



VIVA MELHOR VIVA FELIZ

ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS
PRÓ-OUTEIRO

30 ANOS

A CUIDAR DE PESSOAS IDOSAS COM RESPEITO E DEDICAÇÃO

ATIVIDADES | 2015

Nº	Iniciativa	Mês	Dia	Org.
01	Caminhada solidária	5	31	AMPO
02	Picnic no parque do rio Cercal	6	19	AMPO
03	Aula de Zumba	6	28	AMPO
04	Festa em honra de Nossa Senhora dos Milagres	7	11	AMPO
05	Party Sénior	7	16	CM
06	Ida à Praia do Furadouro	7		AMPO
07	Visita ao Museu da Murtosa	7		AMPO
08	Participação no Dia Metropolitano dos Avós	7	27	CM
09	2ª Caminhada Solidária (Noturna)	9	10	AMPO
10	Passeio ao Santuário de Nª Senhora de Fátima	9	15	AMPO
11	Visualização do remake do "Pátio das Cantigas"	9	28	CM
12	Comemoração do Dia Mundial do Coração	9	29	CM
13	Comemoração do Dia Internacional do Idoso	10	01	CM
14	Noite de Fados	10	10	AMPO

2015

WWW.PROOUTEIRO.COM



VIVA MELHOR VIVA FELIZ

ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS
PRÓ-OUTEIRO

30 ANOS

A CUIDAR DE PESSOAS IDOSAS COM RESPEITO E DEDICAÇÃO

ATIVIDADES | 2015

Nº	Iniciativa	Mês	Dia	Org.
15	Azeméis é Social	10	15	CM
16	Visita às Termas das Caldas de S. Jorge	10	23	CM
17	Festa de Halloween	10	31	AMPO
18	Programa de Estimulação Motora e Cognitiva	11		AMPO
19	Festa de S. Martinho	11	11	AMPO
20	Comemoração do "Dia Nacional do Pijama"	11	20	CM
21	Festa de Aniversário da Associação	11	21	AMPO
22	Visita ao presépio da "Cavalinho"	12	11	AMPO
23	Convívio de Natal intergeracional	12	17	AMPO
24	Convívio de Natal com colaboradores	12	18	AMPO
25	Convívio de Natal intergeracional	12	19	AMPO

Cultura | Desporto | Espiritualidade | Saúde
Solidariedade | Integração | Socialização | Humanização

2015

WWW.PROOUTEIRO.COM