

JULHO 2024

ÁLVARES CABRAL

RUA ÁLVARES CABRAL, N.º 351
TELF.: 22 2037815
email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
02 3.ª F	14H30 – CHÁ DAS 3
10 4.ª F	14H30 – RECEITAS COM HISTÓRIA (Inscrições de 28/06 a 08/07)
12 6.ª F	14H30 – TARDE DE POESIA
16 3.ª F	13H00 – A TUA COZINHA NÃO É IGUAL À MINHA (Inscrições de 28/06 a 08/07) 16H00 – O CHEF DO MÊS “ENCONTRO DO GRUPO DE DANÇAS E CANTARES” (Inscrições de 28/06 a 08/07)
24 4.ª F	10H00 – EMPRESTA-ME O TEU LIVRO
25 5.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Com Baile e Lanche Partilhado
26 6.ª F	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrições de 28/06 a 08/07)
30 3.ª F	14H30 – JOGOS DO MUNDO

COSTA CABRAL

RUA COSTA CABRAL, N.º 1024
TELF.: 22 5029591
email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
03 4.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Com Baile e lanche partilhado
08 2.ª F	14H30 – DINÂMICA DE TALENTOS
10 4.ª F	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrições de 28/06 a 08/07)
11 5.ª F	14H30 – CONTE COMO FOI
15 2.ª F	14H30 – TARDE DE CINEMA
16 3.ª F	14H30 – FALAR COM A PSP
17 4.ª F	14H30 – TERTÚLIA
19 6.ª F	14H30 – ATUALIDADES
23 3.ª F	14H30 – COMO É BOM RECORDAR
25 5.ª F	15H00 – LANCHE PRÉ FÉRIAS
26 6.ª F	14H30 – JOGOS COGNITIVOS

DIA	ATIVIDADES EXCLUSIVAMENTE ONLINE (Link de acesso no Portal SSAP)
04 5.ª F	14H30 - CONVERSANDO “POESIA LIVRE”
18 5.ª F	14H30 - CONVERSANDO “FÉRIAS 2024: PARA ONDE?”

NOTA: ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES POR MOTIVOS IMPREVISTOS (disponível em 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, ou plataforma ZOOM, estas são também projetadas nos Centros de Convívio do Porto, onde pode assistir presencialmente.