

CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO
ATIVIDADES MÓVEIS E ONLINE
DEZEMBRO 2023

DIAS	ALVARES CABRAL Rua Álvares Cabral, n.º 351 Tel.: 22 2037815 <i>email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt</i>	COSTA CABRAL Rua Costa Cabral, n.º 1024 Tel.: 22 5029591 <i>email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt</i>
4 2.ª Feira	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
5 3.ª Feira		14H30 – JOGOS COGNITIVOS
6 4.ª Feira	14H30 – RECEITAS COM HISTÓRIA (Inscrição de 27/11 a 04/12)	15H00 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
7 5.ª Feira	14H30 - ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO” TEMA – “CURIOSIDADES LÍNGUÍSTICAS”	
		14H30 – TERTÚLIA
11 2.ª Feira		14H30 – CONTE COMO FOI...
12 3.ª Feira	14H30 – CHÁ DAS 3	14H30 – REFLETINDO
13 4.ª Feira		10H00 – 12H00 – <i>REIKI</i> (Inscrições decorreram de 30/10 a 09/11)
14 5.ª Feira	12H30 – ATIVIDADE DE NATAL PARA APOSENTADOS 2023 A decorrer no Centro de Congressos da Alfândega do Porto	
15 6.ª Feira		14H30 –... O RESTO É POESIA ... Orientada pelo Prof. Amândio Vasconcelos
18 2.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE PRESENCIAL COM TRANSMISSÃO <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “VAMOS FALAR DE SAÚDE” (Inscrições de 04 a 14/12)	
		14H30 – TARDE DE CINEMA
19 3.ª Feira	13H00 – A TUA COZINHA NÃO É IGUAL À MINHA (Inscrição de 27/11 a 04/12)	
20 4.ª Feira		15H30 – LANCHE DA LURDINHAS (Inscrição de 27/11 a 07/12)
21 5.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO” TEMA – “GASTRONOMIA NATALÍCIA”	
22 6.ª Feira	14H30 – TARDE DE POESIA	15H00 – <i>BLUSH</i> – BELEZA NA 3.ª IDADE (Inscrição de 27/11 a 07/12)
27 4.ª Feira	14H30 – JOGOS DO MUNDO	14H30 – DINÂMICA DOS TALENTOS
28 5.ª Feira	15H00 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado	
29 6.ª Feira	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrição de 27/11 a 07/12)	

NOTA: ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES POR MOTIVOS IMPREVISTOS (disponível em www.ssap.gov.pt)
VISITAS, PASSEIOS E CIRCUITOS FIM DE SEMANA SÉNIOR: 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 na generalidade via plataforma *TEAMS*. São também projetadas nos Centros de Convívio do Porto onde podem assistir presencialmente.