

Leiria

AQUI A SAÚDE EXISTE!

Bajouca

Sábado | 3 de outubro

10h00 às 18h00
Espaço Expositivo

Lounge Saúde e Bem-Estar

- 10h00** Famílias em Movimento – Brincar, Respirar e Conectar
ABAD
- 10h45** Treino de Suporte Básico de Vida
Unidade Local de Saúde da Região de Leiria
- 11h15** Inauguração Leiria Saúde Bajouca
- 11h35** Conversas Sem Tabus: Depressão e Ansiedade – Estratégias Inteligentes
DomClinic
- 11h55** Conversa aberta: O Dilema da Menopausa
DomClinic
- 12h15** Da Terra para o Corpo – Alimentação Simples, Natural e Consciente
ABAD
- 14h30** Workshop: Introdução Alimentar
DomClinic
- 15h00** Palestra: Saúde Oral e Envelhecimento
Medicis
- 15h30** Conversa sobre Cerâmica, Ansiedade e Neurodivergência na Infância
Sara Mendonça e Filipa Oliveira da Associação O Barro na Mão do Oleiro
- 16h15** Rir é o Melhor Remédio... Com a Lenda de Santo Aleixo
Grupo de teatro ABAD
- 17h00** Sons que Cuidam – Momento Musical
SAMB
- 17h45** Encerramento
Rancho Folclórico do Grupo Alegre Unido da Bajouca

Sítio dos Miúdos Saudáveis

- 10h00 às 18h00** Brincar é Saúde
- 10h30** Não Carregues nesse Botão – Descobre com Curiosidade!
DomClinic
- 11h00 às 12h00** Ser Dentista por um Dia: Escovagem Divertida
Medicis
- 12h00** Pequenos Mestres da Respiração
Fisioterapeuta Sandra Pedrosa
- 14h00** Oficina – Pequenos Guardiões da Natureza
ABAD
- 15h00 às 17h00** A Saúde nas Nossas Mãos – Workshop de Cerâmica para Crianças
Associação O Barro na Mão do Oleiro
- 16h00** Jogo da Glória sobre Dádiva de Sangue
Instituto Português do Sangue e da Transplantação



 **Largo dos 13**
Bajouca