

Dia Internacional das Pessoas Idosas

PASSEIOS
BAILE
DESPORTO
TEATRO

1 de Outubro 2018

OUTUBRO Dias 9,10,11,12,16,17,18,19 e 26

Passeio de 1 dia

Visita Alcácer do Sal, Carrasqueira e Lagoa de Melides
Almoço Convívio com animação Musical Quinta da Guarita em Grândola

13 OUTUBRO

10h00 / 12h00 - *Auditório Junta de Freguesia*

WORKSHOP AVÓS & NETOS - Bolachinhas de chá com o chefe Domingos Cruz

Inscrições limitadas - na área da educação, cultura e desporto
- cada participante 1 kg de farinha sem fermento, 6 ovos, açúcar/1 emb.margarina vaqueiro

15h00 - *Núcleo dos Amigos do Bairro Santos Nicolau*

FADO + 55 - Tarde de Fado

Parceria com Núcleo dos Amigos do Bairro Santos Nicolau

20 OUTUBRO

15h00 / 18h00 - *Mercado 2 de Abril*

BAILE +55

Parceria com AAP

24 OUTUBRO

14h00 - *PUA*

RISOTERAPIA com a líder de yoga do riso Fernanda Pacheco

Grupo envelheseres (instituições de setúbal)

27 OUTUBRO

G.D. Independente

OPEN DAY AVÓS & NETOS - DESPORTO +55

10h00 / 10h30 - Zumba adaptada c/ Marisa Santos

10h45 / 11h15 - Sessão de yoga do riso com a líder Fernanda Pacheco

11h30 / 12h00 - Pilates

12h30 - Almoço convívio na coletividade

15h00 / 15h30 - Taekwondo seniores

15h45 / 16h30 - Danças latinas +55

Parceria com G.D. Independente

08 e 09 NOVEMBRO

Passeio de 2 dias

Clube de Teatro Sénior - Mulheres Conserveiras - Projeto Tradições

- Visita a fábrica de conservas em Olhão

Parceria com INATEL - Delegação de Setúbal

Fins de Semana Seniores ao Teatro

03 NOVEMBRO

20h00 - *G.D. Independente*

JANTAR E "REVISTA A VIDA A Sorrir" apresentado pelo clube de teatro sénior do Projeto Tradições da JFSS

Parceria com G.D. Independente

24 NOVEMBRO

16h00 - *G.D. Independente*

ESPECTÁCULO DE TEATRO MUSICADO "ZÉ GATO" pela actas

Parceria com G.D. Independente

25 NOVEMBRO

16h00 - *NAB Santos Nicolau*

ESPECTACULO MUSICAL "O TEATRO VEIO AO BAIRRO SANTOS NICOLAU" apresentado por João Praia

Parceria com NABSN

Projeto Sénior Tradições

Atividades diárias 2018/2019

- Inscrições de 19 a 27 de Setembro

Área da Educação Cultura e Desporto - 265 719 520

2ª e 3ª Feira: 14h00 / 17h00 - Oficina de Partilha

2ª feira: 10h00 / 11h00 - Zumba adaptada

3ª feira: 15h00 / 17h00 - Cantares Populares Tradições

4ª feira e 6ª Feira: : 15h00 / 17h00 - Clube de Teatro

5ª feira: 10h00 / 12h00 - Oficina de Pintura

5ª feira: 14h00 / 15h00 - Clube Sénior de Dança (*quinzenalmente*)

5ª feira: 15h00 / 17h00 - Clube Sénior do Riso (*quinzenalmente*)