

## EDUCAÇÃO

---

- ▶ Saudavelmente:  
workshop de culinária



## DESPORTO

---

- ▶ Free Runnign Especial  
Luís Jesus



## AMBIENTE

---

- ▶ BioLousada  
Transformar  
ideias em ação



# JUMP

# BOX

# LOUSADA

**20 A 24 de JANEIRO**



**COMEÇA JÁ A MUDAR O TEU FUTURO!**

**Feira de Antiquidades,  
Velharias e Colecionismo**

**11 JAN** Praça das Pocinhas



# Lousada Bebé Natal

5 JAN – Praça das Pocinhas

Inscrições em [www.cm-lousada.pt/p/bebenatal](http://www.cm-lousada.pt/p/bebenatal)



# Hansel e Gretel

M/6

A CASINHA DE CHOCOLATE

Encenação: Xico Alves

6 a 16 de Janeiro - para o Público Escolar  
12 de janeiro - 16h00 | Público em geral  
Auditório Municipal de Lousada



# XXI ENCONTRO DE CANTADORES DE JANEIRAS

17 JANEIRO | 21H30  
AUDITÓRIO MUNICIPAL  
DE LOUSADA



Inscrições até 17 de janeiro através  
do email [cultura@cm-lousada.pt](mailto:cultura@cm-lousada.pt).  
Entrada livre até ao limite da lotação.

## Concerto da Camerata Portuguesa

12 JAN

16H00

### Igreja Paroquial de Pias

Solistas:

José Pedro Rocha - Violino

Patrícia Silva - Soprano

Pedro Rocha - Violino

Teresa Correia - Viola d'Arco



## Sarau de Ginástica

### *O Sonho - Podes ser o que quiseres*

4 JAN

18H30

Pavilhão Desportivo de Nevogilde

Organização: Academia de Ginástica de Lousada



## Corta Mato Local Fase CLDE

### Tâmega - Desporto Escolar

15 JAN

MANHÃ

Complexo Desportivo

Organização: CLDE Tâmega



# EuroHockey

INDOOR U21 CHAMPIONSHIP II  
MASCULINOS

**18 > 19 JANEIRO**  
PAVILHÃO MUNICIPAL  
ENTRADA LIVRE





# Free Running

DESPORTO | 21

14 de janeiro de 2025

Assista à **19h00**  
conversa online  
[fb.com/cmlousada](https://fb.com/cmlousada)

Participação especial

**LUÍS JESUS**



## TENNIS EUROPE WINTER CUPS 29 > 31 JANEIRO '25 GIRLS U16

ENTRADA GRATUITA

**LOUSADA**  
COMPLEXO DESPORTIVO



[WWW.TENNISEUROPE.ORG](http://WWW.TENNISEUROPE.ORG)



# SAUDAVELMENTE

## WORKSHOP PARA PAIS E FILHOS



Vem aprender a cozinhar de forma saudável com Joana Marques

**18 janeiro | 9h00>12h00 | EB Caíde de Rei**

Inscrições em [www.cm-lousada.pt/p/saudavelmente](http://www.cm-lousada.pt/p/saudavelmente)



# CIÊNCIA NO PARQUE

## SENTIDOS EM ALERTA

Os sentidos são os nossos principais instrumentos de investigação. Como é que funcionam as nossas janelinhas para o mundo – os olhos? Porque temos cécegas? Qual a semelhança entre o nosso ouvido e as antenas parabólicas? Qual a função do bolbo olfativo? Como funcionam as papilas gustativas na deteção dos sabores? Estas e outras questões serão alvo de reflexão nesta sessão repleta de sensações e novas experiências.

 11 Janeiro 2025

 09h00

 Escola Básica de Lustosa

 Inscrições em [www.cm-lousada.pt/p/ciencia-no-parque](http://www.cm-lousada.pt/p/ciencia-no-parque)



## PATINAGEM

## JOGOS LÚDICOS

## MEGA ENCONTRO DESPORTIVO

25 Jan  
10H

Complexo Desportivo de Lousada

 Traz o teu passaporte!

# PATINAGEM JOGOS LÚDICOS

# Final do Campeonato de Inverno **BOCCIA SÉNIOR**

**29 janeiro 2024**

Pavilhão Desportivo  
de Meinedo



# PLANTAR LOUSADA

RUMO ÀS 150 MIL ÁRVORES!

11 JANEIRO

9H00

25 JANEIRO

9H00

Inscrições e informações em:

[cm-lousada.pt/p/plantarlousada](https://cm-lousada.pt/p/plantarlousada)



Neste inverno retomamos o projeto Plantar Lousada!

Vamos plantar biodiversidade. Carvalhos, sobreiros, medronheiros, azereiros, azevinhos, pilriteiros e tantas outras espécies fundamentais para assegurar a nossa qualidade de vida e contribuir para incrementar a biodiversidade das terras de Lousada. Junte-se a estas atividades do projeto "Plantar Lousada" e ajude-nos a tornar Lousada mais verde, com mais biodiversidade e melhor qualidade de vida para todos!

**VENHA PLANTAR LOUSADA CONNOSCO!  
VAMOS CHEGAR ÀS 150.000 ARVORES ATÉ 2025**

Mais informações em:  
[cm-lousada.pt/plantarlousada](https://cm-lousada.pt/plantarlousada)  
[facebook.com/cmlousada](https://facebook.com/cmlousada)  
T 255 820 500 (Divisão de Ambiente)

PRESENCIAL

25 JANEIRO · 8H30 > 14h00

Praia do Paredão – Vila Nova de Gaia

## TRANSFORMAR IDEIAS EM AÇÃO

### Como criar um Projeto de Cidadania Ambiental

Contribuir para a conservação da natureza está ao alcance de todos, e cada cidadão pode fazer a diferença na sua comunidade! Venha descobrir quais os desafios e oportunidades de criar o seu projeto de cidadania ambiental! Na edição de janeiro, o BioLousada apresenta o Projeto Agir entre Marés, como uma fonte de inspiração para todos os apaixonados por natureza e estão comprometidos com a missão de promover uma sociedade mais consciente, sustentável e consequente!

#### Inscrições grátis em:

[www.cm-lousada.pt/p/biolousada](http://www.cm-lousada.pt/p/biolousada)

T 255820500 (Divisão de Ambiente)

Inscrições prévias obrigatórias até 22 de janeiro de 2025 ou até limite de vagas disponíveis, 25 vagas (maiores de 6 anos).

PROTEGE  
A Vida  
MARINHA

Mais informações em:  
[www.cm-lousada.pt/p/biolousada](http://www.cm-lousada.pt/p/biolousada)  
[facebook.com/cmlousada](https://facebook.com/cmlousada)

# Tiago Nacarato

## 25 janeiro



*Noites  
Acústicas*  
Lousada  
2025

Bilhetes à venda no Auditório Municipal  
(10h00-13h00), [ticketline.pt](http://ticketline.pt), [worten](http://worten) e [fnac](http://fnac).  
Máx. 4 bilhetes por pessoa  
+info 913 170 070

Espectáculo: 21h30 | Auditório Municipal



**GALA DO**  
**Desporto**

Lousada 2025

**7 FEVEREIRO, 21H00**

**AUDITÓRIO MUNICIPAL DE LOUSADA**