

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACAVÉM

SALA 1 – 15 ALUNOS MÁXIMOS

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
09h50 – 10h50	10h00 – 11h00	10h00 – 11h00	10h00 – 11h00	10h00 – 11h00
Introdução à Psicologia	Inglês	História de Africa	Património classificado; viajar sem sair do lugar A	Património classificado; viajar sem sair do lugar B
Elisabete Gonçalves	Rosa Militão	Irene Tarouca	Irene Tarouca	Irene Tarouca
11h05 – 12h15	11h15 – 12h15	11h00 – 12h15	11h15 – 12h15	11h15 – 12h15
Desenvolvimento da Inteligência Emocional	História de Portugal	Economia Política	História da expansão e Império português A	História da expansão e Império português B
Ediane Antunes	Beatriz Martins	Carlos Pais	Irene Tarouca	Irene Tarouca

Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00

		14h30 – 16h00		
		História Contemporânea		
		Narciso Conceição		
			15h30 – 16h30	
			Imagem e Protocolo	
			Sandra Cruz	

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACA VÉM

SALA 2 – 7 Alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00				
14h00 – 16h00	14h15 – 15h45	14h15 – 15h45	14h00 – 15h45	
O Conhecimento ao alcance de Todos	Informática avançada	Informática Inicial	Informática Avançada	
Manuel Pereira	Augusto Moura Brito	Fernando Mota	Fernando Mota	
16h15 – 17h15	16h00 – 17h15	16h00 – 17h15		
Informática	Curiosidades da Informática	Inovação e Conhecimento		
Fernando Mota	Vânia do Carmo	João Lourenço		

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACAIVÉM

SALA 3 – 10 Alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
09h15 – 10h15	10h00 – 11h00		09h30 – 11h00	10h00 – 11h30
Reiki e Meditação	Francês		Ambiente e Saúde	Terapias de Saúde e bem-estar
Paula Mateus	Zulmira Pereira		Óscar Esteves	Alexandra Bichinho
10h45 – 12h15	11h00 – 12h15	11h00 – 12h30	11h15 – 12h15	
Cavaquinhos Iniciados	Matemática para a vida	Estórias da História de Portugal e Lendas do Porto	Cidadania	
Pedro Carvalho	Óscar Esteves	Pedro Carvalho	Mariana Stumpo	
Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00				
	14h10 – 15h10	14h00 – 15h00	14h00 – 15h15	
	Cavaquinhos Avançados	Russo	Aromoterapia	
	Abílio Costa	Eugénia Ferreira	Maria José Silva	
15h00 – 16h00				
Reiki nível II				
Ana Horta				

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACA VÉM

SALA 4 – 6 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
10h00 – 12h00	10h00 – 12h00	09h30 – 12h00	10h00 – 12h00	09h30 – 12h00
Estanho	Desenhar e Relaxar	Costura e Corte Avançados**	Patchwork II	Costura e corte Iniciados**
Maria Fernandes	Acúrcio Marques	Aurélia Fazenda	Fernanda Cruz	Aurélia Fazenda

Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00

14h00 – 16h00		14h00 – 17h15	14h00 – 16h00	
Pintura a Óleo		Lavores	Patchwork I Costura criativa e bonecas	
Maria Fernandes		Luísa Jordão	Fernanda Cruz	
16h15 – 17h15	15h00 – 16h00			
Macramé	Clube dos Enófilos*			
Acúrcio Marques	Pedro Carvalho			

*Aula quinzenal

** Inicia em Janeiro

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACA VÉM

SALA 5 – 8 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
09h30 – 12h20		09h30 – 12h00	10h00 – 12h00	
Cerâmica avançada		Pintura Acrílica em Tela	Pintura em Porcelana	
M ^ª do Céu Nogueira		António Matias	M ^ª José Silva	
Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00				
14h05 – 17h00	14h00 – 17h00	14h00 – 16h30	14h00 – 16h30	14h00 – 17h00
Cerâmica	Cerâmica Iniciação	Artes Decorativas	Pintura e Óleo	Pintura Acrílica em Tela
João Miguel e Carlos Moreira	João Miguel e Carlos Moreira	Toríbia Barrinha	Maria Fernandes	António Matias

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACAÉM

GINÁSIO – 12 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
10h00 – 12h00	09h45 – 11h30	10h00 – 12h00		09h45 – 11h30
Teatro	Etnografia e Folclore	Teatro		Etnografia e Folclore
João Pinheiro	Jaime Coelho	João Pinheiro		Jaime Coelho
Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00				
14h10 – 15h30	15h00 – 16h00		14h00 – 16h00	
Viola	Gerontomotricidade: Movimentos para a vida		Clube dos Amigos da Poesia	
Abílio Costa	Vera Costa		Délio Alves	

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACA VÉM

AUDITÓRIO – 15 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	09h30 – 10h45	10h30 – 12h00	09h45 – 11h15	10h00 – 12h00
	Meditação Guiada A	loga	Ginástica Oriental	Coro
	Diana Dórdio	José Paixão	José Carlos Sousa	Acúrcio Marques
	11h00 – 12h20			
	Meditação Guiada B			
	Diana Dórdio			

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACAVÉM

Outdoor – 15 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	09h30 – 10h45			
	Caminhadas			
	Luís Silva			

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACAÉM

SALA 8 – 7 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
			11h00 – 12h00	
			Teorias de Alimentação Saudável	
			Idalinda Conde	

HORÁRIOS ANO LETIVO 2021/2022

POLO DE SACA VÉM

BIBLIOTECA – 10 alunos máximo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
09h30 - 10h50	11h00 – 12h20			
Desenvolvimento da Inteligência Emocional	Clube dos Amigos da Poesia			
Ediane Antunes	Délio Alves			

Encerrado para almoço das 12:30 às 14:00

	14h15 – 16h15	14h15 – 17h15	14h00-16h00	14h15 – 17h15
	Arraiolos	Clube de Xadrez	Clube Crochet e Tricot	Clube de Xadrez
	Acúrcio Marques e M. ^a Helena Só	Virgílio Mesquita	Elisabete Reis e Elsa Oliveira	Virgílio Mesquita

**HORÁRIOS
ANO LETIVO 2021/2022**

POLO DE SACAÉM

**GESLOURES – Piscinas Municipais da Portela
(10 vagas)**

SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	13H50 – 14h35		13H50 – 14h35	
	AMA – Adaptação ao Meio Aquático		AMA – Adaptação ao Meio Aquático	
	GESLOURES		GESLOURES	

Projeto Música pela Vida – Conservatório D'Artes de Loures (CAL)
Estudos Musicais | Atelier de Coro | Oficina Orquestra de Produção Corporal

SEG	TER	QUA	QUI	SEX

(Horários a definir pelo CAL)