SESIMBRA

ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEL

CAMINHE PELA SUA SAÚDE

29 setembro | sábado | 9.30h

Serra da Achada - Alto da Califórnia

Participação livre

- **Percurso:** Vale da Aninhas, Achada e Mirador Alto da Califórnia
- **Duração:** +/- 3 horas (2,5km)
- **Nível de dificuldade:** Médio
- **Ponto de encontro:** Estrada da serra para Sesimbra – lado nascente (largo junto à estrada onde é possível estacionar, do lado direito para quem vem de Santana)
- **Equipamento necessário:** Calças; ténis ou botas com bom cardado; merenda e água
- **Contactos:** 21 268 92 80 (USF); 21 228 85 37 (CMS)

NECA

USF CASTELO
UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR

SESIMBRA