



16º ENCONTRO SANTISTA DA  
**TERCEIRA IDADE**

Comemoração do Dia Nacional  
e Internacional do Idoso

OUTUBRO • 2010



**iver**na**Cidade**

## PALESTRA

### Viva Bem no Mundo que Você Tem

Uma reflexão sobre conteúdos como sustentabilidade, alimentação, saúde e consumo responsável. Intervenções cênicas com idosos dos Centros de Convivência Isabel Garcia, Vida Nova e Zona Noroeste da Prefeitura de Santos e apresentação musical de uma banda de metais ao estilo de coretos das pracinhas do interior.

Com **Maluh Barciotte**, doutora pela USP e consultora na área de consumo sustentável.

**Dia 01** | sexta, das 15h às 17h30 | Convivência | Grátis

## CINEMA E VÍDEO

### Ciclo Comédias

Exibição dos filmes “O Corintiano”, com Mazzaropi; “Assim era Atlântida”, com Oscarito, Zezé de Macedo e Sônia Mamede; “O Batedor de Carteiras”, com Zé Trindade e “O Jovem Tataravô”, com Luíza Fonseca e Marcel Klass.

**Dias 02, 03, 09 e 10** | sábados e domingos, às 15h30 | Sala 1 | Grátis

## OFICINA

### Dança Circular - Celebrando a Vida

Equilibrando e desbloqueando os centros de energia (chakras), a dança circular promove harmonia, saúde mental, física e espiritual, podendo proporcionar o bem estar em qualquer idade. Junto com outros fatores, ajuda a encarar o envelhecimento e a vida na cidade.

**Dias 02, 03, 09 e 10** | sábados e domingos, às 15h30 | Toca | Grátis

### Primeiros Passos na Internet

Oficinas, experimentações e vivências para pessoas acima de 60 anos, com pouco ou nenhum conhecimento em informática. 19 vagas. Inscrições antecipadas.

**Dias 05, 06, 07 e 08** | terça a sexta, às 15h30 | Internet Livre | Grátis

## RECREAÇÃO

### Atividades Lúdicas e Esportivas

Sob a orientação da prof<sup>a</sup> Ms. **Vera de Fátima Gomes de Assis**, titular da disciplina Atividade Física na Terceira Idade da Unisanta. Atividades: Voleibol e basquetebol transformado, alongamento / flexibilidade em cadeiras, alongamento com bastões e steps, festival de bocha e avaliação física.

**Dia 03** | sábado, às 10h | Ginásio | Grátis

## ESPETÁCULO

### Dos Sonhos à Conquista

Uma produção do **Centro de Convivência Isabel Garcia** com participação do **Centro da Juventude Zona Leste**. Direção: **Vitor Casemiro**.

**Dia 06** | Quarta, 19h | Teatro | Grátis

REALIZAÇÃO

**SESCSP**  
SANTOS



PREFEITURA DE  
SANTOS

APOIO

**CMI** - Conselho  
Municipal do Idoso