**>>>Tecnologia**

**-Skype -** Aprenda a utilizar o Skype, uma ferramenta que lhe permite conversar e até ver os seus familiares e amigos à distância pela internet, através do seu computador, tablet ou smartphone.

**-Facebook -** Junte-se à sua família, amigos e conhecidos nesta rede social onde pode manter-se actualizado com as actividades dos seus e mostrar-lhes o que está a fazer.

**-Google -** Aprenda a utilizar o motor de busca Google, que lhe permite encontrar informação sobre os mais variados temas, tudo a partir das palavras que escrever no ecrã.

**-Gmail -** Entre em contacto com os seus conhecidos enviando-lhes correio electrónico (email) através da internet, utilizando o site de email da Google.

**-Outlook -** Aprenda a usar esta ferramenta para enviar e receber correio electrónico (email) da Microsoft, Yahoo, Google, entre outros.

**-Twitter -** Aprenda a manter-se actualizado pelo site do Twitter, sabendo o que os seus amigos, conhecidos ou até celebridades partilham com o seu público.

**-Word -** Torne-se mais apto a processar texto com a ferramenta Word da Microsoft, criando documentos como textos ou artigos ou histórias de forma rápida e com ferramentas úteis.

**-Powerpoint -** Torne-se mais apto a apresentar diapositivos com a ferramenta Word da Microsoft, criando apresentações de diapositivos com estilo e funcionalidade.

**-Excel -** Torne-se mais apto a absorver grandes quantidades de informação e extrair conhecimento, por exemplo a fazer finanças, análise estatística ou apenas cálculos matemáticos em grande número.

**-Passar músicas para o MP3 -** Aprenda a passar músicas que goste do computador para o leitor MP3.

**-Passar ficheiros para uma PEN -** Aprenda a passar todo o tipo de ficheiros para uma PEN, para poder levar o ficheiro para todo o lado e assim poder passar ficheiros de um computador para outro.

**>>>Jogos de mesa**

**-Damas -** Aprenda a jogar o popular jogo de damas.

**-Xadrez -** Aprenda a jogar o popular jogo de xadrez e torne-se um ás nas várias estratégias para derrotar o seu adversário.

**-Monopólio -** Aprenda a jogar Monopólio e torne-se um magnata no seu tabuleiro de jogo.

**-Cartas -** Aprenda vários jogos de cartas como poker ou canasta.

**-Jogos de tabuleiro -** Aprenda a jogar diversos jogos de tabuleiro, como o jogo da glória.

**>>>Línguas**

**-Inglês -** Aprenda a falar inglês, uma das línguas mais usadas no mundo.

**-Francês -** Aprenda a falar francês, uma das línguas mais usadas no mundo.

-**Alemão -** Aprenda a falar alemão, uma das línguas mais usadas no mundo.

**-Italiano -** Aprenda a falar italiano, uma das línguas mais usadas no mundo.

**-Mandarim -** Aprenda a falar mandarim, uma das línguas mais usadas no mundo.

**-Espanhol -** Aprenda a falar espanhol, uma das línguas mais usadas no mundo.

**>>>Artes**

**-Fotografia -** Aprenda técnicas úteis para tirar belas fotografias do que mais gosta.

**-Pintura -** Aprenda a pintar das mais variadas formas e a exprimir-se através das suas obras de arte.

**-Desenho -** Aprenda as técnicas para fazer desenhos bonitos, precisos ou técnicos.

**-Arquitectura -** Aprenda conceitos básicos de desenho de arquitectura.

**>>>Artesanato**

**-Bordado -** Aprenda a fazer elegantes bordados.

**-Tricot -** Aprenda a tricotar peças como camisolas ou cachecóis.

**-Costura -** Aprenda a fazer costura e arranjar peças de roupa.

**-Olaria -** Aprenda técnicas para trabalhar barro e fazer bonitas peças, com vasos para plantas ou taças para fruta.

**-Tapetes de Arraiolos -** Aprenda a fazer tapetes de arraiolos.

**>>>Música**

**-Instrumentos de sopro -** Aprenda a tocar instrumentos como flauta, harmónica ou saxofone.

**-Instrumentos de cordas -** Aprenda a tocar instrumentos como guitarra, violino ou cavaquinho.

**-Piano -** Aprenda a tocar piano e a compor as suas melodias.

**>>>Saúde**

**-Auto-defesa -** Aprenda técnicas de defesa pessoal para se sentir mais seguro e conseguir manter-se são em situações críticas.

**-Alimentação -** Aprenda hábitos de alimentação saudável, para o ajudar a manter-se na linha e saudável.

**-Primeiros socorros -** Aprenda cuidados médicos básicos, como aplicar pensos ou tratar feridas.

**-Reanimação -** Aprenda técnicas básicas de reanimação para poder ajudar pessoas a recuperar de alguns momentos perigosos.

**-Alongamentos -** Aprenda a fazer alongamentos ao corpo para se sentir mais relaxado depois de actividade física como ginástica.

**-Ginástica -** Aprenda a fazer ginástica leve, por exemplo em casa.

**- Medicina natural -** Aprenda alternativas à base de produtos naturais a cuidados médicos.

**>>>Finanças**

**-Investimentos -** Aprenda particularidades sobre investimentos, de modo a não cometer erros e poder sair a ganhar.

**-IRS -** Aprenda a fazer o seu IRS anual, incluindo como fazê-lo pelo portal das finanças online.

**-Gestão -** Aprenda conceitos básicos de gestão.

**-Finanças pessoais -** Aprenda a fazer gestão financeira pessoal.

**>>>Actividades ao ar livre**

**-Pesca -** Aprenda algumas técnicas de pesca para apanhar um saboroso jantar ou um novo habitante para o seu aquário.

**-Caça -** Aprenda algumas técnicas de caça.

**>>>Conhecimento**

**-História -** Aprenda conhecimentos históricos de todo o mundo, desde o antigo Egipto aos Descobrimentos.

-**Ciência -** Aprenda factos científicos relacionados com a natureza, o Homem ou química.

**>>>Actividades caseiras**

**-Yoga -** Aprenda a fazer yoga em casa e ficar mais relaxado.

**-Culinária -** Aprenda a fazer cozinhados especiais para a sua família e amigos e dicas de como agradar ao seu paladar.

**-Decoração -** Conheça dicas de decoração para deixar a sua casa mais acolhedora e agradável.

**-Maquilhagem -** Aprenda técnicas para se maquilhar melhor e ficar deslumbrante ou para ajudar a mascarar os seus familiares no Carnaval.

**-Moda -** Aprenda dicas de moda para se vestir melhor em várias ocasiões.

**-Truques para o quotidiano -** Aprenda dicas e curiosidades que o ajudam facilitando tarefas do dia-a-dia.

**-Terapias de relaxamento -** Aprenda a relaxar atráves de aulas terapêuticas.