CBESZA/ Centro de Convívio **Plano anual de atividades 2016/17** ***Viver Cada Dia***

Actividades / Meses	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Maio	Jun	Jul
Meditar faz bem à saúde (Várias formas de meditação)	X				X				X		
Fitas inspiradoras (cinema)		X						X			
Viajar : aprender e descontrair (Passei ao Buçaco/Luso/Coimbra; a Viseu e a Troia)		X							X	X	
Um dia no SPA (Sauna, Banho Turco e Jacúzi)			X								
Viver o Natal no CBESZA (Festa de natal e ateliê de decorações)				X							
Iluminar a vida… (Workshop de produção de velas)						X					
Rir, faz bem à saúde (Sessão de Yoga do Riso)							X				
Saborear, faz bem à saúde (Concurso de Arroz Doce e Workshop de saladas e doces vegetarianos)									X	X	
Jantar de amigos (Espaço de convívio que marca o final das atividades)										X	
Tempo de férias (Realizar um conjunto de atividades ao ar livre)											X