

## PROGRAMAÇÃO DA FESTA SÉNIOR 2019

DIA	ATIVIDADE	LOCAL
<b>JANEIRO</b>		
27 DOMINGO	IX Encontro Intermunicipal de Coros "Notas de Ano Novo"	Torres Vedras
<b>FEVEREIRO</b>		
20 QUARTA-FEIRA	"O céu pode esperar"	Arruda dos Vinhos
<b>MARÇO</b>		
04 SEGUNDA-FEIRA	Baile de Carnaval	Torres Vedras
13 QUARTA-FEIRA	Rituais dell art "Os dias da rádio"	Sobral de Mte. Agraço
20 QUARTA-FEIRA	"Bombarral, Poeta e Fadista"	Bombarral
31 DOMINGO	"Revista no Coração - 25 anos de Gente Gira"	Cadaval
<b>ABRIL</b>		
10 QUARTA-FEIRA	Baile da Pinha	Torres Vedras
12 SEXTA-FEIRA	Primavera de livros Narração de contos tradicionais Portugueses...	Cadaval
15 SEGUNDA	Abril Livros Mil!	Sobral de Mte. Agraço
17 QUARTA-FEIRA	Visitas ao património "Memória D'Água"	Arruda dos Vinhos
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Lourinhã
<b>MAIO</b>		
03 SEXTA-FEIRA	Peça de teatro "A minha avó é uma comédia"	Lourinhã
08 QUARTA-FEIRA	Visita ao Património "Amores e desamores do mar"	Lourinhã
09 QUINTA-FEIRA	Festa da Primavera	Torres Vedras
09 QUINTA-FEIRA	"Memória, por Isaura"	Arruda dos Vinhos
14 TERÇA-FEIRA	Livros a Oeste - Espetáculo para seniores	Lourinhã
15 QUARTA-FEIRA	Visita ao Património "No meu tempo era assim"	Torres Vedras
17 SEXTA-FEIRA	VII Congresso de Envelhecimento Ativo "Saúde, Bem-estar e estilos de vida"	Bombarral
21 TERÇA-FEIRA	Visitas ao Património "Igrejas da Vermelha e Cadaval"	Cadaval
22 QUARTA-FEIRA	Visitas ao Património "No meu tempo era assim"	Torres Vedras
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Cadaval

DIA	ATIVIDADE	LOCAL
<b>JUNHO</b>		
01 SÁBADO	Visita à Feira do Pão	Sobral de Mte. Agraço
03 SEGUNDA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Torres Vedras
03 SEGUNDA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Lourinhã
13 QUINTA-FEIRA	Cinema "Parque Mayer"	Torres Vedras
18 TERÇA-FEIRA	Visitas ao Património - Igrejas da Vermelha e Cadaval	Cadaval
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Sobral de Mte. Agraço
<b>JULHO</b>		
05 SEXTA-FEIRA	Peça de teatro "Os lendários"	Bombarral
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Arruda dos Vinhos
<b>AGOSTO</b>		
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Torres Vedras
<b>SETEMBRO</b>		
19 QUINTA-FEIRA	Visita ao Património - Visita à Quinta das Cerejeiras	Bombarral
24 TERÇA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Sobral de Mte. Agraço
24 TERÇA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Arruda dos Vinhos
TODO O MÊS	Exposição - Perspetivas	Bombarral
<b>OUTUBRO</b>		
01 TERÇA-FEIRA	Espetáculo "Fado a Copo"	Torres Vedras
05 SÁBADO	"Arruda*" - Festa Sénior	Arruda dos Vinhos
09 QUARTA-FEIRA	Tarde Sénior nas Adiafas	Cadaval
16 QUARTA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Bombarral
16 QUARTA-FEIRA	"I Love 2 Help" - Mostra de filmes publicitários seguida de debate	Cadaval
24 QUINTA-FEIRA	Visita ao Património - Igreja de Santo Quintino	Sobral de Mte. Agraço

## ENQUADRAMENTO

A Festa Sénior constitui um consórcio intermunicipal, compreendendo uma parceria entre seis municípios do Oeste, designadamente Arruda dos Vinhos, Bombarral, Cadaval, Lourinhã, Sobral de Monte Agraço e Torres Vedras. Desta colaboração resulta um programa anual, articulado e diversificado, constituído por atividades artísticas, formativas e lúdicas direcionadas aos seniores dos seis Municípios.

## OBJETIVOS DO PROGRAMA

- ◆ Fomentar o envelhecimento ativo e melhorar a qualidade de vida dos seniores.
- ◆ Promover a participação social ativa.
- ◆ Valorizar a importância da ocupação dos tempos livres como forma de diminuir o isolamento.
- ◆ Desenvolver competências e aptidões.
- ◆ Estimular a proximidade intergeracional.
- ◆ Rentabilizar espaços físicos e equipamentos existentes nos 6 concelhos.

## INFORMAÇÕES ÚTEIS

- ◆ Todas as atividades são de acesso gratuito.
- ◆ A participação nas atividades implica sempre inscrição prévia e pode estar limitada às vagas existentes.

## NOTA

A organização reserva-se ao direito de alterar datas e locais comprometendo-se a informar todos os inscritos.

**P** Estacionamento ou possibilidade de deixar os participantes junto ao local onde decorre a atividade.

**♿** Acessível a pessoas com mobilidade reduzida.

# festas SÉNIOR

JAN/OUT 2019

ARRUDA DOS VINHOS « BOMBARRAL « CADAVAL  
LOURINHÃ « SOBRAL DE MONTE AGRAÇO « TORRES VEDRAS



## ADÁCIO POPULAR CICLO DE ATIVIDADES LÚDICAS

### 04 MARÇO (SEGUNDA)

15h00-18h00

#### BAILE DE CARNAVAL

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile e concurso de máscaras subordinado ao tema do Carnaval de 2019: *Made in Portugal!*

### 10 ABRIL (QUARTA)

15h00-18h00

#### BAILE DA PINHA

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Baile que recupera uma tradição antiga que associa a música e a dança a um concurso assente num engenho suspenso, em forma de pinha. Nesta tarde haverá ainda espaço para muitas outras surpresas e atividades.

<sup>\*</sup>Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste. Informações/inscrições: 261332267

### 09 MAIO (QUINTA)

11h00-18h00

#### FESTA DA PRIMAVERA

Local Pavilhão Multiusos de Torres Vedras

Evento organizado pelas IPSS’s da região Oeste no âmbito do qual decorrerá um conjunto de atividades das quais se destacam: baile, quermesse, espaço gastronómico, mostra de produtos e serviços e atividades formativas/informativas.

<sup>\*</sup>Atividade da responsabilidade das IPSS’S da região Oeste.

### 01 JUNHO (SÁBADO)

16h00-18h00

#### VISITA À FESTA DO PÃO: MERCADO QUINHENTISTA

Local Praça Dr. Eugénio Dias (Sobral de Monte Agraço)

Integrando as comemorações dos 500 anos do Foral para Montagaço, a Praça Dr. Eugénio Dias será palco da VII Edição da Festa do Pão 2019.

### 05 OUTUBRO (SÁBADO)

14h30-17h00

#### ARRUDA + FESTA SÉNIOR

Local Pavilhão Multiusos de Arruda dos Vinhos

“Arruda +” é uma festa sénior. Os visitantes podem esperar momentos de muita animação e convívio com um lanche partilhado. Será também lançado o ano letivo da Universidade das Gerações.

### 09 OUTUBRO (QUARTA)\*

14h30-18h30

#### TARDE SÉNIOR NAS ADIAFAS

Local Pavilhão Municipal do Cadaval (Cadaval)

Certame anual cadavalense dedicado ao final das colheitas e à promoção dos produtos regionais, que inclui a realização do Festival Nacional do Vinho Leve. Gastronomia, exposições de artesanato e atividades económicas, espetáculos vários, atividades equestres, entre outro tipo de animação, são as vertentes do certame, acolhido pelo pavilhão municipal, na vila do Cadaval. A “Tarde Sénior nas Adiafas”, inclui animação musical e termina com um lanche-convívio entre os idosos das várias instituições.

<sup>\*</sup>a confirmar

## POEMATIS POETAE CICLO DE ENCONTROS COM A LITERATURA E COM A MÚSICA

### 27 JANEIRO (DOMINGO)

15h00-18h00

#### IX ENCONTRO INTERMUNICIPAL DE COROS: NOTAS DE ANO NOVO

Local Casa da Cultura da Ponte do Rol (Torres Vedras)

**Grupos participantes**  
**Arruda dos Vinhos** Coro da Universidade das Gerações de Arruda dos Vinhos  
**Cadaval** Grupo de Cavaquinhos da Universidade Sénior do Cadaval – Clube de Artes e Saberes  
**Torres Vedras** Grupo coral Cant’arte  
**Bombarral** Grupo “Cavaquinhos 50+”  
**Lourinhã** Coro Juvenil da AMAL (Associação Musical e Artística Lourinhanense)  
**IPSS’s** Grupo de cantares “Os conquinhas” – Lar de São José

### 20 MARÇO (QUARTA)

14h30-17h30

#### BOMBARRAL, POETA, FADISTA

Local Auditório Municipal do Bombarral

Declamação de poesia com Manuel Rodrigues, Lita Ricardo, Joaquim Sustelo, Vítor Costeira e Vítor Camarate e interpretação de fado pelos fadistas João Plácido e Cristina Cruz.

### 12 ABRIL (SEXTA)

15h00-16h00

#### PRIMAVERA DE LIVROS – NARRAÇÃO DE CONTOS TRADICIONAIS PORTUGUESES COM “CONTOS NA EIRA”

Local Auditório Valentina de Abreu (Cadaval)

Primavera de Livros, alegres sopros e o retomar da vida dos campos. A tradição será sempre o que era e o regresso das andorinhas traz com elas estórias de sempre e para sempre. Cheiros, sons, palavras e saberes.

### 15 ABRIL (SEGUNDA)

14h00-17h00

#### ABRIL LEITURAS MIL

Local Sala Polivalente da Biblioteca Municipal (Sobral de Monte Agraço)

A Biblioteca Municipal de Sobral de Monte Agraço apresenta ao público o narrador e contador de histórias António Fontinha, que irá dinamizar uma sessão de leitura de contos tradicionais portugueses.

### 09 MAIO (QUINTA)

15h00-16h30

#### MEMÓRIA, POR ISAURA

Local Auditório Municipal – Centro Cultural do Morgado (Arruda dos Vinhos)

O Centro Cultural do Morgado apresenta na sua linha programática dedicada ao público sénior o projeto “Memória, por Isaura” “Memória, por Isaura” é um projeto gerontológico, desenvolvido pela Betweien, Lda. em parceria com a cantora e compositora portuguesa, Isaura, que visa trabalhar, junto do público sénior, o tema da Memória.

Através de um livro, de uma performance teatral ou peça de teatro e de temas musicados pela Isaura, tendo como ponto de partida o conteúdo do livro, o público sénior terá oportunidade de debater e trabalhar, entre pares ou até em atividades intergeracionais, os diferentes tipos de Memória (Memória Sensorial, Memória a Curto Prazo e Memória a Longo Prazo).

### 14 MAIO (TERÇA)

14h30-16h00

#### LIVROS A OESTE ESPETÁCULO PARA SENIORES

Local Auditório AMAL (Lourinhã)

Sob o tema central “palavras que nos unem” que marca esta edição do Festival literário Livros a Oeste, de 14 a 18 de maio os grupos de teatro sénior de duas instituições concelhais apresentam as suas peças teatrais. Com orgulho e sem olhar à idade, comprovam que fazer teatro faz bem ao corpo, à mente e espírito.

### 01 OUTUBRO (TERÇA)

15h00-17h00

#### ESPETÁCULO “FADO A COPO”

Local Teatro Cine (Torres Vedras)

Um copo mais um copo, um fado mais um fado...Enche-se assim a taça da vida com emoções, alegrias, canções e um destino traçado...e de alma franca brindamos com o nosso vinho que nos inebria os sentidos e com o fado nos acalenta a alma. Festejemos o Fado e o Vinho, filhos de um chão tão português.

## ZOOM CICLO DE ATIVIDADES FORMATIVAS

### 17 MAIO (SEXTA)

09h30-16h30

#### VII CONGRESSO DE ENVELHECIMENTO ATIVO\* “SAÚDE, BEM-ESTAR E ESTILOS DE VIDA”

Local Auditório Municipal do Bombarral

O Município do Bombarral recebe, em 2019, o VII Congresso de Envelhecimento

Ativo subordinado ao tema “Saúde, bem-estar e estilos de vida”. Promover a reflexão e partilha de conhecimentos e boas práticas de intervenção são os principais objetivos deste Congresso que vai já na sétima edição.

<sup>\*</sup>O programa será objeto de divulgação própria

#### “I LOVE 2 HELP” MOSTRA DE FILMES SOLIDÁRIOS SEGUIDA DE DEBATE

Nesta atividade os participantes são convidados a debater valores universais a partir de uma mostra de filmes publicitários desenvolvidos em vários pontos do planeta, tendo também a oportunidade de conhecer e experimentar, na primeira pessoa, o impacto de algumas das campanhas publicitárias solidárias mais inovadoras ao nível mundial. A mostra de filmes é precedida de um debate com os participantes criando um espaço de inspiração e consciencialização.

### 03 JUNHO (SEGUNDA)

14h00 – 15h00

Local Torres Vedras\*

16h00 - 17h00  
**Local** Lourinhã\*

### 24 SETEMBRO (TERÇA)

14h00 – 15h00

Local Sobral de Monte Agraço\*

16h00 - 17h00  
**Local** Arruda dos Vinhos\*

### 16 OUTUBRO (QUARTA)

14h00 – 15h00

Local Bombarral\*

16h00-17h00  
**Local** Auditório da Câmara Municipal do Cadaval

<sup>\*</sup>local a designar

## BOCA DE CENA CICLO DE ENCONTROS COM O TEATRO

### 20 FEVEREIRO (QUARTA)

15h00-16h30

#### PEÇA DE TEATRO “O CÉU PODE ESPERAR”

Local Auditório Municipal – Centro Cultural do Morgado (Arruda dos Vinhos)

A peça “O Céu pode Esperar” é um teatro de comédia que representa a sede de não querer parar, de não se querer conformar. O ator e professor José Fonseca leciona a disciplina de teatro da Academia Sénior da Santa Casa da Venda do Pinheiro. A partir daí o teatro passou a fazer parte da vida destes alunos, que aceitam o desafio de representar e o transformam em momentos de felicidade e boa disposição, trazendo-a, agora, a Arruda dos Vinhos.

### 13 MARÇO (QUARTA)

14h30-17h30

#### RITUAIS DELL ARTE “OS DIAS DA RÁDIO”

Local Cine-teatro de Sobral de Monte Agraço

Programa de rádio ao vivo da antiga Emissora Nacional “Aguenta Coração” com jingle criado de raiz e um locutor. Episódio de uma radionovela “Eu dou-te o arroz”. Homenagem a Raúl Solnado através de monólogos e a Madalena Iglésias. Interpretação de êxitos de Maria da Graça, Milú, Maria Eugénia, Tony de Matos, Júlia Babo, Francisco José, Tristão da Silva e Irmãs Meireles, entre outros. Fonte: Rituais dell Arte

### 31 MARÇO (DOMINGO)

15h30-18h30

#### REVISTA NO CORAÇÃO - 25 ANOS DE GENTE GIRA

Local Auditório Valentina de Abreu (Cadaval)

### 05 JULHO (SEXTA)

15h00-17h00

#### PEÇA DE TEATRO PELO GRUPO “OS LENDÁRIOS”

Local Teatro Eduardo Brazão (Bombarral)

O grupo de teatro amador “Os lendários”, fundado em 1999, desenvolve o seu trabalho na área da comédia, para além de animações de eventos, apresentações de livros, tertúlias e debates.

O grupo de teatro amador “Os lendários”, fundado em 1999, desenvolve o seu trabalho na área da comédia, para além de animações de eventos, apresentações de livros, tertúlias e debates.

### 03 MAIO (SEXTA)

14h30-16h30

#### PEÇA DE TEATRO “A MINHA AVÓ É UMA COMÉDIA”

Local Auditório AMAL (Lourinhã)

A avó Aparecida decide vir passar uns dias a casa da sua filha, Eugénia, achando que vai morrer brevemente com um cancro. O problema são os conflitos com o genro Luís Augusto, com o seu neto Carlitos e Cátia, a empregada da casa. Uma família completamente disfuncional, que no palco retrata várias situações possíveis do nosso dia-a-dia. Pretende-se que o público se reveja em todas as personagens – mãe, pai, filho e avó, e sobretudo que se ria delas e com elas. A minha avó é uma comédia... e a sua?

### 13 JUNHO (QUINTA)

10h00-12h00

#### CINEMA “PARQUE MAYER” \*

Local Arena Shopping (Torres Vedras)

O ano é 1933. Portugal depara-se com uma crescente perda de liberdade. Deolinda deixa a sua aldeia natal e chega a Lisboa determinada a tornar-se atriz de teatro no Parque Mayer. Bonita e talentosa, depressa conquista a admiração de todos e é escolhida para protagonizar uma revista do Teatro Maria Vitória...

<sup>\*</sup>sujeito a confirmação

## BOCA DE CENA CICLO DE ENCONTROS COM O TEATRO

### 20 FEVEREIRO (QUARTA)

15h00-16h30

#### PEÇA DE TEATRO “O CÉU PODE ESPERAR”

Local Teatro Eduardo Brazão (Bombarral)

O grupo de teatro amador “Os lendários”, fundado em 1999, desenvolve o seu trabalho na área da comédia, para além de animações de eventos, apresentações de livros, tertúlias e debates.

## A EUROPA DE TODOS NÓS

Pelo quarto ano consecutivo, como forma de celebrar o projeto Europeu, os seis Municípios que integram o Programa inter concelhio “Festa Sénior”, em parceria com o Centro de Informação Europe Direct Oeste e Lezíria do Tejo e o Clube Europeu da Escola de São Gonçalo propõem um conjunto de atividades descentralizadas que, neste ano, têm como principais objetivos:
- Motivar os cidadãos para os valores comuns europeus;
- Contribuir para uma maior visibilidade e valorização do património da região Oeste;
- Promover o património associado à temática das Linhas de Torres reconhecendo a sua importância e dimensão europeia.

## EXPOSIÇÃO - PERSPETIVAS

Nesta exposição, dirigida pela artista plástica Joana Maia, as IPSS’s e grupos organizados dos 6 concelhos, são convidadas a co ilustrar uma peça de um puzzle de grandes dimensões organizado por referência ao alfabeto, que caracterizará as Linhas de Torres Vedras sob o olhar e perspetivas de todos os seus intervenientes.

A par da mostra, que percorrerá os vários Municípios ao longo do ano de 2019, decorrerão igualmente sessões temáticas que pretendem capacitar para a dimensão europeia das linhas de Torres Vedras.

### ABRIL

Lourinhã

Biblioteca Municipal

### MAIO

Cadaval

Biblioteca Municipal

#### JUNHO

#### Sobral de Monte Agraço

Biblioteca Municipal

#### (sala polivalente)

### JULHO

Arruda

Centro Interpretativo das Linhas de Torres

### AGOSTO

Torres Vedras

local a definir

### SETEMBRO

Bombarral

local a definir

## CICLO DE VISITAS AO PATRIMÓNIO

### 17 ABRIL (QUARTA)

14h00-16h00

#### MEMÓRIAS D’ÁGUA

Local Centro Histórico de Arruda dos Vinhos e Galeria Municipal do Centro Cultural do Morgado (Arruda dos Vinhos)

Arruda dos Vinhos festeja a Água em 2019. Venha conhecer melhor esta pitoresca vila numa pequena visita ao património que culmina na exposição “Memórias D’Água”. A Exposição apresentará conteúdos relativos ao Chafariz enquanto elemento arquitetónico do conjunto patrimonial do Concelho de Arruda, mas apresentará também informação relativa ao ciclo da água e à sua importância na construção da paisagem da Vila e do Concelho.

Os conteúdos apresentar-se-ão em forma estática e dinâmica recorrendo a equipamentos de projeção 3D, criando um ambiente de época quer em termos espaciais quer temporais. Tem como principal objetivo reforçar o papel deste elemento arquitetónico do ponto de vista: patrimonial (história, preservação

e conservação, etc.); natural (fornecimento de água e a importância desta) e simbólico (centralidade, Invasões Francesas, largadas de touros e outros).

### 08 MAIO (QUARTA)

14h30-16h00

#### AMORES E DESAMORES DO MAR

Local Salão de Festas e Eventos, Praça Santa Maria – Ribamar (Lourinhã)

Embarcaremos numa viagem pela vida dura e perigosa da pesca das gentes de Ribamar, em que as mulheres eram o pilar da família em terra firme e os homens se faziam ao mar para dele tirar o sustento. À volta da cultura, dos ofícios e das “artes” piscatórias, contaremos histórias reais de naufrágios e aventuras, poemas e canções, relembrando ainda os ditados populares.

### 15 MAIO (QUARTA)

14h30-16h30

#### NO MEU TEMPO ERA ASSIM

Local Atelier do Brinquedo (Torres Vedras)

Ao longo do mês de maio, em que se comemora o dia internacional de brincar e o dia das histórias de vida, o atelier do Brinquedo em Torres Vedras convida os seniores a partilharem histórias e memórias de brincadeiras e brinquedos antigos. Assim, para além de poderem visitar a coleção de brinquedos patente no espaço os participantes terão também a oportunidade de partilhar as suas histórias e construir um brinquedo do seu tempo.

Atividade orientada pelo serviço educativo da Galeria municipal de Torres Vedras.

### 21 MAIO (TERÇA)

18 JUNHO (TERÇA)

14h30-16h30

#### VISITA GUIADA ÀS IGREJAS DA VERMELHA E CADAVAL COM ATUAÇÃO DO GRUPO CORAL DO CADAVAL

Local Igreja da Vermelha e Igreja do Cadaval

No centro da Vermelha, no Largo Monsenhor Pereira dos Reis, impõe-se a Igreja do Divino Espírito Santo, templo muito curioso pela sua decoração cerâmica, que empresta ao interior um brilho e um colorido de belo efeito decorativo. Embora não seja conhecida a data de fundação, a igreja deve ter sido construída em meados do século XVII, por ação da Irmandade do Espírito Santo, ainda hoje existente.

Na vila do Cadaval, sede do concelho, encontra-se a igreja paroquial dedicada a Nossa Senhora da Conceição, classificada como Imóvel de Valor Concelhio. Recentemente, aquando as obras de ampliação, foi descoberto um capitel na parede da igreja, conservado no Museu Municipal do Cadaval, com características reconhecidas como moçárabes, e que torna plausível a existência de um edifício pelo menos no século IX-X.

Atividade não adequada a pessoas com dificuldade de mobilidade

### 19 SETEMBRO (QUINTA)

14h30-17h00

#### VISITA GUIADA À QUINTA DAS CEREJEIRAS / CAPELA MADRE DE DEUS / ADEGA DA QUINTA

Local Quinta das Cerejeiras (Bombarral)

A Quinta das Cerejeiras, além de pomares de pera Rocha produz também vinho Quinta das Cerejeiras Reserva, D.O.C. Óbidos, uma das mais prestigiadas e antigas marcas portuguesas. É nesta Quinta que se encontra a Capela da Madre de Deus que remonta ao século XVI, tendo as paredes e abóbada da capela-mor, forradas por azulejos do século XVII.

### 24 OUTUBRO (QUINTA)

14h30-17h00

#### VISITA À IGREJA

#### DE SANTO QUINTINO

Local Igreja de Santo Quintino

– Sobral de Monte Agraço