

**16h00 | Ação de Sensibilização “A importância do Cuidador Informal”**  
Auditório da Biblioteca Municipal do Barreiro  
Organizado por Associação Mulheres com Patologia Mamária

**QUARTA 13 de ABRIL**

**10h00 | Reunião da Comissão Alargada da Rede de Voluntariado Barreiro/Moita | Instalações da RUMO**  
Dinamizado pela Rede de Voluntariado Barreiro /Moita

**11h30 | Alimentação Saudável e os Benefícios da Sopa | Dirigida aos alunos da Escola Básica nº 1 do Lavradio**  
Com a colaboração da AURPIL e Unidade de Cuidados na Comunidade /ACES

**15h30 | Apresentação Nacional do Programa FIT Escola | Auditório da Biblioteca Municipal do Barreiro**  
Dinamizado por Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita

**QUINTA 14 de Abril**

**10h30 | Ação de Sensibilização “Higienização das Mãos” | Grupo Dramático e Recreativo “Os Leças”**  
Dinamizado por Unidade de Cuidados na Comunidade/ACES

**15h00 | Ação de Sensibilização sobre Mutilação Genital Feminina - Projeto de Intervenção “Mudar Gerações Formando” | Cooperativa Cultural Popular Barreirense**  
Organizado por Grupo Profissional de Saúde do Centro Hospitalar Barreiro Montijo, EPE

**21h00 | Reunião do Observatório Municipal da Saúde | Auditório da Biblioteca Municipal do Barreiro**  
Aberta à população

**SEXTA 15 de Abril**

**10h00 - 17h00 | Mercado de Trocas “Dar e Receber” com animação | Páteo Albers**  
Organizado pelos Parceiros da Loja Comunitária do Barreiro

**22h00 | Concerto Solidário com a participação da Banda do MotoClube e Banda Entretantos**  
Centro de Produção e Participação Artística (antiga Escola Conde Ferreira)  
Os espetadores deverão levar produtos de higiene e roupa de bebé que serão entregues a várias Instituições de Solidariedade Social

**Todas as iniciativas são de entrada livre**

**Parceiros:**



# Quinzena da Saúde, da Solidariedade e do Voluntariado 5 a 15 de abril 2016

Consulte programa em [www.cm-barreiro.pt](http://www.cm-barreiro.pt)



# QUINZENA, da SAÚDE, da SOLIDARIEDADE e do VOLUNTARIADO

5 a 15 de abril | Programa

## TERÇA 05 de ABRIL

**10h00 – 13h00 | Tas'ca Saúde / Cocktails Sem Álcool / Mercado Municipal 1º de Maio**

Rastreo de Problemas Ligados ao Álcool / Largo 1º de Maio

Dinamizado por Cri da Península de Setúbal / Equipa Prevenção / Equipa de Tratamento do Barreiro

**11h00 | Ação de Sensibilização “Violência sobre Pessoas Idosas” | SCR 1º Agosto “O Paivense”**

Dinamizado por RUMO / Telmo Torrinha

**15h00 | Apresentação Pública dos AA | Biblioteca Municipal do Barreiro**

Organizado por: Alcoólicos Anónimos

**21h00 | Colóquio “A Diabetes” | Auditório da Freguesia de Santo André**

Dinamizado por Associação de Diabéticos do Arco Ribeirinho

## QUARTA 06 de ABRIL

**9h30 – 17h00 | Voluntariado em Ação “Amigo Mudei a Casa” | Unidade Residencial da CERCIMB - Penalva**

Dinamizado pelos professores e alunos da Escola Superior de Tecnologia do Barreiro

**11h30 | Alimentação Saudável e os Benefícios da Sopa** | Dirigida aos alunos da Escola Básica da Penalva

Com a colaboração do Grupo Recreativo União Penalvense e Unidade de Cuidados na Comunidade / ACES

**21h00 | Caminhada / Corrida Solidária – BRRnigtRUNNERS**

Os participantes deverão levar produtos de Higiene Oral que serão entregues a várias Instituições de Solidariedade Social

**Concentração: Largo do Mercado 1º de Maio**

## QUINTA 07 de ABRIL | Dia Mundial da Saúde

**9h30 - 12h30 | Rastreios e sensibilização à população | Largo do Mercado 1º Maio**

Dinamizado por Associação VEM VENCER

**9h30 | Caminhada Sénior | Local de concentração: em frente à Igreja Nossa Senhora do Rosário**

Duração: cerca de 1 hora. Grau de dificuldade: fácil

**9h30 | Ação de sensibilização “Diabetes Tipo 1”** | Dirigido a professores da Escola Básica e Secundária de

Sto António (sede), Escola Básica de Sto António (Igreja) e EB da Vila Chã

Dinamizado por Unidade de Cuidados na Comunidade / ACES

**10h30 | Aula de Ginástica Sénior pelos alunos do Programa “Mexer com a Idade”**

Largo do Mercado Municipal 1º Maio

**11h00 | Ação “Vamos Conversar sobre a Diabetes” | Mercado Municipal 1º Maio**

Dinamizado por Associação Mellitus Criança

**21h00 | Colóquio “O Cuidador na Diabetes” | Cooperativa Cultural Popular Barreirense**

Dinamizado por Associação Diabéticos do Arco Ribeirinho

## SEXTA 08 de ABRIL

**9h30 - 12h30 | Mercado Social e Mostra de Docinhos e Salgadinhos**

Largo do Mercado 1º Maio com animação

Organizado em parceria com Associações e Instituições do Concelho

**11h00 | Palestra “As Emoções e o Corpo” | Cooperativa Cultural Popular Barreirense**

Dinamizado por Cristina Mira Santos

**15h00 | Inauguração de Exposição de “Arte Floral em Gregas” | Cooperativa Cultural Popular**

Barreirense | A exposição decorre de 8 a 21 de abril, das 15h00 às 18h30

Trabalhos elaborados por alunos da turma de Bordados Regionais da responsabilidade da formadora Brázia Monteiro

**18h00 | Reunião com entidades com intervenção na área da Diabetes “Políticas de Saúde e a Diabetes”**

Dinamizado por Associação de Diabéticos do Arco Ribeirinho

## SÁBADO 09 de ABRIL

**10h00-12h00 | 2ª Edição do Concurso de Trauma | Largo do Mercado Municipal 1º Maio**

Dinamizado por Bombeiros Voluntários Sul e Sueste

Inscrições abertas – Os participantes deverão levar roupa usada (com camisola preta por baixo)

**15h30 | Ação de Sensibilização “A Saúde vem Primeiro” | Sociedade Filarmónica Agrícola Lavradiense**

Organizado por Associação de Mulheres com Patologia Mamária

**16h30 | Caminhada Solidária | Parque Municipal José Afonso - Baixa da Banheira**

Organizado pela Associação NÓS

## DOMINGO 10 de abril

**10h00 | Aula de Aeróbica Solidária** | Parque da Cidade

Os participantes deverão levar produtos de Higiene Oral que serão entregues a várias Instituições de Solidariedade Social do Concelho

Dinamizado por Câmara Municipal Barreiro

**11h00 | Aula de Yoga Solidária | Tenda do Parque da Cidade**

Os participantes deverão levar produtos de Higiene Oral que serão entregues a várias Instituições de Solidariedade Social do Concelho

Dinamizado por Centro de Yoga – As.Barreiro

**17h00 | Exibição do filme “Pára-me de repente o pensamento”, de Jorge Pelicano, sobre a temática da**

**Saúde Mental, Portugal 2014, 101 min. | Cineclubes do Barreiro**

## SEGUNDA 11 de ABRIL

**15h45 | Ação de Sensibilização “Violência sobre Pessoas Idosas” | Grupo Desportivo de Palhais**

Dinamizado por RUMO / Telmo Torrinha

## TERÇA 12 de Abril

**10h00 – 13h00 | Tas'ca Saúde / Cocktails Sem Álcool / Mercado Municipal 1º de Maio**

Rastreo de Problemas Ligados ao Álcool / Largo 1º de Maio

Dinamizado por Cri da Península de Setúbal / Equipa Prevenção / Equipa de Tratamento do Barreiro

**11h00 | Apresentação do Projeto Café Memória, dirigido a doentes de Alzheimer e famílias**

Auditório Municipal da Biblioteca do Barreiro

Dinamizado por Catarina Alvarez

**14h00 | Apresentação Pública do Grupo de Familiares AL-Anom**

Auditório da Biblioteca Municipal do Barreiro

Organizado por AL-Anom