

ÁLVARES CABRAL

RUA ÁLVARES CABRAL, N.º 351

TELF.: 222 03 78 15

email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
01 3.ª F	14H30 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
02 4.ª F	13H00 – CHÁ DAS 3
08 3.ª F	14H00 – TARDE DE CINEMA
15 3.ª F	14H30 – JOGOS DO MUNDO
17 5.ª F	14h30 – RECEITAS COM HISTÓRIA (Inscrições de 27/03 a 07/04)
22 3.ª F	10H030 - TROCAS VINTAGE (Inscrições de 26/03 a 07/04)
24 5.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
28 2.ª F	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrições de 27/03 a 07/04)

DIA	ATIVIDADES EXCLUSIVAMENTE ONLINE Com projeção nos Centros de Convívio do Porto
02 4.ª F	14H30 – NAVEGANDO PELO LUTO: COMPREENDER E LIDAR COM A PERDA PRESENCIAL E ONLINE COM TRANSMISSÃO VIA TEAMS (Inscrições 27/03 A 01/03)
03 5.ª F	14H30 – CONVERSANDO “POETAS E POESIA”
10 5.ª F	15H30 - VAMOS FALAR DE SAÚDE PRESENCIAL E ONLINE COM TRANSMISSÃO VIA TEAMS (Inscrições de 01 a 07/04)
16 4.ª F	14H30 - MEMÓRIA E JOGOS COGNITIVOS PRESENCIAL E ONLINE COM TRANSMISSÃO VIA TEAMS (Inscrições de 01 a 07/04)
17 5.ª F	14H30 - CONVERSANDO “PÁSCOA: VÁRIAS VERTENTES”

COSTA CABRAL

RUA COSTA CABRAL, N.º 1024

TELF.: 225 02 95 91

email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt

DIA	ATIVIDADE
01 3.ª F	14H30 - APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
02 4.ª F	14H00 – MEDIÇÃO DE TENSÃO ARTERIAL 15H30 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
04 6.ª F	14H30 – DINÂMICA DE TALENTOS
07 2.ª F	14H30 – CONTE COMO FOI
09 4.ª F	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrições de 27/03 a 07/04)
11 6.ª F	14H30 – JOGOS COGNITIVOS
15 3.ª F	14H30 – COMO É BOM RECORDAR
16 4.ª F	14H30 – TERTÚLIA
21 2.ª F	14H30 – REFLETINDO...
22 3.ª F	14H30 – COMEMORAÇÕES DOS 50 ANOS DO 25 ABRIL RUBRICA - ONDE ESTAVAS NO 25 DE ABRIL? (Inscrições de 27/03 a 07/04)
23 4.ª F	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrições de 27/03 a 07/04)
24 5.ª F	13H00 – O ALMOÇO DO PROF. MIGUEL (Inscrições de 27/03 a 07/04) 15H00 – BAILE DA LIBERDADE