

DURANTE TODO O DIA

STAND'S

- Rastreios [Colesterol; Tensão Arterial; Glicémia] | UCC V. Amoreira; Ass. Diabéticos Barreiro e Moita; Esc. Sup. Enfermagem Setúbal |
- Workshop de Alimentação Económica e Saudável | Esc. Téc. Prof. Moita / CRIBB |
- Dinâmicas de Grupo | C. Reformados e Idosos da BxB e Esc. Técnica Prof. Moita |
- Índice de Massa Corporal | Academia Artes Marciais Fitness |

UNIDADES MÓVEIS

- Rastreio Auditivo | Acústica Médica |
- Toxicodependência | ARSLVT |
- HIV SIDA | UCC Vale Amoreira |

ESPAÇO EXTERIOR

- Horta Vertical | Centro de Reutilização BxB |
- Atelier de Materiais Reciclados | Centro de Reutilização BxB |
- Feira do Livro (a confirmar)
- Feira de Artesanato (a confirmar)
- Rastreio Visual | Multiopticas |
- Pinturas Faciais | RUMO |
- Atelier de Jogos “Vida Saudável” | Centro Reformados e Idosos do V. Amoreira |
- Jogos Tradicionais | CMM |

ATIVIDADES DE PALCO

MANHÃ

- | | |
|---------------|--|
| 09:00 | • Sessão de Abertura |
| 09:30 - 09:45 | • Canto Coral [CRIBB] |
| 10:00 - 10:30 | • Atuação de Dança [CRIBB e ETPM]
• Grupo Coral [CRIVA] |
| 10:30 - 11:00 | • Cantiga “Eu não tenho medo de ir ao dentista [EB1 nº3]
• Clube Dança [EB2,3 Mouz. Silveira] |
| 11:00 - 11:30 | • Entoação de Canções [EB1 nº3]
• Coreografia de Dança [Esc.DJI] |
| 11:30 - 12:00 | • Baile da Fruta [Esc. D. João I] |
| 12:00 - 12:30 | • Zumba Dance [AAMFitness] |

TARDE

- | | |
|---------------|---|
| 13:30 - 14:00 | • Sevilhanas [União D. C. Banheirense]
• Zumba Clube [União D.C. Banheir.] |
| 14:00 - 14:30 | • Atuação Grupo de Dança [RUMO] |
| 14:30 - 15:00 | • Atuação Musical [Escolhas VA E5G] |
| 15:00 - 15:30 | • Grupo Coral [Ass. RPI “O Norte”] |
| 15:30 - 16:00 | • Ritmos Brasileiros [AAMFitness] |
| 17:00 | • Encerramento |

ATIVIDADES NO JARDIM

- | | |
|---------------|--|
| 10:00 - 10:30 | • Demonstração de Educação Física [EB1 nº3 e EB1 nº5] |
| 10:30 - 11:00 | • Jiu-Jitsu [AAMFitness]
• Karaté [AAMFitness]
• Motricidade Sénior [CRIVA] |
| 11:00 - 11:30 | • Ginástica Manut. [Ginásio AC]
• Judo [AAMFitness]
• Kickboxing / Muay Thai [AAMFitness]
• Aula de Preparação para o Parto [UCC Moita] |
| 11:30 - 12:00 | • Krav Maga [AAMFitness] |

COLÓQUIO

Salão Nobre Junta Freguesia Baixa Banheira

- | | |
|-------|---|
| 14:30 | • Apresentação |
| 14:40 | • “Mais Saúde” Ass. Clínica Frater |
| 14:50 | • “A Importância do Diagnóstico Precoce” Ass. Mulheres com Patologia Mamária |
| 15:00 | • “A Importância da Farmácia na Vida do Cidadão” Ass. Diabéticos Barreiro e Moita |
| 15:10 | • “Uso/Abuso de Substâncias Psicoativas” ARSLVT/ IDT |
| 15:20 | • “Alimentação Saudável em Tempos de Crise” Unidade de Cuidados Comunidade Moita |
| 15:30 | • Discussão aberta. Conclusões |



III FEIRASAÚDE

SAÚDE NA COMUNIDADE

AO VISITAR ESTA FEIRA PODERÁ...

Visitar os nossos stands
Participar em vários jogos
Fazer exercício físico
Aprender novos passos de dança
Saber o que deve comer.

Avaliar gratuitamente:
- o seu nível de açúcar no sangue
- a sua tensão arterial
- o seu nível de colesterol
- o seu índice de massa corporal

Conhecer os serviços que trabalham para a sua saúde no concelho da Moita.

Conviver com todos os outros participantes.

Participar gratuitamente em todos os espectáculos, demonstrações e muito mais!

Patrocínios:



Parceiros:



III FEIRASAÚDE

SAÚDE NA COMUNIDADE

7 DE JUNHO

a partir das 9 horas

Parque José Afonso
BAIXA DA BANHEIRA

em frente à Junta de Freguesia da Baixa da Banheira