



PROGRAMA DE AÇÃO  
INTEGRADA PARA O APOSENTADO

# PROGRAMAÇÃO DE CURSOS/ATIVIDADES

ONLINE/PRESENCIAL - 2025.1



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DO  
PLANEJAMENTO E GESTÃO

<b>ATIVIDADE/ CURSO</b>	<b>FACILITADOR/ PROFESSOR</b>	<b>DIA</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>LOCAL</b>
Alongamento	Capitão Roberto	Terça-feira	08:00 às 09:00	Presencial
Alongamento	Capitão Roberto	Quinta-feira	08:00 às 09:00	Presencial
Café, Filosofia e Literatura	Gledson Ferreira	Sexta-feira	09:00 às 10:00	Online
Cante e Aprenda Francês	Wandira Tamiarana	Terça-feira	15:00 às 16:30	Presencial
Canto Livre	Enoc Moraes	Quarta-feira	09:00 às 10:00	Presencial
Celular na Prática Iniciante	Ricardo Temóteo	Segunda-feira	14:00 às 15:10	Presencial
Celular na Prática Iniciante	Ricardo Temóteo	Quarta-feira	10:30 às 11:40	Presencial
Celular na Prática Módulo II	Ricardo Temóteo	Quarta-feira	14:00 às 15:10	Presencial
Celular na Prática Módulo III	Ricardo Temóteo	Segunda-feira	10:30 às 11:40	Presencial
Celular na Prática Atualidades	Ricardo Temóteo	Quarta-feira	15:20 às 16:30	Presencial
Computador e Cia	Ricardo Temóteo	Segunda-feira	09:00 às 10:10	Presencial
Contoterapia	Ruth Mattos	Segunda-feira	15:00 às 16:30	Presencial
Coral Encanta PAI	Rogério Jales	Quinta-feira	09:30 às 11:00	Presencial
Dança Cigana	Mara Alexandre	Segunda-feira	14:00 às 15:00	Presencial
Dança de Salão	Mara Alexandre	Quarta-feira	14:30 às 15:30	Presencial
Dança de Salão	Mara Alexandre	Quarta-feira	15:30 às 16:30	Presencial
Dança do Ventre	Mel Rayzel	Terça-feira	15:00 às 16:00	Presencial
Dança Flamenca Avançado	Mara Alexandre	Segunda-feira	15:00 às 16:30	Presencial
Dança Tradicional Popular Iniciante	Sandra Veloso	Quinta-feira	14:00 às 15:00	Presencial
Dança Tradicional Popular Avançado	Sandra Veloso	Terça-feira	14:00 às 15:30	Presencial
Dança Tradicional Popular Avançado	Sandra Veloso	Quinta-feira	10:00 às 11:00	Presencial
Desenho e Pintura em Tela	Jarbas Miranda	Segunda-feira	09:00 às 11:30	Presencial
Desenho e Pintura em Tela	Jarbas Miranda	Quinta-feira	09:00 às 11:30	Presencial
Desenho e Pintura em Tela	Jarbas Miranda	Quinta-feira	14:00 às 16:30	Presencial



PROGRAMA DE AÇÃO  
INTEGRADA PARA O APOSENTADO

# PROGRAMAÇÃO DE CURSOS/ATIVIDADES

ONLINE/PRESENCIAL - 2025.1



<b>ATIVIDADE/ CURSO</b>	<b>FACILITADOR/ PROFESSOR</b>	<b>DIA</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>LOCAL</b>
Desenvolvimento Pessoal	Henny Lima	Segunda-feira	09:30 às 11:00	Presencial
Educação Financeira	Henny Lima	Quarta-feira	15:00 às 16:30	Presencial
Elegância na Maturidade	Felipe Forrentz	Quarta-feira	15:00 às 16:00	Presencial
Espanhol Inicial	Ana Paula	Sexta-feira	11:00 às 12:00	Presencial
Espanhol Básico	Ana Paula	Sexta-feira	9:00 às 10:00	Presencial
Espanhol Intermediário	Ana Paula	Sexta-feira	10:00 às 11:00	Presencial
Espanhol Conversação	Ana Paula	Terça-feira	11:00 às 11:50	Online
Francês Básico/Intermediário	Evilene Castro	Quarta-feira	09:00 às 10:00	Presencial
Francês Inicial I	Evilene Castro	Quarta-feira	10:10 às 11:10	Presencial
Ginástica Cerebral	Phelipe Cabral	Quarta-feira	08:10 às 09:25	Presencial
Ginástica Cerebral	Phelipe Cabral	Quarta-feira	09:35 às 10:50	Presencial
Informática Básico I	Danilo Souza	Quarta-feira	10:00 às 11:00	Presencial
Informática Básico II	Danilo Souza	Quinta-feira	10:00 às 11:00	Presencial
Inglês Básico I	Bianca Bezerra	Segunda-feira	10:00 às 11:00	Presencial
Inglês Conversação 1º horário	Vera Barreira	Segunda-feira	13:30 às 15:00	Presencial
Inglês Conversação 2º horário	Vera Barreira	Segunda-feira	15:00 às 16:30	Presencial
Memória Ativa	Elenita Figueiredo	Terça-feira	15:15 às 16:15	Presencial
Memória Ativa	Elenita Figueiredo	Quarta-feira	15:00 às 16:00	Online
Modelagem em Argila	Samya Magi	Quarta-feira	09:00 às 12:00	Presencial
Oficina de Teatro	Walden Luiz	Quinta-feira	14:00 às 16:00	Presencial
PNL - Programação Neurolinguística - Introdução	Leda Azevedo	Quinta-feira	14:00 às 15:30	Presencial
PNL - Programação Neurolinguística - Nível II	Leda Azevedo	Sexta-feira	09:00 às 11:00	Presencial



PROGRAMA DE AÇÃO  
INTEGRADA PARA O APOSENTADO

# PROGRAMAÇÃO DE CURSOS/ATIVIDADES

ONLINE/PRESENCIAL - 2025.1



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DO  
PLANEJAMENTO E GESTÃO

<b>ATIVIDADE/ CURSO</b>	<b>FACILITADOR/ PROFESSOR</b>	<b>DIA</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>LOCAL</b>
PNL - Programação Neurolinguística - Saúde Integral - Nível I	Leda Azevedo	Quinta-feira	09:00 às 11:00	Presencial
PNL - Programação Neurolinguística - Saúde Integral - Nível II	Leda Azevedo	Segunda-feira	09:30 às 11:30	Presencial
Teatro Mosaico	Antônio Marcelo	Sexta-feira	09:00 às 11:00	Presencial
Trocando de Mãos	Lourdes Barreto	Quinta-feira	09:00 às 11:00	Presencial
Vitalidade	Elenita Figueiredo	Terça-feira	14:00 às 15:00	Presencial
YOGA	Marjorie Serra	Segunda-feira	08:00 às 09:00	Presencial