

De 10 a 14 de Outubro

3ª Edição

# Semana da Saúde

do Centro Cultural e Social de Santo Adrião

Desde  
**1983**  
a pensar  
em si...

Aulas, Palestras e Workshops  
abertos à Comunidade

## PROGRAMA

Seg|10 de Outubro

SAÚDE NA INFÂNCIA

14H30 – 15H30 - Como ajudar as crianças a vencer o medo de ir ao médico

“Hoje somos todos médicos”

Ter|11 de Outubro

SAÚDE NA 3ª IDADE

10H30 – 12H00 - Workshop de podologia

“Aprenda a cuidar dos seus pés”

17H30 – 19H00 - Palestra

“Disfagia: como evitar engasgar-se”

Qua|12 de Outubro

SAÚDE NO TRABALHO

13H00 – 14H00 - Aula de Pilates - Lesões musculó-articulares

“A pensar em si e no seu bem-estar...”

Qui|13 de Outubro

SAÚDE NA JUVENTUDE

17H00 – 19H15 - Workshops

“Viver a adolescência”

“Cyberbullying”

Local: Centro Cultural e Social de Santo Adrião

A pensar em si! A pensar na sua saúde...

Promotor



Parceiros

