

CENTROS DE CONVÍVIO DE LISBOA

ATIVIDADES FIXAS

MARÇO 2023

ATIVIDADES	CENTRO DE CONVÍVIO	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
Italiano	FF	11H30 - 12H20				
História de Arte e das Culturas	FF			15H00-17H00		
Artes Decorativas	FF				14H00 - 17H30	
Oficina de Teatro	FF					10H00 - 12H00
Pintura em Porcelana	FF			14H00 - 17H00		
Do Desenho à Pintura	FF			10H00 - 12H00		
Folclore	FF		11H00 – 12H00			
Jograis	FF		10H30 – 12H30			
Yoga	FF	10H10 - 11H00				
Grupo de Cavaquinhos	FF				11H00 - 12H00	
Melodias de Sempre	FF			10H30 - 12H30		
Solfejo	FF				14H30-15H30	
Clube de Leitura	FF				15H00-17H00 (quinzenal)	
Tertúlia da Amizade	FF					12H00 - 13H00
Relaxamento Holístico	FF				10H00-11H00	
Medicina Tradicional Chinesa	FF/GJ		14H00-17H00 FF	14H00-17H00 GJ		
Grupo Coral	GJ		14H30-15H30			
Flauta de Bisel	GJ		10H30-12H30			
Massagem Terapêutica (Prestação de Serviços)	GJ		10H00-14H00			
Reiki	GJ			15H00–16H30 (quinzenal)		
Vamos Dançar a Salsa	GJ					Grupo 1 – 1ª e 3ª sexta-feira do mês 14H30-15H30 Grupo 2 – 2ª e 4ª sexta-feira do mês 13H00–14H00
Encadernação e Recuperação de Livros	GJ	14H00–16H00				
Pontos em Malhas e Tricot	GJ	14H00–17H00				
Dançoterapia	GJ			10H00–11H00		10H00–11H00
Ginástica de Micromovimentos	GJ			11H30–12H30		

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.

FF – 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

GJ – 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