

Programação do Mês AGOSTO



Dia	ESPAÇO de CONVIVÊNCIA do IDOSO <i>Das 13h às 14h50 ou das 15h às 16h50</i>	ESPAÇO GOURMET <i>Das 14h30 às 16h30</i>
1 SEXTA	Expressão, Memória e Comunicação André	Cozinha de Inverno Aula 1
4 SEGUNDA	Yoga Miriam	Cozinha Coração Saudável Aula 1
5 TERÇA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha para Diabetes Aula 1
6 QUARTA	Dança de Salão Kátia	Cozinha Light Aula 1
7 QUINTA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha Brasileira - Especial de Sopas Aula 1
8 SEXTA	Expressão, Memória e Comunicação André	Cozinha de Inverno Aula 2
11 SEGUNDA	Yoga Miriam	Cozinha Coração Saudável Aula 2
12 TERÇA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha para Diabetes Aula 2
13 QUARTA	Dança de Salão Kátia	Cozinha Light Aula 2
14 QUINTA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha Brasileira Aula 2
15 SEXTA	Estimulação da Memória Bruno	Cozinha de Inverno Aula 3
18 SEGUNDA	Yoga Miriam	Cozinha Coração Saudável Aula 3
19 TERÇA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha para Diabetes Aula 3
20 QUARTA	Comemoração: 3 anos do EPVM e bate-papo com a geriatra Anelise Fonseca	Cozinha Light Aula 3
21 QUINTA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha Brasileira Aula 3
22 SEXTA	Cine-Debate (Filme: As Pontes de Madison)	Cozinha Osteoporose Aula 4
25 SEGUNDA	Yoga Miriam	Cozinha Coração Saudável Aula 4
26 TERÇA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha para Diabetes Aula 4
27 QUARTA	Dança de Salão Kátia	Cozinha Light Aula 4
28 QUINTA	Passos Seguros Therezinha	Cozinha Brasileira Aula 4
29 SEXTA	Estimulação da Memória Bruno	Cozinha Osteoporose Aula 5