

# O Ponto de Encontro

para pessoas com problemas de memória e seus familiares

## O QUE É O CAFÉ MEMÓRIA ?

O CAFÉ MEMÓRIA é um local de encontro destinado a pessoas com problemas de memória ou demência, bem como aos respetivos familiares e cuidadores, para partilha de experiências e suporte mútuo.

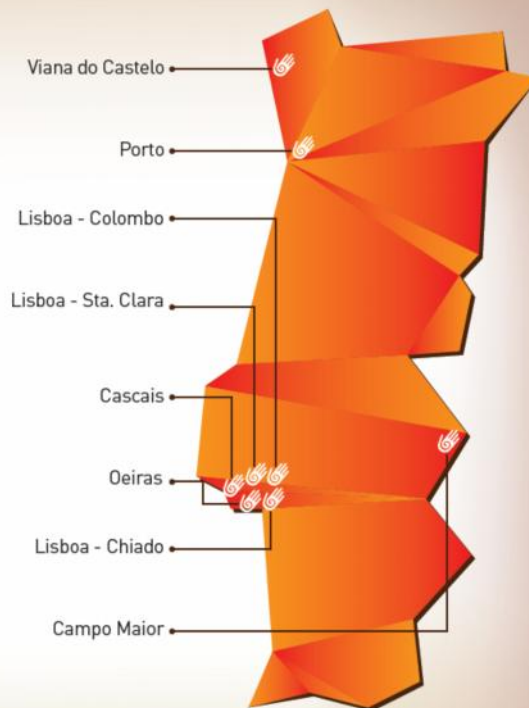
Aqui poderá encontrar um ambiente acolhedor, reservado e seguro onde se facilita a interação entre todos, se oferece apoio emocional, informação útil e promove a participação das pessoas em atividades lúdicas e estimulantes, com o apoio de profissionais de saúde ou de ação social, num contexto informal.

O CAFÉ MEMÓRIA pretende contribuir para a melhoria da qualidade de vida e redução do isolamento social das pessoas com problemas de memória ou demência bem como dos respetivos familiares e cuidadores.

Pretende ainda sensibilizar a comunidade para a relevância crescente do tema das demências, reduzindo, assim, o estigma que lhe está associado.

## COMO FUNCIONA?

O CAFÉ MEMÓRIA abre portas mensalmente. As sessões iniciam-se com o acolhimento individual de cada um dos participantes e prosseguem com a apresentação de um tema por um orador ou com a realização de atividades. De seguida, faz-se uma pausa para café destinada a promover um momento de convívio entre todos.



## CAFÉ MEMÓRIA OEIRAS

Forum Apoio - Rua Margarida Palla, 23A - Algés  
(rua paralela do lado nascente à Av. dos Bombeiros Voluntários)

4º sábado de cada mês - das 10h às 12h

A participação é gratuita e sem marcação prévia. Esperamos por si!