

MÊS DO IDOSO

PROGRAMA



WORKSHOP

CINEMA

ESPETÁCULOS

MÊS do Idoso



1. Hora do Conto “Os Meus Avós São os Maiores”

Com base no livro – “Avó Z”, de Daniel Gray-Barnett vamos conhecer a vida do Alberto, que é um neto perfeitamente normal, previsível e por vezes com uma vida monótona.

Mas um dia, inesperadamente, e logo no dia do seu aniversário, chega à cidade a avó Z que o leva numa magnífica aventura. A vida deste neto nunca mais foi a mesma!

Traz os teus avós e vem viver uma aventura no *mundo fantástico das histórias*!

Local: Biblioteca Municipal José Saramago

Data: 01 de outubro

Horário: 16h00

Duração: 60m

Público-alvo: crianças a partir dos 4 anos

Lotação máxima: 10 famílias (máximo 20 participantes)

Marcação prévia: Paula Napoleão | biblactividades@cma.m-almada.pt | 212 508 210

Org: Câmara Municipal de Almada

2. Espetáculo Mamma Mia!

Local: Auditório Osvaldo Azinheira | Academia Almadense

Data: 05 outubro

Horário: 15h30

Sujeito a inscrição nos postos de atendimento da União de Freguesias

Org: União de Freguesias de Almada, Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas

3. Cinema - O Pai Tirano (2022)

Comédia que pretende pôr a nu o que é ser português. Conta a história de uma companhia de teatro amador, de homens e mulheres apaixonados e de enganos e mal-entendidos. Chico ama Tatão, que é cortejada por Artur. Graça ama Chico, mas não sabe que ele ama Tatão. Santana escreve uma peça para os Grandelinhos que serve de guião à paixão de Chico e convence Tatão de que ele é um conde muito rico.

A peça é encenada e acabam todos na prisão.

Nova versão do filme de 1940 por António Lopes Ribeiro.

Com: Igor Regalla, Rita Blanco, Liliana Santos, Jéssica Athayde, Miguel Raposo, Diogo Amaral e José Raposo (...)

Local: Auditório Fernando Lopes-Graça / Fórum Municipal Romeu Correia

Data: 11 de outubro

Horário: 16h00

Duração: 103 minutos

Género: Comédia

Org.: Câmara Municipal de Almada

MÊS do Idoso



4. **Ai9 – Atividades digitais para +55**

Estas atividades têm como objetivo a capacitação para as ferramentas básicas para utilização do computador e da internet de forma segura e eficaz. Quer aprender a comunicar com amigos e familiares utilizando ferramentas digitais? E aceder a outros serviços, por exemplo fazer marcação de consultas médicas? Venha aprender connosco, contamos consigo!

Datas: 12,13 e 14 outubro na Trafaria | 26, 27 e 28 outubro na Caparica

Horário: 14h30 às 16h30

Org.: Junta da União das Freguesias de Caparica e Trafaria

5. **Laboratório de Memórias**

É uma iniciativa que pretende promover, valorizar e dinamizar o património material e imaterial da vila da Trafaria, através do enriquecimento do acervo local da Biblioteca da Trafaria. Por meio de encontros com diversas tipologias e temáticas procura-se recolher histórias, estórias, memórias, objetos, fotografias e saberes. Junte-se a nós!

Datas: 14 outubro › Biblioteca Municipal Maria Lamas | 20 outubro › Espaço Cultural da Junta da Trafaria

Horário: 10h30 às 12h00

Org.: Junta da União das Freguesias de Caparica e Trafaria

6. **Oficina “Vamos aprender com os provérbios!”**

com Cláudia Pulquério e Luís Barradas

Os provérbios são muito antigos e transmitidos de geração em geração. Estão ligados à sabedoria popular, transmitem valores e tradições de um povo. Com base no livro “Provérbios ilustrados”, de Luísa Ducla Soares vamos conhecer alguns provérbios e, de forma divertida, construir um dominó de provérbios. Contamos contigo!

Datas: 13 outubro › Biblioteca Municipal José Saramago › Sala de Atividades

20 outubro › Biblioteca Central › Fórum Municipal Romeu Correia › Sala de atividades

Horário: 10h30

Duração: 90m

Público-alvo: Público sénior

Lotação máxima: 1 Turma

Marcação prévia: Paula Napoleão | biblactividades@cma.m-almada.pt | 211 934 020

Org: Câmara Municipal de Almada

MÊS do Idoso



7. Almoço convívio Sénior

Data: 14 outubro

Inscrições nos postos de atendimento da União de Freguesias

Org.: União de Freguesias de Charneca de Caparica e Sobreda

8. Passeio sénior

Visita ao Museu Interativo do Megalitismo, Fluviário de Mora, Almoço Dançante

Data: 04 outubro

Sujeito a inscrição nos postos de atendimento da União de Freguesias

Org.: União de Freguesias de Almada, Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas

9. Fórum Participativo Sénior: Longevidade Saudável com a participação dos Cavaquinhos USALMA e Tuna Senior do Centro Social Paroquial Padre Ricardo Gameiro

Local: Sala Pablo Neruda/ Fórum Municipal Romeu Correia

Data: 28 de outubro

Horário: 14h00 às 16h00

Org.: Câmara Municipal de Almada | Grupo Concelhio de Idosos de Almada

10. Espetáculo - kátia Guerreiro

Academia Almadense | 24 & 25 outubro

Local: Antigo cinema da Academia Almadense

Data: 24 e 25 outubro

Horário: 15h00

Reservas: acborges@cmta.m-almada.pt

Org.: Câmara Municipal de Almada

MÊS do Idoso



11. Sessão de Contos para público sénior

com Cláudia Pulquério e Telma Marreiros

A biblioteca tem um papel fundamental e uma responsabilidade especial na promoção do livro e da leitura e de acesso ao conhecimento e à riqueza multicultural. Queremos uma população participativa, dinâmica e mais ativa. O envelhecimento ativo melhora a qualidade de vida dos seniores.

Nestas sessões, através dos contos, pretendemos ir ao encontro deste público e abrir novos horizontes e sensibilidades culturais, devolvendo a alegria e proporcionando momentos de convívio.

Local: Centro Comunitário Padre Ricardo Gameiro

Data: 27 de outubro

Horário: 10h30

Duração: 60m

Público-alvo: Utentes do Centro de Dia

Sessão de Contos para Público Sénior" (Online):

<https://www.flickr.com/photos/bibliotecasalmada/49934791928/in/album-72157714454067517/>

Org: Câmara Municipal de Almada

12. Workshop para técnicos: Envelhecimento Ativo e Sustentável

Local: Biblioteca Maria Lamas

Data: 20 de outubro

Horário: 10h00 às 13h00

Org.: Câmara Municipal de Almada | Grupo Concelhio de Idosos de Almada