	14H30 – CHÁ DAS 3
06 3.ª F	10H30 – TROCAS VINTAGE 13H00 – ALMOÇO COMEMORATIVO DO DIA DOS REIS MAGOS (Inscrições de 29/12 a 02/01)
13 3.ª F	14H30 – TARDE DE CINEMA
15 5.ª F	10H30 – VENHA LER UM LIVRO
20 3.ª F	16H00 – LANCHE COMEMORATIVO DO DIA MUNDIAL DO QUEIJO (Inscrições de 29/12 a 14/01)
29 5.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DA TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES- Baile e Lanche Partilhado
30 6.ª F	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrições de 29/12 a 16/01)

DIA	ATIVIDADES EXCLUSIVAMENTE <i>ONLINE</i> (Link de acesso no Portal SSAP)
08 5.ª F	14H30 – CONVERSANDO – TEMA: PROJETOS PARA 2026
22 5.ª F	14H30 – CONVERSANDO – TEMA: CRIATIVIDADE

DIA	VISITAS CULTURAIS
27 3.ª F	14H30 – DIA INTERNACIONAL DO VINHO DO PORTO- Visita Cultural às Caves do Vinho do Porto (Inscrições de 29/12 a 16/01)
30 6.ª F	14H30 – CAMINHADA NOS JARDINS DO PALÁCIO DE CRISTAL- Visita Cultural ao Museu da Cidade - Extensão do Palácio de Cristal (Inscrições de 29/12 a 16/01)

CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO

ATIVIDADES MÓVEIS E *ONLINE*

JANEIRO 2026

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

DIA	ATIVIDADE
02 6.ª F	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
07 2.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
09 3.ª F	14H30 – DINÂMICA DE TALENTOS
12 2.ª F	14H30 – VAMOS JOGAR AO UNO
13 3.ª F	14H30 – JOGOS COGNITIVOS
14 4.ª F	10H00 – 12H00- <i>REIKI</i> (Inscrições de 29/12 a 09/01) 15H30 – LANCHE COMEMORATIVO DO DIA DE REIS (Inscrições de 29/12 a 09/01)
15 5.ª F	14H30 – JOGO DO STOP
16 6.ª F	14H30 – TERTÚLIA
19 2.ª F	14H30 – CONTE COMO FOI
22 5.ª F	13H00 – O ALMOÇO DO PROF. MIGUEL (Inscrições de 29/12 a 16/01)
23 6.ª F	14H30 – ENTRE NÓS – NEWSLETTER DOS CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO
28 4.ª F	10H30 – 12H00- <i>REIKI</i> (Inscrições de 23/12 a 09/01)
29 5.ª F	14H30 – TARDE DE CINEMA