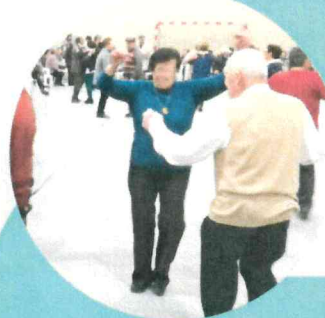


# Programa de promoção de longevidade e autonomia

+65 anos



MUSICOTERAPIA  
SOCIODANÇA



PSICOMOTRICIDADE



ESTIMULAÇÃO  
COGNITIVA

- TREINO DA MEMÓRIA, ATENÇÃO E RACIOCÍNIO
- MÚSICA PARA ALEGRAR O CORPO E A MENTE
- EXERCÍCIOS PARA MELHORAR A AUTONOMIA NO DIA A DIA
- PARTILHA DE HISTÓRIAS E EMOÇÕES

Atividades de promoção do envelhecimento ativo  
**GRATUITAS**

INSCRIÇÕES NA JUNTA DE FREGUESIA

VIANA INTEGRAL



**NORTE** 2030  
Programa Regional do Norte



Cofinanciado pela  
União Europeia