



# Jornadas de **Saúde Sénior**

Viver mais com Saber

26. outubro . 2022

## PROGRAMA

**14h00**

**Abertura do Secretariado**

**14h30**

**Sessão de Abertura**

**Nuno Ribeiro Canta**

Presidente da Câmara Municipal de Montijo

**Luís Pisco\***

Presidente da ARS Lisboa e Vale do Tejo

**Miguel Lemos**

Diretor Executivo do Aces Ribeirinho

**I PaineL**

**15H00**

**A Saúde do Coração e o Envelhecimento**

**Orador**

**Luis Negrão**

Federação Portuguesa de Cardiologia

**“Movimento em Qualquer Momento”**

Professora Helena Lopes

**II PaineL**

**15h30**

**Como combater o Idadismo**

**Oradora**

**Sílvia Triboni**

Associação Stopidadismo

**Sketches da Peça de Teatro “Pandemia dos Emails”**

Alunos da Academia Sénior de Pegões e Canha

Projetos de Envelhecimento Ativo da Câmara Municipal do Montijo

**III PaineL**

**16H00**

**Felicidade e Bem-Estar**

**Orador**

**Jorge Humberto Dias**

Instituto Universitário Atlântica

**Palavras com ENTRELAÇOS**

Professora Fernanda Quintino

**16H45**

**Sessão de Encerramento**

**José Manuel dos Santos**

Vereador da Câmara Municipal do Montijo

**Lina Guarda**

Delegada de Saúde, Coordenadora da Unidade de Saúde Pública Arnaldo Sampaio

**António Manuel Marques**

Diretor da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal

\*a confirmar

**Inscrições:**

Email: [jornadassenioresmontijo@gmail.com](mailto:jornadassenioresmontijo@gmail.com)

**Link do formulário de inscrição:**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeVO1DVjrwAXQQHbNMZOps-](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeVO1DVjrwAXQQHbNMZOps-58GVGf-Ej9l7rILsVhklwv9uppw/viewform?usp=sharing)

[58GVGf-Ej9l7rILsVhklwv9uppw/viewform?usp=sharing](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeVO1DVjrwAXQQHbNMZOps-58GVGf-Ej9l7rILsVhklwv9uppw/viewform?usp=sharing)

