

A AVASAD em parceria com o Ginásio de São Martinho organizou no dia 15 de Maio, pelas 15.00 horas, no auditório da Escola Profissional de São Martinho, uma palestra sobre os **“Benefícios da Actividade Física no controlo dos Factores de Risco Cardiovasculares”** que contou como oradores a Dra. Eva Serrão (Cardiologista Geral) e a Nutricionista (Dra. Dóris Freitas).

Com a parceria da Junta de Freguesia de Santa Maria Maior e a Universidade Sénior da mesma realizou-se, no dia 22 de Maio, uma palestra intitulada **“Coração no Idoso – Nascido para ser activo”** no Auditório do Centro Cívico de Santa Maria Maior pelas 15 horas, tendo a duração de 90 minutos. Teve como orador o Dr. Almada Cardoso com a colaboração da Enf.^a Patrícia Gonçalves.





