

PASSAPORTE

lousada 2023/2024



FOTO

ESTE PASSAPORTE PERTENCE A:

ALUNO/ALUNA

NOME

DATA NASC.

/

/20

NIF

EB/JI

ANO

N.º

ENCARREGADO/ENCARREGADA DE EDUCAÇÃO

NOME

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: Evelina Oliveira

Design: Gabinete de Comunicação, CML

6.ª edição: setembro 2023

Tiragem: 3000 exemplares

Olá!

Em cada ano letivo, a Câmara Municipal proporciona-te um conjunto de oportunidades para aumentares os teus conhecimentos, ocupares os tempos livres e conviveres com os teus amigos e familiares de forma instrutiva e divertida. São jogos, experiências, oficinas e muitas outras atividades, este ano mais enriquecidas, dentro ou fora do recinto escolar.

O Passaporte de Educação é um documento muito interessante, não apenas para registares cada participação, como para guardares, a fim de, mais tarde, recordares este simpático modo de aprendizagem. Basta solicitares o carimbo em cada uma das presenças.

Um abraço amigo.

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 ciclo.

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 ciclo.

Fichas de trabalho

O Município comparticipa a aquisição dos livros de fichas aos alunos do 1º ciclo, que possuem escalão de abono de família 1 e 2, sendo os manuais escolares oferecidos pelo Ministério da Educação.

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.





Férias na Biblioteca

Nas interrupções letivas do Natal, da Páscoa e nas férias de verão, às segundas, quartas e sextas-feiras são dinamizadas atividades gratuitas para crianças entre os 6 e os 12 anos. Oficinas de Artes Plásticas, Oficinas de Culinária, Mini-Clube de Leitura, CineFérias, Jogos Tradicionais, Jogos de Tabuleiro, entre outras. As atividades são de participação limitada, pelo que a inscrição é obrigatória.

Campo de Férias Desportivas

Piscinas Municipais

Durante as férias de verão a Empresa Municipal Lousada Séc. XXI organiza um campo de férias desportivas para crianças dos 6 aos 14 anos.

O Município apoia participando parte do valor.



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.

Alunos condicionais

Inserido no Projeto Pré-SEA e com a consciência da importância que as crianças só avancem no seu percurso educativo quando se encontram efetivamente preparadas para tal, o Serviço de Psicologia da Câmara Municipal de Lousada terá uma atenção suplementar com os alunos condicionais que frequentam todos os estabelecimentos de ensino pré-escolar público do Concelho de Lousada, abrangidos pelo Programa DICAS.

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.

Rastreio Visual

Realização de rastreios visuais infantis, às crianças de 5 anos, efetuado em contexto escolar e no âmbito do Projeto Pré-SEA e que não tenham problemas visuais já identificados.

ColorADD

ColorADD é uma linguagem única, universal, inclusiva e não discriminatória que permite ao daltónico identificar as cores, com um infinito espectro de utilização em empresas/entidades sempre que a cor seja um fator de identificação, orientação ou escolha. ColorADD - A Cor é para Todos!

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. Mensalmente a ementa inclui várias refeições vegetarianas para todos os alunos. A gestão 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.

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.





Concurso Talentos da Fruta

O Concurso destina-se aos alunos do 1º ciclo dos estabelecimentos de ensino público e privado e é alusivo à fruta escolar. Os alunos elaboram na escola um prato de fruta, onde deve constar fruta da época com o mínimo de 4 frutas diferentes, sementes e cereais, prato colorido e atraente, criativo, com sentido de estética, ousado e inovador. Após a seleção dos melhores pratos, as turmas selecionadas apresentam o mesmo prato realizado ao vivo, perante um júri. O prémio atribuído aos 3 vencedores é uma visita de estudo.

Reforço Alimentar

Diariamente, o Município oferece a todos os alunos do pré-escolar e do 1º ciclo 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.

Enriquecimento Curricular

Pré Escolar

(Literacia Emergente e Atividade Física)

PLEEPE

A valorização do desenvolvimento da literacia emergente tem vindo a ganhar terreno no panorama nacional, bem como na comunidade educativa e científica, como um meio de facilitar a criação de condições enriquecedoras e facilitadoras da posterior aprendizagem formal da leitura e da escrita. O Município de Lousada, consciente da necessidade de valorizar a Educação e esbater desigualdades sociais antes da aprendizagem formal, iniciou, no ano letivo 2021-22 o projeto PLEEPE - Promoção da Leitura e da Escrita na Educação Pré-Escolar. Este projeto teve como objetivo criar oportunidades sistemáticas e estruturadas de estimulação e promoção de competências facilitadoras da aprendizagem da leitura e da escrita antes da entrada para a escolaridade básica, através de uma intervenção multinível.



Atividade Física

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

Prolongamento de horário

(Hora do Conto)

A Hora do Conto consiste em atividades de animação de leitura, onde se pretende incutir 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.





Enriquecimento Curricular (AEC's)

1.º ciclo

São oferecidas Atividades Lúdico-Expressivas, Expressão Dramática, 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.

Expressão Dramática

Destinada aos alunos do 3.º ano, tem como objetivo criar oportunidade de interagir com o próprio corpo e emoções.





Atividade Física e Desportiva

A Atividade Física e Desportiva desempenha um papel fundamental na integração e crescimento físico, mental e emocional das crianças, funcionando também como controlo da ansiedade. Cabe ao professor orientar e acompanhar as competências, objetivos e finalidades de cada modalidade abordada ao longo da vida escolar.

A Escola a Pedalar e a Natação fazem parte da Atividade Física e Desportiva e são abordadas por técnicos especializados.

Escola a Pedalar

Escola a Pedalar é um programa educativo, não formal, que leva o ensino do pedalar a todos os alunos do 1º ciclo. As atividades serão desenvolvidas nas escolas, no horário da Atividade Física e Desportiva, envolvendo áreas como a segurança rodoviária, a mecânica e o ensino do pedalar, contribuindo para a formação cívica e desportiva das crianças.

Natação

A prática de natação tem como objetivo a adaptação das crianças ao meio aquático. Esta atividade é semestral e intercalada com a Atividade Física e Desportiva.



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 alunos.

Xadrez

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

Musicoterapia

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



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, mediante solicitação.





Concurso Literário “Ler Lousada”

Este ano letivo decorrerá a oitava edição do Concurso Literário “Ler Lousada”, baseado nos livros que o Município de Lousada editou para oferecer a todos os alunos do concelho que frequentam os 4.º, 6.º, 9.º e 12.º anos, de acordo com o Plano Municipal de Leitura-Ambiente, delineado pela Autarquia. “Conto do Moinho do Meio”, de Margarida Fonseca Santos, “A Misteriosa Cassandra”, de Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada, “Agá 2.º”, de Ricardo Venâncio e “Dieta da Poesia”, de Afonso Cruz, respetivamente, todos com Lousada como pano de fundo, servem de inspiração para os trabalhos a concurso. Os prémios vão ser livros.

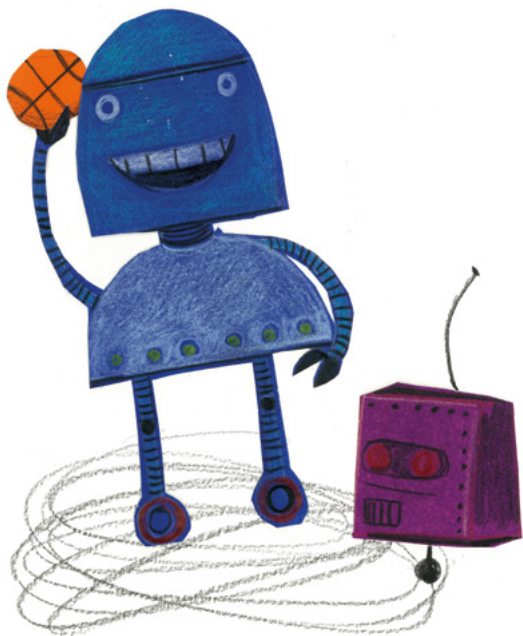
Desfile Escolar de Carnaval

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

Todas as escolas do concelho que participem no Desfile Escolar de Carnaval 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

O Dia Municipal da Criança é assinalado com atividades dirigidas aos mais novos como insufláveis, 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.



Iniciação à programação

Esta atividade pretende disponibilizar recursos que permitem um 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 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. No final do ano vai haver um evento onde os alunos vão poder mostrar as suas habilidades.

Gerações de Xadrez

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

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.

Hospital dos Pequeninos

Esta atividade é feita 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 de modo descontraído num meio adaptado ao mundo infantil, bem como fazer, precocemente, educação para a saúde.

Mãos que salvam vidas

O projeto pedagógico designado por “Mãos que salvam vidas” vai ser desenvolvido nas escolas do 1º ciclo por técnicos especializados da área da saúde. Este projeto pedagógico tem como objetivo principal capacitar os alunos do 1º ciclo com conhecimentos básicos de suporte de vida, desenvolvendo habilidades que podem fazer a diferença em situações de emergência. A parceria com o Centro Hospitalar do Tâmega e Sousa garante a qualidade e supervisão adequadas, sendo uma iniciativa valiosa para a comunidade escolar.





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 em www.cm-lousada.pt/p/nalinhado-tempo

Histórias da Ajudaris

A Ajudaris, associação particular de carácter social de âmbito nacional, sem fins lucrativos, 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 e ilustração de uma história mágica e solidária. O valor financeiro da publicação e venda, em forma de livro, reverte para as atividades da associação.



Oficinas de Ilustração

Esta atividade mensal, que se realiza 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”

Esta atividade tem o apoio da IRIS (Incubadora Regional de Inovação Social) e pretende destacar o projeto de promoção da inovação social, destinado aos alunos do 4.º ano. 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.





Projeto Lousada Educa +

O Município de Lousada, através do Pelouro da Educação, institui os Prêmios 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. Os prémios monetários atribuídos destinam-se a financiar os projetos vencedores.

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 modo a atenuar os seus efeitos e proteger e socorrer as pessoas e bens em perigo quando aquelas situações ocorram.

Bombeiro vai à escola

Esta atividade tem como objetivo a promoção do voluntariado dos bombeiros.

Numa primeira fase haverá uma ação presencial em cada uma das escolas, para os alunos do 4.º ano.

Dia da Proteção Civil

No âmbito do “Dia Mundial da Proteção Civil”, que se assinala a 1 de março, irá 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.

Todos somos Proteção Civil

Aprende a proteger-te, e à tua família, em caso de Sismo é o lema da atividade, destinada ao alunos do pré-escolar e 1.º ciclo, que 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.





Concurso de Mascotes

Inserido na atividade Bombeiro vai à escola, será promovido um concurso de Mascotes. Os alunos serão convidados a elaborar uma mascote, seguindo-se um processo de votação intraescola, no qual as crianças do pré-escolar e os alunos do 1º ciclo vão escolher a mascote vencedora nas suas escolas. Esta votação, simulando os processos eleitorais, tem como objetivo abordar a cidadania democrática.



Educação Ambiental

BioEscola

Programa de sensibilização ambiental, iniciado em 2016 por ação da Câmara Municipal de Lousada em parceria com a Associação BioLiving e o apoio da Universidade de Aveiro, continua com um conjunto diverso e significativo de iniciativas dedicadas à descoberta e divulgação da fauna e flora das terras de Lousada. O progra-

ma BioLousada foi pensado como um plano de envolvimento dos cidadãos na valorização e proteção dos valores naturais do território. Tendo como máxima que só se pode proteger aquilo que se conhece, estão programadas iniciativas mensais dedicadas a determinado tema, de acordo com as estações do ano.

BiblioEscola: Plano Municipal de Leitura Ambiente

O BiblioEscola integra-se no programa BioEscola e apresenta uma oferta educativa dirigida aos alunos do 1º Ciclo. O Plano Municipal de Leitura Ambiente (PMLA) envolve um conjunto de atividades baseadas nos livros, já editados pelo Município de Lousada, que assentam na perceção ambiental e científica local. O BiblioEscola vem auxiliar na aquisição de conhecimento e promover a alteração para comportamentos ambientalmente sustentáveis, com base nos livros do PMLA.



Mata de Vilar – Programa Educativo

O Programa Educativo da Mata de Vilar está estruturado em seis componentes, permitindo dar resposta a diferentes públicos e objetivos. Conta com um conjunto de atividades, destinadas aos cinco ciclos de ensino (Ensino Pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos do Ensino Básico e Ensino Secundário), devidamente enquadradas com o respetivo plano curricular. Propõe-se com estas atividades uma abordagem a diferentes áreas curriculares e conteúdos programáticos, aos quais os espaços da Mata de Vilar servirão como recurso pedagógico. As atividades estarão disponíveis para marcação pelos docentes interessados, que terão acesso ao guião de cada atividade/projeto.

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 e 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 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

Destinados 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, curiosidade e o conhecimento.

Quem conseguir 6 carimbos recebe um jogo educativo.



Calendário da atividade:



14/10/2023

Escola Básica
de Nespereira



11/11/2023

Escola Básica
de Lustosa



13/01/2024

Escola Básica
de Pias



03/02/2024

Parque de Lazer
Domingos
Ferreira,
Meinedo



09/03/2024

Parque da Torre
de Vilar



13/04/2024

Parque de Lazer
de Sousela



11/05/2024

Parque de Lazer
de Casais



15/06/2024

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, os mais novos são convidados a experimentar uma modalidade com o apoio dos clubes locais em datas designadas, entre as 10h e as 12h.

Quem conseguir 4 ou mais carimbos recebe um Kit de Jogos tradicionais



Calendário da Atividade



28/10/2023

Pavilhão Polidesportivo
e Estádio de Hóquei -
Complexo Desportivo de
Lousada

Ténis e
Hóquei em Campo



25/11/2023

Pavilhão Municipal
Lousada

Patinagem e
Basquetebol



27/01/2024

Pavilhão Desportivo de
Nevogilde

Ginástica



24/02/2024

Pavilhão Polidesportivo
- Complexo Desportivo
de Lousada

Artes Marciais
e Ténis de Mesa



20/04/2024

Piscinas Municipais
de Lousada

Natação
e Polo Aquático



08/06/2024

Pavilhão Polidesportivo
e Pista de Atletismo -
Complexo Desportivo
de Lousada

Voleibol e Atletismo

Torneios Intra e Inter-Escolas

Com o objetivo de estimular a prática desportiva, e sob orientação dos professores das Atividades de Enriquecimento Curricular, vão competir as equipas das escolas de forma a selecionar os representantes para as competições.

**Oferta de Troféus
aos melhores
classificados**

Calendário da Atividade



16/12/2023

**Junto às Piscinas
Municipais**

**São Silvestre
da Pequenada**



02/03/2024

**Pista de Atletismo do
Complexo Desportivo**

Olimpíadas do Atletismo



23/03/2024

**Pavilhão Municipal de
Lousada**

Festa do Rope Skipping



04/05/2024

**Pavilhão Municipal de
Lousada**

**Torneio Concelhio de
Gira-Volei**



18/05/2024

**Pavilhão Desportivo de
Nevogilde**

Gimnodesafio



22/06/2024

**EB Cristelos
Xequê Mate**



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:





Coleciona estes
quatro carimbos!



Saltar à corda



Andar de bicicleta



Nadar



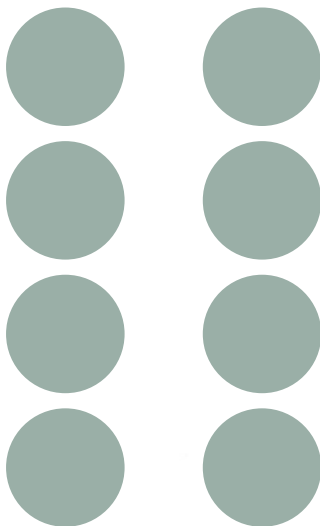
Jogar Xadrez



Fazer a roda

Voluntariado Ambiental

Podes 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 disponibilizares o teu tempo para ajudar em causas ambientais, pede 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, teremos seis 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.

As datas serão anunciadas ao longo do ano letivo.



Adota-me

"Um amor de verdade
não se compra, encontra-se"

Adota um animal do canil/CROA Municipal e recebe um crachá de ouro de Protetor dos Animais.

A adoção de um animal de estimação deve ser encarada como a entrada de mais um membro na família. O novo dono deve proporcionar um espaço adequado, alimentação, acompanhamento veterinário, exercício físico e companhia.





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



12/05/2023
10h às 12h

Torre de Vilar

Atividade 1 — Constrói a tua Própria Sigla



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.

Andebol

Grupo Recreativo, Desportivo e Cultural de Santo Estêvão

Helena Sousa - 919 275 125

grdc.sto.estevao@gmail.com

Pavilhão Municipal de Santo Estêvão

União Desportiva de Lagoas

Ricardo Ferreira - 910 052 980

udlagoas.andebol@hotmail.com

Pavilhão Desportivo de Nevogilde

Artes Marciais

Karaté – Kentu Juku

Paulo Perdigão - 967 719 188

ktojuku@hotmail.com

Rua Joaquim Burmester - Cristelos

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)

Yoseikan Budo – Associação de

Caíde de Rei

Vítor Moreira – 963223856

ybac@sapo.pt

Antiga Escola Primária de Estação -

Caíde de Rei

Atletismo

Associação Desportiva de Lustosa

Rui Teixeira – 912018080
António Nunes - 914796196
adlustosa1402@hotmail.com
Sede da AD Lustosa e Pista de Atletismo do Complexo Desportivo de Lousada

Associação Atletismo Macieira

Filipe Teixeira - 919420002
amaatletismo2021@hotmail.com
Av. Magalhães Mota, 30 - Macieira

Basquetebol

LAC – Basquetebol

José Ferreira - 917 050 408
lacbasquetebol@gmail.com
Pavilhão Municipal de Lousada e
Pavilhão Polidesportivo do Complexo Desportivo de Lousada

Boxe

"Guts" Boxing Club

Joaquim Luis Mota 910328640
gutsclublsd@gmail.com
Rua Lúcia Lousada, 79
Junto ao pavilhão da EB Prof.
Marnoco e Sousa

Bilhar

Centro Cultural e Recreativo de Covas

Luís Ferro - 916 913 027
ccrcovasbilhar@gmail.com
Sede do Centro Cultura e Recreativo de Covas

BTT

Clube Cicloturismo

Lousada BTT

Gaspar Pinheiro – 938 921 177
lousadabtt@gmail.com
Campo da Feira

Associação Desportiva

e Cultural de Figueiras

Nuno Costa - 912 878 152
adcf2015@gmail.com
Sede ADC Figueiras

Equitação

Centro Hípico do Vale do Sousa

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

Futebol

AD Lousada – Associação

Desportiva de Lousada

Bruno Sousa 915142787
futebol.formacao@adlousada.pt
Campos Multifuncionais do Complexo
Desportivo de Lousada

Aparecida Futebol Clube

Pedro Sousa – 917 191 015
aparecidafutebolclube.official@gmail.
com
Estádio Vila Mítica - Aparecida

Associação Desportiva de Lustosa

Rui Teixeira – 911 054 246
Raquel Costa - 961663133
adlustosa1402@hotmail.com
Campo de futebol da AD Lustosa

Associação Desportiva e Cultural de Lodares

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

Agostinho Sousa - 917774451
Regina Ferreira - 917743826
assnevigilde@hotmail.com
Campo da Lameira - Nevogilde

Caíde de Rei Sport Club

Fernando Madureira – 916117283
caidereisc@gmail.com
Campo de futebol do Caíde Rei SC

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
romarizfutebol1978@gmail.com
Campo de futebol do FC Romariz

União Cultural e Recreativa de Boim

Jorge Barbosa - 916 364 633
ucrboim1978@gmail.com
Campo de futebol da UCR Boim

União Desportiva de Lagoas

Rogério Moraes - 933 311 659
u.d.lagoas@hotmail.com
Campo de futebol da UD Lagoas

Futsal

Centro Cultural e Desportivo da

Ordem

Jorge Furtado - 918 727 310
Paulo Fernandes - 967828920
ccdordem@sapo.pt
Pavilhão do CCD Ordem

JDM – Associação Desportiva de

Futsal de Meinedo

José Ganso - 917 609 412
Rui Carvalho - 913664559
jdm_futsal@sapo.pt
Pavilhão Gimnodesportivo de
Meinedo



Ginástica

Academia de Ginástica de Lousada
Norberto Ribeiro – 914 368 906
Paula Oliveira - 962 484 539
academiaginasticalousada@gmail.com
Pavilhão Desportivo de Nevogilde

Hóquei em Campo / Hóquei de Sala

Associação de Hóquei de Lousada
Hugo Santos - 910 593 315
adlhoquei@sapo.pt
Estádio de Hóquei do Complexo
Desportivo de Lousada e Pavilhão
Municipal de Lousada

Juventude Hóquei Clube
Elisabete Ribeiro - 919 290 125
mariaelisabeteribeiro@gmail.com
Estádio de Hóquei do Complexo
Desportivo de Lousada e Pavilhão
Desportivo de Nogueira

Natação Pura

Lousada Século XXI
Miguel Crespo - 255 813 396/
912 619 807
lsdxxi.secretaria@gmail.com
Piscinas Municipais de Lousada

Patinagem Artística

**APALOU – 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
Miguel Crespo - 255 813 396/
912 619 807
lsdxxi.secretaria@gmail.com
Piscinas Municipais de Lousada

Ténis de Mesa

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

Voleibol

Lousada Voleibol Clube

Domingos Gomes - 919000209
lousada.voleibol.clube@gmail.com
Pavilhão Polidesportivo do Complexo
Desportivo de Lousada e Pavilhão da
EB Prof. Marnoco e Sousa

Xadrez

Lousada Voleibol Clube

Iolanda Ferreira – 916868866
xadrez@lousadavc.pt
Estádio Municipal do
Complexo Desportivo de Louasda

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
Nespereira

Cool Dance – “SilvaresVIVA” – Asso-

ciação Juvenil de Silvares

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



Desporto Adaptado

Natação Adaptada

Lousada Século XXI

Miguel Crespo - 255 813 396 / 912 619 807

lsdxxi.secretaria@gmail.com

Piscinas Municipais de Lousada

Basquetebol em Cadeira de Rodas, Atletismo, Boccia, Dança e Futsal

Cooperativa Lousavidas, CRL

Fátima Esteves - 936 411 732 / 914 825 042

lousavidas@gmail.com

Pavilhão Municipal de Lousada

Ténis de Mesa

CTML – Clube de Ténis de Mesa de Lousada

Rui Queirós - 914 691 052

ctmlousada@gmail.com

Pavilhão de Ténis de Mesa do

Complexo Desportivo de Lousada



Outras Atividades

Promovidas por Associações Locais nas Escolas

Basquetebol

Cesto Divertido – Basquetebol nas Escolas
LAC – Basquetebol
Helena Marques – 916 870 687
geral@lacbasquetebol.pt

Hóquei

ADL Academia Hockey
Associação de Hóquei de Lousada
Hugo Santos – 910 593 315
guhockey@gmail.com

Futebol

O Relvinhas vai à Escola + Play Like a Girl
Futebol Clube de Romariz
Agostinho Cunha – 966 844 348
romarizfutebol1978@gmail.com

Ténis

A minha escola tem Ténis
Lousada Ténis Atlântico
Secretaria – 913 581 982
lousada.ta@gmail.com

Ginástica

Ginástica Divertida
Academia de Ginástica de Lousada
Norberto Ribeiro – 914 368 906
Paula Oliveira – 962 484 539
academiaginasticalousada@gmail.com

Ténis de Mesa

O Ténis de Mesa vai à escola
Clube de Ténis de Mesa de Lousada
Rui Queirós – 914 691 052
ctmlousada@gmail.com



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
educacao@cm-lousada.pt
cm-lousada@cm-lousada.pt

