



JUNHO 2026

WORKSHOP



16 JUN | 11-12H

## O PAPEL DOS ANIMAIS NA SAÚDE E FELICIDADE DOS SENIORES

**Mariana Santos**  
Médica Veterinária

A companhia de um animal é o melhor "medicamento" para a longevidade, particularmente dos nossos seniores! Descubra benefícios para a saúde, como escolher o companheiro ideal e os cuidados essenciais para garantir esta "amizade" de sucesso.

INSCREVA-SE

WORKSHOP



17 JUN | 15-17H

## MEDICINA ONLINE: NÃO É UM BICHO DE SETE CABEÇAS

**Dr. Daniel Maia & Patrícia Carapinha**  
Médico Especialista & Consultora Teladoc Health

Descubra como a medicina online pode ser a melhor aliada da sua saúde, à distância de um clique! Conheça o funcionamento prático das consultas digitais, desde o envio de exames à receita no telemóvel, garantindo cuidados seguros sem sair de casa.

INSCREVA-SE

WORKSHOP



18 JUN | 15-17H

## LITERACIA EMOCIONAL PARA MELHORES RELAÇÕES ENTRE HUMANOS

**Filipa Aniceto**  
Psicóloga Clínica

Viver mais não basta — é preciso saber viver com os outros. Neste workshop, vamos explorar como cultivar relações saudáveis, compreender e expressar emoções, e construir vínculos duradouros que nos acompanhem ao longo da vida.

INSCREVA-SE

TALK



24 JUN | 18-20H

## LONGEVIDADE E ANIMAIS, TEMA TABU?

**Sandra Duarte Cardoso & Maria João**  
Presidente da SOS Animal & Cantora Jazz

Os animais são família, mas a sociedade nem sempre o entende. Venha refletir sobre a longevidade dos nossos bichos, a responsabilidade de cuidar deles até ao fim e o que esta ligação diz sobre a nossa humanidade.

INSCREVA-SE