

09 DE ABRIL DE 2024 || MERCADO MUNICIPAL DE MÉRTOLA || DAS 10H00 ÀS 20H00

## PROGRAMA

### **10H00: Abertura do Mercado da Saúde | Mercado Municipal “Centro de Saúde de Mértola – Os Serviços para a Comunidade”**

Dr.<sup>a</sup> Celeste Revez, Enf.<sup>a</sup> Elsa Alho, AT Eglantina Torrão e Presidente da Câmara Municipal de Mértola, Dr.<sup>o</sup> Mário Tomé

### **10H30: Desafio “A Minha Lancheira – Cantares Saudáveis”**

Escola Básica de Mértola: Turma 1.<sup>o</sup> B, 3.<sup>a</sup> E e 4.<sup>o</sup> F com colaboração da ERPI da Santa Casa da Misericórdia de Mértola

### **11H00: Apresentação da “Dança Sénior” | Mercado Municipal grupo de São João dos Caldeireiros**

### **11H15: “Faça da sua casa um Lugar Seguro” | Biblioteca Municipal GNR Secção de Prevenção e Policiamento Comunitário**

### **11H45: Aula Aberta Intergeracional de Exercício Físico ao Ar Livre | Mercado Municipal PT Roberto Mateus**

### **12H00: “Bem Comer para Bem Viver” | Biblioteca Municipal Dr.<sup>a</sup> Ana Teresa Pires – Nutricionista da ULSBA**

### **14H15: “Como Combater os Inimigos da Saúde Mental: Ansiedade e Stress” | Biblioteca Municipal Dr.<sup>a</sup> Ana Patrícia Cláudio – Psicóloga da ULSBA**

### **15H00: “Livre de álcool – Escolhas Conscientes, Decisões Responsáveis” | Sala Polivalente do Pavilhão Multiusos de Mértola Dr.<sup>a</sup> Mafalda Figueiredo – Psicóloga do SICAD**

### **15H30: Peça de Teatro: Ulisses e a Alimentação Saudável | Cine-Teatro Marques Duque para alunos do Pré Escolar e 1.<sup>o</sup> Ciclo**

### **16H00: “IPI: Critérios de Elegibilidade e o Modelo de Atuação do SNIPI” | Biblioteca Municipal Dr.<sup>a</sup> Sandrine Parente – Coordenadora da ELI de Mértola**

### **16H30: “A CPCJ na Promoção dos Direitos e na Proteção das Crianças” | Biblioteca Municipal Dr.<sup>a</sup> Maria José Martins – Presidente da CPCJ de Mértola**

### **17h00: “Leitura e Interpretação de Rótulos” | Biblioteca Municipal Dr.<sup>a</sup> Joana Pereira - Nutricionista da Câmara Municipal de Mértola**

### **17H45: Encerramento | Mercado Municipal Dr. Luís Coentro - Diretor Clínico dos Cuidados de Saúde Primário da ULSBA**

### **18H00: Grupo Comunitário de Artes Performativas com Celina da Piedade | Mercado Municipal**

## OUTRAS ATIVIDADES E RASTREIOS

Avaliação de risco de diabetes Mellitus tipo 2; Avaliação de tensão arterial e da glicemia capilar; Avaliação de IMC e de Risco Cardiovascular; Sensibilização para rastreios e Degustação de alimentação saudável.