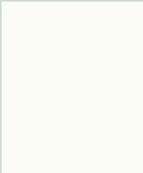


PASSAPORTE





Este passaporte
pertence a:

Nome:

Data de Nascimento:

NIF (aluno):

EB1 de

, ^o ano, n^o

Encarregado de Educação:

Contacto:

Reservado todos os direitos.

Esta publicação não pode ser 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.

Ficha técnica:

Propriedade e edição:

Município de Lousada

Ilustração: Cristina Valadas

Design: Carolina Valadas

4.ª edição: setembro 2021

Tiragem: 2900 exemplares

Olá!

Mais uma vez, ao longo do ano letivo, a Câmara Municipal promove um conjunto de atividades, que, de forma lúdica e divertida, te ajudam a crescer e a aprender.

Podes participar gratuitamente com os teus amigos e familiares em jogos, oficinas e experiências, dentro e fora do recinto escolar, embora, devido à pandemia, algumas atividades já estejam pensadas para, em caso de necessidade, serem adaptadas “on line”.

Neste Passaporte da Educação, que é também um guia das propostas que pensamos para ti, podes registar as tuas presenças para mais tarde recordares!

Aprende e diverte-te!

O Presidente da Câmara Municipal

Dr. Pedro Machado

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







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, sendo os manuais escolares oferecidos pelo Ministério da Educação.



Visitas de Estudo

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

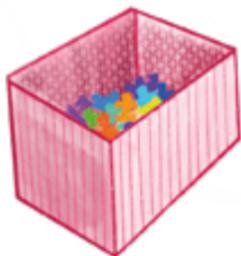


Férias 5 Estrelas

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, nomeadamente do Natal e da Páscoa, sendo necessária inscrição prévia.

Programa DICAS

Psicologia



Pré-SEA

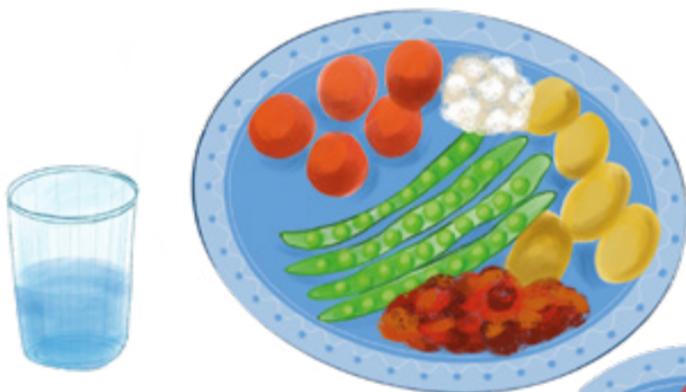
Com este projeto, pretende-se efetuar um rastreio das aptidões e competências adquiridas, necessárias para os processos de aprendizagem, bem como identificar as possíveis lacunas desenvolvimentais que restrinjam o sucesso educativo.

Este rastreio é efetuado em crianças com mais de quatro anos de idade e carecem 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.

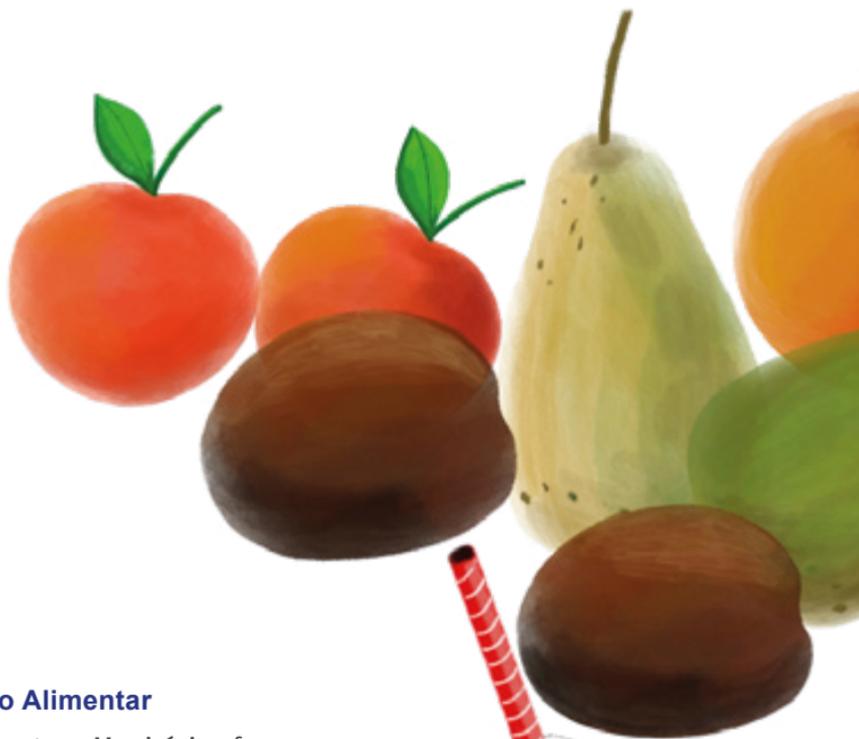
Ação Social Escolar



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.



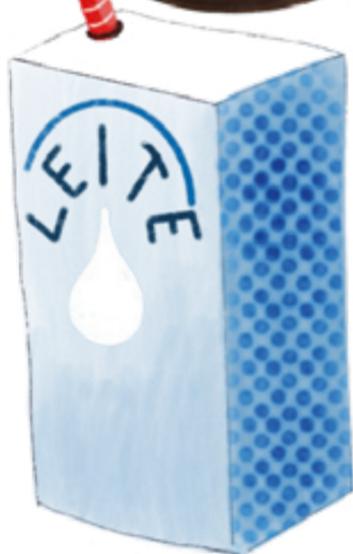


Reforço Alimentar

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.





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.

Enriquecimento Curricular



Pré Escolar

(Literacia Emergente e Atividade Física)

A Literacia Emergente visa a promoção de competências facilitadoras da aprendizagem da leitura e da escrita. Esta atividade vai ser desenvolvida em coordenação com a a educadora, dentro da sala de aula, com apoio de técnicos especializados.

Em regime de coadjuvação, todas as crianças que frequentam o pré-escolar vão usufruir da atividade física, com o objetivo de desenvolver a motricidade grossa, estimulando o seu desenvolvimento cognitivo e psicomotor.



Prolongamento de horário

*(Hora do Conto
e Atividade Física e Desportiva/
Natação)*

A Hora do Conto consiste em atividades de animação de leitura. 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 a necessidade de praticar exercício físico, com vista a uma vida saudável. Aos sábados de manhã, é complementada com uma aula de Natação.

Enriquecimento Curricular



1º Ciclo

As atividades oferecidas são Atividades Lúdico Expressivas, Competências Digitais, Atividade Física e Desportiva/Natação, Xadrez e Música.

Atividades

Lúdico-Expressivas

As Atividades Lúdico Expressivas desenvolvem a criatividade através das Expressões Plástica e Dramática na forma brincada. São essenciais para o desenvolvimento social, emocional e cognitivo das crianças.



Competências Digitais

A atividade pretende dar oportunidade aos alunos do 4º ano para o desenvolvimento de competências digitais básicas promovendo a cidadania digital ativa, crítica e responsável.





Atividade Física e Desportiva

As atividades Físicas e Desportivas desempenham um papel fundamental na integração e crescimento físico, mental e emocional das crianças, funcionando também como controlo da ansiedade.

Cabe ao professor orientá-las acompanhando as competências, objetivos e finalidade de cada modalidade abordada ao longo da vida escolar.



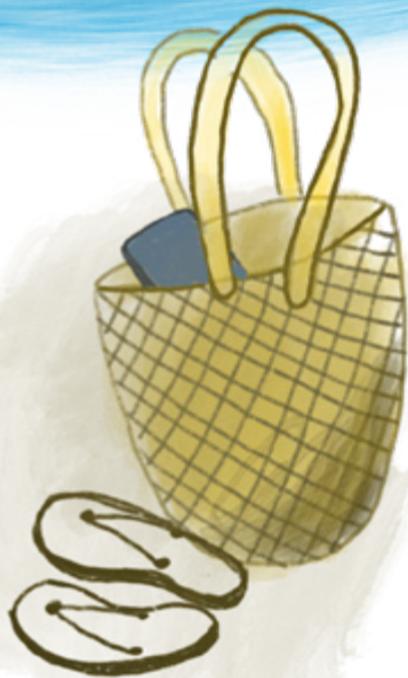


Natação / Técnicas de Relaxamento

A prática da natação pretende que os mais novos se adaptem ao meio aquático.

Enquanto se mantiverem as restrições impostas pela pandemia esta atividade é substituída pelas técnicas de relaxamento.

A prática de técnicas de relaxamento em ambiente escolar promove o relaxamento, o bem-estar e a saúde em geral.





Xadrez

A prática do Xadrez promove a melhoria das capacidades de cálculo mental, de concentração, de autocontrolo e de gestão da ansiedade, todas elas essenciais para o alcance de melhores resultados escolares por parte dos alunos.





Música

A Música desenvolve o raciocínio, a criatividade, a autonomia, a concentração e exercita a consciência rítmica e estética, pelo que deve fazer parte do processo de ensino /aprendizagem.

Cria um campo propício para a imaginação e favorece a socialização dos indivíduos.

Músicoterapia

Destinada a alunos com medidas de suporte aprendizagem e inclusão, a Músicoterapia pretende estimular o movimento cognitivo através de técnicas musicais.



Astronomia vai à Escola

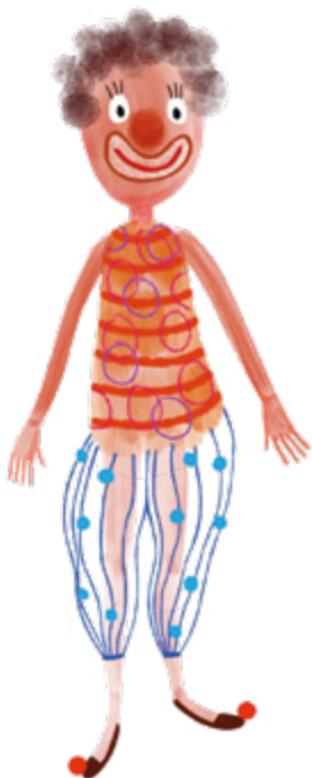
Dadas as suas características multidisciplinares, a Astronomia é o pretexto para a iniciação e familiarização com os métodos característicos da investigação e como estímulo à curiosidade. O objetivo é levar a Astronomia às escolas, através de um planetário móvel.

Concurso Literário “Ler Lousada”

Todos os anos, os alunos de Lousada que concluem os 1^o, 2^o e 3^o ciclos recebem uma obra literária, da autoria de um autor importante, cuja história decorre no nosso concelho.

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.

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 4^o ano.

As atividades são desenvolvidas nas escolas e contam com uma ação adicional aos sábados (Duas rodas em Ação)

Envolvendo áreas como a segurança rodoviária, a mecânica e o ensino do pedalar contribuem para a formação cívica e desportiva das crianças.



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.

“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 do 1º Ciclo. Pretende-se que os alunos 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.



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.



Hospital dos Pequeninós

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.



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.



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 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 em <https://www.cm-lousada.pt/pnalinhadotempo>

Histórias da Ajudaris

A Ajudaris, associação particular de carácter social desenvolve projetos de intervenção social que visam apoiar crianças e famílias carenciadas sinalizadas na sua maioria por escolas. Um dos projetos é o envolvimento por parte das escolas através dos seus alunos de todos os ciclos de ensino e professores, na criação de uma história mágica e solidária.



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.

Projeto “Quando for grande quero mudar o mundo”

*com o apoio IRIS
(Incubadora Regional
de Inovação Social)*

Projeto de promoção da inovação social, destinado aos alunos do 4.º ano do 1.º ciclo do ensino básico. Este projeto pode ser desenvolvido em contexto de sala de aula, com o apoio dos professores titulares ou no formato “TPC” – Trabalho para Casa, uma vez que as crianças podem completar as atividades de forma autónoma.



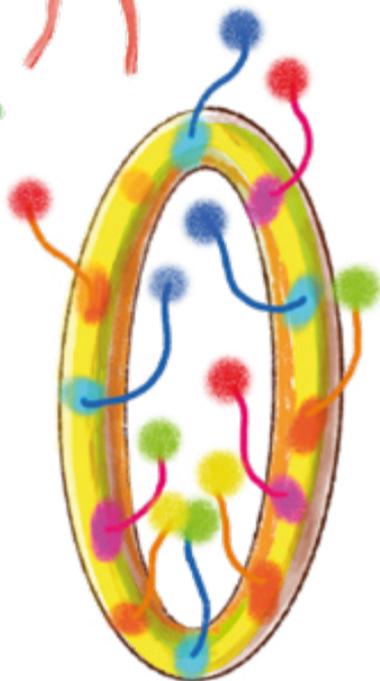
Pequenos Deputados, Grandes Ideias

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.

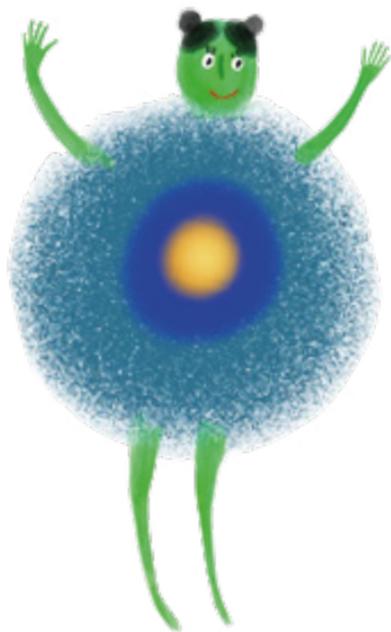
Projeto Lousada Educa +

O Município de Lousada, através do Pelouro da Educação, instituiu os Prémios de Mérito “Lousada Educa +” para apoiar projetos escolares no sentido de promover uma cultura de excelência educativa, valorizando o saber, a investigação, divulgação, solidariedade e participação cívica, enquanto elementos importantes no desenvolvimento pessoal e comunitário.



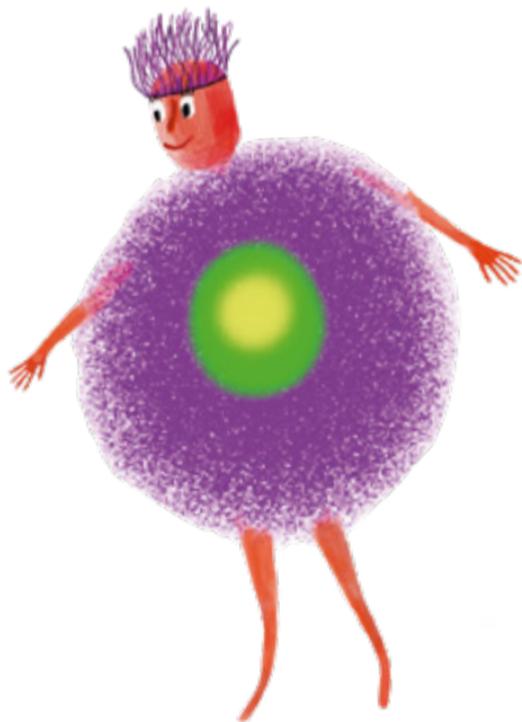
Lousada Visual Artes

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.



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. 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



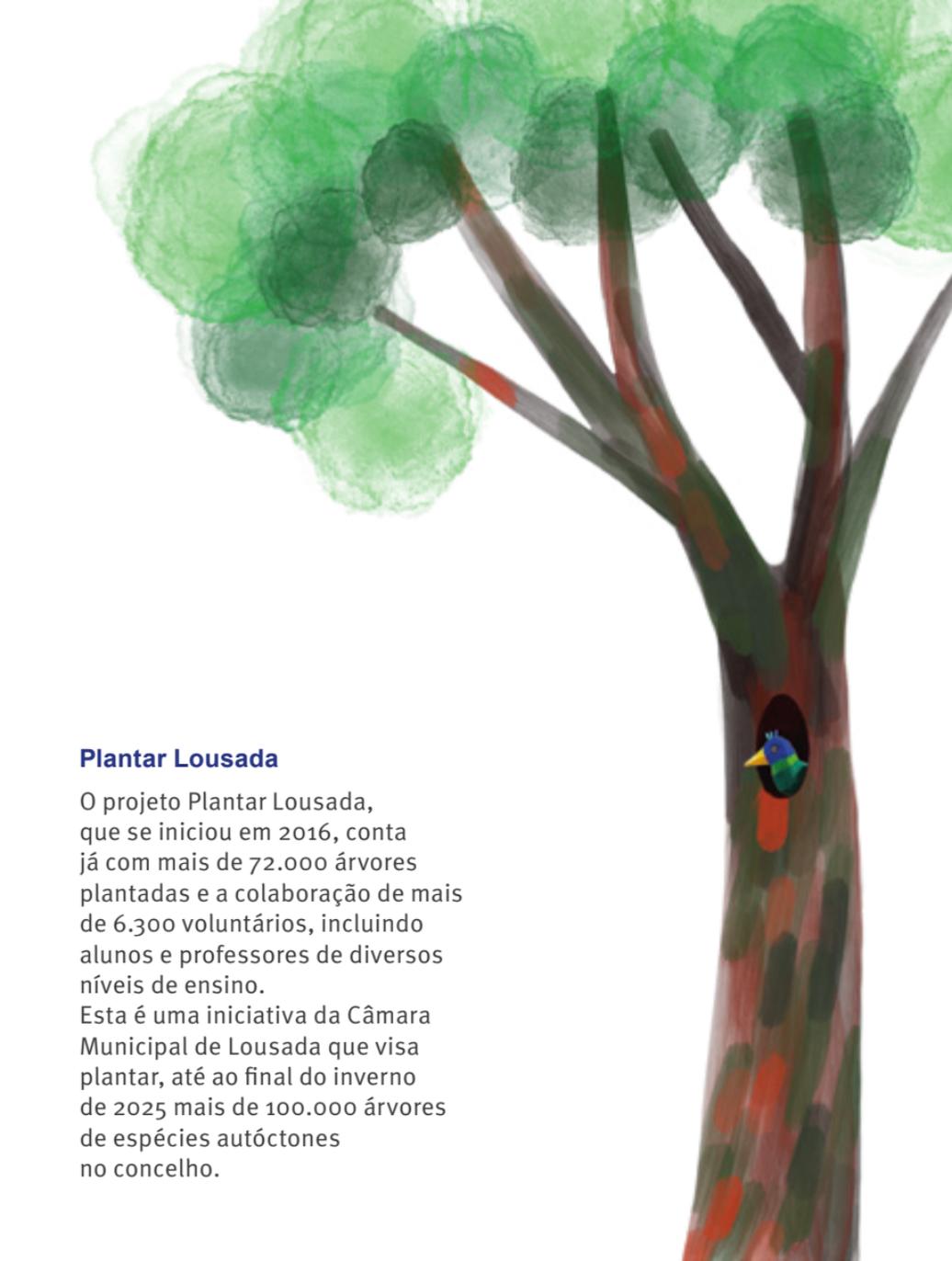
BioEscola

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 2016, conta já com mais de 72.000 árvores plantadas e a colaboração de mais de 6.300 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 2025 mais de 100.000 árvores de espécies autóctones 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!

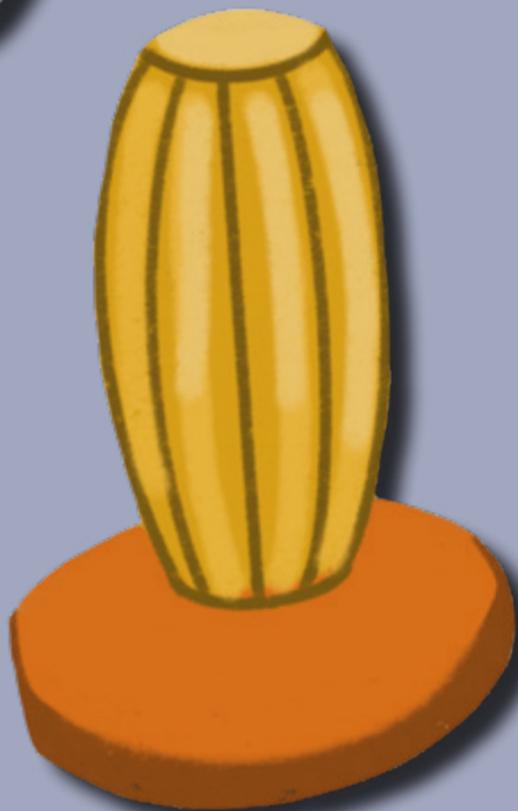
Existem várias espécies de aves selvagens que preferem fazer o ninho junto de nós, nos beirais, chaminés, e até mesmo nos sótãos.

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:



09/10/2021

Centro
Escolar de
Lodares



13/11/2021

Centro
Escolar
de Lustosa



11/12/2021

Parque
de Boim



15/01/2022

Parque de Lazer
Domingos
Ferreira,
Meinedo



12/03/2022

Parque da Torre
de Vilar



12/03/2022

Parque
de Lazer
de Sousela



09/04/2022

Parque
de Lazer
de Casais



14/05/2022

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 relógio desportivo com podómetro



Calendário da Atividade



20/11/2021

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

Tênis e Hóquei
em Campo



18/12/2021

**Pavilhão Municipal
Lousada**

Patinagem
e Basquetebol



29/01/2022

**Escola Básica
e Secundária
Dr. Mário Fonseca**

Ginástica



26/02/2022

**Pavilhão Polidesportivo
Complexo Desportivo
de Lousada**

Artes Marciais
e Tênis de Mesa



19/03/2022

**Piscinas Municipais
de Lousada**

Natação
e Polo Aquático



30/04/2022

**Pavilhão Polidesportivo
e Pista de Atletismo -
Complexo Desportivo
de Lousada**

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



08/01/2022
(tarde)

Junto às Piscinas Municipais

São Silvestre da Pequenada



09/04/2022
(tarde)

Estádio Municipal do Complexo

Festa do Rope Skipping



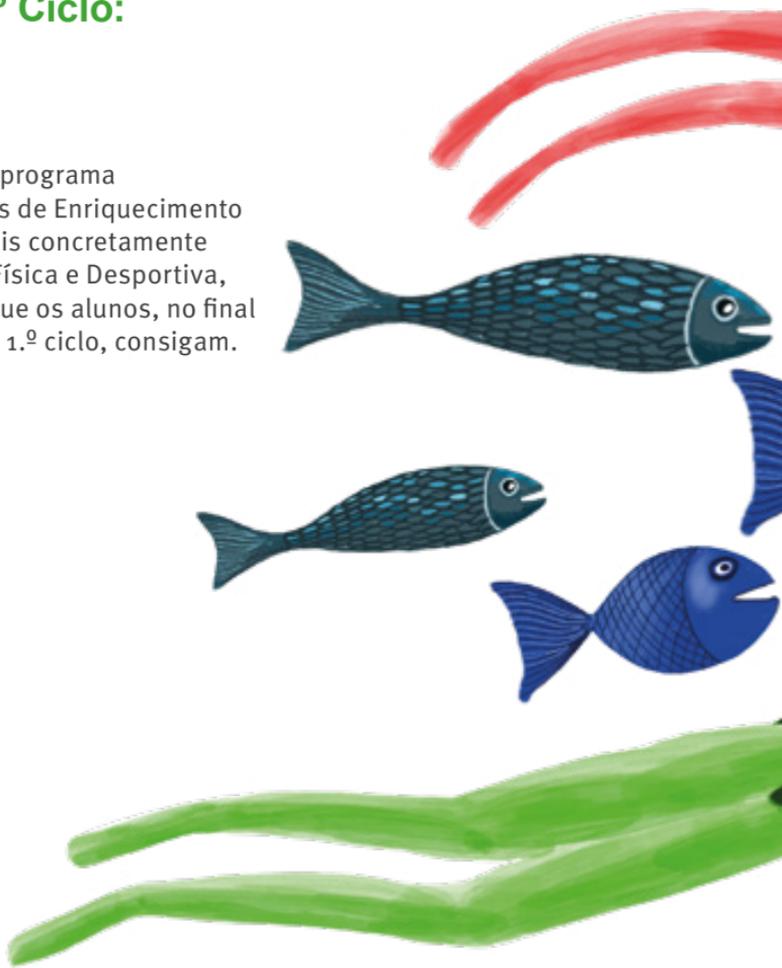
14/05/2021
(manhã)

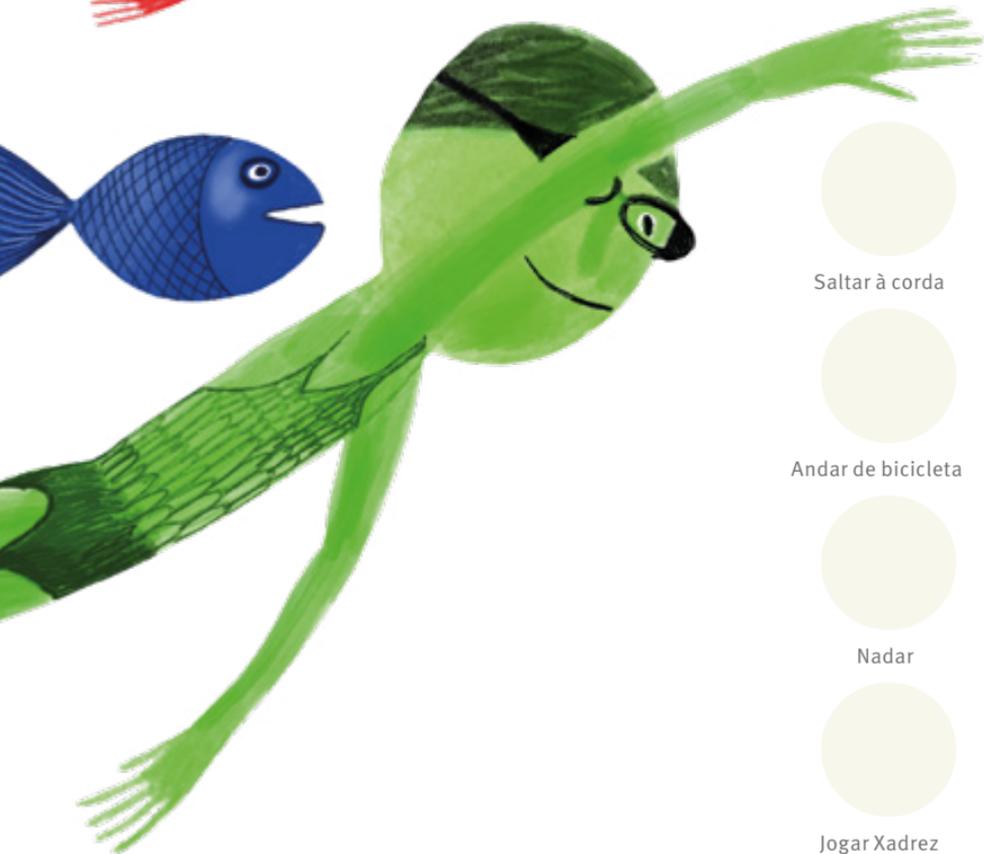
Estádio Municipal do Complexo Desportivo

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



Andar de bicicleta



Nadar

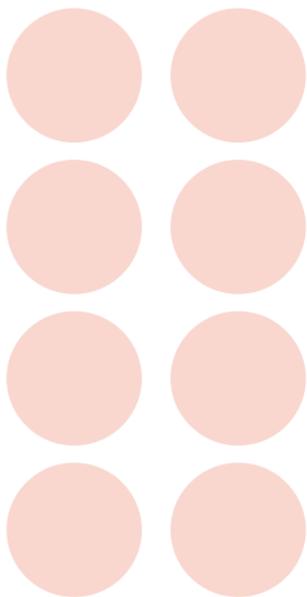


Jogar Xadrez

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.





BioLousada

O BioLousada é um programa de educação ambiental que pretende dar a conhecer os valores naturais do concelho de Lousada. Das aves aos astros, do solo às grandes árvores, cada atividade é uma descoberta! Sempre que participares em atividades BioLousada, solicita aos responsáveis o carimbo neste passaporte!



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

17/04/2022
(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.
(inserir a imagem)



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.



Basquetebol

LAC - Basquetebol

José Ferreira - 917 050 408
lacbaskdir@hotmail.com
Pavilhão Municipal de Lousada
e Pavilhão da EB 2/3 de Lousada

Equitação

Centro Hípico do Vale do Sousa

Alexandra Carneiro - 965 540 856
lusoequestre@gmail.com
Centro Hípico do Vale
do Sousa - Covas

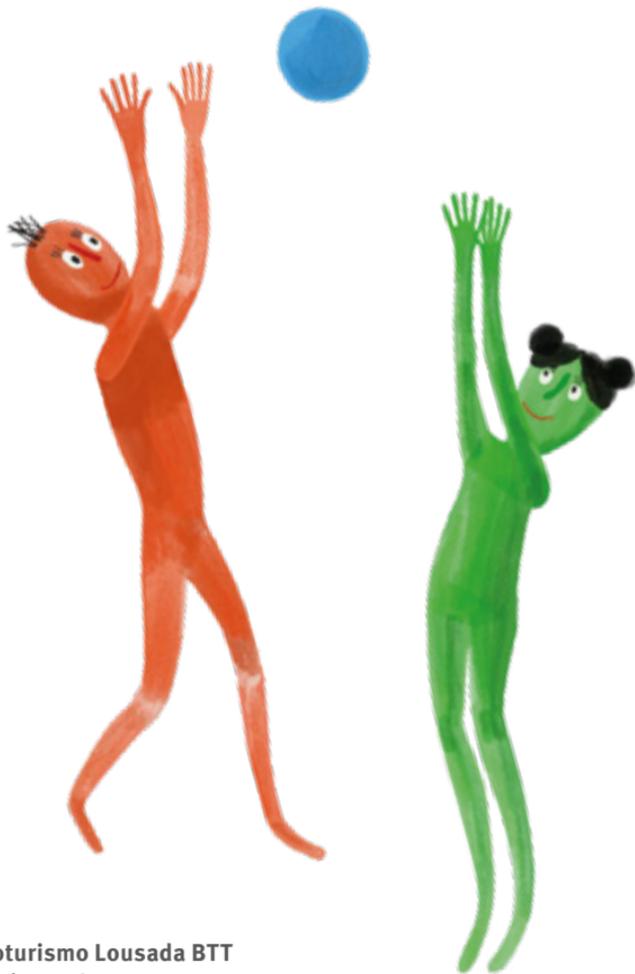
Artes Marciais

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

Karaté - Kentu Juku

Paulo Perdigão - 967 719 188
ktojuku@hotmail.com
Rua Joaquim Burmester - Cristelos



BTT

Clube Cicloturismo Lousada BTT

Gaspar Pinheiro - 938921177

lousadabtt@gmail.com

Campo da Feira

Associação Desportiva e Cultural de Figueiras

Joaquim Cardoso - 916 299 909

adcf2015@gmail.com

Sede ADC Figueiras

Atletismo

Associação Desportiva de Lustosa

Rui Teixeira 912018080

adlustosa1402@hotmail.com

Sede da AD Lustosa

e Pista de Atletismo no Complexo
Desportivo de Lousada

Futebol

AD Lousada — Associação Desportiva de Lousada

Eduardo Duarte - 916879402
geral@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 – 912018080
adlustosa1402@hotmail.com
Campo de futebol da AD Lustosa

Associação Desportiva e Cultural de Lodares

Francisco Freire – 918 860 112
e Joel Marques-914 116 853
adclodares78@gmail.com
Campo de futebol da ADC Lodares

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

Fernando Madureira - 916117283
caidereisc@gmail.com
Campo de futebol do Caide 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

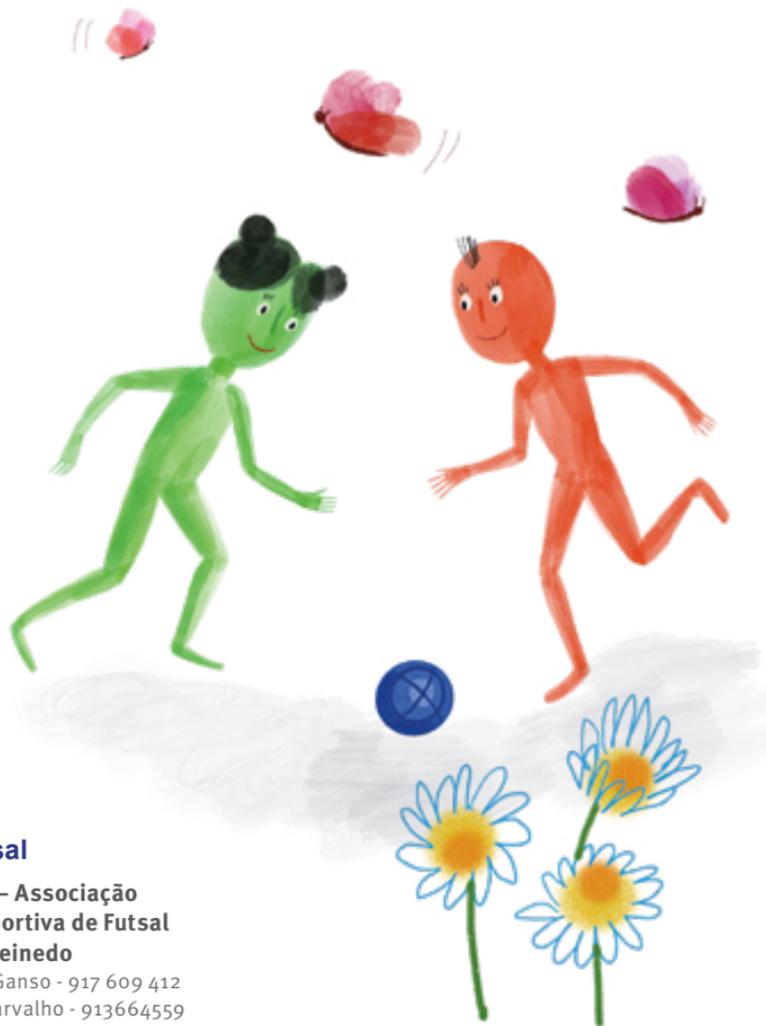
Agostinho Cunha - 966 844 348
Luís Moreira (Coordenador) – 936 439 060
romarizfutebol1978@gmail.com
Campo de futebol do FC Romariz

União Cultural e Recreativa de Boim

António Babo - 917936533
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

JDM – Associação Desportiva de Futsal de Meinedo

José Ganso - 917 609 412

Rui carvalho - 913664559

jdm_futsal@sapo.pt

Pavilhão Gimnodesportivo de Meinedo

ADRC - Vale Mesio - Ass. Desp. Recreativa e Cultural do Vale Mesio

Paulo Garcês - 967 091 107

valesesio83@gmail.com

Pavilhão de Casais

Centro Cultural e Desportivo da Ordem

Jorge Furtado - 918 727 310

ccdordem@sapo.pt

Pavilhão do CCD Ordem

Hóquei em campo/ Hóquei de sala

Associação de Hóquei de Lousada

José Oliveira - 968041812
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

Patinagem Artística

Associação de Patinagem Artística de Lousada

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

Tênis

Lousada Tênis Atlântico

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

Tênis de Mesa

Clube de Tênis de Mesa de Lousada

Rui Queirós - 914 691 052
ctmlousada@gmail.com
Pavilhão de Tênis de Mesa do Complexo
Desportivo de Lousada

Voleibol

Lousada Voleibol Clube

Domingos Gomes - 919000209
lousada.voleibol.clube@gmail.com
Pavilhão Polidesportivo do Complexo
Desportivo de Lousada e Pavilhão da
EB 2/3 de Lousada

Pesca Desportiva

Associação Cultural, Recreativa e Desportiva “Aqui d’él 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

Natação Pura

Lousada Século XXI

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

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)



Desporto Adaptado



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, n.º. 101 - Nespereira

Cool Dance - “SilvaresVIVA” Associação Juvenil de Silvares

Luciana Campos - 919 953 606
lucianacampos157@hotmail.com
Edifício Edinor

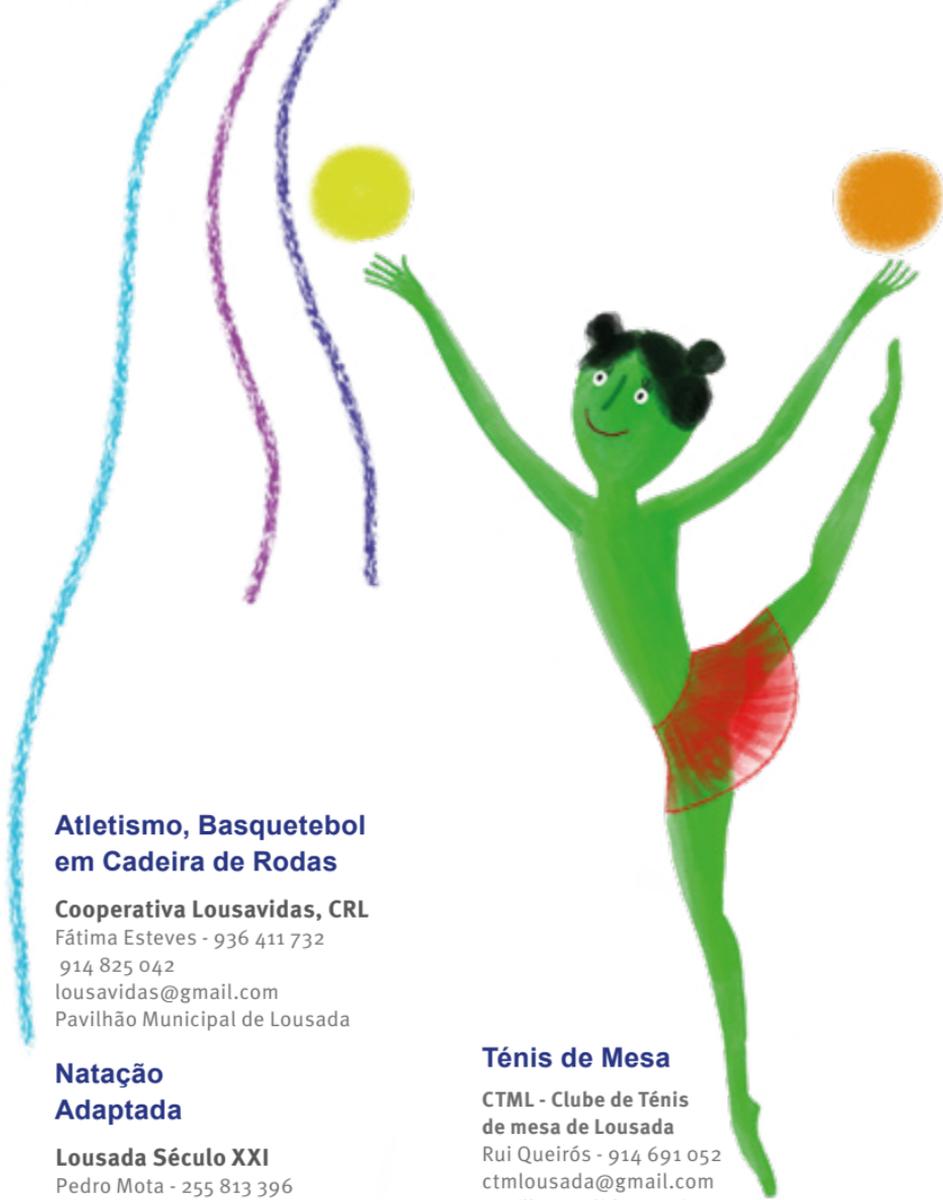
Gacer - Grupo Associativo Cultura Estudos

Recreativos Sousela

Agostinho Martins - 914 024 343
grupogacer@gmail.com
Estrada Sta. Maria de Sousela,
n.º. 1391 – Sousela

o84 Finest Associação Recreativa de Nogueira

Ana Pacheco – 914 540 056
arn.nogueira.1984mail.com
o84finest@gmail.com
Rua do Souto, Nogueira



Atletismo, Basquetebol em Cadeira de Rodas

Cooperativa Lousavidas, CRL

Fátima Esteves - 936 411 732

914 825 042

lousavidas@gmail.com

Pavilhão Municipal de Lousada

Natação Adaptada

Lousada Século XXI

Pedro Mota - 255 813 396

939 959 195

lsdxxi.secretaria@gmail.com

Piscinas Municipais de Lousada

Ténis de Mesa

CTML - Clube de Ténis de mesa de Lousada

Rui Queirós - 914 691 052

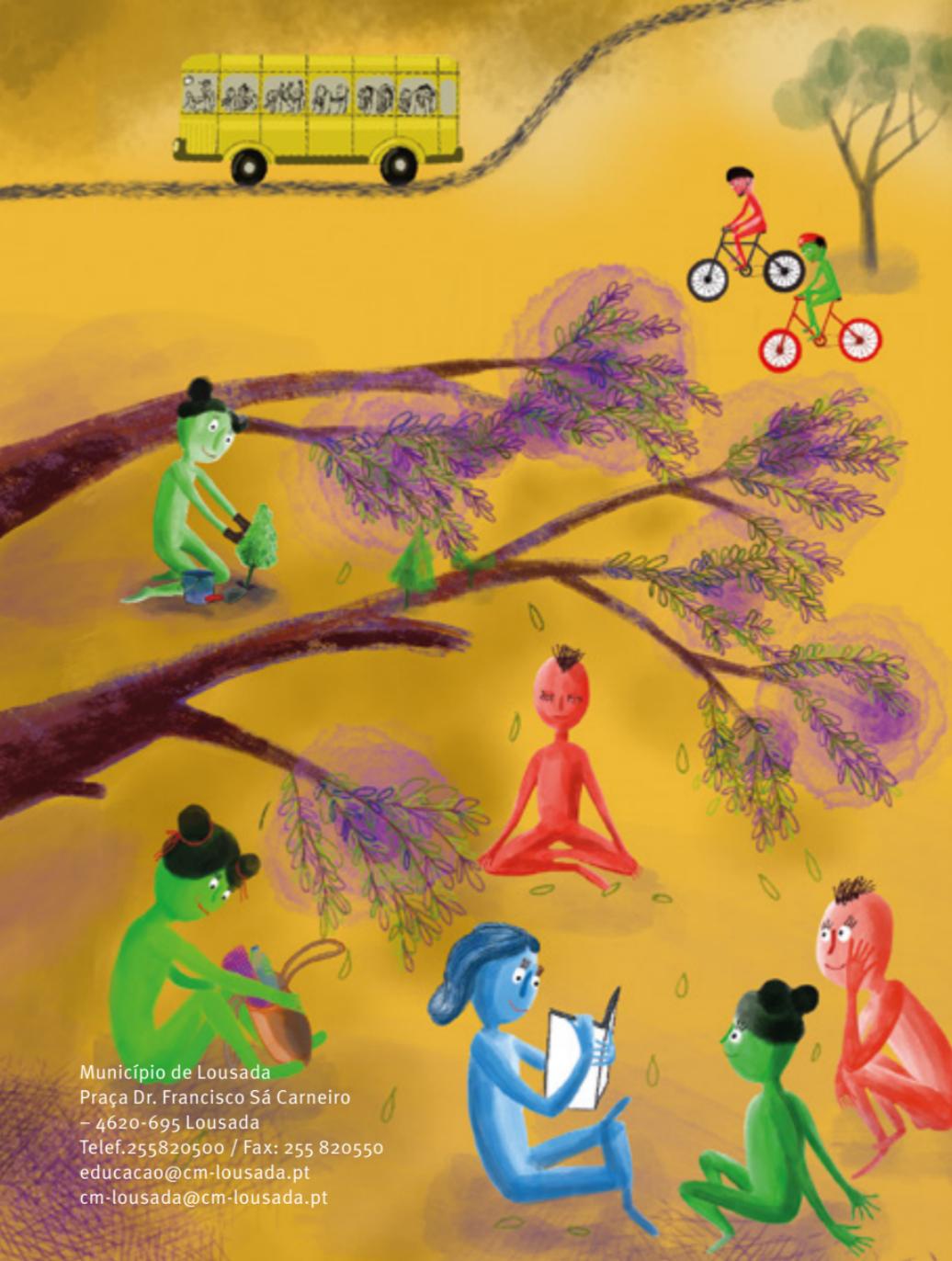
ctmlousada@gmail.com

Pavilhão Polidesportivo
do Complexo Desportivo
de Lousada

Notas

Podes consultar as atividades do Passaporte através do QRCode aqui disponível ou em www.cm-lousada.pt/p/passaporte_educacao se as atividades não se realizarem presencialmente cede ao QRCode ou link e participa!





Município de Lousada
Praça Dr. Francisco Sá Carneiro
- 4620-695 Lousada
Telef. 255820500 / Fax: 255 820550
educacao@cm-lousada.pt
cm-lousada@cm-lousada.pt