

## POLO CULTURAL DA TERCEIRA IDADE - CRONOGRAMA DAS OFICINAS

OFICINAS	DIA DA SEMANA	HORÁRIO	LOCALIZAÇÃO	PROFESSOR(A)	INSCRIÇÕES
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	SEGUNDA	08H30 - 12H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ENCERRADAS
OFICINA DE CAPOEIRA PARA PESSOAS IDOSAS	SEGUNDA	10H00 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	MIKE	ENCERRADAS
TIRA DÚVIDAS DE INFORMÁTICA E SMARTPHONE	SEGUNDA	10H00 - 12H00	TELECENTRO	HELIO MAEDA	ORDEM DE CHEGADA
OFICINA DE VIOLEIROS	SEGUNDA	10H00 - 11H00	AUDITÓRIO	PEDRO ARBEX	ENCERRADAS
GRUPO LIVRE DE DOAÇÃO	SEGUNDA	13H30 - 16H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	CLEIDE FÁVARO	ENCERRADAS
OFICINA DE YOGA	SEGUNDA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	FLÁVIA	ENCERRADAS
OFICINA DE ATIVIDADES COGNITIVAS	SEGUNDA	16H15 - 17H30	SALÃO PRINCIPAL	LEILA (UNINOVE)	ENCERRADAS
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	TERÇA	08H30 - 16H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ENCERRADAS
OFICINA DE MUSCULAÇÃO	TERÇA	08H15 - 09H15	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	ENCERRADAS
OFICINA DE REGÊNCIA, CANTO E CORAL	TERÇA	09H30 - 11H00	AUDITÓRIO	RAQUEL	ENCERRADAS
OFICINA DE DANÇA SÊNIOR	TERÇA	10H00 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	VALDA	ENCERRADAS
PRÁTICAS REVITALIZADORAS	TERÇA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	ELISEU	ENCERRADAS
OFICINA DE MEMÓRIA CRIATIVA	TERÇA	15H00 - 16H30	SALÃO PRINCIPAL	ELISEU	ENCERRADAS
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	QUARTA	08H00 - 10H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ENCERRADAS
OFICINA DE VIOLEIROS	QUARTA	10H00 - 11H00	AUDITÓRIO	PEDRO ARBEX	ENCERRADAS
OFICINA DE ARTES PARA INICIANTES	QUARTA	10H30 - 12H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	AMANDA	ENCERRADAS
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	QUARTA	13H30 - 16H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	EQUIPE REFORÇO	ENCERRADAS
OFICINA DE YOGA	QUARTA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	FLÁVIA	ENCERRADAS
PROJETO GERAÇÃO PORTELA DO CAMBUCI 60+	QUARTA	15H30 - 17H00	SALÃO PRINCIPAL	JURA	ENCERRADAS
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	QUINTA	08H00 - 12H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ENCERRADAS
OFICINA DE ITALIANO PARA INICIANTES	QUINTA	10H00 - 11H00	AUDITÓRIO	GUSTAVO	ENCERRADAS
OFICINA DE PILATES 1	QUINTA	10H00 - 10H50	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	ENCERRADAS
OFICINA DE PILATES 2	QUINTA	11H00 - 11H50	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	ENCERRADAS
OFICINA DE CULINÁRIA PRÁTICA E SAUDÁVEL	QUINTA	13H30 - 15H00	COZINHA DO POLO	ANA KATINA	ENCERRADAS
OFICINA DE KARATÊ PARA PESSOAS IDOSAS	QUINTA	15H10 - 16H10	SALÃO PRINCIPAL	SUSANA	ENCERRADAS
OFICINA DE ATIVIDADES COGNITIVAS	QUINTA	16H15 - 17H30	SALÃO PRINCIPAL	LEILA (UNINOVE)	ENCERRADAS
GRUPO LIVRE AVANÇADO DE PINTURA	SEXTA	08H00 - 11H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	FABÍOLA LEE	ENCERRADAS
OFICINA DE GINÁSTICA E ALONGAMENTO 1	SEXTA	09H10 - 10H00	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	ENCERRADAS
OFICINA DE GINÁSTICA E ALONGAMENTO 2	SEXTA	10H10 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	ENCERRADAS
OFICINA MÉTODO YURA DO JAPÃO	SEXTA	10H30 - 12H00	AUDITÓRIO	FLÁVIA	ENCERRADAS
TIRA DÚVIDAS DE INFORMÁTICA E SMARTPHONE	SEXTA	10H00 - 14H00	TELECENTRO	HELIO MAEDA	ORDEM DE CHEGADA
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	SEXTA	13H00 - 16H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ENCERRADAS
OFICINA PROMOVER SAÚDE	SEXTA	14H00 - 15H30	SALÃO PRINCIPAL	UBS SÉ - CAMBUCI	ENCERRADAS
OFICINA DE DANÇA CIGANA	SEXTA	15H30 - 16H30	SALÃO PRINCIPAL	VALDA	ENCERRADAS

TELECENTRO ABERTO DE SEGUNDA A SEXTA, DAS 09H00 ÀS 16H30 - COMPUTADORES DISPONÍVEIS PARA USO DOS USUÁRIOS CADASTRADOS  
DOCUMENTOS NECESSÁRIOS PARA A INSCRIÇÃO: COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA, RG E FOTO 3X4. PARA ATIVIDADES FÍSICAS É NECESSÁRIO ATESTADO MÉDICO.  
RUA TEIXEIRA MENDES, 262 - CAMBUCI - SP TEL: (11) 3207-9713 E-MAIL: polocultural@prefeitura.sp.gov.br DIA DA SEMANA E HORÁRIO DAS OFICINAS SUJEITOS À ALTERAÇÃO

**ATENÇÃO: AS INSCRIÇÕES ENCONTRAM-SE ENCERRADAS PARA ESTE SEMESTRE. NOVAS INSCRIÇÕES A PARTIR DE AGOSTO.**