

BAIRROS  
SAUDÁVEIS

**BENFEITAS:  
BENVIVER, BENENVELHECER**

*Boletim mensal*

*janeiro'22*

| Financiado:

Bairros  
**Saudáveis**  
www.bairrosaudaveis.gov.pt

**FUNDO  
AMBIENTAL**

 **REPÚBLICA  
PORTUGUESA**

| Parcerias:

 **Município  
Oliveira e Frades**





**UCC  
LAFÕES**

Pe. Paulo Domingues



# ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

dezembro '21



*Gabinete de saúde preventiva*  
| Testes COVID-19



*Atelier educação para a saúde*  
| Serviços de urgência e INEM



*Atelier exercício físico*



*Gabinete de saúde preventiva*  
| Avaliações peso | pressão arterial | diabetes

# CRONOGRAMA

## GERAL

outubro'21 - agosto'22

até dezembro'21

janeiro - abril'22

maio - agosto'22

Obter licenciamento municipal para legalização do edifício comunitário da CLBBenfeitas

Dotar o edifício comunitário de condições de conforto e privacidade, aumentando a atratividade e o bem-estar dos seus utilizadores

Gerir e coordenar o projeto

Atelier de educação para a saúde

Gabinete de saúde preventiva

Gabinete de informática de utilização livre

Atelier de exercício físico

Atelier de culinária

Mercearia online de produtos

Participação em feiras, exposições e/ou eventos regionais para divulgação das atividades e dos produtos resultantes dos ateliers

Atelier de educação ambiental

Sessão de apresentação pública (inicial e final)

Atelier de informática

Atelier de trabalhos manuais

Atelier da escola viva

Atelier de atividades religiosas

Atelier de empregabilidade

Atelier de jardinagem

Atelier de gestão do orçamento familiar

Criação do parque da Feiteira

# AGENDA JANEIRO '22

## EDIFÍCIO COMUNITÁRIO BENFEITAS

**18**

terça

**15h30 | Atelier exercício físico**

Parceiro: Município de Oliveira de Frades

**23**

domingo

**09h30 | Gabinete de saúde preventiva**

Avaliações peso | pressão arterial | diabetes

Aconselhamento sobre atividade física e  
regime alimentar

**27**

quinta

**14h30 | Atelier educação para a saúde**

"COVID-19 | O que é? Como prevenir? O que fazer em caso de infeção?"

Mitos e factos sobre a COVID"

Parceiro: UCC Lafões

**Ainda durante o mês:**

| Capacitar espaço para a realização do atelier de informática

| Obras para realização do atelier de culinária

| Aquisição de equipamentos para atelier de culinária