



PROGRAMA

DIA	HORÁRIO	LOCAL	AÇÃO	PÚBLICO-ALVO	ENTIDADE PROMOTORA
6 abril 2ª Feira	14h30 – 16h30	Grupo Recreativo de Tercena	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE Osteopatia e Bem-Estar: sessões de terapia de tecidos moles	Comunidade em geral	ESSATLA - Osteopatia
7 abril 3ª Feira	19h00 – 20h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	AULA ABERTA Yoga	Comunidade em geral	Centro Social e Paroquial de Barcarena
9 abril 5ª Feira	10h00 – 11h30	SERUL - Leceia	AULA ABERTA RTTR – Técnicas de Relaxamento	Comunidade em geral	SERUL
10 abril 6ª Feira	10h00 – 12h00	Grupo Recreativo de Tercena	MANHÃ EM SAÚDE – Rastreio da Saúde da Mulher – Rastreio Vestibular	Comunidade em geral	ESSATLA - Fisioterapia
13 abril 2ª Feira	14h00 – 15h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE Rastreios cardiovasculares e musculares	Comunidade em geral	Universidade Atlântica – Nutrição
	16h00 – 17h00		AULA ABERTA Chi Kung		Centro Social e Paroquial de Barcarena
14 abril 3ª Feira	9h30 – 12h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	AVC: SENSIBILIZAR, PREVENIR, TRATAR e ACOMPANHAR – Sessão de Informação – 9h30 – Rastreios + Realidade Virtual – a partir das 10h30	Comunidade em geral	ESSATLA – Fisioterapia + Enfermagem
15 abril 4ª Feira	14h30 – 18h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	TARDE EM MOVIMENTO	Comunidade em geral	Associação Cultural de Tercena
			– Aula aberta de Danças Orientais – 14h30 – 15h30		ESSATLA - Osteopatia
			– Rastreio de bem-estar, mobilidade e autonomia – 15h30 – 17h00 – Aula Aberta de Tai Chi – 17h10 – 18h00		Centro Social e Paroquial de Barcarena
18 abril Sábado	9h00 – 13h00	SERUL - Leceia	Caminhada Solidária + Banca da Saúde	Comunidade em geral	SERUL + ESSATLA – Fisioterapia e Enfermagem
20 abril 2ª Feira	14h00	CERCIOEIRAS	AULA ABERTA Boccia	Utentes do Centro de Dia	CERCIOEIRAS
22 abril 4ª Feira	15h00 – 16h00	Centro Cultural de Barcarena	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE Quando o movimento é o melhor remédio	Comunidade em geral	Câmara Municipal de Oeiras
23 abril 5ª Feira	18h00 – 19h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	AULA ABERTA Danças Tradicionais	Comunidade em geral	Centro Social e Paroquial de Barcarena + Associação Cultural de Tercena
24 abril 6ª Feira	17h00 – 18h00	Centro Jovem de Queluz de Baixo	AULA ABERTA Danças do Mundo	Comunidade em geral	Centro Social e Paroquial de Barcarena
27 abril 2ª Feira	17h30 – 18h30	CSPB – Centro de Infância - Tercena	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE O sono das crianças	Pais e/ou Encarregados de Educação e profissionais do Centro de Infância	ESSATLA – Enfermagem
28 abril 3ª Feira	9h30 – 10h30	Escola Básica Visconde de Leceia	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE Projeto “Mãos no Coração” – Suporte Básico de Vida Pediátrico	Alunos da Escola Visconde de Leceia	ESSATLA – Enfermagem
	15h00 – 16h00	Centro Cultural de Barcarena	SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE Do prato ao coração, o que nos diz a Nutrição	Comunidade em geral	Universidade Atlântica – Nutrição

Organização



Com o Apoio



Participação

