



Realizou-se hoje, dia 22 de maio, no Centro Cultural do Entroncamento, uma palestra sobre Solidão e Benefícios do Exercício Físico na Terceira Idade. A mesma foi organizada por uma equipa de Enfermagem da Unidade de Cuidados na Comunidade do Centro de Saúde do Entroncamento em parceria com o Município e o Programa Reviver. Esta palestra teve como objetivo a promoção do bem estar nas pessoas idosas, como forma de evitar o isolamento social e o sedentarismo.

Durante a tarde realizou-se ainda, no Centro Cultural, uma aula de Yoga, pela Professora Elsa Arrojado.

As duas atividades destinadas ao público sénior, tiveram uma adesão de cerca de 70 pessoas e encerraram as Comemorações do Dia Municipal do Idoso e do Evento “ Entroncamento em Flor”

Galeria de fotografias [AQUI](#)