



**23 a 27
julho**

AVÓS EM FESTA 2026

PROGRAMA

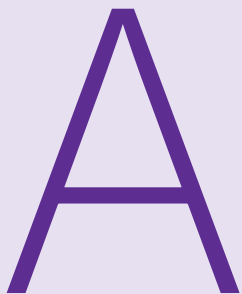
Entrada Livre

Informações:
212 336 606 | decs@cm-palmela.pt

Jogos e desafios Intergeracionais
Literacia em Saúde
Visitas e Oficinas
Música







edição 2026 do «Avós em Festa» convida as Avós e os Avôs, familiares e amigos a celebrar localmente o Dia dos Avós, data que se assinala a 26 de julho.

Dinamizada pelo Município e parceiros locais, a iniciativa integrada no Projeto “Histórias, Memórias e Percursos entre Gerações” reforça a valorização do Envelhecimento Saudável, do diálogo, cooperação, empatia e solidariedade entre gerações, em Palmela Município Educador, com lugar a todas as Idades.

Num tempo de rotinas apressadas, de solidão e de pouca disponibilidade para estar e escutar, importa realçar o respeito pela individualidade dos adultos mais velhos, pelos seus desejos, projetos, história de vida e experiências, como um direito incontornável para a construção de ambientes mais inclusivos, de felicidade e bem-estar.

De 23 a 27 de julho participe e venha criar diferentes momentos reconfortantes, de cumplicidade e alegria, com muitas conversas, gargalhadas, confidências, jogos, brincadeiras, aprendizagens e partilhas inesquecíveis!

Contamos convosco!



23 julho 10h00-12h30

Quinta de S. Paulo, Palmela

OFICINA "TEARES NATURAIS E RECICLADOS"

Criação de teares originais utilizando elementos da natureza e inspirados na flora de Alferrara em plena Arrábida Reserva da Biosfera da UNESCO.

Limitado ao nº de vagas

Org: Quinta Pedagógica de São Paulo, AMRS e CMP

Destinatários: Avós e netos



24 julho 10h00-12h00

Unidade Móvel de Saúde, Lagameças
(junto ao Centro de Dia)

LITERACIA EM SAÚDE: "AVÓS E NETOS - LAÇOS QUE PROMOVEM SAÚDE"

Jogos e desafios intergeracionais realçam o bem-estar, a inclusão e a saúde de todas/os pela convivência entre crianças e pessoas adultas mais velhas.

Org.: ULSA

Apoio: Câmara Municipal de Palmela; Casa do Povo de Palmela – Centro Social em Lagameças

Destinatários: Crianças, adultos de mais idade e famílias



24 julho 14h00

Maker Space - Centro Cultural do Poçoirão

VISITA E OFICINA "ENTRE MENSAGENS QUE PERDURAM"

Num espaço de criatividade, adultos 60+ são desafiados a conhecer e a experienciar as oportunidades do Maker Space, a partir de uma fotografia sua com as/netas/os e que se tornará mais especial, pela mensagem agora associada.

Org.: CMP

Destinatários: Avós e Netos



26 julho

10h00

Santa Casa da Misericórdia de Palmela

15h30

Fundação COI, Pinhal Novo

16h30

Lar dos Ferroviários, Pinhal Novo

MINI-CONCERTO NAS ERPI'S DAS IPSS - "AFETOS"

Raquel Faria presenteia-nos com a sua voz, trazendo canções para todas as idades que apelam aos laços intergeracionais, num tempo muitas vezes apressado e indiferente. No Dia dos Avós, a festa faz-se com familiares e amigos para inspirar muitas visitas e portas abertas.

Org.: CMP

Com: ERPI's IPSS locais

Destinatários: população em geral



27 julho

Jardim José Maria dos Santos, Pinhal Novo

CONVÍVIO, LITERACIA EM SAÚDE, JOGOS E DESAFIOS – “GERAÇÕES NO JARDIM”

10h00-12h00

Literacia em Saúde – Unidade Móvel de Saúde “Avós e Netos – Laços que promovem Saúde”

Árvore e Correio dos Afetos; Jogo da Glória e outros jogos colaborativos sensibilizam para o bem-estar, a inclusão e a saúde de todas/os pela convivência entre crianças e pessoas adultas mais velhas.



10h00-13h00

Jogos entre gerações “Casino Cabaré”

Jogos didáticos, de mesa e outros, para várias idades, realizados pelo Grupo Convívio & Manualidades do “Croché Cabaré”, com recurso a materiais de desperdício.

Passeio numa bicicleta adaptada, onde o vento desperta memórias, emoções e muitos sorrisos pelo projeto CrisAnima.pt & Cabelos ao Vento!

Lanche matinal partilhado

Mais informações em [Croché.Cabaré](https://www.facebook.com/CrocheCabare) | Facebook

Org. ULSA e SEIES

Apoio: CMP; Centro Social Paroquial de Pinhal Novo

Destinatários: População em geral



MAPA DO BRINCAR – LUGARES CONHECIDOS E A DESCOBRIR UMA REGIÃO A BRINCAR

No Dia dos Avós este mapa digital poderá ajudar a encontrar os melhores lugares para Brincar e naturalmente, levará a muitas brincadeiras divertidas, depois da deslocação ao local escolhido.

Promovido pela Associação de Municípios da Região de Setúbal, realça a importância do Brincar para o desenvolvimento integral das crianças e na vida dos territórios.

Clique [aqui](#) para conhecer e explorar entre gerações [Uma região a brincar](#) para conhecer os lugares de Brincar.



#Palmela Município de todas as Idades

CONSTITUIÇÃO REPÚBLICA PORTUGUESA

Artigo 72.º (Terceira idade)

1. As pessoas idosas têm direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia pessoal e evitem e superem o isolamento ou a marginalização social.
2. A política de terceira idade engloba medidas de carácter económico, social e cultural tendentes a proporcionar às pessoas idosas oportunidades de realização pessoal, através de uma participação ativa na vida da comunidade.