

CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO

ATIVIDADES FIXAS

AGOSTO 2023

ATIVIDADES	CENTRO DE CONVÍVIO	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
Inglês	AC	Férias				
Filosofia	AC				Férias	
Portugal no Mundo e Cidadania	AC				Férias	
Estética e Teorias da Arte	AC	Férias				
Técnicas de Relaxamento	AC				Férias	
Ginástica Geriátrica	AC		Férias	Férias		Férias
À Procura da Arte	AC			14H30 - 16H30		
Amigos da Dança	AC					Férias
Manualidades	AC	Férias				
Pintura a Óleo	AC		10H00 - 12H00			
Danças e Cantares	AC		Férias			
Canto Coral	CC				14H00 - 16H00	
Aulas de Música e Instrumentos	CC				Férias	
Cavaquinhos Seniores	CC		Férias			
Arraiolos	CC			Férias		
História do Cinema	CC	Férias				
História do Porto	CC					Férias
Artes Decorativas	CC			Férias		
História da Arte Clássica	CC	Férias				
Cultura Médica	CC		Férias			
Rabiscos na Tela	CC			Férias		
Ginasticando	CC				Férias	
Yoga de Relaxamento 1	CC		14H30 - 15H30			10H00 - 11H00
Yoga de Relaxamento 2	CC			14H30 - 15H30		11H00 - 12H00
Dança Contemporânea	CC	Férias				
Pilates	CC		15H30 - 16H30			
Desenho/Pintura	CC		Férias			

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

AC - CENTRO DE CONVÍVIO ÁLVARES CABRAL
 Rua Álvares Cabral, 351 – 4050-041 – Porto - telefone: 222 037 815 / telemóvel: 916 367 075
 Email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt

CC - CENTRO DE CONVÍVIO COSTA CABRAL
 Rua de Costa Cabral, 1024 – 4200-213 Porto – telefone: 225 059 591 / telemóvel: 916 369 842
 Email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt