

POPULAÇÃO MAIOR

CELEBRAÇÕES OUTUBRO 2024



AMADORA
Câmara Municipal



Encosta
do Sol
Freguesia

Pré-inscrições a 23/09

As vagas para cada atividade são limitadas e serão preenchidas por ordem de inscrição.

Presencialmente

* Alfovelos - Espaço Alfovelos

(Av. Ruy Luis Gomes 11 A)

* Brandoa - Biblioteca da Brandoa

Online (link disponível nos canais de comunicação da JF Encosta do Sol)

Mais informações: 21 476 84 00

www.cm-amadora.pt

ORGANIZAÇÃO
Câmara Municipal da Amadora

INFORMAÇÕES/ INSCRIÇÕES
CMA/Divisão de Intervenção Social Tel. 800 207 632 (gratuito)
Juntas de Freguesia do Município

POPULAÇÃO MAIOR

COMEMORAÇÕES OUTUBRO 2024



AMADORA
Câmara Municipal



Encosta
do Sol
Freguesia

PROGRAMA DAS ATIVIDADES

1 a 31 OUTUBRO

Divulgação integrada das atividades comemorativas promovidas pelas entidades da cidade

Parceiros: Juntas de Freguesia, IPSS da cidade, ULS Amadora/Sintra, e outros parceiros da Rede Social da Amadora

Participantes: Comunidade em geral

1 a 31 OUTUBRO

CONCURSO DE FOTOGRAFIAS

“CRESCER COM O ENVELHECER”

Parceiros: Juntas de Freguesia e Parceiros do PEES

Participantes: Comunidade em geral

1 OUTUBRO

“HÁ FESTA NA ASSOCIAÇÃO”

Local: IPSS da cidade

Parceiros: Juntas de Freguesia, IPSS e entidades privadas lucrativas com respostas sociais de centro dia, centro convívio e ERPI

Participantes: Utentes de respostas sociais

3 OUTUBRO

“UMA DÉCADA DE TRABALHO – 10 ANOS!

ACADEMIA SÉNIOR”

Local: Recreios da Amadora | Hora: Das 09h00 às 13h00

Parceiros: Academia Sénior e Proteção Civil

Participantes: Comunidade em geral

7 OUTUBRO

DIA DO CUIDADOR

WORKSHOP DE VALORIZAÇÃO DO CUIDADOR FORMAL

Local: Escola de Mobilidade

Parceiros: IPSS da Cidade

Participantes: AAD e equipas técnicas

GINÁSTICA LABORAL

Parceiros: IPSS da Cidade

Participantes: AAD e equipas técnicas

WORKSHOP NO ÂMBITO DO APOIO AO CUIDADOR

Local: Escola de Mobilidade

Parceiros: IPSS de apoio a seniores e pessoas

Participantes: Cuidadores informais

10 OUTUBRO

AMADORA FADOS - CRISTINA CLARO

Local: Cine Teatro D. João V | Hora: 16h00

Parceiros: Juntas de Freguesia

Participantes: Seniores da comunidade

14 a 18 OUTUBRO

Semana de mostra do Programa AmaSénior Viva+

Local: Vários locais a cidade

Parceiros: Entidades promotoras do AmaSénior VIVA+

Participantes: Comunidade em geral

15 OUTUBRO

ROTEIRO DE ARTE URBANA

“GALERIA A CÉU ABERTO”

Hora: 10h00 e 15h00

Parceiros: Juntas de Freguesia

Participantes: Seniores da comunidade

17 OUTUBRO

ALMOÇO CONVÍVIO

Local: Restaurante Acordeon | Hora: Das 12h00 às 17h00

Parceiros: Juntas de Freguesia e IPSS da cidade

Participantes: Seniores da comunidade

21 OUTUBRO

FESTIVAL AMADORA BD

Local: Exposição Amadora BD - Parque da Liberdade

Hora: 10h00

Parceiros: Juntas de Freguesia

Participantes: Seniores da comunidade

22 OUTUBRO

Alimentação e a importância do exercício físico para um Envelhecimento Saudável

Local: Auditório Amadora Inova | Hora: 14h30

Parceiros: ULS Amadora - Sintra

Participantes: Comunidade em geral

24 OUTUBRO

ESPECTÁCULO DE TEATRO

“AMIGOS DA TRETA”

Local: Teatro Villaret | Hora: 21h00

Parceiros: Juntas de Freguesia e IPSS da cidade

Participantes: Seniores da comunidade

24 OUTUBRO

DIA MUNICIPAL PARA A IGUALDADE

ENCONTRO SOBRE CONCILIAÇÃO DA VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL

O cuidado no envelhecimento: direitos dos cuidadores informais e o cuidado do cuidador informal

Local: Auditório Amadora Inova | Hora: 14h30

Parceiros: Serviços de gestão de RH de empresas do Concelho e parceiros da Rede Social

Participantes: Seniores da comunidade

30 OUTUBRO

REUNIÃO ALARGADA DO FÓRUM SÉNIOR

DEDICADO AO ANO DO AMBIENTE - 2024

Local: Salão Nobre dos Recreios da Amadora | Hora: 14h30

Parceiros: Juntas de Freguesia

Participantes: Seniores da comunidade