



Universidade Sénior Massamá Monte Abraão – Plano de Atividades

	Manhã	Almoço	Tarde
2ª Feira 08 junho	Jogos de Cooperação Praia do Tamariz		
3ª Feira 09 junho	Ginástica Matinal Praia dos Pescadores Ericeira	PIQUENIQUE Jardim do Cerco* Mafra	Caça ao Tesouro Jardim do Cerco Mafra
5ª Feira 11 junho	Gincana de Água e Sal Praia da Torre		
6ª Feira 12 junho	Adivinhas e Provérbios Barragem de Magos Salvaterra	PIQUENIQUE Barragem Magos Salvaterra	Visita Cultural Falcoaria Real Salvaterra

	Manhã	Almoço	Tarde
2ª Feira 15 junho	Jogos de Cooperação Praia de Carcavelos	PIQUENIQUE Parque Merendas Magoito	Peddy Papper Fontanelas e Gouveia Aldeias em Verso
3ª Feira 16 junho	Ginástica Matinal Praia do Tamariz		
4ª Feira 17 junho	Jogos de Água Praia de Carcavelos	PIQUENIQUE Parque Urbano Qta Rana – SD Rana	Visita Cultural Borboletário de Cascais – SD Rana
5ª Feira 18 junho	Motricidade Fina Praia da Torre		
6ª Feira 19 junho	Caminhada Ativa Praia Fluvial do Rosário Moita	PIQUENIQUE Parque Merendas praia do Rosário	“Conta-me como foi...” Praia Fluvial do Rosário Moita

	Manhã	Almoço	Tarde
2ª Feira 22 junho	Jogos de Cooperação Praia das Maçãs	PIQUENIQUE Joanicos Farm Maceira	Visita à Quinta Joanicos Farm* Maceira
3ª Feira 23 junho	Ginástica Matinal Praia do Tamariz		
4ª Feira 24 junho	Jogos de Água Praia de Sesimbra	PIQUENIQUE Parque Augusto Pólvora	Photo Papper Villa de Sesimbra
5ª Feira 25 junho	Motricidade Fina Praia da Torre		
6ª Feira 26 junho	Festa do Pijama Passagem de Modelos Praia de Carcavelos	PIQUENIQUE Almoço partilhado Parque S. Maia	Festa Final Mostra de talentos Universidade Sénior <i>Participação Grupo de Cavaquinhos da ARPIMA</i>

*A Visita a Quinta – Joanicos Farm tem um custo de 8,00€ por pessoa.