

Leiria+

AQUI A SAÚDE EXISTE!

Ortigosa

Sábado | 10 de outubro

10h00 às 18h00
Dinamização de Espaço Expositivo

Lounge Saúde e Bem-Estar

- 10h00** Aula de Pilates
Cinética Saúde
- 10h45** Aula Aberta de Judo
Grupo Desportivo de Santo Amaro
- 11h30** Inauguração Leiria Saúde Ortigosa
- 11h45** Dia Mundial da Saúde Mental:
Vamos Falar Sobre Isso
Psicólogas da Câmara Municipal de Leiria
- 14h15** Palestra: "Como prevenir, reconhecer e agir
perante o AVC"
APAVC
- 14h45** Treino de Suporte Básico de Vida
Unidade Local de Saúde da Região de Leiria
- 15h30** Entre Gerações: Conversa sobre
Alimentação Saudável
Samvípaz
- 16h00** Ritmos e movimentos: Mostra de
Atividade física
Samvípaz
- 16h45** Aula de Exercício Clínico
Cinética Saúde
- 17h30** Encerramento
Rancho Folclórico Flores da Primavera

Sítio dos Miúdos Saudáveis

- 10h00 às 18h00** Brincar é Saúde
- 10h00 às 13h00** NutriMovimento: Brincar, Comer e Crescer
Armazém das Tropelias
- 14h00 às 17h00** Jogos Tradicionais: Saúde e Diversão
FantastikPark
- 15h30 às 16h30** Vamos Passear de Pónei!
Centro Equestre Francisco Alcaide
- 17h00** Jogo da Glória
Unidade Local de Saúde da Região de Leiria



 **Largo da Igreja
Ortigosa**