NOTÍCIA

26 agosto 2025
DCIPT

Programa do terceiro quadrimestre de 2025

“Tardes Comunitárias” regressam com uma “viagem” à Índia

Uma conversa de viajantes com Beatriz Barros, que relata a sua experiência de voluntariado em Calcutá (Índia), no dia 24 de setembro, marca o arranque da programação do terceiro quadrimestre de 2025 das “Tardes Comunitárias”, projeto de intervenção social promovido pela Câmara Municipal de Cantanhede para motivar a população sénior a desenvolver a sua interação psicossocial em atividades sociais, culturais, desportivas e lúdicas.
O programa inclui ainda sessões sobre música, cinema, leitura e pintura, entre outras.
Ao longo de três meses, os participantes terão oportunidade de participar em atividades com uma vincada componente didática e formativa, para estimular o interesse de quem dispõe de tempo, mas que geralmente não dispõe de grandes oportunidades de ocupação a esse nível.
Na prática, o que se pretende é “Dar Mais Vida aos Anos”, proporcionando oportunidades de valorização e realização pessoal para um público com mais de 55 anos e percursos de vida diversificados, através de encontros em que é dada também a possibilidade de partilharem a sua experiência e saber com outras pessoas.
Nesse sentido, todas as quartas-feiras, entre as 14h30 e as 17h30, decorrerão inúmeras atividades, que vão desde prevenção de quedas: dicas essenciais para evitar acidentes em casa, a um magusto partilhado.
Estão igualmente previstas atividades de acentuada componente lúdica, como visitas guiadas ao Mosteiro da Batalha ou ao Jardim Botânico de Coimbra ou apenas convívio social ativo.
Os interessados podem efetuar a sua inscrição na Casa Francisco Pinto, na Rua António José de Almeida nº 3, em Cantanhede, ou através do número 231 249 043 e do e-mail tardescomunitarias@cm-cantanhede.pt.

PROGRAMA

24 setembroConversa de ViajantesA outra face da Índia, uma experiência de voluntariado em Calcutá por Beatriz BarrosBiblioteca Municipal
1 outubroDia Mundial da MúsicaAcademia de Música de CantanhedeBiblioteca Municipal
8 outubroVisita ao Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota e ao Mosteiro da BatalhaInscrições de 24 de setembro a 30 de setembro
15 outubroVisita à ETAR de MurtedeInscrições de 1 de outubro a 10 de outubro
22 outubroProvérbios com vida - Leitura coletiva de textos de participantes nas Tardes ComunitáriasParque Verde São Mateus
29 outubroCinema a Pedido (oferta de pipocas)Biblioteca Municipal

5 novembroPrevenção de quedas: dicas essenciais para evitar acidentes em casaFisio André Viegas - sessão teórica e práticaBiblioteca Municipal
12 novembroMagusto partilhadoJardim do Museu da Pedra
19 novembroPintar as Emoções IICentro Paroquial S. Pedro
26 novembroVamos celebrar a Floresta Autóctone – Visita guiada ao Jardim Botânico da Universidade de CoimbraInscrições de 19 de novembro a 21 de novembro
3 dezembroVisita à exposição de Maria Amélia Magalhães CarneiroMuseu de Arte e Colecionismo
10 dezembroJogos Sem Fronteiras AquáticosPiscinas Municipais

17 dezembroAtividade Teatral pelos participantes das Tardes ComunitáriasBiblioteca Municipal