



Freguesia de Paranhos

NEWSLETTER | Março - 2011

Conheça as actividades da Freguesia de Paranhos para MARÇO

Aulas de preparação para o parto

Segundas e Quintas
10h - 12h
Gratuito
CCP

Aulas de yoga

Segundas
20h - 22h
Gratuito
CCP

Curso de Alfabetização

Terças e Sextas
10h0 - 12h30
Gratuito
CCP

A Poesia anda no ar

Dia 5
16h - 18h
Gratuito
CCP

Bibliotecário por um dia

Quartas
10h - 12h
Gratuito
CCP

Curso de Expressão Dramática

Quintas
18h30 - 20h
30€/mês
CCP

Curso de Desenho e Pintura

Quartas e Quintas
18h - 20h
35€/mês
CCP

Ateliê de Artes Criativas

Sextas
17h30 - 19h30
30€/mês
CCP

Aulas de Tai chi

Quintas
9h30-10h30
Reformados/pensionistas de Paranhos
CCGAA

Aulas de Hidroginástica

2ª | 16h - 16h45
3ª | 9h30-10h15 | 15h30-16h15
4ª | 10h30-11h15 | 11h30-12h15
5ª | 9h15 - 10h
6ª | 11h - 11h45
Reformados/pensionistas de Paranhos
Ginásio Holmes Place

Aulas de Informática

Quartas
9h30 - 12h30
Reformados/pensionistas de Paranhos
CCGAA

Ateliê de Manualidades

Quintas | 14h - 16h
Sextas | 14h - 15h
Reformados/pensionistas de Paranhos
CCP

Aulas de Tango Argentino

Terças
18h - 20h
30€/mês
CCP

Baile de Máscaras

Dia 1 | 14h30 - 17h
Gratuito
Reformados/pensionistas de Paranhos
CCGAA

Passeio Amendoeiras em Flor

Dia 10 | 8h - 20h
Inscrição dia 7 - J. F. Paranhos
10€
Reformados/pensionistas de Paranhos

Aulas de Inglês e Espanhol

Terças e Quintas
Horário a definir (período da tarde)
Residentes da Freguesia
CCP

Apresent\Recrutamento Oriflame

Dias 5 e 12
15h - 17h
Gratuito
HUB

Aulas de dança

Segundas a Quintas e Sábados
Vários horários
Insc: margarida.i.martins@sapo.pt
HUB

Colónia de Férias da Apúlia 2011

Insc: 22 a 31 na J. F. Paranhos
Das 9h30 - 12h e das 14h - 17h
Valor varia consoante a reforma/pensão
Reformados/pensionistas de Paranhos
Apúlia

Workshop de Cupcakes

Dia 12 | 15h - 17h30
Isabel Figueiredo
Insc: 917774031 | 20€
HUB

Workshop Corpo, Voz e Atitude

Dia 15 | 19h - 23h
Insc: 926357022 | Acade. das Emoções
Público geral-25€ | Hub-15€
HUB

Workshop Falar em público sem medo

Dia 26 | 14h30 - 19h
Rui Henriques
Insc: 962867205 | 40€+IVA
HUB

Workshop Cultivo de Cogumelos

Dia 26
13h - 17h | 47€
Insc: atividades@quadrante-natural.pt
HUB

Workshop Dar lugar aos afectos

Dia 28 | 19h - 22h
Mafalda Branco | 15€
Insc: lugaraoafecto@sapo.pt
HUB

Projecto Entrelaçar

Dia 19
10h - 12h
Jogo de Futebol ou Workshop de Poesia
Alunos e pais das EB de Paranhos

Workshop Doces Tentações

Dia 19
15h - 18h
Insc: entretachosepanelas@hotmail.com
HUB

Mini-Rally Convívio de Paranhos

Dia 6
10h
Jardim de Arca d'Água

Contactos:

CCP - Casa da Cultura de Paranhos: Largo do Campo Lindo, n.º 7 | 225507676 | casadaculturadeparanhos@gmail.com
HUB: Rua do Tâmega (antiga escola primária) | 225084740 | hubporto@gmail.com
CCGAA - Centro de Convívio da Gruta de Arca d'Água: Jardim de Arca d'Água: 228301856