

# SECRETARIA DA PESSOA IDOSA

RUA 1822 N° 614 | (47) 3267-7054

## SEGUNDA-FEIRA

## OFICINAS

## PROFESSOR

|             |   |                    |
|-------------|---|--------------------|
| 08:00/9:00  | Ginástica e fortalecimento Muscular (livre) | Thais              |
| 08:30/9:30  | Aula de Violão (inscrição)                  | Daniel             |
| 09:30/10:30 | Dança (livre)                               | Bell Jesus         |
| 9:30/10:30  | Mente Sã (livre)                            | Barbara e Fernanda |
| 13:00/17:00 | Reiki (agendamento)                         | Assunção           |
| 14:00/16:00 | Oficina de Arte (livre)                     | Giuvana            |
| 14:00/16:30 | Auto Estima (corte Cabelo)Agendamento       | Gilda              |
| 14:00/17:00 | Bingo (livre)                               | Flávia             |
| 14:00/17:00 | Cassino Pedagógico (livre)                  | Déia               |
| 16:30/17:30 | Musicoterapia (livre)                       | Gabriel            |

**TERÇA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |   |                         |
|--------------------|---|-------------------------|
| <b>09:00/11:30</b> | <b>Reiki<br/>(agendamento)</b>                      | <b>Ana Beatriz</b>      |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Ritmos<br/>(livre)</b>                           | <b>Fátima Folchini</b>  |
| <b>09:00/10:00</b> | <b>Ervas Medicinais<br/>(livre)</b>                 | <b>Paulo Acy</b>        |
| <b>10:00/11:30</b> | <b>Projeto Horta<br/>(livre)</b>                    | <b>Nairo Ribeiro</b>    |
| <b>14:00/15:00</b> | <b>Roda de Conversa<br/>(inscrição)</b>             | <b>Raquel e Helbert</b> |
| <b>14:00/17:00</b> | <b>Cassino Pedagógico<br/>(livre)</b>               | <b>Déia</b>             |
| <b>14:00/16:00</b> | <b>Auriculoterapia<br/>(agendamento)</b>            | <b>Kellen</b>           |
| <b>13:30/17:00</b> | <b>Auto Estima - corte<br/>cabelo (agendamento)</b> | <b>Olga</b>             |
| <b>14:00/17:00</b> | <b>Reflexologia<br/>(agendamento)</b>               | <b>Marli</b>            |
| <b>15:00/16:00</b> | <b>Aula de Inglês<br/>(livre)</b>                   | <b>Laura</b>            |
| <b>15:00/15:30</b> | <b>Defesa Pessoal<br/>(livre)</b>                   | <b>Felipe Platt</b>     |

**TERÇA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |                                    |                |
|--------------------|------------------------------------|----------------|
| <b>16:30/17:30</b> | <b>Cantoria<br/>(livre)</b>        | <b>Assis</b>   |
| <b>17:00/18:00</b> | <b>Dança do Ventre<br/>(livre)</b> | <b>Vanessa</b> |

**QUARTA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |  |                     |
|--------------------|--|---------------------|
| <b>08:00/9:00</b>  | <b>Ginástica e<br/>fortalecimento<br/>Muscular (livre)</b> | <b>Thais</b>        |
| <b>8:00/11:00</b>  | <b>Massoterapia<br/>(agendamento)</b>                      | <b>Maria Márcia</b> |
| <b>08:00/09:00</b> | <b>Yoga (livre)</b>  | <b>Priscila</b>     |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Aula de Inglês<br/>(livre)</b>                          | <b>Laura</b>        |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Fisioterapia<br/>(livre)</b>                            | <b>Roberta</b>      |
| <b>10:00/11:00</b> | <b>Aula de Italiano Coral -<br/>(livre)</b>                | <b>Ana Beatriz</b>  |
| <b>13:00/17:00</b> | <b>Reiki<br/>(agendamento)</b>                             | <b>Sandra</b>       |
| <b>14:00/16:00</b> | <b>Aula de Crochê, Tricô,<br/>Bordado<br/>(inscrição)</b>  | <b>Marta</b>        |
| <b>14:00/17:00</b> | <b>Cassino Pedagógico<br/>(livre)</b>                      | <b>Déia</b>         |

**QUARTA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |                                 |                         |
|--------------------|---------------------------------|-------------------------|
| <b>14:00/15:00</b> | <b>Mente Sã<br/>(inscrição)</b> | <b>Gislaine</b>         |
| <b>15:30/16:30</b> | <b>Mente Sã<br/>(inscrição)</b> | <b>Gislaine</b>         |
| <b>15:30/17:00</b> | <b>Xadrez<br/>(livre)</b>       | <b>Humberto</b>         |
| <b>15:00/16:00</b> | <b>Pilates<br/>(livre)</b>      | <b>Caroline Sampaio</b> |
| <b>16:00/17:00</b> | <b>Zumba<br/>(livre)</b>        | <b>Caroline Sampaio</b> |

**QUINTA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |   |                        |
|--------------------|---|------------------------|
| <b>9:00/11:00</b>  | <b>Reiki<br/>(agendamento)</b>            | <b>Débora</b>          |
| <b>9:00/10:00</b>  | <b>Grupo<br/>Viva Parkinson (livre)</b>   | -                      |
| <b>10:00/11:00</b> | <b>Musicoterapia (livre)</b>              | <b>Gabriel</b>         |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Ritmos (livre)</b>                     | <b>Fátima Folchini</b> |
| <b>13:30/17:30</b> | <b>Quick Massage<br/>(agendamento)</b>    | <b>Rafael</b>          |
| <b>14:00/15:00</b> | <b>Yoga Restaurativa<br/>(inscrição)</b>  | <b>Ana Paula</b>       |
| <b>14:00/17:00</b> | <b>Cassino Pedagógico<br/>(livre)</b>     | <b>Déia</b>            |
| <b>15:00/17:00</b> | <b>Mateada - Dança<br/>Gaúcha (livre)</b> | -                      |

**SEXTA-FEIRA****OFICINAS****PROFESSOR**

|                    |  |                           |
|--------------------|--|---------------------------|
| <b>08:00/9:00</b>  | <b>Ginástica e fortalecimento Muscular (livre)</b> | <b>Thais</b>              |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Dança (livre)</b>                               | <b>Bell Jesus</b>         |
| <b>09:30/10:30</b> | <b>Aula de Violão (inscrição)</b>                  | <b>Daniel</b>             |
| <b>10:00/11:00</b> | <b>Mente Sã (livre)</b>                            | <b>Barbara e Fernanda</b> |
| <b>14:00/15:00</b> | <b>Oficina de Tecnologia (agendamento)</b>         | <b>Eduardo e Gianluca</b> |
| <b>14:00/17:00</b> | <b>Cassino Pedagógico (livre)</b>                  | <b>Déia</b>               |
| <b>15:00/16:00</b> | <b>Karatê Shokotan (livre)</b>                     | <b>Maria Eduarda</b>      |
| <b>15:30/16:30</b> | <b>Mente Sã (inscrição)</b>                        | <b>Gislaine</b>           |

**VIVER, APRENDER E INTERAGIR NÃO TEM IDADE NEM LUGAR.  
COMPARTILHANDO MOMENTOS!  
EM DEFESA DOS DIREITOS DOS 60+**