



| 2ª FEIRA      |                                                   |                                                                               |                                                            |                                       |                                           |                                            |               |                                                                         |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------|
| HORÁRIO       | SALA FORMAÇÃO                                     | SALA 1                                                                        | SALA 2                                                     | SALA INFORMÁTICA                      | SALA TELHEIRO                             | SALA POLIVALENTE                           | ATELIER ARTES | OUTRAS SALAS                                                            |
| 10h10 - 11h00 |                                                   |                                                                               |                                                            | Power Point I<br>Prof. Manuel Batista |                                           | Arraiolos<br>Prof. Manuel Novo             |               | Pilates - Turma 1<br>Prof. Joana Nortadas                               |
| 11h10 - 12h00 |                                                   |                                                                               |                                                            |                                       |                                           |                                            |               | Pilates - Turma 2<br>Prof. Joana Nortadas                               |
| 14h10 - 15h00 | Jogos e Charadas<br>Turma 1<br>Prof. José Morgado | Sustentabilidade e Cidadania (workshops trimestrais)<br>Prof. Cláudia Camacho | Conventos de Portugal<br>Prof. João Carlos Franco          |                                       | Viola Baixo<br>Prof. Nelson Pinto         | Pintura em Aquarela<br>Prof. Glória Barros |               | Cuidados de Saúde Primários - Workshops Mensais<br>ULS Estuário do Tejo |
| 15h10 - 16h00 | Lugares do Mundo<br>Prof. Joaquim Casimiro        | Inglês 1.º Ano<br>Prof. Eugénia Gomes                                         | Aldeias Históricas de Portugal<br>Prof. João Carlos Franco |                                       | Escultura em papel<br>Prof. Ivone Batista |                                            |               | Pintura em Azulejo Turma 1<br>Prof. João Luz                            |
| 16h10 - 17h00 |                                                   | Inglês 1.º Ano - Apoio e Conversação<br>Prof. Eugénia Gomes                   | Mosteiros de Portugal<br>Prof. João Carlos Franco          |                                       |                                           |                                            |               |                                                                         |

| 3ª FEIRA      |                                                             |                                              |                                       |                                                               |                                                        |                                        |                                         |                                 |
|---------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|
| HORÁRIO       | SALA FORMAÇÃO                                               | SALA 1                                       | SALA 2                                | SALA INFORMÁTICA                                              | SALA TELHEIRO                                          | SALA POLIVALENTE                       | ATELIER ARTES                           | OUTRAS SALAS                    |
| 10h10 - 11h00 | História Local<br>Turma 1<br>Prof. Maria Gracieta Gaspar    |                                              |                                       |                                                               | Acordeão<br>Prof. Hernani Ribeiro                      | UKULELE - Nível I<br>Prof. Luís Silva  | Viola - Nível I<br>Prof. Reinaldo Lopes |                                 |
| 11h10 - 12h00 |                                                             |                                              |                                       | Iniciação à Informática - Turma 1<br>Prof. Graciete Henriques |                                                        | UKULELE - Nível II<br>Prof. Luís Silva | Viola - Nível II<br>Prof. Tomé Inácio   |                                 |
| 14h10 - 15h00 | Cutura Geral<br>Turma 1<br>Prof. Paulo Cabrito              | Gerontologia<br>Prof. Rui Conde Gomes        |                                       | Iniciação à Informática Turma 2<br>Prof. Abel Martins         | Cavaquinho - Nível II<br>Prof. Reinaldo Lopes          | Canto Coral<br>Prof. Tomé Inácio       | Pintura em Tecido<br>Turma 1            |                                 |
| 15h10 - 16h00 | Desenvolvimento Pessoal e de Consciência<br>Prof. Inês Melo |                                              | Biologia<br>Prof. Custódia Sousa      | Power Point II<br>Prof. Manuel Batista                        | Cavaquinho - Nível III<br>Prof. Fernando Martins Lopes | Estanho<br>Prof. Eugénia Alcobia       | Prof. Maria Filomena Oliveira           |                                 |
| 16h10 - 17h00 |                                                             | Literacia Financeira<br>Prof. Filomena Silva | Ética na Vida<br>Prof. Custódia Sousa |                                                               | Cavaquinho - Nível I<br>Prof. Vítor Vicente            |                                        |                                         | Meditação<br>Prof. Maria Sereno |

| 4ª FEIRA      |                                                          |                                        |                                                    |                                  |                                        |                                          |                                                              |                                                       |
|---------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| HORÁRIO       | SALA FORMAÇÃO                                            | SALA 1                                 | SALA 2                                             | SALA INFORMÁTICA                 | SALA TELHEIRO                          | SALA POLIVALENTE                         | ATELIER ARTES                                                | OUTRAS SALAS                                          |
| 10h10 - 11h00 | Eletricidade<br>Turma 1<br>Prof. Alberto Henriques       |                                        |                                                    | Internet<br>Prof. Alfredo Cotrim | Canção Ligeira<br>Prof. Manuel Neves   |                                          | Pintura em Azulejo<br>Turma 2<br>Prof. Glória Barros         | Ginástica Funcional - Turma 1<br>Prof. João Oliveira  |
| 11h10 - 12h00 |                                                          |                                        |                                                    |                                  |                                        |                                          |                                                              | Ginástica Funcional<br>Turma 2<br>Prof. João Oliveira |
| 14h10 - 15h00 | Jogos e Charadas<br>Turma 2<br>Prof. José Morgado        |                                        |                                                    |                                  |                                        |                                          | Pintura em Tecido - Turma 2<br>Prof. Maria Filomena Oliveira | Ioga<br>Prof. Cátia Sebastião                         |
| 15h10 - 16h00 | História Local<br>Turma 2<br>Prof. Maria Gracieta Gaspar | Reiki<br>Prof. Manuel António Peixeiro | Noções Gerais de Direito<br>Prof. Manuel Estalagem |                                  | Fado Tradicional<br>Prof. António Cruz | Bainhas Abertas<br>Prof. Eugénia Alcobia |                                                              |                                                       |
| 16h10 - 17h00 |                                                          |                                        | História de Portugal<br>Prof. Manuel Estalagem     |                                  |                                        |                                          | Artes Decorativas<br>Prof. Ivone Batista                     |                                                       |

| 5ª FEIRA      |                                                             |                                                           |                                                        |                                                                      |                                   |                                                     |                                         |              |
|---------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------|
| HORÁRIO       | SALA FORMAÇÃO                                               | SALA 1                                                    | SALA 2                                                 | SALA INFORMÁTICA                                                     | SALA TELHEIRO                     | SALA POLIVALENTE                                    | ATELIER ARTES                           | OUTRAS SALAS |
| 10h10 - 11h00 | Tempo, Clima e Ambiente<br>Prof. António Azevedo            | Teatro<br>Cegada                                          | Eletricidade<br>Turma 2<br>Prof. João Rosa             | Excel<br>Prof. António Ramalho                                       | Costura<br>Prof. Emília Fernandes | Órgão<br>Prof. Manuel Neves                         | Cerâmica<br>Prof. João Luz              |              |
| 11h10 - 12h00 | Aeronáutica<br>Prof. António Azevedo                        |                                                           |                                                        | Word – Nível II<br>Prof. Pedro Vinagre                               |                                   | Grupo de Cantares Tradicionais<br>Prof. Mário Tomás |                                         |              |
| 14h10 - 15h00 | Saúde Individual e Primeiros Socorros<br>Prof. Gil Mortágua |                                                           | Formação Musical<br>Turma 1<br>Prof. Quirino Anastácio | Word<br>Prof. Florença Pires                                         |                                   | Lobres em Lã<br>Prof. Maria Fátima Franco           | Costura Criativa<br>Prof. Isabel Morais |              |
| 15h10 - 16h00 | Cultura Geral<br>Turma 2<br>Prof. Paulo Cabrito             | Eu Sou... Diálogos Improváveis<br>Prof. Sílvia Fernandes  | Formação Musical<br>Turma 2<br>Prof. Quirino Anastácio |                                                                      | Viola III<br>Prof. Manuel Martins |                                                     |                                         |              |
| 16h10 - 17h00 | Filosofia<br>Prof. João de Jesus Batista                    | Gastronomia Ciência, Saúde e Arte<br>Prof. Gabriela Silva |                                                        | Informática (Apoio-Níveis I e II)<br>Prof. Zília Reis e Ana Teixeira |                                   |                                                     |                                         |              |

| 6ª FEIRA      |                                        |        |        |                  |                                            |                                                |               |              |
|---------------|----------------------------------------|--------|--------|------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------|--------------|
| HORÁRIO       | SALA FORMAÇÃO                          | SALA 1 | SALA 2 | SALA INFORMÁTICA | SALA TELHEIRO                              | SALA POLIVALENTE                               | ATELIER ARTES | OUTRAS SALAS |
| 10h10 - 11h00 |                                        |        |        |                  |                                            |                                                |               |              |
| 11h10 - 12h00 |                                        |        |        |                  |                                            |                                                |               |              |
| 14h10 - 15h00 |                                        |        |        |                  | Iniciação à Costura<br>Prof. Ana Paula Vaz | Bateria e Percussão<br>Prof. Fernando Lourenço |               |              |
| 15h10 - 16h00 |                                        |        |        |                  |                                            |                                                |               |              |
| 16h10 - 17h00 | Proteção Civil - Workshops Trimestrais |        |        |                  |                                            |                                                |               |              |

Novas ofertas curriculares

Disciplinas trimestrais ou mensais

NOTA: AS ALTERAÇÕES A ESTE HORÁRIO SÃO INFORMADAS POR MAIL E POR AVISO NO PLACAR DA UNIVERSIDADE SÊNIOR