

**CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO
ATIVIDADES MÓVEIS E ONLINE
NOVEMBRO 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>
2 5.ª Feira	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO” – TEMA: “SÃO MARTINHO”	
3 6.ª Feira	13H00 – DIA DA SANDUÍCHE (Inscrições de 27/10 a 02/11)	14H30 – ... O RESTO É POESIA ... Orientada pelo Prof. Amândio Vasconcelos
6 2.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE PRESENCIAL COM TRANSMISSÃO <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “VAMOS FALAR DE SAÚDE” (Inscrições de 27/10 a 02/11)	
	14H30 – CHÁ DAS 3	14H30 – REFLETINDO
7 3.ª Feira		14H30 – JOGOS COGNITIVOS
8 4.ª Feira		15H00 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado
9 5.ª Feira		14H30 – TERTÚLIA
10 6.ª Feira	09H00 – CIRCUITO DE FIM DE SEMANA SÉNIOR “CULTURA, HISTÓRIA E DIVERSÃO” CASA ALICE FÉLIX (SANTA CRUZ DA TRAPA) (As inscrições decorreram de 01 a 18/08)	
	14H30 – TARDE DE POESIA	
13 2.ª Feira		15H00 – MAGUSTO DE COSTA CABRAL (Inscrição de 30/10 a 09/11)
14 3.ª Feira	10H00 – DIA MUNDIAL DA DIABETES	10H00 – DIA MUNDIAL DA DIABETES
	13H00 – A TUA COZINHA NÃO É IGUAL À MINHA (Inscrição de 30/10 a 10/11)	14H30 – CONTE COMO FOI...
15 4.ª Feira	09H00 – PASSEIO DE UM DIA A SANTO TIRSO (As inscrições decorreram de 26/10 a 05/11)	
	14H30 – RECEITAS COM HISTÓRIA (Inscrição de 30/10 a 10/11)	10H00 – 12H00 – REIKI (Inscrição de 30/10 a 10/11)
16 5.ª Feira	11H00 – DIA MUNDIAL DA FILOSOFIA – AULA ABERTA	
	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO” – TEMA: “ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO: SIM OU NÃO?”	
17 6.ª Feira		15H00 – <i>BLUSH</i> – BELEZA NA 3.ª IDADE (Inscrição de 30/10 a 10/11)
20 2.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE PRESENCIAL COM TRANSMISSÃO <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “MEMÓRIA E JOGOS COGNITIVOS” (Inscrições de 02 a 15/11)	
		14H30 – TARDE DE CINEMA – COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DO CINEMA
22 4.ª Feira	08H30 – PASSEIO DE UM DIA A JALES E VILA POUCA DE AGUIAR (As inscrições decorreram de 26/10 a 05/11)	
		15H30 – LANCHE DAS LURDINHAS (Inscrição de 30/10 a 10/11)
23 5.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE PRESENCIAL COM TRANSMISSÃO <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “AS CASCATAS DE PORTUGAL” (Inscrições de 02 a 21/11)	
24 6.ª Feira	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrição de 30/10 a 10/11)	
27 2.ª Feira	14h30 – ATIVIDADE PRESENCIAL COM TRANSMISSÃO <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>ZOOM</i> “CRESCER A CONHECER-SE: AS NOSSAS HISTÓRIAS DE VIDA” (Inscrições de 02 a 23/11)	
		14H30 – DINÂMICA DOS TALENTOS
28 3.ª Feira	14H30 – JOGOS DO MUNDO	
30 5.ª Feira	10H30 – DIA DA SEGURANÇA DO COMPUTADOR	14H30 – DIA DA SEGURANÇA DO COMPUTADOR
	15H00 – FESTA DE ANIVERSARIANTES Baile e lanche partilhado	

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*, à exceção da atividade do dia 27 que será via plataforma *ZOOM*. São também projetadas nos Centros de Convívio do Porto onde podem assistir presencialmente.