

9

JUNHO

SÁBADO



16H00

JOGO FUTSAL "SOLTEIROSxCASADOS"

Pavilhão Municipal

SHOWCOOKING "DIETA MEDITERRÂNICA"

Espaço Nutrição+

ESCOLA JOSEFA DE ÓBIDOS - Curso Profissional de Cozinha e Pastelaria - Coordenação PROF. JOÃO ALPALHÃO

CONVERSA | NÃO, NÃO... ISTO NÃO É O FIM! ESPERANÇA E RESILIÊNCIA

Tenda Saúde+

GRUPO DE AJUDA MUTUA PARA MULHERES COM CANCRO DA MAMA

17H00

AULA ABERTA | LOCALIZADA

Palco Energia

QUEEN'S FITNESS CLUB, Caldas da Rainha

VAMOS DESENHAR A NOSSA FAMÍLIA?

Tenda Saúde+

PROJETO FAMILIARMENTE, ACES Oeste Norte - USPÓbidos

EXPERIÊNCIA DE CAMINHADA COM "UM AMIGO ESPECIAL"

Unidade Móvel de Saúde

PROJETO FAMILIARMENTE - Um Amigo Especial - Município de Óbidos ACES Oeste Norte - USPÓbidos

18H00

AULA ABERTA | BODYCOMBAT _ Palco Energia

QUEEN'S FITNESS CLUB, Caldas da Rainha

19H00

AULA ABERTA | STRONG _ Palco Energia

QUEEN'S FITNESS CLUB, Caldas da Rainha

20H00

SUNSET ZUMBA MASTERCLASS _ Palco Energia

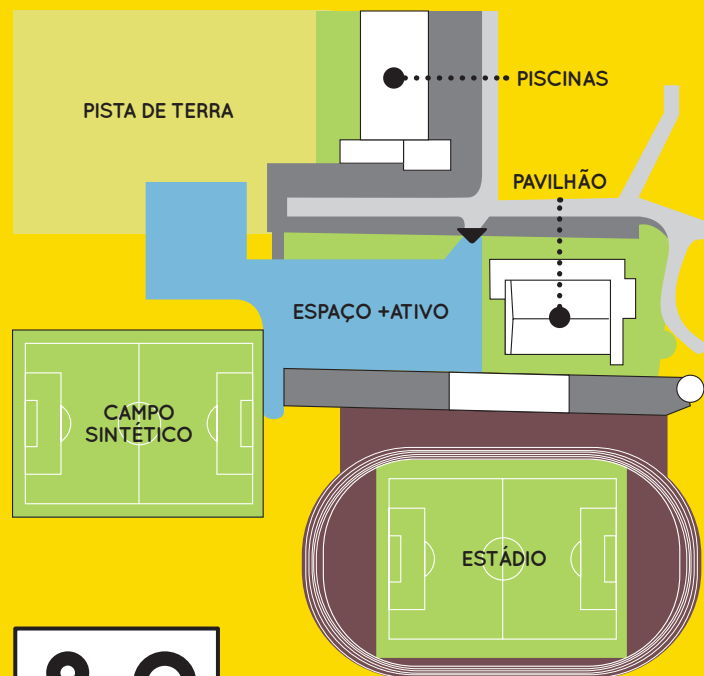
JOANA MARCÃO, Instrutora

21H00

SESSÃO DE ENCERRAMENTO

Palco Energia

COMPLEXO DESPORTIVO DE ÓBIDOS



8.9

JUNHO

DAS 10H00 ÀS 21H00

A ACONTECER SEMPRE...

- EQUITAÇÃO
- BTT
- RASTREIOS
- STREETFOOD
- MASSAGENS
- SIMULADORES
- MATRAQUILHOS
- XADREZ
- TÊNIS
- REFEITÓRIO SAUDÁVEL
- VISITA A VEÍCULOS DE EMERGÊNCIA/ASSISTÊNCIA
- ESPAÇO KIDS: PINTURAS FACIAIS, MODELAGEM DE BALÕES, INSUFLÁVEIS, JOGOS



FESTIVAL

ÓBIDOS +ATIVO

8.9

JUNHO

2018

COMPLEXO DESPORTIVO DE ÓBIDOS



ENTRADAS LIVRES



PROGRAMA

8
JUNHO
6.ª FEIRA



10H00

SESSÃO DE ABERTURA | HIP-HOP _ Estádio Municipal

HUMBERTO MARQUES, Presidente da Câmara Municipal de Óbidos
ANA MARGARIDA REIS, Vereadora do Pelouro Saúde e Bem-Estar

11H00

SÉNIORES +ATIVOS | VOLEIBOL, BOCCIA, ZUMBA, GOLF

Estádio Municipal

TENHO UMA BOCA CHEIA... DE SAÚDE _ Tenda Saúde+

DRA. SABINARAMALHO, Higienista Oral - ACES Oeste Norte - USPÓbidos

12H00

SENSIBILIZAÇÃO PARA A CESSAÇÃO TABÁGICA

Tenda Saúde+

DR. RENATO MARTINS, ACES Oeste Norte - USPÓbidos

REFEITÓRIO SAUDÁVEL _ Espaço Nutrição+

ESCOLA JOSEFA DE ÓBIDOS - Curso Profissional de Cozinha e Pastelaria
Coordenação PROF. JOÃO ALPALHÃO

14H00

VACINAÇÃO E TRATAMENTOS - CRIANÇAS & FAMILIARES

Tenda Saúde+

PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM, ACES Oeste Norte - USPÓbidos

14H30

INTERNET E SAÚDE - DE QUE FORMA POSSO MARCAR CONSULTAS? _ Tenda Saúde+

ACES Oeste Norte - USPÓbidos

15H00

CONFERÊNCIA "A EXPERIÊNCIA DE UMA VIDA"

Tenda Saúde+

CALDAS SPORT CLUBE, Presidente, Equipa Técnica e Jogadores

Moderador: JOÃO RODRIGUES

Jornalista Federação Portuguesa Basquetebol

AULA ABERTA | CHI KUNG E TAI CHI _ Palco Energia

ESPAÇO ENERGIA



16H00

CONFERÊNCIA "DESPORTO & DESENVOLVIMENTO"

Tenda Saúde+

JOSÉ CIRILO

Atleta ASUP. Campeão Nacional de SupRace

BRUNO REBELO

Campeão Mundial Kempo. CEO, Projeto Olímpico Sport Kempo

JOSÉ PEDRO FERNANDES

Ex-Ciclista Profissional. Escola Ciclismo "EcoSprint"

NUNO VITORINO

Fundador da SURFaddict - Associação Portuguesa de Surf Adaptado

Moderador: JOÃO CARLOS COSTA

17H00

VAMOS DESENHAR A NOSSA FAMÍLIA? _ Tenda Saúde+

PROJETO FAMILIARMENTE, ACES Oeste Norte - USPÓbidos

17H30

RASTREIO | LESÕES DA PELE _ Unidade Móvel de Saúde

ACES Oeste Norte - USPÓbidos

18H00

EXPERIÊNCIA DE CAMINHADA COM "UM AMIGO ESPECIAL"

Unidade Móvel de Saúde

PROJETO FAMILIARMENTE - Um Amigo Especial - Município de Óbidos

ACES Oeste Norte - USPÓbidos

19H00

SHOWCOOKING "LANCHE PRÉ E PÓS TREINO"

Espaço Nutrição+

ESCOLA JOSEFA DE ÓBIDOS - Curso Profissional de Cozinha e Pastelaria

Coordenação PROF. JOÃO ALPALHÃO

21H00

SARAU _ Pavilhão Municipal

Academia Desportiva e Artística de Óbidos

Classe de Ginástica da Sancheira

Dança Desporto Escolar

Desporto Adaptado

Ginástica Acrobática Josefa d'Óbidos

Hip-Hop

Inst. Educativo do Juncal

Kempo

Patinagem ARCACEN

Yoga

9
JUNHO
SÁBADO



10H00

AULAS ABERTAS | TAEKWONDO E GOLFE _ Pavilhão Municipal

CONFERÊNCIA "DIABETES, PREVENIR E TRATAR. ESTÁ NAS TUAS MÃOS" _ Tenda+

DR. ANA MARQUES

AULA ABERTA | NATAÇÃO LIVRE _ Piscinas Municipais

AULA ABERTA | PILATES CLÍNICO _ Espaço Energia

11H00

BATISMO DE MERGULHO COM GARRAFA _ Piscinas Municipais

AULA ABERTA | NATAÇÃO LIVRE _ Piscinas Municipais

YOGA EM FAMÍLIA _ Palco Energia

ATLETISMO PARA TODOS _ Estádio Municipal

AULAS ABERTAS | VOLEIBOL E KEMPO _ Pavilhão Municipal

12H00

BATISMO DE MERGULHO COM GARRAFA _ Piscinas Municipais

CLASSE DE HIDROTERAPIA _ Piscinas Municipais

Coordenação FHYSIÓBIDOS

12H15

MASTERCLASSE DE HIDRODEEP _ Piscinas Municipais

14H00

SENSIBILIZAÇÃO PARA A CESSAÇÃO TABÁGICA

Tenda Saúde+

DR. RENATO MARTINS, ACES Oeste Norte - USPÓbidos

15H00

DEMONSTRAÇÃO DE ESGRIMA _ Palco Energia

PALESTRA "COISAS QUE POSSO SABER SOBRE A UTILIZAÇÃO DOS SERVIÇOS DE SAÚDE" _ Tenda Saúde+

Saúde+

JOGO TRAQUINAS FUTSAL "UAOMxGAEIRENSE"

Pavilhão Municipal

