



Junte-se a nós...

**Todos juntos faremos  
mais e melhor!**

**CAMPANHA  
TRAZ UM AMIGO TAMBÉM**

### **Universidade do Tempo Livre**

Aprendizagem ao longo da vida para um envelhecimento ativo e saudável.

Cerca de 30 disciplinas anuais, mini-cursos, workshops e atividades complementares (visitas de estudo, passeios, viagens).



### **Centro de Dia**

Situado na Oficina do Idoso, oferece:

- Serviço de transporte
- Alimentação
- Higiene pessoal
- Tratamento de roupas
- Ocupação dos tempos livres
- Festas temáticas
- Passeios Culturais
- Convívios

*Possui acordo de cooperação com a Segurança Social.*



### **Serviço de Apoio Domiciliário**

Cuidados individualizados a pessoas e famílias nas suas residências, quando doentes temporariamente ou permanentemente e que exijam apoio nas necessidades básicas ou atividades diárias.

**SAD normal- de segunda a sexta-  
SAD alargado – inclui feriados e fins de semana e serviço noturno**

*Possui acordo de cooperação com a Segurança Social.*



### **Banco de Ajudas Técnicas**

Cedência a preços módicos de camas articuladas, cadeiras de duche, cadeiras de rodas, canadianas e andarilhos.



### **Oficina do Idoso**

Um espaço de apoio aos idosos com atividades desenvolvidas por eles próprios. Oportunidade de trocas de experiências e de saberes.

- Cerâmica
- Pintura a óleo e em Tecido
- Rendas e Bordados
- Encadernação e Restauro de Livros

