



[CON]VIVÊNCIAS SÉNIOR

www.cm-moita.pt

1 A 31 DE OUTUBRO



Para as atividades
com inscrição prévia ligue:
Tel.: **210 891 000**

Nº550/19-GIRP/CMM



**PROGRAMA
DE ATIVIDADES
2019**

DIA 1 [TERÇA] 10:00H

(Dia Internacional da Pessoa Idosa)

Todos com o Desporto - Mega Aula de Ginástica | Programa Movimento Sénior
Parque Municipal da Moita

DIA 2 [QUARTA] 9:00H

Passeio Cultural - * Bacalhôa
Vila Nogueira de Azeitão

DIA 4 [SEXTA] 9:00H

Passeio Cultural - * Bacalhôa
Vila Nogueira de Azeitão

DIA 7 [SEGUNDA] 9:30H

Seniores a bordo...
***Passeio de Barco - Cais da Moita**

DIA 9 [QUARTA] 9:00H

Passeio Cultural - * Bacalhôa
Vila Nogueira de Azeitão

DIA 10 [QUINTA]

(Dia Mundial da Saúde Mental)

10:00H

Apresentação da Agenda Gerontologia
Biblioteca Municipal da Moita

14:30H

UniSeM - Universidade Sénior da Moita
Receção aos Alunos
Biblioteca Municipal da Moita

DIA 11 [SEXTA] 14:30H

Passeio Cultural - * Bacalhôa
Vila Nogueira de Azeitão

DIA 14 [SEGUNDA] 14:30H

Seniores a bordo...

***Passeio de Barco - Cais da Moita**
Início de aulas da Universidade Sénior da Moita
(Várias Freguesias do Concelho)

DIA 16 [QUARTA]

7:00H

Passeio Cultural
***Coimbra**

15:30H

Seniores a bordo...
***Passeio de Barco - Cais da Moita**

DIA 17 [QUINTA] 7:00H

Passeio Cultural - *Coimbra

DIA 21 [SEGUNDA] 10:00H

***Boccia - Torneio Moita Sénior 2019/2020**
Pavilhão Desportivo Municipal da Moita

DIA 22 [TERÇA] 9:30H

Seniores a bordo...
***Passeio de Barco - Cais da Moita**

DIA 23 [QUARTA] 14:30H

"Artefado" teatro apresentado
por UTIBTEATRO - Universidade da Terceira
Idade do Barreiro, encenação Luciano Barata
Fórum Cultural José Manuel Figueiredo
Baixa da Banheira

DIA 24 [QUINTA] 7:00H

Passeio Cultural
***Coimbra**

DIA 25 [SEXTA]

7:00H

Passeio Cultural - *Coimbra

15:00H

***"Sabores da Terra" Atelier de Culinária**
- Clube da Mulher
Centro Comunitário PARAGEM
Qtª Fonte da Prata

DIA 29 [TERÇA] 14:30h

"O Saco Mágico" teatro apresentado por
UniSeM - Universidade da Sénior da Moita,
encenação Célia Figueira
Fórum Cultural José Manuel Figueiredo
Baixa da Banheira

DIA 30 [QUARTA] 14:30H

Envelhecer está na Moda -CRIVA
Moinho de Maré da Azenha
Alhos Vedros

DIA 31 [QUINTA] 14:30H

"Pezinho de Dança" - Baile de Outono
Atividade de Encerramento
A. R. P. I. da Zona Norte da Baixa da Banheira

***Atividade com inscrição prévia**
Tel.: **210 891 000**