NOTÍCIA

16 janeiro 2025
DCIPT

No âmbito do projeto Tardes Comunitárias

Bem-estar subjetivo e longevidade saudável foi tema da sessão na Biblioteca Municipal

Mais de 80 pessoas assistiram esta quarta-feira, dia 15 de janeiro, à sessão das Tardes Comunitárias dedicada ao tema “Bem-estar subjetivo e longevidade saudável”. Promovida pelo Município de Cantanhede, a palestra “Porque é que as cenouras são cor de laranja?” contou com as oradoras Maria Manuela Alvarez, professora universitária e investigadora na Universidade de Coimbra, e Rosa Ferreira Rodrigues, produtora de agricultura biológica.
No decurso da sessão, as oradoras expuseram conteúdos relacionados com algumas espécies agrícolas, nomeadamente as cenouras, as suas variantes e proveniências geográficas, as propriedades alimentares e importância culinária para a saúde humana, e ainda, algumas curiosidades históricas.
Maria Manuela Alvarez é professora na Faculdade de Ciências da Vida, na área da Antropologia Biológica, da Universidade de Coimbra e investigadora do Centro de Investigação em Antropologia e Saúde - CIAS.
Rosa Ferreira Rodigues é proprietária da empresa familiar de agricultura biológica certificada Dona Rosa, produtora de espécies agrícolas biológicas, com sede em Coimbra

Sobre o projeto Tardes Comunitárias
Com o principal objetivo de promover a participação ativa e saudável da população com idade igual ou superior a 55 anos e, desta forma, melhorar a qualidade de vida (bem-estar físico, social e mental) desta faixa etária, o Município de Cantanhede pretende, também, facultar o acesso a atividades dinamizadas pelos diferentes serviços, designadamente os serviços de Ação Social, Cultura, Desporto, Proteção Civil e Turismo. O projeto pretende, ainda, fomentar a participação

social e cívica e a troca de experiências, proporcionando a partilha de ideias, conhecimentos e momentos de convívio e estimular o gosto por uma constante atualização de saberes.
As sessões decorrem às quartas-feiras, entre as 14h30 e as 17h30, dedicando-se a promover ações diversas tal como prática de desportos, debates em torno de matérias como a saúde e segurança, literatura, artes plásticas, turismo e proteção civil, visitas guiadas, entre outras.
Os interessados podem comparecer livremente à primeira ação do projeto, na qual devem formalizar a sua inscrição, sendo ainda possível fazê-lo na Casa Francisco Pinto, na Rua António José de Almeida n.º 3, em Cantanhede, através do número 231 410 123 ou do email tardescomunitarias@cm-cantanhede.pt.