

# CONSTRUIR  
O FUTUROENTIDADE PROMOTORA /  
CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA

## FlashNews #14

RECUPERAR  
PORTUGAL  
[recuperarportugal.gov.pt/](http://recuperarportugal.gov.pt/)Projeto Academia Sénior  
promove colónia de praia

No âmbito do Projeto 22 – Academia Sénior 32 idosos da comunidade de Vialonga participaram na primeira quinzena de julho de 2025 numa colónia de praia.

A iniciativa incluiu atividades como caminhada à beira-mar, exercícios de alongamento e jogos simples, com o objetivo de incentivar hábitos de vida saudáveis e fortalecer o espírito de grupo. Os participantes mostraram-se muito satisfeitos com a experiência e destacaram a importância de momentos como este para manter a saúde física e emocional.

Esta iniciativa é realizada pela ABEIV – Associação para o Bem Estar Infantil de Vialonga (entidade parceira) todos os anos e é aberta a toda a população de Vialonga.

O Projeto Academia Sénior, da Candidatura “Comunidades em Ação – OIL Vialonga, continua, assim, a apostar em iniciativas que promovem um envelhecimento ativo e feliz.

PROMOÇÃO DA REGENERAÇÃO E DA INCLUSÃO SOCIAL  
EM VIALONGACONHEÇA OS PROJETOS EM:  
CM-VFXIRA.PTPLANO DE ACÇÃO DESENVOLVIDO PELA PARCERIA LOCAL  
OPERAÇÃO INTEGRADA LOCAL VIALONGAENJOY  
IT'S FROM  
EUROPEcomunidades·em·ação  
Vialonga

Parceiros

UNIDADE LOCAL DE SAÚDE  
ESTUÁRIO DO TEJOVIALONGA  
IEFPAEV  
VIALONGA

Acção Muito Jovem

Aveiro  
Câmara MunicipalABEIV  
Associação para o Bem Estar Infantil de VialongaLaredo  
Associação CulturalCÂMARA  
MUNICIPAL  
VFXárea  
metropolitana  
de LisboaPRR  
Plano de Recuperação  
e ResiliênciaREPÚBLICA  
PORTUGUESAFinanciado pela  
União Europeia  
NextGenerationEU