

**CENTROS DE CONVÍVIO DO PORTO  
ATIVIDADES MÓVEIS E ONLINE  
DEZEMBRO 2022**

<b>DIAS</b>	<b>ALVARES CABRAL</b> Rua Álvares Cabral, n.º 351 Tel.: 22 2037815 <i>email: centro.a.cabral@ssap.gov.pt</i>	<b>COSTA CABRAL</b> Rua Costa Cabral, n.º 1024 Tel.: 22 5029591 <i>email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt</i>
<b>2</b> 6.ª Feira	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES	14H15 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ATIVIDADES
<b>5</b> 2.ª Feira		14H30 – CONTE COMO FOI...
<b>7</b> 4.ª Feira		14H30 – TERTÚLIA
<b>9</b> 6.ª Feira	14H30 – TARDE DE POESIA	
	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> HISTÓRIAS DA HISTÓRIA – PALESTRA INTERATIVA - “VAMOS GOZAR COM A PANDEMIA” (Inscrição de 28/11 a 06/12)	
<b>12</b> 2.ª Feira		14H30 – COMO É BOM RECORDAR
<b>14</b> 4.ª Feira		14H30 – JOGOS COGNITIVOS
<b>15</b> 5.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO”	
	12H30 - ATIVIDADE DE NATAL PARA APOSENTADOS 2022 A decorrer no Centro de Congressos da Alfândega	
<b>19</b> 2.ª Feira	14H30 – RECEITAS COM HISTÓRIA (Inscrições de 28/11 a 09/12)	14H30 – TARDE DE CINEMA
	14H30 - ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>ZOOM</i> PALESTRA- “VALORIZAÇÃO PESSOAL E PRÁTICA DE IOGA DO RISO” com a Dr.ª Fátima Frazão (Inscrição de 28/11 a 12/12)	
<b>20</b> 3.ª Feira	14H30 – JOGOS DO MUNDO	
<b>21</b> 4.ª Feira	14H30 - ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> PALESTRA: “A FOTOGRAFIA NO SÉCULO XX” (Inscrição de 28/11 a 12/12)	
<b>22</b> 5.ª Feira		14H30 – DINÂMICA DOS TALENTOS
<b>23</b> 6.ª Feira	14H30 – POSSO PEDIR O DISCO?	
	14H30 - ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CINEMAS ICÓNICOS DE LISBOA” (Inscrições de 28/11 a 12/12)	
<b>26</b> 2.ª Feira		14H30 – CONVÍVIO COM TROCA DE NATAIS
<b>29</b> 5.ª Feira	14H30 – ATIVIDADE <i>ONLINE</i> VIA PLATAFORMA <i>TEAMS</i> “CONVERSANDO”	
<b>30</b> 6.ª Feira	13H00 – COZINHA PORTUGUESA (Inscrições de 28/11 a 09/12)	

**NOTA: ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES POR MOTIVOS IMPREVISTOS (disponível em [www.ssap.gov.pt](http://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 via plataforma *TEAMS* exceto a atividade de dia 19 que decorrerá via plataforma *ZOOM*. São também projetadas nos Centros de Convívio do Porto onde pode assistir presencialmente.