

comunidades em ação  
operações integradas metropolitanas

# CONSTRUIR O FUTURO

ENTIDADE PROMOTORA /  
CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA

# FlashNews

RECUPERAR PORTUGAL

recuperarportugal.gov.pt/

## Projeto Academia Sénior da OIL Vialonga promove sessões de Yoga à população sénior

Decorreu no dia 2 de outubro, uma sessão de Yoga do Movimento Sénior com idosos da comunidade, no Centro de Convívio da ABEIV, em Vialonga.

Estas sessões têm como objetivo proporcionar momentos de relaxamento e socialização à população mais idosa, sendo a atividade composta

por práticas de respiração e movimentos adaptados à idade.

A iniciativa insere-se no âmbito do Projeto Academia Sénior, da Operação Integrada Local de Vialonga e é financiado pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR).



PROMOÇÃO DA REGENERAÇÃO E DA INCLUSÃO SOCIAL  
EM VIALONGA



CONHEÇA OS PROJETOS EM:  
CM-VFXIRA.PT

PLANO DE ACÇÃO DESENVOLVIDO PELA PARCERIA LOCAL  
OPERAÇÃO INTEGRADA LOCAL VIALONGA

comunidades em ação  
Vialonga

Parceiros



área metropolitana de Lisboa



PRR



REPÚBLICA PORTUGUESA



Financiado pela União Europeia  
NextGenerationEU

ENJOY IT'S FROM EUROPE

