INSCRIÇÕES NOS ATELIERS

Selecionar duas opções por ordem de preferência

Atividade física – Seniores Ativos/CME ☐

Automaquilhagem – Suzi Isabel Silva, Formadora na área da Estética ☐

Agulha e Dedal, Do Velho se Faz Novo – Marta Ricardo, Designer de Moda ☐

Relaxamento – Professora Maria de Fátima Marques, Escola Superior de Enfermagem S. João de Deus, Universidade de Évora ☐

Música : **Jogos Musicais e Improvisação –** Plablo Vidal, Músico e Musicoterapeuta ☐

Da horta Para o Prato: Cozinha Mediterrânea – CME e IEFP ☐

Parceiros:

IEFP · UNIVERSIDADE DE ÉVORA · ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM SÃO JOÃO DE DEUS · SAÚDE MENTAL · suão · próximos

Cuidar de EU OUTRO TEMPO

5ª edição

21 de outubro 2022

Évora| EvoraHotel

Saúde Mental – Envelhecer com QualIDADE

Organização: ÉVORA Câmara Municipal · arsalentejo · ACES ALENTEJO CENTRAL · Unidade de Cuidados na Comunidade Évora

PROGRAMA

09.30h | Receção dos participantes

10.00h | Sessão de abertura – CME/ARS Alentejo/ACES AC/UCC de Évora

10.30h | Projeto "PRÓXIMOS" CLDS de Mértola – Maria do Rosário Fernandes, Coordenadora do Projeto

11.50h | "Lar Doce Lar" Suão, Associação de Desenvolvimento Comunitário de S. Miguel de Machede

11.10h | Pausa para Café – CLICK TO CLICK, Animação pelo Palhaço Diogo Duro

11.40h | "Ginásio da Memória" Unidade de Rede de Saúde Mental, CLAS Évora - Enfermeira Manuela Cruz – UCC de Évora

12.00h | "Saúde Mental pós-COVID – desafios e oportunidades" Dr. Vasco Nogueira, médico psiquiatra, coordenador da equipa de Psiquiatria geriátrica da ULSBA, membro da Coordenação Regional da Saúde Mental

12.20h | Debate

13.00h | Almoço

14.30h | Ateliers (a participação requer inscrição prévia)

16.00h | Pausa para Café

16.30h | Desfile de Chapéus – seniores das instituições aderentes e participantes no Atelier da Agulha e Dedal

17.00h | Em jeito de Despedida – **Baile** com animação musical

18.00h | Encerramento

INSCRIÇÕES (ATÉ AO DIA 13 DE OUTUBRO)

Através do site: www.arsalentejo.min-saude.pt (eventos) ou na Câmara Municipal de Évora, DEIS, sita no Edifício de S. Pedro, Páteo do Salema, Évora.

Dados Pessoais:

Nome: _____

Morada:_____

Localidade: _____

Contacto telefónico:_____

Email: _____

Almoço Convívio:

Valor do almoço 12,50 € (Pagar no local até às 10h do dia)

☐ **Sim** ☐ **Não**