

**CENTROS DE CONVÍVIO DE LISBOA  
ATIVIDADES FIXAS**

**MAIO 2024**



ATIVIDADES	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
<b>CENTRO DE CONVÍVIO FILIPE FOLQUE</b>					
<i>Yoga</i>	10H00 - 11H00				
Jograis	10H30 - 11H30				
Italiano	11H30 - 12H30				
Medicina Tradicional Chinesa	14H00 - 16H00 (Inscrição obrigatória)	14H00 - 16H00 (Inscrição obrigatória)			
Filosofia	14H30 - 16h00				
Grupo de Cantares FF			10H00 - 12H00		
Do Desenho à Pintura			10H00 - 12H00		
Pintura em Porcelana			14H00 - 17H00		
História de Arte e das Culturas			15H00 - 17H00		
Folclore		10H30 - 11H30			
Inglês		11H00 - 12H00			
Relaxamento Holístico				10H00 - 10H45	
Grupo de Cavaquinhos				11H00 - 12H00	
Francês				11H30 - 12H30	
Artes Decorativas				14H00 - 17H00	
Oficina de Teatro					10H00 - 12H00
Clube de Leitura				15H00 - 17H00 (Quinzenal)	
Solfejo				15H30-17H00	
Tertúlia da Amizade					12H00 - 13H00
<b>CENTRO DE CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO</b>					
Massagem Terapêutica (Prestação de Serviços)		10H00 - 14H00			
Francês Escrito e Falado		13H30 - 14H30			
Medicina Tradicional Chinesa		14H00 - 16H00 (Inscrição obrigatória)		14H00 - 16H00 (Inscrição obrigatória)	
Grupo Coral		14H30 - 15H30			
Arte com Flores	10H30 - 12H30				
Encadernação e Recuperação de Livros	14H00 - 16H00				
Pontos em Malhas e <i>Tricôt</i>	14H00 - 17H00				
Dançoterapia			10H00 - 11H00		10H00 - 11H00
Costura					10H30 - 12H30
Ginástica de Micromovimentos			11H30 - 12H30		
<i>Reiki</i>			10H30 - 12H00 15H00 - 16H30 (Quinzenal)		
<b>CENTRO SOCIOCULTURAL</b>					
Pilates	10H00 - 10H50		10H00 - 10H50		
Ginástica	11H15 - 12H05			11H00 - 11H50	

Os Centros de Convívio dispõem das seguintes valências: biblioteca, sala de estar, sala de jogos, sala de TV, jogos de mesa, sala de informática com acesso à internet.

**CENTRO CONVÍVIO FILIPE FOLQUE** | R. Filipe Folque, n.º 67 - 1.º -1050-112 Lisboa – Telefone: 213 161 322 | Email: [centro.filipefolque@ssap.gov.pt](mailto:centro.filipefolque@ssap.gov.pt)

**CENTRO CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO** | Av. Guerra Junqueiro, n.º 19- 3.º Esq. e 4.º Dto. – 1000-066 Lisboa – Telefone: 218 405 048 | Email: [centro.junqueiro@ssap.gov.pt](mailto:centro.junqueiro@ssap.gov.pt)

**CENTRO SOCIOCULTURAL** | Av. Visconde Valmor, 76 C – 1050-070 Lisboa – Telefone: 217 932 003 | Email: [centro.sociocultural@ssap.gov.pt](mailto:centro.sociocultural@ssap.gov.pt)