

De 1 a 31 de Julho de 2009

Horário: 09:00 às 18:00H

De 2ª a 6ª Feira

A essência destas Férias reflecte-se na formação dos participantes enquanto pessoas no contexto social, artístico e familiar.

Reunimos um leque actividades que complementam um dia-a-dia rico e Alternativo, sem nunca esquecer a componente lúdica.

- Tererés
- Missangas
- Sessão fotográfica

Criatividade



- Meditação
- Jogo de Cartas
- Jogos de Tabuleiro
- Saltar à Corda
- Puzzles
- Tarde endiabrada

Momento Alternativo



- Dança
- Ginástica Postural
- Tai-Chi
- Pilates
- Yoga

Expressão corporal



- Origami
- Pintura
- Floral e jardinagem

Artes



- Primeiros Socorros
- Culinária
- Sabonetes
- Massagem
- Tarefas domésticas

Ofícios



- Surf
- Praia
- Piscina
- Orientação
- Pedestrianismo

Actividades  
*Out Door*





# Inscrições abertas

## Programa Diário de actividades

<b>Manhã</b>	8:30-9:30	Recepção dos participantes
	9:30-10:30	Workshop de expressão corporal
	10:30-11:30	Lanche
	11:30 - 12:30	Workshop de criatividade
	12:30-13:30	Almoço
<b>Chegada ao BY YOU</b>		
<b>Tarde</b>	13:00 -14:00	Recepção dos participantes
	14:00 - 14:30	Ao encontro das fábulas
	14:30 - 15:30	Workshop de artes
	15:30 - 16:00	Workshop dos ofícios
	16:00 - 16:30	Lanche
	16:30 - 17.30	Preenchimento do diário de experiências
17:30 - 18:00	Momento lúdico/Alternativo	

1 x por semana Actividade *Out Door*

Rua do Aldeiro, nº 363  
4535-057 Lourosa  
(ao pé da Feirinha do Calçado)

E-mail: [info@centroterapiasglobais.com](mailto:info@centroterapiasglobais.com)  
Website: [www.centroterapiasglobais.com](http://www.centroterapiasglobais.com)  
Tlf.: 220 823 211 Tlm.: 933 828 425