

Horário Universidade Sénior Mutualista

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
09:00-09:30					
09:30-10:00					
10:00-10:30		Grupo Coral	Danças de salão	Psicologia e Mente Ativa	Descobrir o Porto
10:30-11:00	Ginástica				
11:00-11:30					
11:30-12:00	Mitos e Ritos	Ciências esotéricas		Tai Chi	
12:00-12:30			Culinária		
12:30-13:00					
13:00-13:30					
13:30-14:00					
14:00-14:30	Informática Nível I	Questões de sociologia	Programa MIND	Inglês Nível I	Programa MIND
14:30-15:00		Gestão de competências emocionais			
15:00-15:30					
15:30-16:00	Informática Nível II	Oficinas de artes e saberes		Inglês Nível II	
16:00-16:30					
16:30-17:00					
17:00-17:30					
17:30-18:00					
Italiano*			História do Porto*		

*Horário a definir



Rua Formosa 325 1º

☎ 222 087 520

✉ geral@abfamiliar.pt