



O PROJETO

A Academia Sénior do CSPA pretende ser uma resposta social com o objetivo de criar e dinamizar atividades culturais, de aprendizagem e ensino não-formal, recreativas e de convívio e socialização para a população sénior.

DESTINATÁRIOS

Adultos com idade igual ou superior a 50 anos, independentemente do nível de escolaridade.



OBJETIVOS

- ♦ Proporcionar uma melhoria da qualidade de vida dos seniores;
- ♦ Incentivar a participação da população sénior em atividades sociais, culturais, de ensino e formação;
- ♦ Ser uma fonte de informação e divulgação de serviços, deveres, direitos e oportunidades dos seniores;
- ♦ Possibilitar aos seniores uma participação mais ativa, crítica e reflexiva na sociedade.

DISCIPLINAS

HISTÓRIA E CULTURA DO PORTO

ESPAANHOL

INGLÊS

INFORMÁTICA

CIDADANIA ATIVA

ATELIER DE ARTES

COZINHA

PSICOMOTRICIDADE

EDUCAÇÃO FÍSICA

DANÇA

KARATÉ

MUSICOTERAPIA

LÓGICA

ATIVIDADES EXTRA-CURRICULARES

WORKSHOPS

SEMINÁRIOS

PALESTRAS

VISITAS DE ESTUDO

ESPETÁCULOS

FESTAS

CONVÍVIOS

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES



Centro Social da Paróquia da Areosa
(Instituição Particular de Solidariedade Social)

Travessa da Areosa, 75 4200-087 Porto

22 5404721

cspa-areosa@sapo.pt

www.facebook.com/www.cspa.pt



*academia
sénior*

CSPA

CONHECER, APRENDER
E PARTILHAR.



**ADULTOS A PARTIR DOS
50 ANOS DE IDADE**

Venha Experimentar!