

agenda

1º SEMESTRE 2010



BRAGANÇA

13 Março de 2010
Serapicos - Bragança

CAMINHADA RURAL Serapicos, Nª Senhora do Aviso

Os Passeios Pedestres realizam-se em áreas seleccionadas, por trilhos e caminhos, em permanente contacto com a natureza. Os percursos variam entre 4 a 12 km, com a duração máxima de 2h num ritmo calmo acessível a todas as pessoas que gostem de caminhar. Temos como principais objectivos, efectuar exercício físico, estimular o convívio e conhecer o concelho nos seus múltiplos aspectos.



Câmara Municipal de Bragança
Tel.: 273 300 420 / 273 300 422
Email: piscinas@cm-braganca.pt

5 Junho de 2010
Átrio do Centro Cultural Municipal

MARATONA DE FITNESS - AULÃO

Aula de actividade física, onde a dança o ritmo e a alegria dinamizam o momento. O evento está dirigido a toda a população e temos como principal objectivo sensibilizar a população para a importância da actividade física regular.



Câmara Municipal de Bragança
Tel.: 273 300 420 / 273 300 422
Email: piscinas@cm-braganca.pt

23 Junho de 2010
Pavilhão e Piscina Municipal

BRAGANÇA ACTIVA

Sessão de Raquialgia | Actividade Física/Danças de Salão

Actividade Gratuita dirigida a toda a população:

- 14h30 Concentração no Pavilhão Municipal
- Palestra "Raquialgia"
- 15h00 Actividade Física no Pavilhão Municipal
- 16h00 Aula de Nível I de Danças de Salão



Câmara Municipal de Bragança
Tel.: 273 300 420 / 273 300 422
Email: piscinas@cm-braganca.pt

LOURINHÃ

21 e 22 Março de 2010
22 Abril e 5 Junho de 2010

Concelho da Lourinhã

AMBIENTE, CELEBRAÇÃO DE DIAS TEMÁTICOS



Conjunto de iniciativas que, proporcionando momentos de aprendizagem e reflexão sobre diversos temas ambientais, visam estimular comportamentos sustentáveis. Nos dias comemorativos da Floresta, da Água, da Terra e do Ambiente serão realizadas diversas acções de **sensibilização e educação ambiental** junto das várias comunidades locais.

Câmara Municipal da Lourinhã
Divisão Serviços Urbanos e Meio Ambiente
Tel.: 261 410 130/29 | Fax: 261 410 176
Email: ambiente@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

Abril de 2010

Centro Cultural Dr. Afonso Rodrigues Pereira, Lourinhã

CINANIMA EXTENSÃO LOURINHÃ

4ª Edição do Cinanima (Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho) – Extensão Lourinhã. Decorrente do Projecto Municipal de Educação pela Arte, a actividade visa fomentar a formação de novos públicos para a apreciação das várias manifestações artísticas. Várias sessões, direccionadas aos diferentes públicos.



Câmara Municipal da Lourinhã

Divisão Sócio Cultural

Telefone: 261 410 100 | Fax: 261 410 108

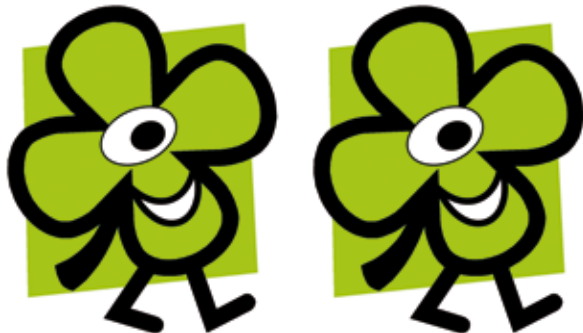
Email: cultura@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

Maio e Junho de 2010

Concelho da Lourinhã

PASSEIOS TEMÁTICOS ENERGIA SAUDÁVEL

Passeios Temáticos, visando a promoção da saúde e da literacia ambiental, direccionado a comunidade em geral e às famílias em particular. Cada passeio incidirá num tema no âmbito da “Saúde e Ambiente”, como por exemplo as Alterações Climáticas, as Energias Alternativas, as Hortas Tradicionais ou a Biodiversidade. Mediante prévia inscrição.



Câmara Municipal da Lourinhã

Divisão Sócio Cultural

Telefone: 261 410 100 | Fax: 261 410 108

Email: cultura@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

OEIRAS

16 de Março a 22 de Março de 2010

Parque Urbano de Mirafleres

ROADSHOW DAS CIDADES E VILAS SUSTENTÁVEIS

Iniciativa que visa sensibilizar os munícipes e as organizações para o desenvolvimento sustentável, e dar relevo a aspectos apelativos e práticos, experimentais, demonstrativos de práticas conseguidas no município, nas várias dimensões da sustentabilidade: ambiental, económica e social. Inclui a realização de uma exposição e de *workshops* temáticos.



Câmara Municipal de Oeiras

Gabinete do Desenvolvimento Municipal

Tel: 214 408 324 | Fax: 214 408 349

Email: cgarrett@cm-oeiras.pt

28 de Abril a 2 de Maio de 2010

Porto de Recreio de Oeiras

SEMANA DA SAÚDE - VIVA+

Iniciativa promotora de hábitos de vida saudáveis e da educação para a saúde. Na 6ª edição da “Semana da Saúde – Viva +”, os visitantes poderão usufruir de um amplo leque de actividades, nomeadamente, momentos de actividade física, realização de rastreios diversos, participação em animações, ateliers e obtenção de informação sobre Saúde.



Câmara Municipal de Oeiras

Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude

Tel.: 214 404 874 | Fax: 214 408 568

Email: saude@cm-oeiras.pt

6 de Junho de 2010

Estrada Marginal (entre Algés e a Praia da Torre)

MEXA-SE NA MARGINAL

Evento único no panorama nacional, que junta mais de 40.000 pessoas e transforma a Marginal num mega-espço de prática de actividade física, através da disponibilização de diversas actividades abertas a todos, com o objectivo de fazer uma “festa” em torno do conceito “ser activo é divertido”.



Câmara Municipal de Oeiras
Divisão de Desporto
Tel.: 214 408 540 | Fax: 214 404 876
Email: mexa-semais@cm-oeiras.pt

PALMELA

27 e 28 de Janeiro de 2010

9H30 - 17H00

Auditório do Biblioteca Municipal de Palmela

ENCONTRO “ACESSIBILIDADE E MOBILIDADE PARA TODOS INICIATIVAS, APRENDIZAGENS E RESULTADOS”

27 de Janeiro: “Acessibilidade e Mobilidade para Todos - Iniciativas, aprendizagens e resultados”

Os Programas de Promoção da acessibilidade, liderados por vários municípios portugueses encontram, neste dia, um momento para a partilha de resultados e reflexões, em torno dos percursos dos Planos Locais e Municipais. Outros agentes fundamentais para a acessibilidade e mobilidade, como os operadores de transporte, as empresas de comunicação, arquitectura e design, são também chamados a esta discussão, numa lógica de um trabalho e de uma construção que se quer colectiva e partilhada.

28 de Janeiro: “Aprendizagem de língua gestual: uma primeira abordagem aos conceitos fundamentais” espaço formativo, em língua gestual, para um grupo de cerca de 15 participantes)

Destinatários: profissionais em geral com interesse pelo conhecimento da língua gestual.

Organização: Câmara Municipal de Palmela

Iniciativa co-financiada pelo Fundo Social Europeu através do Programa Operacional Potencial Humano.
Tel.: 212 336 606 | Fax: 212 336 609
Email: s.palhinhas@cm-palmela.pt

1 de Junho de 2010

Campo de Jogos Municipal de Palmela

COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DA CRIANÇA “CRIANÇA ACTIVA, CRIANÇA SAUDÁVEL”

Breve Descrição (máx. 6 linhas)

Actividades lúdicas e desportivas, de participação livre, proporcionando a toda a família momentos de experimentação de novas actividades, brincadeira e muita alegria.

Breve Descrição (máx. 6 linhas)



Organização: Divisão de Desporto Câmara Municipal de Palmela

Tel.: 212 336 636 | Fax: 212 336 637

Email: desporto@cm-palmela.pt

1.ª FASE 22 a 26 de Março de 2010

2.ª FASE 16 e 17 de Junho de 2010

JOGOS DESPORTIVOS ESCOLARES

Realizados em conjunto entre a CMP, as escolas dos 2.º e 3.º ciclos do Ensino Básico e as Escolas Secundárias do concelho de Palmela, estes jogos consistem na organização e realização de competições em diversas modalidades desportivas em duas fases, intra e inter-escolas.



Organização: Divisão de Desporto da CMP; Escola Básica 2,3 ciclos Hermenegildo Capelo, Palmela; Escola Básica 2,3 ciclos José Maria dos Santos, Pinhal Novo; Escola Básica 2,3 ciclos Poceirão; Escola Secundária com 3.º ciclo do Ensino Básico de Palmela; Escola Secundária com 3.º ciclo do Ensino Básico de Pinhal Novo.

Tel.: 212 336 636 | Fax: 212 336 637

Email: desporto@cm-palmela.pt

SEIXAL

16 de Abril de 2010

Freguesia do Seixal

COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA SAÚDE

Caminhada em meio urbano, no núcleo antigo do Seixal, com o objectivo de sensibilizar a população para o impacto que as questões urbanísticas têm na saúde das pessoas, dando exemplos concretos ao nível da alimentação, da produção e consumo sustentável, do tratamento de resíduos e da habitação.



Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

27 de Maio de 2010
das 10H00 às 18H00

Parque da Verdizela

FESTA DA SEGURANÇA RODOVIÁRIA O RODINHAS

A festa da Segurança Rodoviária encerra o ano lectivo do Projecto Municipal de Segurança Rodoviária. Participam, neste evento, mais de mil crianças das escolas que desenvolvem o projecto. Através de um Concurso interturmas, que se baseia no exemplo dos jogos sem fronteiras, as crianças participam em actividades desportivas e respondem às questões relacionadas com os temas trabalhados, durante o ano lectivo, no contexto da segurança rodoviária.

Este dia é sempre marcado por muita alegria e animação.



Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

14 de Junho de 2010

LANÇAMENTO DO PERFIL DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DO SEIXAL

Assinala-se no dia 14 de Junho, o lançamento da nova edição do Perfil de Saúde do Município do Seixal, um instrumento chave para o desenvolvimento do Projecto Seixal Saudável. Trata-se de um diagnóstico da saúde a nível local reunindo para o efeito dados sobre o estado de saúde da população e seus determinantes. Pretende-se com este documento identificar os problemas e as necessidades de saúde da população bem como os serviços e recursos disponíveis e definir prioridades. Constitui pois um importante documento de discussão sobre os principais problemas que afectam a saúde da população, permitindo, em simultâneo, avaliar as mudanças.

Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

SETÚBAL

Todo o ano

Concelho de Setúbal

DESPORTIVAMENTE EM (RE)FORMA

Programa de educação física adaptado para a população idosa do concelho. Encontra-se estruturado em quatro áreas que poderão ser seleccionadas pelos interessados, em função dos seus gostos e capacidades. Desta forma, poderão optar entre as modalidades de hidroginástica, ginástica, natação e danças sociais. A par das actividades físicas é facultado aos participantes a possibilidade de participarem em diversas actividades culturais e recreativas em datas comemorativas.



Câmara Municipal de Setúbal, em parceria com instituições e movimento associativo do Concelho.

Divisão de Inclusão Social e Divisão de Desporto

Tel.: 265 545 170 | Fax: 265 544 179

Email: disoc@mun-setubal.pt

Todo o ano
Concelho de Setúbal

DIÁLOGO INTERCULTURAL

Através da cultura e de formas de expressão artística pretende-se celebrar a diversidade e apelar ao diálogo intercultural, recorrendo a linguagens universais e acessíveis a todos. O programa, que resulta de processo participado, inclui actividades/eventos nas seguintes áreas: música, dança, cinema, artes plásticas, animação de rua, gastronomia e artesanato.



Este projecto é promovido pela Câmara Municipal de Setúbal em parceria com instituições e movimento associativo do Concelho
Contactos: Catarina Ferreira / Susana Silva
Tel.: 265 545 178 | Fax: 255 545 0179
E-mail: catarina.ferreira@mun-setubal.pt ou susana.graca@mun-setubal.pt

Todo o ano
Bairros da Bela Vista e da Manteigada e zona envolvente
PROJECTO "+ AMBIENTE"

Desenvolvimento de acções, em parceria, que promovam valores sociais, conhecimentos, atitudes e competências, sensibilizando e mobilizando a população para a preservação e utilização sustentável dos recursos ambientais. Destacam-se as iniciativas "Hoje Limpamos Todos; Amanhã Ninguém Suja"; "Árvore de Natal Ecológica", "Rola +Ambiente" e "As +Loucas Jangadas de PET".

Câmara Municipal de Setúbal, em parceria com diversas entidades do Concelho Gabinete de Gestão e Intervenção Social (GAGIS)

Tel: 265 724 466 | Fax: 265 771 237
E-mail: debora.florindo@mun-setubal.pt
ou luis.brandao@mun-setubal.pt



VENDAS NOVAS

7 de Abril de 2010
Vendas Novas

MARCHA DA SAÚDE

A Marcha da Saúde é uma iniciativa que se realiza desde há sete anos, sempre no dia 7 de Abril, Dia Mundial da Saúde, e que tem como objectivo proporcionar à população de Vendas Novas a possibilidade de caminhar, ao seu ritmo, em ambiente descontraído e familiar, 4 km pelas ruas da cidade ou 3 km pelas ruas da freguesia de Landeira, em prol da prática da actividade física como forma de se manter mais saudável. É organizada pelo Município local, Juntas de Freguesia e algumas instituições do concelho ligadas à saúde.



Câmara Municipal de Vendas Novas
Tel.: 265 807 700 | Fax: 265 892 152
Email: geral@cm-vendasnovas.pt

Todas as semanas
Vendas Novas

FREGUESIA EM MOVIMENTO GINÁSTICA SÉNIOR

Perto de comemorar o 2º ano de vida, o projecto de desporto sénior "Freguesia em Movimento" já iniciou as suas aulas no passado mês de Setembro de 2009, com todas as turmas a já poderem desfrutar de aulas de ginástica e de hidroginástica. Esta actividade gratuita é promovida pela Junta de Freguesia de Vendas Novas, tendo por objectivo o promover e proporcionar melhores condições de vida à população sénior da Freguesia de Vendas Novas, tanto pela parte desportiva como social.



Junta de Freguesia de Vendas Novas
Tel.: 265 809 580 | Fax: 265 809 585
Email: jfvendasnovas@cm-vendasnovas.pt

Todo o ano

Centro de Saúde de Vendas Novas

PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO E PARENTALIDADE

Ao longo do tempo, as grávidas foram influenciadas negativamente em relação ao parto, condicionadas pelo medo da dor. O Método Psicoprofilático descrito pelo Dr. Lamaze, proporciona um ensino dirigido à grávida/casal. Este baseia-se na aprendizagem de reflexos condicionados, que vão favorecer a evolução do trabalho de parto como, o relaxamento e a respiração adequada a cada fase, o que implica uma prévia aquisição de conhecimentos teóricos e práticos. Inicia-se às 28 semanas de gestação, num total de 16 sessões de educação. Proporciona à grávida/casal a informação necessária sobre gravidez, parto e recém-nascido de forma a enfrentar este novo desafio com tranquilidade.



Centro de Saúde de Vendas Novas

Tel.: 265 809 000 | Fax: 265 809 009

Email: enfvnovas@srsevera.min-saude.pt

VILA FRANCA DE XIRA

Abril de 2010

Alhandra

“SEMINÁRIO URBANISMO, SAÚDE E EXCLUSÃO SOCIAL”

Este Seminário inclui-se numa actividade mais abrangente no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Saúde e pretende constituir-se como um espaço de reflexão sobre as questões do planeamento urbano e da relação com os fenómenos da saúde e exclusão social.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt

Todo o ano

Ninho de Empresas - Vialonga

“GABINETE DE APOIO À EMPREGABILIDADE E EMPREENDEDORISMO (GAEE)”

O GAEE é uma estrutura de apoio à empregabilidade e empreendedorismo, que pretende dinamizar um conjunto de actividades nas áreas do atendimento e encaminhamento para emprego e formação, na gestão dos percursos sociais, na formação para o empreendedorismo, com vista ao apoio à criação do próprio emprego e iniciativas empresariais dirigidas sobretudo a zonas desfavorecidas, bem como a dinamização de uma rede de empresas socialmente responsáveis.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

e ANIMAR – Associação Portuguesa de Desenvolvimento Local

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt

Todo o ano

Ninho de Empresas - Vialonga

“GRUPOS DE AUTO-AJUDA PARA VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E PARA FAMÍLIAS COM FILHOS COM DEFICIÊNCIA”

No âmbito do Plano Municipal para a Igualdade do concelho de Vila Franca de Xira, e em parceria com a ANIMAR, pretende-se criar dois grupos de auto-ajuda para vítimas de violência doméstica e pais com crianças com deficiência, no sentido de dar resposta a estas problemáticas, que constituem factores de vulnerabilidade e para as quais as respostas existentes são manifestamente insuficientes.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

e ANIMAR – Associação Portuguesa de Desenvolvimento Local

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt