

22 e 23 de **OUTUBRO**
semana da saúde

DIA 22

10:00

Técnicas de conservação de energia
e higiene postural

ALMOÇO LIVRE

14:00

Sexualidade e doenças sexualmente
transmissíveis

15:00

Atuações do Lar Padre Alves Correia e
do Grupo Coral do Bom Pastor

Durante toda a tarde serão realizados
rastreios de HIV

DIA 23

10:00

Prevenção de Violência e Maus-Tratos
contra Idosos

ALMOÇO LIVRE

14:00

Yoga do Riso

15:00

O Cancro Gástrico e Colorretal

Durante toda a tarde serão realizados
rastreios para a prevenção de doenças
cardiovasculares e de problemas
auditivos.



29 e 30 de **OUTUBRO**
semana do ambiente e cidadania

DIA 29

10:00

Desfile de Moda

ALMOÇO LIVRE

14:00

Esterilização dos animais de companhia

15:00

Benefícios dos animais de estimação

16:00

Dicas para cuidar e educar o seu cachorro

No dia 29, das 14 às 17 horas, em
simultâneo com as atividades da tarde, irá
decorrer a oficina "Construções em barro" e
a atuação do Rancho Folclórico da Afurada.

DIA 30

10:00

Bingo do ambiente

ALMOÇO LIVRE

14:00

Pré-lançamento do Livro de Receitas dos
Idosos

15:00

Baile e Magusto
Atuação da Banda da PSP



OUTUBRO'15
mês do idoso

Organização da Divisão de Vila Nova de Gaia



Diga sim à segurança!
Diga não à solidão! **PARTICIPE!**
TODAS AS 5.ªS E 6.ªS FEIRAS entre as 9h e as 17h
Convento Corpus Christi – Cais de Gaia



30 de **SETEMBRO**,
1 e 2 de **OUTUBRO**
semana da segurança

DIA 30

15:00
Abertura do Mês do Idoso
Atuação da Banda da PSP

DIA 01

10:00
Prevenção Rodoviária

ALMOÇO LIVRE

14:00
Burlas

15:00
GOC (Grupo Operacional Cinotécnico)

DIA 02

10:00
Defesa Pessoal

ALMOÇO LIVRE

14:00
Prevenção de Incêndios Domésticos

16:00
Atuação da Cruz Vermelha Portuguesa



08 e 09 de **OUTUBRO**
semana da música e do desporto

DIA 08

10:00
Atuação ASSIC de Canidelo

11:00
Danças de Salão

ALMOÇO LIVRE

14:00
Atuação do Grupo de Ginástica da
Junta de Mafamude

15:00
Atuação do Centro de Dia da Junta de
Freguesia de Mafamude

16:00
Atuação do Grupo de Dança da
Cerci Gaia e do
Grupo Coral do LAR Padre Alves Correia

DIA 09

10:00
Ginástica/Pilates

ALMOÇO LIVRE

14:00
Atuação da Academia de Música de
Vilar do Paraíso

15:00
Atuação do Rancho Folclórico de Santa
Marinha

16:00
Jogos Tradicionais



15 e 16 de **OUTUBRO**
semana da cultura

DIA 15

10:00
Roteiro ao centro histórico

ALMOÇO

14:00
Visita ao Mosteiro da Serra do Pilar

DIA 16

10:00
Casamento

ALMOÇO

14:00
Fado

