

MGF em Movimento



Biblioteca Municipal Florbela Espanca – Matosinhos

7 de novembro de 2025

Sessão de Abertura:

O papel do exercício na promoção da saúde.

09:00

Matosinhos - Capital Europeia do Desporto 2025

Alimentação no Exercício

Nutricionista Teresa Lemos

09:30

Prescrição de exercício na gravidez de baixo risco

Fisioterapeuta Carla Faria

Dra. Mariana Teixeira

10:15

COFFEE-BREAK

Prescrição de Exercício Físico no adulto

Dr. Bruno Cancela

Dr. Hugo Correia Lopes

11:30

Crianças e Desporto

Promoção de Estilos de Vida Saudáveis

Dra. Rachel Barbabela; Dra. Sara Peixoto

Dra. Mariana Meneses

12:15

ALMOÇO

MGF em Movimento



Biblioteca Municipal Florbela Espanca – Matosinhos

7 de novembro de 2025

Idoso Ativo

Walk with a Doc e Pedalar sem Idade

Enfª Ângela Mota; Professor Pedro Morouço; Dra. Ana Clara Moreira ; Sra. Sílvia Freitas

14:30

Matosinhos Sport

15:30

Sessão de encerramento

16:15

Patrocínio:



Apoios institucionais:

