



PASSAPORTE LOUSADA



estudio

Número

Foto

Este passaporte pertence a

Nome

Data de Nascimento

NIF (aluno)

Frequenta o JI/EB1 de

, ____º ano, n.º

Encarregado de Educação

Contacto

Ficha técnica

Propriedade e edição

Município de Lousada

Ilustração

© Mariana Rio
marianario.com

3.ª edição

setembro 2020

Tiragem

2500 exemplares

Reservado todos os direitos.

Esta publicação não
pode reproduzida,
nem transmitida
no todo ou em
partes por qualquer
processo eletrónico,
mecânico, fotocópia
ou outros, sem prévia
autorização escrita
da Câmara Municipal
de Lousada.



município de
lousada



Olá!

Aqui tens um novo Passaporte da Educação para te acompanhar em diferentes atividades promovidas pela Câmara Municipal ao longo deste ano letivo.

Ficarás, assim, com um registo das tuas participações, ao mesmo tempo que, de forma simples e animada, podes praticar e aprender com jogos, oficinas e experiências muito importantes para o teu desenvolvimento.

Este ano podes consultar as atividades do Passaporte através do QRCode aqui disponível ou em "http://www.cm-lousada.pt/p/passaporte_educacao". Se as atividades não se realizarem presencialmente acede ao QRCode ou link e participa!

Comparece com os teus familiares e divirtam-se juntos na fantástica aventura do conhecimento!



O Presidente da Câmara Municipal
Dr. Pedro Machado



**Oferta escolar para os alunos
do concelho de Lousada
– pré-escolar e 1º ciclo**





ESCOLA

Ação Social Escolar



Refeições Escolares

Todos os alunos que frequentam o pré-escolar usufruem, diariamente de uma refeição variada e equilibrada de acordo com as necessidades nutricionais das diferentes faixas etárias. A gestão dos refeitórios é assumida pelo Município e cada refeição tem um custo de 1,46€, com isenção total ou parcial do pagamento de acordo com o escalão de abono ou após análise da situação financeira da família. Existe ainda a possibilidade dos alunos efetuarem uma ementa vegetariana, mediante pedido prévio.





Reforço Alimentar

Diariamente, o Município oferece a todos os alunos do pré-escolar e do 1º CEB um pão com queijo, fiambre, manteiga ou compota, para ser acompanhado pelo leite escolar. Esta oferta pretende criar hábitos e proporcionar uma alimentação mais saudável.

Programa da Fruta Escolar

Semanalmente, são oferecidas aos alunos do pré-escolar e do 1º ciclo duas peças de fruta, criando hábitos saudáveis nos mais novos, em especial no consumo da fruta.



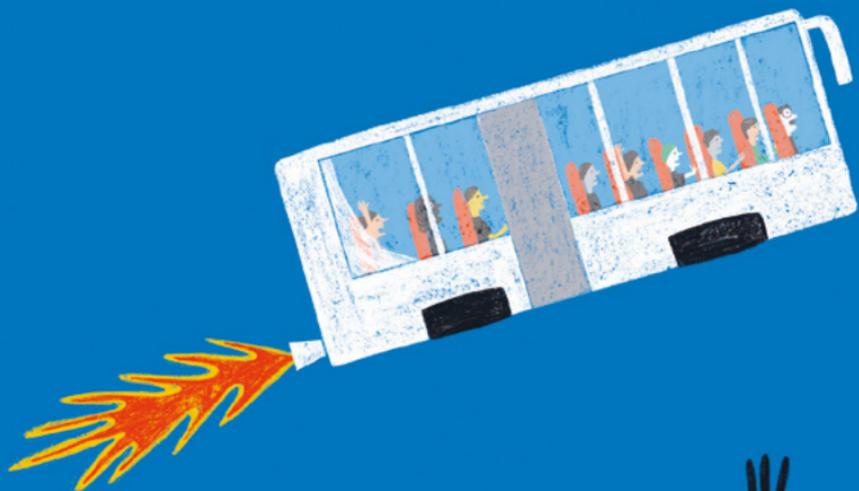


Material Escolar

De acordo com o escalão de abono, 1 e 2, o Município atribui uma verba para a aquisição de material escolar para os alunos do 1º CEB

Fichas de trabalho

O Município comparticipa a aquisição dos livros de fichas aos alunos do 1ºCEB, com escalão de abono de família 1 e 2.



Visitas de Estudo

De acordo com o escalão de abono de família, 1 e 2, o Município atribui uma verba para apoiar as despesas tidas com as visitas de estudo, aos alunos do 1º CEB.

Férias 5 Estrelas

Estas atividades são dinamizadas pelos professores das Atividades de Enriquecimento Curricular, em escolas a definir de acordo com a necessidade dos pais e incluem expressões física, dramática e plástica, culinária, natação, visitas, entre outras. Estas atividades decorrem nos períodos de interrupção letiva, sendo necessária inscrição prévia.

Programa DICAS - Psicologia



Pré-SEA

Com este projeto, pretende-se efetuar um rastreio das aptidões e competências adquiridas, necessárias para os processos de aprendizagem, bem como identificar as possíveis lacunas desenvolvimentais que restrinjam o sucesso educativo. Este rastreio é efetuado em crianças com mais de quatro anos de idade e carece de autorização do Encarregado de Educação.

SEA – Sinalização Encaminhamento e Acompanhamento

O projeto "SEA" baseia-se na sinalização, no encaminhamento e no acompanhamento dos alunos. Assim, existe a possibilidade de se intervir na dimensão escolar e familiar, com avaliação psicológica, orientação da família e corpo docente, encaminhamento, entre outros.



Enriquecimento Curricular

Atividades de Enriquecimento do Prolongamento de Horário

Pré-escolar (Hora do Conto/
Promoção da leitura e Atividade Física
e Desportiva/Natação). Sempre que
solicitado funciona nas interrupções
letivas e durante as férias escolares.

A Hora do Conto consiste em
atividades de animação de leitura, onde
se pretende inculcar nas crianças, desde
cedo, o gosto pelos livros. Dedicado a
crianças que não sabem ler ou a alunos
que começam a desenvolver as suas
competências de leitura e escrita.

A Atividade Física procura
desenvolver nas crianças de tenra
idade a necessidade de praticar
exercício físico, como sendo um
ato natural, com vista a uma vida
saudável. Aos sábados de manhã,
é oferecida uma aula de Natação,
às crianças que frequentam o
prolongamento de horário.





Atividades de Enriquecimento Curricular (1º Ciclo)

As atividades oferecidas são Atividades Lúdico Expressivas, Atividade Física e Desportiva, Xadrez, Música e Natação (alternativa: Técnicas de relaxamento e alongamento em contexto de sala de aula).

A Fruta vai à escola

Um projeto multidisciplinar que tem como objetivo primordial a promoção de hábitos alimentares saudáveis, com principal enfoque no consumo de fruta. As atividades a desenvolver passam pela leitura de uma história, concretização de um jogo e degustação de fruta.



Astronomia vai à Escola

Dadas as suas características multidisciplinares, a Astronomia pode ser vantajosamente usada como unificadora do conhecimento, como pretexto para a iniciação e familiarização com os métodos característicos da investigação e como estímulo à curiosidade e descoberta da ciência e da tecnologia. O objetivo é levar a Astronomia às escolas, através de um planetário móvel.



Concurso Literário "Ler Lousada"

Todos os anos, os alunos de Lousada que concluem os 1º, 2º e 3º ciclos recebem uma obra literária, da autoria de um autor importante, cuja história decorre no nosso concelho. Este ano, pela primeira vez, também os alunos que terminem o Ensino Secundário vão receber uma obra especificamente escrita para eles. A partir dela, ficam convidados a participar no Concurso Literário "Ler Lousada", com bons prémios em livros. É um convite para criarem ou reforçarem os seus hábitos de leitura e de escrita e uma forma de valorizarem a cultura e o património da nossa terra.



Desfile Escolar de Carnaval

O Desfile de Carnaval Escolar percorre as ruas da Vila na sexta-feira que antecede o dia de carnaval.

Todas as escolas do concelho que participem no Desfile de Carnaval Escolar têm direito a um prémio monetário oferecido pela autarquia, em função do número de turmas que aderirem, de forma a ajudar nos custos de transporte, entre outros.



Dia Municipal da Criança

Comemoração do Dia Municipal da Criança com atividades dirigidas às crianças, como insufláveis, mostra de atividades físicas, experimentação de instrumentos musicais, xadrez, cultura Chinesa, pinturas faciais, jogos tradicionais, entre outros. A atividade é organizada pela Divisão da Educação, com os professores das Atividades de Enriquecimento Curricular em parceria com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco. Os alunos do 1.º ciclo são convidados a criarem uma imagem, alusiva ao Ano Municipal, para a camisola que é oferecida no Dia Municipal a todos os participantes.



Escola a Pedalar

Escola a Pedalar é um programa educativo, não formal, que leva o ensino do pedalar a todos os alunos do 4º ano. As atividades são desenvolvidas nas escolas e contam com uma ação adicional aos sábados. Envolvendo áreas como a segurança rodoviária, a mecânica e o ensino do pedalar contribuem para a formação cívica e desportiva das crianças.



Filosofia para crianças

Este projeto tem como objetivo motivar os alunos do 3º ano para a aprendizagem e, ao mesmo tempo, ajudá-los na aquisição de competências verbais, argumentativas e de cidadania democrática.



Gerações de Xadrez

Esta iniciativa visa ensinar e promover o xadrez como uma atividade que desenvolve a concentração e o raciocínio. Decorre aos sábados e destina-se a alunos a partir do 4º ano e respetivos pais ou avós.



“Programa-te”

Esta iniciativa destina-se aos alunos do 2º ciclo e tem como objetivo aprofundar os conhecimentos adquiridos nas sessões de Robótica e Programação. Pretende-se que os mais novos desenvolvam capacidades transversais ao currículo associadas ao pensamento computacional, aprendizagem de princípios básicos de programação de forma a aumentar os níveis de literacia digital dos alunos. Vai decorrer quinzenalmente aos sábados de manhã.

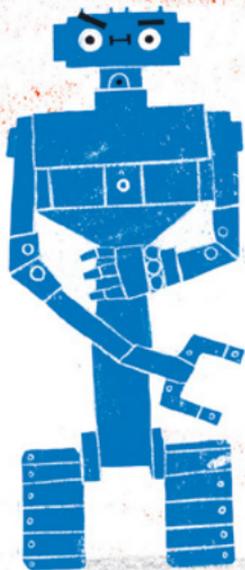


O Pudim - Teatro

Este espetáculo é dirigido a alunos do 1.º Ciclo e pretende aproximar as crianças dos principais conceitos relacionados com hábitos alimentares saudáveis de uma forma lúdica e descontraída. A criação está alinhada com as orientações seguidas pelo Programa Nacional de Promoção da Alimentação Saudável – PNAS – que é também a base para as regras seguidas no contexto da alimentação e educação escolares, ficando mais fácil o acesso aos principais ensinamentos para conseguir viver de forma saudável.

Hospital dos Pequenos

Esta atividade é realizada em parceria com a Associação de Estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto. A principal finalidade é desmitificar a "bata branca" ao proporcionar um contacto com a profissão médica e com o ambiente hospital adaptado ao mundo infantil reduzindo a ansiedade que provoca nas crianças, bem como fazer, precocemente, educação para a saúde.



Iniciação à programação

Esta atividade pretende disponibilizar recursos que permitem acesso direto às novas tecnologias de informação, tendo como finalidade melhorar os métodos de estudo dos alunos, através de oficinas de Iniciação à Programação. Entre outras ações, os alunos desenvolvem pequenos programas que controlam robots.

Lousada Visual Artes

Esta atividade pretende mostrar os trabalhos de Artes Plásticas, sob a forma de exposição, realizados pelos alunos do Ensino Básico e Secundário, dando, desta forma, visibilidade pública e valorizando o trabalho que, nesta área, se faz nos Agrupamentos de Escolas e Estabelecimentos de Educação e Ensino Privado de Lousada.



Na linha do tempo Programa Pedagógico

O programa pedagógico "Na Linha do Tempo" visa aproximar as áreas de atuação do serviço educativo da autarquia dos planos curriculares do Ensino Básico.

As atividades foram delineadas com o objetivo de acompanhar a evolução dos alunos durante uma fase de formação da consciência patrimonial, histórica e cultural.

As linhas gerais da atividade inserem-se no âmbito da defesa e promoção do património e da história do concelho, integrando sempre as realidades locais no plano dos contextos nacionais. Toda a informação acerca de cada uma das ações pode ser encontrada usando o qr code.



Oficinas de Ilustração

Esta atividade mensal, a realizar ao sábado, contempla a criação de oficina de ilustração destinada a alunos do pré-escolar e do 1.º Ciclo, sendo os pais convidados a participar.



Pequenos Deputados, Grandes Ideias

Constituição de uma assembleia com representantes dos alunos do 4.º ano, onde podem discutir os problemas do concelho que mais os preocupam.

Cada escola participa com um aluno do 4.º ano, que é o representante de todos os alunos dessa escola. Esse aluno deve recolher as ideias e preocupações de todos os colegas, com a ajuda do professor titular de turma.





Sessões de Teatro

Durante o ano letivo os alunos são convidados a assistir a sessões de teatro adequadas à idade e ao grau de ensino.



Proteção Civil

A Proteção Civil é a atividade desenvolvida pelo Estado, regiões autónomas e autarquias locais, pelos cidadãos e por todas as entidades públicas e privadas com a finalidade de prevenir riscos coletivos inerentes a situações de acidente grave ou catástrofe, de atenuar os seus efeitos e proteger e socorrer as pessoas e bens em perigo quando aquelas situações ocorram.



Todos somos Proteção Civil

Aprende a proteger-te, e à tua família, em caso de Sismo
Destinado aos alunos do pré-escolar e 1º ciclo, a atividade procura chamar a atenção para o risco sísmico e para a importância de comportamentos simples que se devem adotar em caso de sismo, mas que podem salvar vidas. O exercício tem a duração de apenas um minuto, durante o qual os mais novos são convidados a executar os três gestos que salvam: BAIXAR, PROTEGER o corpo e AGUARDAR o fim do sismo. Esta atividade realiza-se anualmente no mês de Novembro.



Dia da Proteção Civil

No âmbito do "Dia Mundial da Proteção Civil", que se assinala a 1 de março, vai ser promovido um conjunto de atividades, envolvendo os alunos das escolas básicas do concelho nas comemorações deste dia de forma a homenagear todos os agentes da Proteção Civil.

Educação Ambiental



BioEscola

O BioEscola visa a promoção da Educação Ambiental de alunos, professores e auxiliares de ação educativa tanto em contexto escolar, como nos diversos polos de Educação e Interpretação Ambiental que o Município tem ao dispor da comunidade.

Dezenas de atividades originais e integradas para o currículo escolar de várias disciplinas estão disponíveis para solicitações por parte dos professores interessados.



Lousada Charcos

O projeto Lousada Charcos para além de visar a conservação dos charcos e outros meios aquáticos do concelho, pretende educar para a sua importância ecológica. No decorrer dos trabalhos prevê-se o mapeamento, caracterização e criação de uma rede de charcos para a biodiversidade, tarefas que serão abordadas em ações educativas e de intervenção ambiental, direcionadas à comunidade escolar e ao público em geral, promovendo o conhecimento ambiental e o contacto com a natureza.



Plantar Lousada

O projeto Plantar Lousada, que se iniciou em 2017 e conta já com mais de 40.000 árvores plantadas e a colaboração de mais de 4.700 voluntários, incluindo alunos e professores de diversos níveis de ensino. Esta é uma iniciativa da Câmara Municipal de Lousada que visa plantar, até ao final do inverno de 2020, mais 10 000 árvores de espécies autóctones, perfazendo um total de 50.000 árvores plantadas no concelho.





Lousada Guarda Rios

Este projeto pretende envolver as comunidades locais num programa de inspeção e monitorização do estado ecológico dos rios e ribeiras de Lousada, através da adoção de troços de rio ou ribeira e da participação em ações de limpeza e melhoria ambiental, como seja a remoção de plantas invasoras ou infestantes e a plantação de árvores. Os participantes são convidados a formar patrulhas "Guarda RIOS" e vão receber formação sobre ecologia, boas práticas ambientais e voluntariado, tornando-se "embaixadores" do projeto e da boa conduta ambiental

Casa Ninho

O projeto CASA NINHO pretende dar a conhecer as casas das aves, e especialmente as aves das nossas casas! Existem várias espécies de aves selvagens que preferem fazer o ninho junto de nós, nos beirais, chaminés, e até mesmo nos sótãos. Com a participação de todos, o objetivo é saber onde nidificam espécies emblemáticas como a coruja-das-torres, o mocho-galego e as várias andorinhas e andorinhões. O projeto proporciona também atividades para as escolas e público em geral, como a construção e instalação de diferentes tipos de caixas ninho nos espaços públicos de todo o concelho, e nos espaços privados que pretendam aderir a esta causa.



Os teus
carimbos





Ciência no Parque

Destinado a alunos do pré-escolar e 1º ciclo, estes encontros mensais realizam-se nos vários parques de lazer e pretendem motivar os mais novos para as ciências com a realização de diferentes atividades práticas que estimulam a criatividade, o conhecimento e o saber.



Quem conseguir 6 carimbos (presenciais ou virtuais) recebe um Mini Kit de Ciências

Calendário da Atividade



10.10.2020
Centro Escolar
de Lodares



14.11.2020
Centro Escolar
de Lustosa



05.12.2020
Parque de Boim



16.01.2021
Parque de Lazer
Domingos Ferreira,
Meinedo



13.02.2021
Parque da Torre
de Vilar



13.03.2021
Parque de Lazer
de Sousela



10.04.2021
Parque de Lazer
de Casais

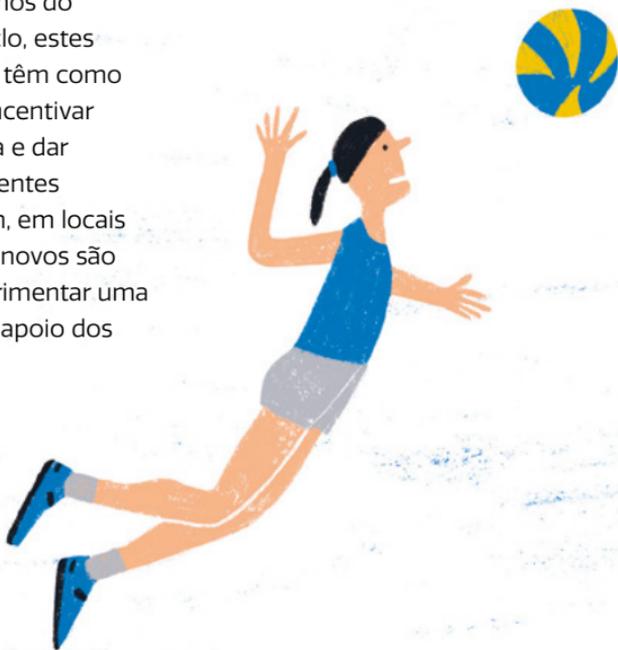


15.05.2021
Parque Urbano
Dr. Mário Fonseca

Mega Encontros

Desportivos

Destinados aos alunos do pré-escolar e 1.º ciclo, estes encontros mensais têm como principal objetivo incentivar a prática desportiva e dar a conhecer as diferentes modalidades. Assim, em locais diferentes, os mais novos são convidados a experimentar uma modalidade com o apoio dos clubes locais.



Quem conseguir 6 ou mais carimbos (presenciais ou virtuais) recebe kit de desporto (saco, toalha e garrafa reutilizável).

Calendário da Atividade



28.11.2020

Pavilhão Polidesportivo e Estádio de Hóquei Lousada - Complexo Desportivo de Lousada

Modalidade

Ténis e Hóquei em Campo



12.12.2020

Pavilhão Municipal Lousada

Modalidade

Patinagem e Basquetebol



30.01.2021

Escola Básica e Secundária Dr. Mário Fonseca

Modalidade

Ginástica



27.02.2021

Pavilhão Polidesportivo Complexo Desportivo de Lousada

Modalidade

Artes Marciais e Ténis de Mesa



20.03.2021

Piscinas Municipais de Lousada

Modalidade

Natação e Polo Aquático



24.04.2021

Pavilhão Polidesportivo e Pista de Atletismo - Complexo Desportivo de Lousada

Modalidade

Voleibol e Atletismo

Competições

Desportivas

Concelhias

Destinadas aos alunos do 1º ciclo, estas competições têm como objetivo estimular uma participação ativa competitiva, organizada em clima de fair-play. O intuito destas competições desportivas é estimular o convívio entre as diferentes escolas.

A competição vai ser desenvolvida pelos professores de Atividade Física e Desportiva em duas fases:

Intra-escola – a desenvolver na própria escola, com o intuito de selecionar os representantes para a fase seguinte;

Inter-escolar – a desenvolver no Complexo Desportivo, cujo objetivo é apurar os campeões Concelhios.



**Oferta de Troféus aos
melhores classificados**

Calendário da Atividade



31.10.2020

Tarde

Estádio Municipal
do Complexo
Desportivo

**Minitorneio
de Futebol Infantil**



09.01.2021

Tarde

Junto às Piscinas
Municipais

**São Silvestre
da Pequeneda**



20.03.2021

Tarde

Pavilhão Municipal

**Festa do Rope
Skipping**



08.05.2021

Manhã

Estádio Municipal
do Complexo
Desportivo

**Torneio Concelhio
de Gira-Volei**



Competências Físicas para o 1.º Ciclo

No âmbito do programa das Atividades de Enriquecimento Curricular, mais concretamente na Atividade Física e Desportiva, pretende-se que os alunos, no final dos 4 anos do 1.º ciclo, consigam:





Saltar à corda



Nadar



Andar de bicicleta

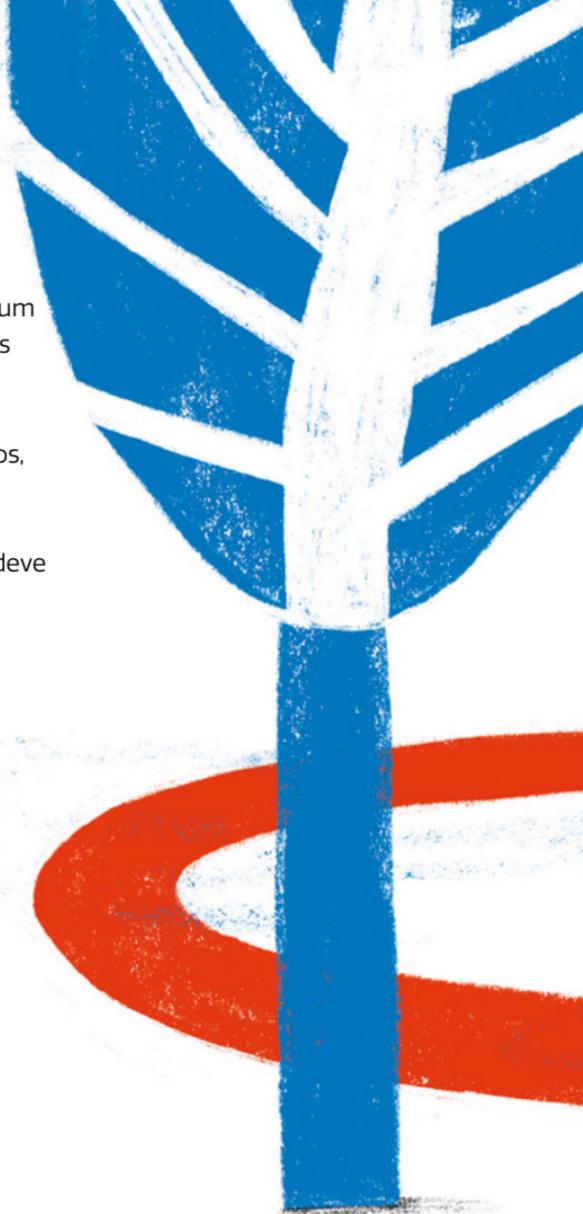


Jogar Xadrez



Voluntariado Ambiental

É possível fazer voluntariado num dos muitos projetos ambientais em curso em Lousada, como o Plantar Lousada, o Lousada Charcos, o Lousada Guarda-Rios, e outros! Sempre que alguém disponibilize o seu tempo para ajudar em causas ambientais, deve solicitar aos responsáveis para carimbarem o teu passaporte, usando estes espaços.





Encontros de Pais

Este projeto é para todos aqueles que desejam adquirir conhecimentos específicos e estratégias para ajudarem as suas crianças e jovens a crescer de forma equilibrada e feliz. Pais informados, mais confiantes e descontraídos são meio caminho percorrido para a felicidade mútua. Vai realizar-se uma sessão trimestral (em horários pós laboral e em datas a definir) com a intervenção de especialistas em diversas áreas de interesse na educação das crianças e jovens, nas quais se pretende a participação ativa, discussão de temas, reflexão e dinâmicas que partem, muitas vezes, da experiência dos pais.



Calendário da Atividade



1º Período



2º Período

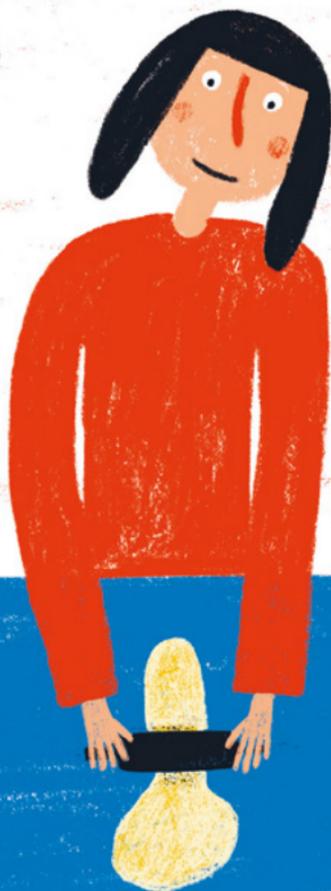


3º Período



Saudavelmente Workshops para pais e filhos

Ao longo do ano letivo, vão realizar-se workshops direcionados a pais e filhos, cuja abordagem vai incidir na confeção de refeições saudáveis, desde pequenos-almoços, refeições principais, lanches e sobremesas. Pretende-se promover hábitos mais saudáveis entre os participantes, para os capacitar e incentivar a organizar refeições mais saudáveis no seu dia-a-dia.





Rota do Românico

Em terras dos vales do Sousa, do Douro e do Tâmega ergue-se um importante património de origem românica. Pilar de uma identidade cultural e territorial, este legado deve ser entendido, vivenciado e valorizado pela sua comunidade e visitantes. Sensibilizar os cidadãos para a temática do património histórico, arquitetónico, imaterial e paisagístico, despertando-os para a importância da preservação dos seus recursos, constitui um relevante elemento de integração, educação e formação das populações.

Quem conseguir os dois carimbos recebe como prémio uma visita ao CIR para a família (4px), com marcação prévia, e um guia juvenil.



Calendário da Atividade



18/04/2021
Manhã
Torre de Vilar

Atividade 1
Jogo das siglas



Durante o Ano letivo
Centro de Interpretação do Românico

Atividade 2
Mestres da História

No exterior do CIR, observa os diferentes vitrais que representam a função desempenhada pelos mestres da História na construção de um monumento. Encontra o vitral que corresponde à imagem e completa-o.



Oferta desportiva
Escalões
de Formação





Escalões de Formação

A prática regular do desporto, em particular pelas crianças e jovens, proporciona uma elevado número de benefícios no desenvolvimento físico, psicológico e social dos seus praticantes.

O Município de Lousada assume o pagamento dos exames médicos e dos seguros desportivos a todos os praticantes.



Artes Marciais

Gung Fu – Dojo Marcial

Associação de Artes Marciais e Desportos de Combate do Vale do Sousa
Hélder Moreira – 936 609 938
dojomarcial.hm@gmail.com
Avenida da Boavista (Caíde de Rei)
e Complexo Desportivo de Lousada

Kentu Juku

Associação Karaté – Kentu Juku Portugal
Paulo Perdigão – 967 719 188
ktojuku@hotmail.com
Rua Joaquim Burmester – Cristelos



Atletismo

Associação Desportiva de Lustosa

Rui Teixeira – 911054246
adlustosa1402@hotmail.com
Sede da AD Lustosa e Complexo Desportivo de Lousada

Basquetebol

LAC – Basquetebol

José Ferreira – 917 050 408
lacbaskdir@hotmail.com
Pavilhão Municipal de Lousada e Pavilhão Polidesportivo do Complexo Desportivo de Lousada



BTT

Clube Cicloturismo Lousada BTT

Luís Miguel Marques - 963 297 211 |

lousadabtt@gmail.com

Campo da Feira

Associação Desportiva e Cultural de Figueiras

Joaquim Cardoso - 916 299 909

adcf2015@gmail.com

Sede ADC Figueiras

Equitação

Centro Hípico do Vale do Sousa

Alexandra Carneiro - 965 540 856

lusoquestre@gmail.com

Centro Hípico do Vale do Sousa - Covas

Futebol

AD Lousada – Associação Desportiva de Lousada

Toni Pacheco – 964 014 945
futebol.formacao@adlousada.pt
Campos Multifuncionais do Complexo Desportivo de Lousada

Aparecida Futebol Clube

Pedro Sousa – 917 191 015
aparecidafutebolclube.official@gmail.com
Campo de futebol do Aparecida FC

Associação Desportiva de Lustosa

Rui Teixeira – 911 054 246
adlustosa1402@hotmail.com
Campo de futebol da AD Lustosa

Associação Desportiva e Cultural de Lodaes

Francisco Freire – 918 860 112
Joel Marques – 914 116 853
adclodaes78@gmail.com
Campo de futebol da ADC Lodaes

Associação Desportiva e Recreativa de Aveleda

João Paulo – 938 094 976
adraveleda@gmail.com
Campo de futebol da ADR Aveleda

Associação Recreativa e Desportiva de Macieira

Nuno Magalhães – 914 319 359
ardmacieira@sapo.pt
Campo de futebol da ARD Macieira

Associação de Solidariedade Social de Nevogilde

Luís Morais – 915 615 944
assnevogilde@hotmail.com
Campo de futebol da ASS Nevogilde

Caíde de Rei Sport Club

António Matias – 910 579 579
antoniomatias14@hotmail.com
Campo de futebol do Caíde de Rei SC

Coletividade Recreativa e de Ação Cultural de Sousela

Carlos Magalhães – 913 849 924
cracscoletividade@gmail.com
Campo de futebol da CRACS

Futebol Clube de Nespereira

Sérgio Silva – 918 661 386
f.c.nespereira1@gmail.com
Campo de futebol do FC Nespereira

Futebol Clube Romariz

Agostinho Cunha – 966 844 348
Luís Moreira (Coordenador) – 936 439 060
romarizfutebol1978@gmail.com
Campo de futebol do FC Romariz

União Cultural e Recreativa de Boim

Eurico Babo – 912 388695
ucrboim1978@gmail.com
Campo de futebol da UCR Boim

União Desportiva de Lagoas

Rogério Morais – 933 311 659 / 255 072 219
u.d.lagoas@hotmail.com
Campo de futebol da UD Lagoas



Futsal

Centro Cultural e Desportivo da Ordem

Jorge Furtado - 918 727 310

ccdordem@sapo.pt

Pavilhão do CCD Ordem

JDM - Associação Desportiva de Futsal de Meinedo

José Ganso - 917 609 412

jdm_futsal@sapo.pt

Pavilhão Gimnodesportivo de Meinedo



Ginástica

Academia de Ginástica de Lousada

Paula Oliveira – 962 484 539
Norberto Ribeiro – 914 368 906
academiaginasticalousada@gmail.com
Pavilhão EBS Dr. Mário Fonseca (Nogueira)

Hóquei em Campo Hóquei de Sala

Associação de Hóquei de Lousada

Vitor Valinhas – 962 541 865
adlhoquei@sapo.pt
Estádio de Hóquei do Complexo Desportivo
de Lousada e Pavilhão Municipal de Lousada

Hóquei em Patins

Centro Cultural e Desportivo da Ordem

Jorge Furtado – 918 727 310
ccdordem@sapo.pt
Pavilhão do CCD Ordem



Natação Pura

Lousada Século XXI

Pedro Mota – 255 813 396 / 939 959 195
lsdxxi.secretaria@gmail.com
Piscinas Municipais de Lousada

Patinagem Artística

Associação de Patinagem Artística de Lousada

Maria José Magalhães – 967 641 017
apalou@sapo.pt
Pavilhão Municipal de Lousada

Pesca Desportiva

Associação Cultural, Recreativa e Desportiva “Aqui d’el Rei”

Sérgio Santos – 934 323 732
acrdaquidelrei@gmail.com
Praça da Estação – Caíde de Rei



Pólo Aquático

Lousada Século XXI

Pedro Mota - 255 813 396 / 939 959 195
lsdxxi.secretaria@gmail.com
Piscinas Municipais de Lousada

Ténis

Lousada Ténis Atlântico

Secretaria - 913 581 982
lousada.ta@gmail.com
www.tenislousada.com
Campos de Ténis e Pavilhão Polidesportivo
do Complexo Desportivo de Lousada

Ténis de Mesa

Clube de Ténis de Mesa de Lousada

Rui Queirós - 914 691 052
ctmmlousada@gmail.com
Pavilhão Polidesportivo do Complexo
Desportivo de Lousada

Voleibol

Lousada Voleibol Clube

Marco Jorge - 918 357 154
macj07@gmail.com
Pavilhão Polidesportivo do Complexo
Desportivo de Lousada

Desporto Adaptado



Natação **Adaptada**

Lousada Século XXI

Pedro Mota - 255 813 396 / 939 959 195

lsdxxi.secretaria@gmail.com

Piscinas Municipais de Lousada

Atletismo, Boccia, Dança, Futsal, Ténis de Mesa, Basquetebol em Cadeira de Rodas e Natação

Cooperativa Lousavidas, CRL

Fátima Esteves - 936 411 732 / 914 825 042

lousavidas@gmail.com

Complexo Desportivo de Lousada



Dança

Associações
legalmente
constituídas

Associação School Dance Artes & Talentos

José António – 919 800 402
Isabel Meireles – 912 068 687
schooldance.lousada@gmail.com
Pavilhão Municipal de Lousada

Associação Solidariedade Social de Nespereira – Mitos Urbanos

Pedro Magalhães – 969069967
Joana Magalhães – 916472993
joana_desp@hotmail.com
Rua António Ferreira, nº. 101 – Nespereira

Cool Dance – “SilvaresVIVA”

Associação Juvenil de Silvares
Luciana Campos – 919 953 606 |
lucianacampos157@hotmail.com
Edifício Edinor

Gacer – Grupo Associativo Cultura Estudos Recreativos Sousela

Agostinho Martins – 914 024 343
grupogacer@gmail.com
Estrada Sta. Maria de Sousela, nº. 1391
– Sousela

084 Finest Associação Recreativa de Nogueira

Ana Pacheco – 914 540 056
arn.nogueira.1984@mail.com
084finest@gmail.com
Rua do Souto, Nogueira







Município de Lousada

Praça Dr. Francisco Sá Carneiro

4620-695 Lousada

Telef 255 820 500 | **Fax** 255 820 550

educacao@cm-lousada.pt

cm-lousada@cm-lousada.pt

