



Laborató
ENVE
LHECI
MENTO

PROGRAMAÇÃO
ABRIL-JULHO 2022

PROGRAMAÇÃO **ABRIL-JULHO**

A Maior Idade é uma das áreas de intervenção da Câmara Municipal de Ílhavo, que tem como destinatárias principais as pessoas com sessenta ou mais anos, sendo um dos seus objetivos mais importantes manter os seniores do município mais ativos e mobilizados para a sua vida comunitária. O **Laboratório do Envelhecimento**, é um espaço de acolhimento para o desenvolvimento de intervenções em três eixos: **investigação**, **conhecimento** e **criação**.

Investigação

O Laboratório do Envelhecimento é um espaço comum que abriga, protege e qualifica projetos e investigadores nascentes ou estabelecidos, através de apoio técnico e estratégico.

Plataforma Shapes

Projeto de construção de uma plataforma com recurso a várias tecnologias, centrada nas pessoas mais velhas e seus cuidadores.

Universidade do Porto (ICBAS/CINTESIS)

OFICINAS

Desenvolvimento do Processo de Investigação

3 maio todo o dia

Plataformas e novas tecnologias

26 a 28 julho todo o dia

Instalação de tecnologias na Casa de Pessoas Mais Velhas

25 a 29 julho todo o dia

Projeto Grampcity

terças, quartas e quintas-feira 14:30 outubro a dezembro

Mobilidade Quotidiana da População Idosa e o Impacto da Pandemia

Universidade de Coimbra

Percepções sobre envelhecimento e Interação com pessoas mais velhas

Dinamização: Universidade da Beira Interior

CerUP - Ferramenta para a Promoção da Saúde Mental

Dinamização: Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto



Conhecimento

Implementação de programas que permitam a troca de conhecimento.

Joga

segundas-feiras 9:30 · 10:30

Exploreemos o poder do jogo, para a interação social, para a promoção da atividade física e estimulação.

Dinamização: Proj. miOne, DeCA, UA

Maiores On

quartas-feiras 10:30

Sessões para aprender a utilizar um computador ou navegar na internet em segurança.

Dinamização: CMI

Maiores no Movimento

quintas e sextas-feiras 10:30

Programa Desportivo Sénior com as modalidades Técnicas de Relaxamento, Exercícios de Manutenção, Danças e Boccia.

Dinamização: CMI.

Cuidar na Demência

sextas-feiras (quinzenal) 14:30

Programa dirigido a cuidadores que vivem problemas idênticos e que, em comum, os podem analisar, trocando impressões e experiências.

Dinamização: CMI/Unidades

Cuidados na Comunidade

Laços Mar e Ria/Associação de Apoio a Cuidadores de Pessoas Dependentes

Estimulação Cognitiva

quintas e sextas-feiras 10:30

Programa de treino cognitivo para exercitar o cérebro.

Dinamização: CMI e ISCIA



Criação

Fomento de competências para a geração e capacitação de talentos criativos, numa ligação intergeracional entre saberes clássicos e setores emergentes.

Avó, Sai da Caixa

terças-feiras 14:30

Oficinas de Empoderamento e Criação Artística

por Designer Susana António e o Psicólogo Ângelo Capota
Público-alvo: Técnicos da Área Social e Pessoas Idosas

Linhas de Arte Nova

Captação de imagens de edifícios emblemáticos de Arte Nova do Município, que serão replicadas em diferentes materiais, através de uma estética arrojada e cores vivas.

Dinamização CMI e Ent. Académicas
Público-alvo: Técnicos da Área Social e Pessoas Idosas

Apresentação da coleção

“Linhas Arte Nova” 24 novembro 14:30

Aprende a Tricotar

quartas-feiras 14h30

Quer aprender a tricotar?
Pegue nas suas agulhas e venha produzir peças de malha.
por Ermelinda Senos
Público-alvo: + 60 anos

Laboratório do Envelhecimento

Beco Ferreira Gordo - Ílhavo
(junto à Escola EB1 de Ílhavo)
Tel.: 234 025 416
www.cm-ilhavo.pt
maioridade@cm-ilhavo.pt

Maiores em Cena

Projetos comunitários multidisciplinares e intergeracionais.

Coro da Memória

música **quartas-feiras 10:30**
com o Maestro Luís Carvalho

O Coro da Memória constituirá uma resposta atípica e preventiva para a problemática da demência, fazendo recurso a metodologias inovadoras.

“À Procura da normalidade”

curta-metragem
realizada por Henrique Vilão

“À procura da normalidade” é uma curta-metragem que irá envolver pessoas idosas do Município de Ílhavo, tendo sido selecionada no concurso da Curta-Metragem, por um painel de jurados.

gravações com início em **junho**

Open Call para artistas:

Marca

Apresenta o teu projeto/marca de costura criativa.
Apoio no desenvolvimento através da disponibilização do espaço e costureiras seniores para o teu projeto.
Destinatários: Artistas locais