

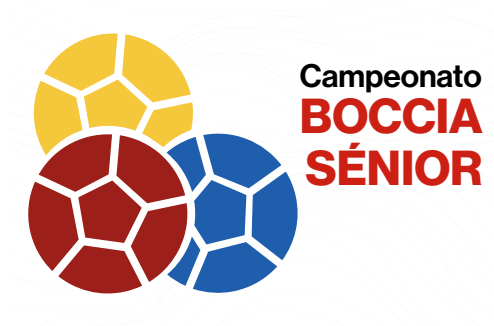
EDUCAÇÃO

- ▶ Saudavelmente Workshop para pais e filhos



DESPORTO

- ▶ Campeonato de Boccia Sénior



JUVENTUDE

- ▶ BioLousada: À descoberta do Parque das Serras do Porto





— ESPAÇO A JE —
junto aos Bombeiros Voluntários de Lousada

doe
**SAN
GUE**

Doar sangue é
transmitir amor!

**CAMPANHA
DE DOAÇÃO
DE SANGUE**

**Dia 11 maio 2023
9h30 - 19h00**

inscrições até ao dia 10 maio 2023
www.cm-lousada.pt/p/doar-sangue



Instituto Português
do Sangue e da
Transplantação, IPST

Feira de Antiguidades, Colecionismo e Velharias

14 MAI **Praça das Pocinhas**



Ciência no Parque

6 MAI

9H30

10H45

Parque de Lazer de Casais

Foguetão Químico

Com pequenas caixinhas, que serão o nosso foguetão vamos fazer com que o foguetão viaje para o "espaço". Para isso vamos juntar dois reagentes que juntos vão libertar dióxido de carbono. A libertação deste gás vai fazer com que o nosso foguetão salte bem alto! Será que o conseguem encontrar?

Vulcão

Um vulcão é uma estrutura geológica criada quando o magma, gases e partículas quentes (como cinzas) escapam para a superfície terrestre. Desta forma, e com alguns reagentes que podemos encontrar em casa ou nos laboratórios vamos simular uma erupção vulcânica super colorida!



Saudavelmente Workshop para pais e filhos

27 MAI

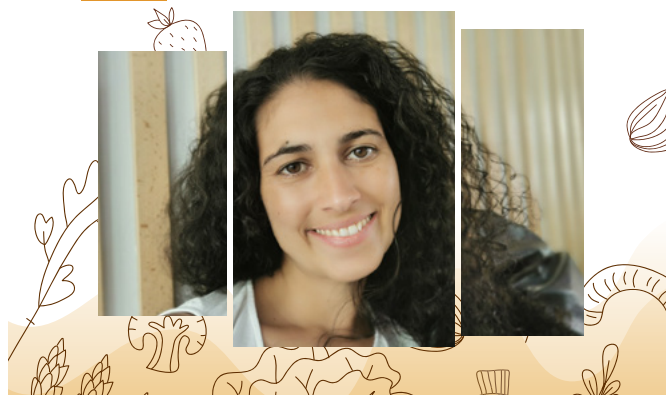
9H30

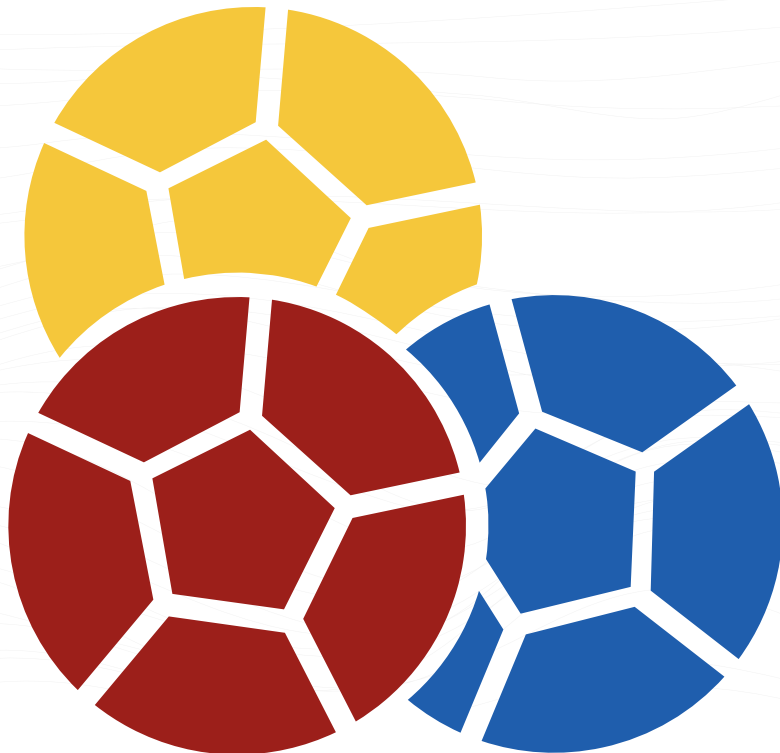
10H45

EBS Dr. Mário Fonseca - Nogueira

Vem aprender a cozinhar de forma saudável com a nutricionista Vera Costa. Inscrições em www.cm-lousada.pt/p/saudavelmente

SAUDAVELMENTE WORKSHOP PARA PAIS E FILHOS





Campeonato **BOCCIA** **SÉNIOR**

17 maio 2023

Pavilhão Desportivo
de Meinedo



III Jornadas O Mundo Sénior: A Natureza a Unir Gerações

 26 Maio de 2023

 Mata de Vilar

 9h30

Workshops
e atividades
intergeracionais 



Torneio Olímpico Jovem Regional

6 > 7 MAI**Pista de Atletismo**

Organização: Ass. Atletismo do Porto

Circuito Regional Btt

13 MAI**Pista de XCO**

Organização: CLDE Tâmega

Campeonatos ANDDI

13 MAI**Pista de Atletismo**

Organização: APP e ANDDI

Passeio Motas de Enduro

20 MAI**Complexo Desportivo**

Organização: Pinhão d'Ataque

Camp. Nac. de Clubes - Fase de Apuramento

27>28 MAI**Pista de Atletismo**

Organização: Ass. Atletismo do Porto

Free Running

**17 de maio de 2023
19h00****Assista à
conversa online
fb.com/cmlousada****Participação especial****ALBERTO CHAÍÇA**

Torneio Concelhio de Giravolei

6 MAI

Estádio Municipal

Organização: Município de Lousada e Associação de Voleibol do Porto



VII Street Cross Lustosa

21 MAI

Ruas de Lustosa

Organização: AD Lustosa - Atletismo



Competição Interescolas de Rope Skipping

27 MAI

Pavilhão Municipal

Para alunos do 4.º anos das escolas do concelho.



COMPLEXO
DESPORTIVO
LOUSADA

2023

ENTRADA LIVRE

LOUSADA JUNIOR CUP

WORLD
TENNIS
TOUR
GRADE 3

1

13 - 21
MAIO

2

21 - 28
MAIO





**PROGRAMA MUNICIPAL
DE CAMINHADAS 2023**

CAMINHADA GRDC SANTO ESTÊVÃO

**1 Maio' 23 - Grupo Recreativo Desportivo e Cultural
de Santo Estêvão**

II CAMINHADA TRILHOS D'EL REI

**6 Maio' 23 - Associação Recreativa e Cultural Grupo de Bombos
"Os Amigos de Caíde de Rei"**

FESTAS GRANDES LOUSADA 2023 – SENHOR DOS AFLITOS

7 Maio' 23 - Festas Grandes de Lousada

CAMINHADA JUNTOS PELAS NOSSAS CRIANÇAS

**14 Maio' 23 - Associação de Pais e Encarregados de Educação
do Centro Escolar de Lustosa**

III CAMINHADA "O BOAVISTINHA"

**14 Maio' 23 - Associação de Pais e Encarregados de Educação
da Escola Básica da Boavista**

CAMINHADA EM FAMÍLIA

20 Maio' 23 - Associação de Pais/EE da EB1 de Lodares

CAMINHADA EBS DR. MÁRIO FONSECA

21 Maio' 23 - Associação de Pais do Agrupamento de Escolas Dr. Mário Fonseca

VII CAMINHADA STREET CROSS LUSTOSA

21 Maio' 23 - Associação Desportiva de Lustosa

CAMINHADA SÃO GONÇALO 2023 – COMISSÃO DE FESTAS EM HONRA DE SÃO GONÇALO MACIEIRA

27 Maio' 23 - Comissão de Festas de S. Gonçalo Macieira

CAMINHADA SOLIDÁRIA FC NESPEREIRA

28 Maio' 23 - Futebol Clube Nespereira

Saiba mais em www.cm-lousada.pt/p/caminhadas





**NÚCLEO DE
IMPRESA
LOUSADA**
MUSEU NACIONAL DA IMPRESA

Dia Internacional dos Museus

18 MAIO

Visita e oficina de Impressão Manual
Comunidade em geral - mediante inscrição

10h30 - 11h30

14h30 - 15h30

18h00 - 19h00

20 MAIO

Visita e ateliê "Cria o teu carimbo"
Crianças dos 6 aos 12 anos - mediante inscrição

10h00 - 12h30

INTERNACIONA
DOS MUSEUS DI



PRESENCIAL

20 MAIO · 9H00 > 17H00

À DESCOBERTA DO PARQUE DAS SERRAS DO PORTO

A sessão do BioLousada de maio vai levar os participantes a conhecer a Paisagem Protegida Regional Parque das Serras do Porto. Ao longo de um dia completo, iremos conhecer os valores naturais e culturais e as interligações entre ambos, bem como os principais projetos em curso no terreno, entre controlo de invasoras, requalificação de margens ribeirinhas, promoção da floresta nativa e a sua biodiversidade. Lousada e os três municípios que constituem o Parque das Serras do Porto, Gondomar, Valongo e Paredes, partilham o Rio Sousa e a Rota do Românico e, como tal, este dia será um dia rico repleto de novidades, partilhas e experiências.

Inscrições grátis em:

www.cm-lousada.pt/p/biolousada

T 255820500 (Divisão de Ambiente)

Inscrições prévias obrigatórias até 15 de maio de 2023 ou até limite de vagas disponíveis.
27 vagas (maiores de 6 anos).

Mais informações em:
www.cm-lousada.pt/p/biolousada
facebook.com/cmlousada



LUMINAR LOUSADA

uma luz solidária

20 MAIO 2023

AJUDE contribuindo com **1€** para acender uma vela.
O valor angariado reverte a favor da **ALDAF – Associação Lousadense dos Deficientes, dos seus Amigos e Familiares.**



município de
lousada



ALDAF
Associação Lousadense dos Deficientes,
dos seus Amigos e Familiares



MERCADO HISTÓRICO LOUSADA

De 2 a 4 de junho, 2023

Avenida Senhor dos Aflitos