

SÁBADO, 2 DE JULHO DE 2022

Local: Mercado Manuel Firmino e Largo Envolvente

09:00 Apontamento Musical – Abertura Oficial – Boas-Vindas!

09:00 > 18:00 Exposições temáticas, rastreios, atividades culturais, performativas, desportivas, animação musical, experiências tecnológicas.

09:30 – 10:30 Show-cooking - Cozinhar com crianças - Chef Udine Peixe

10:30 – 11:15 Conversa sobre... Promoção de envelhecimento saudável

11:00 > 15:00 Visita à botica do Mosteiro de Jesus

+ Workshop Botica Conventual – mezinhas e unguentos para experimentar

Local: Museu de Aveiro/Santa Joana

Público-alvo: > 6 anos

Lotação: 20 pax

* Atividade Gratuita sujeita a inscrição prévia/obrigatória para: acaosocial-saude@cm-aveiro.pt

11:30 – 12:15 Conversa sobre... Dança inclusiva

12:30 – “Saio da estante e vou à Rádio num instante” em direto, com Rádio Soberania e Biblioteca Itinerante

12:30 – 14:00 Show-cooking -"Alimentar melhor para viver melhor!" - Promovido pelo NEGERMI com o apoio da Fresenius Kabi

15:00 – 15:45 Conversa sobre... Alimentação Sustentável, Natureza e Saúde Humana

16:30 – 17:15 Conversa sobre... Informação em Saúde

Local: Cais da Fonte Nova

09:00 - 18:00 Ações de formação de 1ºs Socorros Psicológicos; ações de formação de Suporte Básico de Vida, Jogos tradicionais...

09:30 – 11:00 Basquetebol – Sport Clube do Beira-mar (Aulas abertas)

10:30 – 11:30 Tai Chi e Chi Kung - Rodrigo Belard (Aulas Abertas)

14:30 – 15:30 Tai Chi e Chi Kung - Rodrigo Belard (Aulas Abertas)

15:45 – 17:15 Futebol (Estrela Azul)

17:15 – 19:00 Patinagem – CENAP (Aulas abertas)

DOMINGO, 3 DE JULHO DE 2022

Local: Mercado Manuel Firmino e Largo Envolvente

09:00 - 18:00 Exposições temáticas, rastreios, atividades culturais, desportivas, performativas, experiências tecnológicas.

09:00 – 10:30 Show-cooking – a confirmar

11:00 -12:00 – Oficina de Música de Aveiro

11:00 | 15:00 Visita ao Ecomuseu Marinha da Troncalhada

Local: Ecomuseu Marinha da Troncalhada

Público-alvo: > 6 anos

Lotação: 20 pax

*Atividade Gratuita sujeita a inscrição prévia/obrigatória para acaosocial-saude@cm-aveiro.pt

11:15 – 12:00 Conversa sobre...Prevenção em Saúde

12:30 – 14:00 Show-cooking - Reaprender a cozinhar. Evitar o desperdício. Promover a alimentação saudável - Chef Luís Lavrador

15:00 – 16:00 Conversa sobre... Hospitalização Domiciliária

16:30 – 17:15 Conversa sobre... Saúde Mental

18:00 – 19:00 Dança pela Saúde | Encerramento Oficial

Cais da Fonte Nova

09:00 - 18:00 Ações de formação de 1ºs Socorros Psicológicos; ações de formação de Suporte Básico de Vida, Jogos tradicionais

09:30 - 10:00 Xadrez - Sport Clube do Beira-mar (Aulas abertas)

11:15 - 13:00 Vólei - Clube de Vólei de Aveiro (Aulas abertas)

15.30 - 16.30 Zumba Gold: envelhecer a dançar (Apolo Porto) - "Promovido pelo NEGERMI com o apoio da Fresenius Kabi"

15:45 - 17:15 Ergómetros remo – Coletividade Popular de Cacia

17:15 - 19:00 Treino Funcional - Clube do Judo IPPON.