

## PROGRAMAÇÃO DA FESTA SÉNIOR 2019

### INSCRIÇÕES INFORMAÇÕES

*Município de Arruda dos Vinhos*  
263 977 008  
rnascimento@cm-arruda.pt

*Município do Bombarral*  
262 609 054  
eliana.inacio@cm-bombarral.pt

*Município de Cadaval*  
262 690 183  
rede.social@cm-cadaval.pt

*Município da Lourinhã*  
261 410 178  
luis.balau@cm-lourinha.pt

*Município de Sobral de Monte Agraço*  
261 940 333  
asocial@cm-sobral.pt

*Município de Torres Vedras*  
261 320 773  
rutesilva@cm-tvedras.pt

DIA	ATIVIDADE	LOCAL
<b>JANEIRO</b>		
27 DOMINGO	IX Encontro Intermunicipal de Coros "Notas de Ano Novo"	Torres Vedras
<b>FEVEREIRO</b>		
20 QUARTA-FEIRA	"O céu pode esperar"	Arruda dos Vinhos
<b>MARÇO</b>		
04 SEGUNDA-FEIRA	Baile de Carnaval	Torres Vedras
13 QUARTA-FEIRA	Rituais dell art "Os dias da rádio"	Sobral de Mte. Agraço
20 QUARTA-FEIRA	"Bombarral, Poeta e Fadista"	Bombarral
31 DOMINGO	"Revista no Coração - 25 anos de Gente Gira"	Cadaval
<b>ABRIL</b>		
10 QUARTA-FEIRA	Baile da Pinha	Torres Vedras
12 SEXTA-FEIRA	Primavera de livros Narração de contos tradicionais Portugueses...	Cadaval
15 SEGUNDA	Abriu Livros Mil!	Sobral de Mte. Agraço
17 QUARTA-FEIRA	Visitas ao património "Memória D'Água"	Arruda dos Vinhos
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Lourinhã
<b>MAIO</b>		
03 SEXTA-FEIRA	Peça de teatro "A minha avó é uma comédia"	Lourinhã
08 QUARTA-FEIRA	Visita ao Património "Amores e desamores do mar"	Lourinhã
09 QUINTA-FEIRA	Festa da Primavera	Torres Vedras
09 QUINTA-FEIRA	"Memória, por Isaura"	Arruda dos Vinhos
14 TERÇA-FEIRA	Livros a Oeste - Espetáculo para seniores	Lourinhã
15 QUARTA-FEIRA	Visita ao Património "No meu tempo era assim"	Torres Vedras
17 SEXTA-FEIRA	VII Congresso de Envelhecimento Ativo "Saúde, Bem-estar e estilos de vida"	Bombarral
21 TERÇA-FEIRA	Visitas ao Património "Igrejas da Vermelha e Cadaval"	Cadaval
22 QUARTA-FEIRA	Visitas ao Património "No meu tempo era assim"	Torres Vedras
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Cadaval

DIA	ATIVIDADE	LOCAL
<b>JUNHO</b>		
01 SÁBADO	Visita à Festa do Pão	Sobral de Mte. Agraço
03 SEGUNDA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Torres Vedras
03 SEGUNDA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Lourinhã
13 QUINTA-FEIRA	Cinema "Parque Mayer"	Torres Vedras
18 TERÇA-FEIRA	Visitas ao Património - Igrejas da Vermelha e Cadaval	Cadaval
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Sobral de Mte. Agraço
<b>JULHO</b>		
05 SEXTA-FEIRA	Peça de teatro "Os lendários"	Bombarral
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Arruda dos Vinhos
<b>AGOSTO</b>		
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Torres Vedras
<b>SETEMBRO</b>		
19 QUINTA-FEIRA	Visita ao Património - Visita à Quinta das Cerejeiras	Bombarral
24 TERÇA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Sobral de Mte. Agraço
24 TERÇA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Arruda dos Vinhos
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Bombarral
<b>OUTUBRO</b>		
01 TERÇA-FEIRA	Espetáculo "Fado a Copo"	Torres Vedras
05 SÁBADO	"Arruda*" - Festa Sénior	Arruda dos Vinhos
09 QUARTA-FEIRA	Tarde Sénior nas Adiafas	Cadaval
16 QUARTA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Bombarral
16 QUARTA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Cadaval
24 QUINTA-FEIRA	Visita ao Património - Igreja de Santo Quintino	Sobral de Mte. Agraço

### ENQUADRAMENTO

A Festa Sénior constitui um consórcio intermunicipal, compreendendo uma parceria entre seis municípios do Oeste, designadamente Arruda dos Vinhos, Bombarral, Cadaval, Lourinhã, Sobral de Monte Agraço e Torres Vedras. Desta colaboração resulta um programa anual, articulado e diversificado, constituído por atividades artísticas, formativas e lúdicas direcionadas aos seniores dos seis Municípios.

### OBJETIVOS DO PROGRAMA

- ◆ Fomentar o envelhecimento ativo e melhorar a qualidade de vida dos seniores.
- ◆ Promover a participação social ativa.
- ◆ Valorizar a importância da ocupação dos tempos livres como forma de diminuir o isolamento.
- ◆ Desenvolver competências e aptidões.
- ◆ Estimular a proximidade intergeracional.
- ◆ Rentabilizar espaços físicos e equipamentos existentes nos 6 concelhos.

### INFORMAÇÕES ÚTEIS

- ◆ Todas as atividades são de acesso gratuito.
- ◆ A participação nas atividades implica sempre inscrição prévia e pode estar limitada às vagas existentes.

### NOTA

A organização reserva-se ao direito de alterar datas e locais comprometendo-se a informar todos os inscritos.

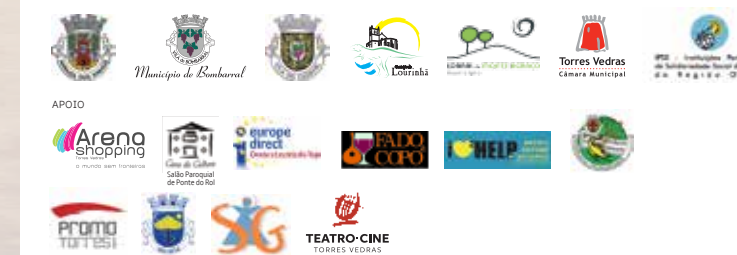
**P** Estacionamento ou possibilidade de deixar os participantes junto ao local onde decorre a atividade.

**♿** Acessível a pessoas com mobilidade reduzida.

# festas SÉNIOR

JAN/OUT 2019

ARRUDA DOS VINHOS « BOMBARRAL « CADAVAL  
LOURINHÃ « SOBRAL DE MONTE AGRAÇO « TORRES VEDRAS





## ADÁCIO POPULAR CICLO DE ATIVIDADES LÚDICAS

### 04 MARÇO (SEGUNDA)

15h00-18h00

**BAILE DE CARNAVAL**

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile e concurso de máscaras subordinado ao tema do Carnaval de 2019: *Made in Portugal!*

### 10 ABRIL (QUARTA)

15h00-18h00

**BAILE DA PINHA**

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile que recupera uma tradição antiga que associa a música e a dança a um concurso assente num engenho suspenso, em forma de pinha. Nesta tarde haverá ainda espaço para muitas outras surpresas e atividades.

*\*Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste. Informações/inscrições: 261332267*

### 09 MAIO (QUINTA)

11h00-18h00

**FESTA DA PRIMAVERA**

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile e concurso de máscaras subordinado ao tema do Carnaval de 2019: *Made in Portugal!*

Baile que recupera uma tradição antiga que associa a música e a dança a um concurso assente num engenho suspenso, em forma de pinha. Nesta tarde haverá ainda espaço para muitas outras surpresas e atividades.

Evento organizado pelas IPSS’s da região Oeste no âmbito do qual decorrerá um conjunto de atividades das quais se destacam: baile, quermesse, espaço gastronómico, mostra de produtos e serviços e atividades formativas/informativas.

*\*Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste.*

### 01 JUNHO (SÁBADO)

16h00-18h00

**VISITA À FESTA DO PÃO: MERCADO QUINHENTISTA**

Local Praça Dr. Eugénio Dias

(Sobral de Monte Agraço)

Integrando as comemorações dos 500 anos do Foral para Montagraço, a Praça Dr. Eugénio Dias será palco da VII Edição da Festa do Pão 2019.

### 05 OUTUBRO (SÁBADO)

14h30-17h00

**ARRUDA + FESTA SÉNIOR**

Local Pavilhão Multiusos de Arruda dos Vinhos

“Arruda +” é uma festa sénior. Os visitantes podem esperar momentos de muita animação e convívio com um lanche partilhado. Será também lançado o ano letivo da Universidade das Gerações.

### 09 OUTUBRO (QUARTA)\*

14h30-18h30

**TARDE SÉNIOR NAS ADIAFAS**

Local Pavilhão Municipal do Cadaval (Cadaval)

Certame anual cadavalense dedicado ao final das colheitas e à promoção dos produtos regionais, que inclui a realização do Festival Nacional do Vinho Leve. Gastronomia, exposições de artesanato e atividades económicas, espetáculos vários, atividades equestres, entre outro tipo de animação, são as vertentes do certame, acolhido pelo pavilhão municipal, na vila do Cadaval. A “Tarde Sénior nas Adiafas”, inclui animação musical e termina com um lanche-convívio entre os idosos das várias instituições.

*\*a confirmar*

Certame anual cadavalense dedicado ao final das colheitas e à promoção dos produtos regionais, que inclui a realização do Festival Nacional do Vinho Leve. Gastronomia, exposições de artesanato e atividades económicas, espetáculos vários, atividades equestres, entre outro tipo de animação, são as vertentes do certame, acolhido pelo pavilhão municipal, na vila do Cadaval. A “Tarde Sénior nas Adiafas”, inclui animação musical e termina com um lanche-convívio entre os idosos das várias instituições.

*\*Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste. Informações/inscrições: 261332267*

### 09 MAIO (QUINTA)

11h00-18h00

**FESTA DA PRIMAVERA**

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile e concurso de máscaras subordinado ao tema do Carnaval de 2019: *Made in Portugal!*

Baile que recupera uma tradição antiga que associa a música e a dança a um concurso assente num engenho suspenso, em forma de pinha. Nesta tarde haverá ainda espaço para muitas outras surpresas e atividades.

*\*Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste.*

### 27 JANEIRO (DOMINGO)

15h00-18h00

**IX ENCONTRO INTERMUNICIPAL DE COROS: NOTAS DE ANO NOVO**

Local Casa da Cultura da Ponte do Rol (Torres Vedras)

**Grupos participantes**  
**Arruda dos Vinhos** Coro da Universidade das Gerações de Arruda dos Vinhos  
**Cadaval** Grupo de Cavaquinhos da Universidade Sénior do Cadaval – Clube de Artes e Saberes  
**Torres Vedras** Grupo coral Cant’arte  
**Bombarral** Grupo “Cavaquinhos 50+”  
**Lourinhã** Coro Juvenil da AMAL (Associação Musical e Artística Lourinhanense)  
**IPSS’s** Grupo de cantares “Os conquinhas” – Lar de São José

### 20 MARÇO (QUARTA)

14h30-17h30

**BOMBARRAL, POETA, FADISTA**

Local Auditório Municipal do Bombarral

Declamação de poesia com Manuel Rodrigues, Lita Ricardo, Joaquim Sustelo, Vítor Costeira e Vítor Camarate e interpretação de fado pelos fadistas João Plácido e Cristina Cruz.

### 12 ABRIL (SEXTA)

15h00-16h00

**PRIMAVERA DE LIVROS – NARRAÇÃO DE CONTOS TRADICIONAIS PORTUGUESES COM “CONTOS NA EIRA”**

Local Auditório Valentina de Abreu (Cadaval)

Primavera de Livros, alegres sopros e o retomar da vida dos campos. A tradição será sempre o que era e o regresso das andorinhas traz com elas estórias de sempre e para sempre. Cheiros, sons, palavras e saberes.

Primavera de Livros, alegres sopros e o retomar da vida dos campos. A tradição será sempre o que era e o regresso das andorinhas traz com elas estórias de sempre e para sempre. Cheiros, sons, palavras e saberes.

### 15 ABRIL (SEGUNDA)

14h00-17h00

**ABRIL LEITURAS MIL**

Local Sala Polivalente da Biblioteca Municipal (Sobral de Monte Agraço)

A Biblioteca Municipal de Sobral de Monte Agraço apresenta ao público o narrador e contador de histórias António Fontinha, que irá dinamizar uma sessão de leitura de contos tradicionais portugueses.

A Biblioteca Municipal de Sobral de Monte Agraço apresenta ao público o narrador e contador de histórias António Fontinha, que irá dinamizar uma sessão de leitura de contos tradicionais portugueses.

*\*a confirmar*

### 09 MAIO (QUINTA)

15h00-16h30

**MEMÓRIA, POR ISAURA**

Local Auditório Municipal – Centro Cultural do Morgado (Arruda dos Vinhos)

O Centro Cultural do Morgado apresenta na sua linha programática dedicada ao público sénior o projeto “Memória, por Isaura”

“Memória, por Isaura” é um projeto gerontológico, desenvolvido pela Betweien, Lda. em parceria com a cantora e compositora portuguesa, Isaura, que visa trabalhar, junto do público sénior, o tema da Memória.

Através de um livro, de uma performance teatral ou peça de teatro e de temas musicados pela Isaura, tendo como ponto de partida o conteúdo do livro, o público sénior terá oportunidade de debater e trabalhar, entre pares ou até em atividades intergeracionais, os diferentes tipos de Memória (Memória Sensorial, Memória a Curto Prazo e Memória a Longo Prazo).

Através de um livro, de uma performance teatral ou peça de teatro e de temas musicados pela Isaura, tendo como ponto de partida o conteúdo do livro, o público sénior terá oportunidade de debater e trabalhar, entre pares ou até em atividades intergeracionais, os diferentes tipos de Memória (Memória Sensorial, Memória a Curto Prazo e Memória a Longo Prazo).

### 14 MAIO (TERÇA)

14h30-16h00

**LIVROS A OESTE ESPETÁCULO PARA SENIORES**

Local Auditório AMAL (Lourinhã)

Sob o tema central “palavras que nos unem” que marca esta edição do Festival literário Livros a Oeste, de 14 a 18 de maio os grupos de teatro sénior de duas instituições concelhias apresentam as suas peças teatrais. Com orgulho e sem olhar à idade, comprovam que fazer teatro faz bem ao corpo, à mente e espírito.

### 01 OUTUBRO (TERÇA)

15h00-17h00

**ESPETÁCULO “FADO A COPO”**

Local Teatro Cine (Torres Vedras)

Um copo mais um copo, um fado mais um fado...Enche-se assim a taça da vida com emoções, alegrias, canções e um destino traçado...e de alma franca brindamos com o nosso vinho que nos inebria os sentidos e com o fado nos acalenta a alma. Festejemos o Fado e o Vinho, filhos de um chão tão português.

Um copo mais um copo, um fado mais um fado...Enche-se assim a taça da vida com emoções, alegrias, canções e um destino traçado...e de alma franca brindamos com o nosso vinho que nos inebria os sentidos e com o fado nos acalenta a alma. Festejemos o Fado e o Vinho, filhos de um chão tão português.

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

Ativo subordinado ao tema “Saúde, bem-estar e estilos de vida”. Promover a reflexão e partilha de conhecimentos e boas práticas de intervenção são os principais objetivos deste Congresso que vai já na sétima edição.

*\*O programa será objeto de divulgação própria*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

### BOCA DE CENA CICLO DE ENCONTROS COM O TEATRO

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

um conjunto de atividades de animação teatral, destacando-se a Revista à Portuguesa, que habitualmente estreia pelo Carnaval, fazendo parte do programa de animação carnavalesca da vila. Tem, desde o seu décimo aniversário, como padrinhos os atores Maria João Abreu e José Raposo. Este ano o grupo celebra 25 anos de existência e volta a pisar o palco com a “Revista no Coração – 25 Anos de Gente Gira”.

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

### 05 JULHO (SEXTA)

15h00-17h00

**PEÇA DE TEATRO PELO GRUPO “ÓS LENDÁRIOS”**

Local Teatro Eduardo Brazão

(Bombarral)

O grupo de teatro amador “Os lendários”, fundado em 1999, desenvolve o seu trabalho na área da comédia, para além de animações de eventos, apresentações de livros, tertúlias e debates.

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*

*\*a confirmar*