

POLO CULTURAL DA TERCEIRA IDADE - CRONOGRAMA DAS OFICINAS

OFICINAS	DIA DA SEMANA	HORÁRIO	LOCALIZAÇÃO	PROFESSOR(A)	INSCRIÇÕES
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	SEGUNDA	08H30 - 09H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ABERTAS
OFICINA DE TREINAMENTO FUNCIONAL	SEGUNDA	08H30 - 09H30	SALÃO PRINCIPAL	ADÃO (UNINOVE)	EM BREVE
OFICINA DE CAPOEIRA PARA PESSOAS IDOSAS	SEGUNDA	10H00 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	MIKE	ABERTAS
TIRA DÚVIDAS DE INFORMÁTICA E SMARTPHONE	SEGUNDA	10H00 - 12H00	TELECENTRO	HELIO MAEDA	ORDEM DE CHEGADA
OFICINA DE VIOLEIROS	SEGUNDA	10H00 - 11H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	PEDRO ARBEX	LISTA DE ESPERA
GRUPO LIVRE DE DOAÇÃO	SEGUNDA	13H30 - 16H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	CLEIDE FÁVARO	INSCRIÇÕES ABERTAS
OFICINA DE YOGA	SEGUNDA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	FLÁVIA	LISTA DE ESPERA
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	TERÇA	08H30 - 12H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ABERTAS
OFICINA DE MUSCULAÇÃO	TERÇA	08H15 - 09H15	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE REGÊNCIA, CANTO E CORAL	TERÇA	09H30 - 11H00	AUDITÓRIO	RAQUEL	ABERTAS
OFICINA DE DANÇA SÊNIOR	TERÇA	10H00 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	VALDA	ABERTAS
PRÁTICAS REVITALIZADORAS	TERÇA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	ELISEU	ABERTAS
OFICINA DE MEMÓRIA CRIATIVA	TERÇA	15H00 - 16H30	SALÃO PRINCIPAL	ELISEU	ABERTAS
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	QUARTA	08H30 - 09H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ABERTAS
OFICINA DE VIOLEIROS	QUARTA	09H30 - 10H30	AUDITÓRIO	PEDRO ARBEX	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE ARTES PARA INICIANTE	QUARTA	10H30 - 12H00	SALA MULTIDISCIPLINAR	AMANDA	ABERTAS
OFICINA DE ATIVIDADES COGNITIVAS	QUARTA	10H45 - 12H30	AUDITÓRIO	LEILA (UNINOVE)	EM BREVE
OFICINA DE YOGA	QUARTA	14H00 - 15H00	SALÃO PRINCIPAL	FLÁVIA	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE KARATÊ PARA PESSOAS IDOSAS	QUARTA	15H10 - 16H10	SALÃO PRINCIPAL	SUSANA	ABERTAS
PROJETO GERAÇÃO PORTELA DO CAMBUCI 60+	QUARTA	15H30 - 17H00	SALÃO PRINCIPAL	JURA	EM BREVE
OFICINA VIVER PARA SER FELIZ	QUINTA	08H00 - 16H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	VOLUNTÁRIAS	ABERTAS
OFICINA DE ITALIANO PARA INICIANTE	QUINTA	10H00 - 11H00	AUDITÓRIO	GUSTAVO	ABERTAS
OFICINA DE PILATES 1	QUINTA	10H00 - 10H50	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE PILATES 2	QUINTA	11H00 - 11H50	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE CULINÁRIA PRÁTICA E SAUDÁVEL	QUINTA	13H30 - 15H00	COZINHA DO POLO	ANA KATINA	ABERTAS
GRUPO LIVRE AVANÇADO DE PINTURA	SEXTA	08H00 - 11H30	SALA MULTIDISCIPLINAR	FABÍOLA LEE	ABERTAS
OFICINA DE PSICODRAMA	SEXTA	08H00 - 10H00	AUDITÓRIO	ELLEN	ABERTAS
OFICINA DE GINÁSTICA E ALONGAMENTO 1	SEXTA	09H10 - 10H00	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	LISTA DE ESPERA
OFICINA DE GINÁSTICA E ALONGAMENTO 2	SEXTA	10H10 - 11H00	SALÃO PRINCIPAL	ALEXANDRE	LISTA DE ESPERA
OFICINA MÉTODO YURA DO JAPÃO	SEXTA	10H30 - 12H00	AUDITÓRIO	FLÁVIA	ABERTAS
TIRA DÚVIDAS DE INFORMÁTICA E SMARTPHONE	SEXTA	10H00 - 14H00	TELECENTRO	HELIO MAEDA	ORDEM DE CHEGADA
OFICINA PROMOVER SAÚDE	SEXTA	14H00 - 15H30	SALÃO PRINCIPAL	UBS SÉ - CAMBUCI	ABERTAS
OFICINA DE DANÇA CIGANA	SEXTA	15H30 - 16H30	SALÃO PRINCIPAL	VALDA	ABERTAS

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. 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