

Espaço Sénior Comunitário

Lado a Lado Santo Estevão

Juntos
fazemos
mais!



Um Espaço de Promoção do Envelhecimento Ativo,
Combate à Solidão e ao Isolamento Social

 Destinado a pessoas com 60 ou mais anos de idade

= Horários =



Ginástica Sénior



**Segunda-Feira
10h00**



**Grupo de estimulação
cognitiva e apoio psicológico
individual**



**Sexta-Feira
15h00**



**Apoio social e atividades
culturais/recreativas**



**Quarta-Feira
10h00**

Parceria com:



Para mais informações e inscrições contacte:

 A Junta de Freguesia da sua área de residência ou a Associação em Contato Tavira,
Largo Tabira de Pernambuco - 8800-456 Tavira

 Contacto: 281 249 422 / 927 541 647 - Email: clds5gtavira@gmail.com