

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE MASSAMÁ E MONTE ABRAÃO



DE 11 A 14 DE JUNHO 2024

TEMA: SEMPRE JOVENS!

	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
MANHÃ	Quebra Gelo Atividades Praia de Carcavelos	Ginástica Matinal Praia de Santo Amaro de Oeiras	Jogos de Cooperação Praia de Carcavelos	Motricidade Fina Praia Fluvial dos Olhos de Água Alcanena
ALMOÇO		PIQUENIQUE Jardim Municipal Almirante Gago Coutinho		PIQUENIQUE Parque de Merendas dos Olhos de Água
TARDE		Forte Museu de Santa Marta Cascais		'Karaoke Nostálgico' Praia Fluvial dos Olhos de Água

* O programa pode sofrer algumas alterações.

Os parques serão visitados para aferir a sua viabilidade, pelo que, existe a possibilidade de alteração também nesta área.

Coordenação: Inês Santos
912 031 911

Janela das Brincadeiras
geral@janeladasbrincadeiras.pt
214 077 824

Junta de Freguesia de Massamá e Monte Abraão
felisbela.mendes@uf-massamamabraao.pt
214 301 313

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE MASSAMÁ E MONTE ABRAÃO



DE 17 A 21 DE JUNHO 2024
TEMA: SEMPRE JOVENS!

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

MANHÃ

Ginástica Matinal
Praia de Carcavelos

Construções
de Areia
Motricidade fina
Praia de Carcavelos

Jogos de
Cooperação
Praia de Carcavelos

Ginástica Matinal
Praia de Carcavelos

Motricidade Fina
Praia Foz do
Lizandro

ALMOÇO

PIQUENIQUE
Parque Recreativo
da Serafina

PIQUENIQUE
Parque Marechal
Carmona

PIQUENIQUE
Jardim do Cerco
Mafra

TARDE

'Jogos do
nosso tempo'
Parque Recreativo
da Serafina

Visita ao Museu
Condes de Castro
Guimarães Cascais

Jardim do Cerco
Possibilidade visita
Real Basílica
de Mafra

* O programa pode sofrer algumas alterações.

Os parques serão visitados para aferir a sua viabilidade, pelo que, existe a possibilidade de alteração também nesta área.

Coordenação: Inês Santos
912 031 911

Janela das Brincadeiras
geral@janeladasbrincadeiras.pt
214 077 824

Junta de Freguesia de Massamá e Monte Abraão
felisbela.mendes@uf-massamabraao.pt
214 301 313

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE MASSAMÁ E MONTE ABRAÃO



DE 24 A 28 DE JUNHO 2024
TEMA: SEMPRE JOVENS!

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

MANHÃ

Ginástica Matinal
Concurso de
Anedotas
Praia da Costa
da Caparica

Construções
de Areia
Motricidade fina
Praia de Carcavelos

Jogos de
Cooperação
Praia de S. Julião

Ginástica Matinal
Praia de Carcavelos

Festa do Pijama
Passagem de
Modelos
Praia de Carcavelos

ALMOÇO

PIQUENIQUE
Parque Aventura da
Charneca de Caparica

PIQUENIQUE
Parque de Merendas
Assafora
ou outro local a considerar

PIQUENIQUE
PARTILHADO
Parque Salgueiro Maia

TARDE

'Cantigas da
minha Infância'
Parque Aventura da
Charneca de
Caparica

Visita ao
Museu de
Odrinhas

Festa Final
Mostra de Talentos
Instalações da
Universidade
Sénior Massamá
ou outro local a definir

* O programa pode sofrer algumas alterações.

Os parques serão visitados para aferir a sua viabilidade, pelo que, existe a possibilidade de alteração também nesta área.

Coordenação: Inês Santos
912 031 911

Janela das Brincadeiras
geral@janeladasbrincadeiras.pt
214 077 824

Junta de Freguesia de Massamá e Monte Abraão
felisbela.mendes@uf-massamabraao.pt
214 301 313