

CENTROS DE CONVÍVIO DE LISBOA ATIVIDADES FIXAS

JULHO 2026

ATIVIDADES	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
CENTRO DE CONVÍVIO FILIPE FOLQUE					
<i>Yoga</i>	10H00 - 11H00				
Do Desenho à Pintura			10H00 - 12H00		
Pintura em Porcelana			14H00 - 17H00		
Relaxamento Holístico				10H00 - 10H45	
Língua Francesa				11H30 - 12H30	
Danças No Salão				14H00 - 15H00	
Artes Decorativas		14H00 - 17H00			
Clube de Leitura				15H00 - 17H00 (Quinzenal)	
CENTRO DE CONVÍVIO GUERRA JUNQUEIRO					
Massagem Terapêutica		10H00 - 14H00			
Encadernação e Recuperação de Livros	14H00 - 16H00				
Dançoterapia			10H15 - 11H15		10H00 - 11H00
Ginástica de Micromovimentos			11H30 - 12H30		
<i>Reiki</i>			10H30 - 12H00 15H00 - 16H30 (Quinzenal)		
CENTRO SOCIOCULTURAL					
Pilates	10H00 - 10H45		10H00 - 10H45 (Turma 1) 10H55 - 11H40 (Turma 2)		
Ginástica	11H15 - 12H05			11H15 - 12H05	

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

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

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