

AQUI HÁ SABER, LDA

OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES



PROGRAMA DE FÉRIAS JULHO/ AGOSTO 2016

Condições de Frequência:

- O valor da ocupação de tempos livres é de 75€/ semana com todas as ocupações de tempos livres incluídas;
- O valor da diária é de 25€ (nos dias de Piscinas de Santarém acresce 5€, conforme vagas existentes. No dia do Aquashow a frequência está reservada exclusivamente a crianças/ jovens que frequentem a semana de 1 a 5 de agosto);
- Deverá ser realizado o pagamento de 30% da(s) semana(s) de férias a frequentar no ato da inscrição e os restantes 70% até 8 dias antes de cada semana escolhida;
- Almoços: 3,50€ cada ou outras opções a acordar com o centro;
- A identificação do aluno é constituída por uma pulseira de identificação inviolável no valor de 1€;
- Descontos: - 5% para irmãos na segunda inscrição; - 5% para frequência superiores a 3 semanas. Descontos não acumuláveis e válidos para inscrições 15 dias antes da frequência pretendida;
- Aos valores apresentados anteriormente acresce IVA em vigor;
- O “Aqui Há Saber” não se responsabiliza pelo roubo ou extravió de objetos valiosos pertencentes à criança;
- Informamos que o programa poderá sofrer alterações sem aviso prévio desde que devidamente fundamentado;
- O regulamento geral do AHS complementa o presente regulamento;
- A frequência é limitada às vagas existentes em cada semana;
- A confirmação da frequência pode ser realizada presencialmente ou envio de e-mail com as seguintes informações até 8 dias antes do início da frequência pretendida:
 - Período de frequência da(a) criança(a);
 - Modalidade das refeições;
- Aquashow (Algarve) – a frequência do Parque Aquático Aquashow será realizada no dia 5/08/2016 com transporte de Comboio. O ponto de encontro será na estação do oriente pelas 7h45m e regresso pelas 21h30m.

E-mail: aqui.ha.saber@gmail.com (e-mail para confirmações **preferencialmente**);

Contactos: 913 416 875 / 219 331 364 / 938328183

PROGRAMA DE FÉRIAS JULHO 2016

| SEMANA 1 | | | | | |
|---------------|-------------------------------|--|---------------------------|---------------------------------------|----------------------|
| Horário | 27-06-2016 | 28-06-2016 | 29-06-2016 | 30-06-2016 | 01-07-2016 |
| | 2ªfeira | 3ªfeira | 4ªfeira | 5ªfeira | 6ªfeira |
| 09:00 - 13:00 | Atelier - "Tralhões da Anita" | Futsal/ Dança | Canoagem - Centro Náutico | Praia | Piscinas de Santarém |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço | |
| 14:00 - 18:00 | Yoga Kids | Workshop Postura Corporal (Fisioterapeuta RDC) | Bowling Sintra | Workshop - "Uma Alimentação Saudável" | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | |

| SEMANA 4 | | | | | |
|---------------|----------------|----------------|---------------------------------|--------------------------------|----------------------|
| Horário | 18-07-2016 | 19-07-2016 | 20-07-2016 | 21-07-2016 | 22-07-2016 |
| | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 09:00 - 13:00 | Praia | Tenis Campo | Praia da Areia Branca | Workshop de Sushi | Piscinas de Santarém |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | Almoço | Pic-Nic | Almoço | |
| 14:00 - 18:00 | Jogo do Splash | Oceanário | Museu da Lourinhã - Dinossauros | Campeonato de Ping-Pong/ Dança | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | |

| SEMANA 2 | | | | | |
|---------------|-------------------------|---|----------------|--|----------------------|
| Horário | 04-07-2016 | 05-07-2016 | 06-07-2016 | 07-07-2016 | 08-07-2016 |
| | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 09:00 - 13:00 | Praia | Experiências científicas | Praia | Paintball Aquático | Piscinas de Santarém |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço | |
| 14:00 - 18:00 | Big Picture - em inglês | Museu Pólvora - Teatro "As Máquinas da Fábrica" | Bounce | Visita á Fábrica Titi (batatas fritas) | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | |

| SEMANA 5 | | | | | |
|---------------|--------------------------|-----------------------------|--|---|----------------------|
| Horário | 25-07-2016 | 26-07-2016 | 27-07-2016 | 28-07-2016 | 29-07-2016 |
| | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 09:00 - 13:00 | Praia | Aquarama - mundo submarino | Quinta Pedagógica - "A vida na Quinta" | Worshop de Jardinagem | Piscinas de Santarém |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | Pic-nic | Almoço | Almoço | |
| 14:00 - 18:00 | Pavilhão do Conhecimento | Visita ao Farol de Sesimbra | Workshop "A segurança Rodoviária" | Museu Pólvora - Visita Encenada A Real Fábrica da Pólvora | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | |

| SEMANA 3 | | | | | |
|---------------|----------------|------------------------|-------------------------------|---|----------------------|
| Horário | 11-07-2016 | 12-07-2016 | 13-07-2016 | 14-07-2016 | 15-07-2016 |
| | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 09:00 - 13:00 | Praia | Praia com Aula de Surf | Geocoaching (Caça ao Tesouro) | Quinta Pedagógica - Caça Insectos e Peddy Paper (Pic-Nic) | Piscinas de Santarém |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | | Almoço | | |
| 14:00 - 18:00 | Futsal/ Dança | | Workshop "Coaching Kids" | | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | | Ocupação Livre | | |

| SEMANA 6 | | | | | |
|---------------|--------------------------------|--------------------|----------------|--------------------|--------------------|
| Horário | 01-08-2016 | 02-08-2016 | 03-08-2016 | 04-08-2016 | 05-08-2016 |
| | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 09:00 - 13:00 | Praia | Jogo dos Cubinhos | Praia | Museu do Dinheiro | Aquashow (Algarve) |
| 13:00 - 14:00 | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço | |
| 14:00 - 18:00 | Campeonato de Ping-Pong/ Dança | Paintball Aquático | Futsal/ Dança | Salinas do Samouco | |
| 18:00 / 20:00 | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | Ocupação Livre | |

DESCRIÇÃO DETALHADA DA OCUPAÇÃO TEMPOS LIVRES (OTL)

| | |
|---|--|
| Atelier - "Tralhes da Anita" | Este atelier serve para não só aprender a cozinhar bem como despertar a paixão por esta área tão vasta e criativa. Para depois saborear! |
| loga Kids | Aula de loga para crianças, o Yoga é um conceito que se refere às tradicionais disciplinas físicas e mentais originárias da Índia. |
| Futsal | Treino e Jogo de Futsal acompanhadas e orientadas por um professor é o que vamos ter durante este período. Jogar, competir, aprender e melhorar. O Futsal realizar-se-á numa parceria estabelecida com o GRCP Casal do Rato. |
| Dança | E porque a dança e música fazem parte do dia a dia de muitos, vimos fomentar uma aula de dança para um momento de diversão e aprendizagem de mais uns passinhos de dança a dominar nesta crescente aprendizagem pela vida fora. A dança é também uma aula numa parceria com o GRCP Casal do Rato. |
| Workshop Postura Corporal (Fisioterapeuta RDC) | O workshop de Postura Corporal visa incentivar as crianças e jovens a manter uma postura correta no seu dia a dia, fundamental para um bom e correto crescimento. Este workshop será orientado pela Fisioterapeuta Sandra Campos da clínica de Fisioterapia RDC em Benfica. |
| Canoagem - Centro Náutico | A Canoagem no Centro Náutico da Expo permite-nos explorar a marina a partir da água, de uma forma diferente e divertida, promovendo o trabalho de equipa em canoas duplas, a coordenação motora e todos os benefícios do contacto direto com a natureza. Muita diversão rodeados daquilo que mais se quer no verão, água! |
| Bowling | O boliche (português brasileiro) ou bowling (português europeu) (pronunciado como bólingue, que é alternativa também existente mas rara) é um desporto cujo objetivo é derrubar, com uma bola, uma série de pinos alinhados ao fundo de uma pista. Como a pericia do jogador é mais importante que a sua força ou resistência física, pode-se jogar bowling por toda a vida e obter bons resultados, tanto por lazer entre amigos e familiares como por desporto em competições nacionais e internacionais. |
| Praia | A praia é uma das ocupações de tempos livres preferidas dos alunos e por isso fomentamos ao longo do mês de julho/agosto uns períodos de frequência onde serão dinamizados jogos em grupo, banhos e muita diversão! A praia que frequentaremos será a de Carcavelos, salientado que quando existe a prática de aula de surf será a "Praia do Rei". |
| Workshop - "Uma Alimentação Saudável" | O Workshop - "Uma Alimentação Saudável" visa de uma forma dinâmica e divertida chegar até aos mais novos a importância de uma alimentação saudável e equilibrada. |
| Piscinas de Santarém | O Complexo Aquático de Santarém é composto por uma Piscina Recreativa, com dois jogos de água e uma cascata, um jacuzzi, escorregas com 3 pistas fofas e dois em caracol, piscina de ondas e uma piscina para crianças. Têm ainda de um extenso relvado com cerca de uma centena de colmos e zona de espreguiçadeiras. Um dia cheio de diversão e adrenalina! |
| Big Picture - em inglês | O "Big Picture - em inglês" é um concurso onde serão criadas equipas cujo objetivo é identificar as imagens em quatro opções dadas por cada imagem, com a particularidade que os alunos terão de pôr em prática os seus conhecimentos na língua inglesa. |
| Experiências Científicas | Na nossa sala iremos ter vários módulos e zonas de experiências que podemos realizar, onde em todas, a professora dará uma explicação de ação/reação. Uma forma super divertida de aprender. |
| Museu Pólvora - Teatro "As Máquinas da Fábrica" | Vamos explorar o universo das máquinas na produção da pólvora negra. Vamos aprender a ver as máquinas por dentro e por fora, dando-lhes vida! |
| Bounce | Saltar no trampolim é muitas vezes considerado como um dos melhores e mais eficazes exercícios que podes fazer! É um exercício de baixo impacto que tonifica os músculos e melhora a coordenação. |
| Paintball Aquático | Decidimos adaptar tudo ao Verão, e fazer uma versão diferente do Paintball que todos conhecemos, mas com pistolas de água! Com várias cores e vestidos de branco, vamos pintar e refrescar ao mesmo tempo. |
| Visita à Fábrica Titi (batatas fritas) | Fundada em 1978, a Jorge & Cardoso, Lda procurou lançar no mercado um produto – batata frita – que respeitasse a receita caseira, bem ao gosto nacional. Ao longo dos anos, a Ti-ti cresceu e adquiriu os mais modernos equipamentos, exigindo matérias-primas de excelência, estando presente nos restaurantes, churrasqueiras, supermercados, nas lojas de conveniência e ... em casa dos Portugueses. No ano 2003 foi lançado um novo produto no mercado, as pipocas doces, facilmente apreciadas pelo seu sabor crocante e estaladiço. Dez anos depois, a Ti-ti apresenta outras duas novidades, as Pipocas Salgadas e Pipocas Doces com Canela, alargando assim o leque de oferta aos consumidores. A visita à Fábrica da Titi visa conhecer o seu processo de fabrico e transmitir às crianças e jovens como chegam as batatas fritas e outros produtos às mesas das famílias. |

| | |
|---|---|
| Aula de Surf | Surf é uma prática desportiva efetuada na superfície da água, frequentemente considerada parte do grupo de atividades denominadas de desportos radicais. Para viver esta experiência vamos até à Costa da Caparica para uma aula onde nos iremos divertir toda a manhã e aprender as técnicas base do surf conforme o nível de conhecimento de cada criança ou jovem. |
| Geocoaching | O Geocoaching é uma aplicação ao nível mundial de caça ao tesouro que pode ser instalada nos telemóveis e que visa a procura de caixinhas. A aplicação identifica as caixinhas existentes mais perto da sua localização e em seguida é seguir as instruções da aplicação até chegar à caixinha. Esta ocupação de tempos livres será realizada em grupo e visando sempre a segurança de todos. As caixinhas serão previamente identificadas pelos monitores do grupo e apenas será realizada se existirem condições. |
| Workshop "Coaching Kids" | O workshop de Coaching Kids visa salientar algumas regras de boas práticas a ter no dia a dia das crianças e jovens bem como incentivar a realização de pequenas tarefas no quotidiano. |
| Quinta Pedagógica - Caça Insectos e Peddy Paper (Pic-Nic) | A Quinta Pedagógica dos Olivais disponibiliza anualmente, coincidindo com o ciclo escolar, um Plano de Oferta de atividades diversas de caráter cultural, educativo e pedagógico. A realização destas atividades promove a imagem de ruralidade incluindo os vários afazeres da lavoura, pecuária e cozinhas tradicionais (doçaria, queijaria e padaria), as hortas pedagógicas, contacto com os animais, a cerâmica e ainda diversos eventos relacionadas com as festas e acontecimentos do calendário rural. |
| Ténis Campo | O Ténis é uma atividade de competição jogada por norma com 2 jogadores à vez, um contra o outro. O ténis melhora a circulação e estimula tanto o coração como o cérebro, sendo uma excelente forma de manter a saúde e conhecido como um grande aliado a combater o stress. |
| Jogo do Splash | O objetivo do jogo é os atiradores tentarem acertar com os balões dentro do balde de água enquanto os recetores tentam defender com um bastão de plástico. Cada jogador atira três balões e depois troca de posto com o colega. Ganha a equipa que conseguir acertar mais balões dentro do balde. |
| Oceanário | Um grande aquário central, com 5 milhões de litros de água salgada. Quatro habitats marinhos criam a ilusão que estamos perante um só aquário e um só oceano. A visita desenrola-se em dois níveis, o terrestre e o subaquático, atravessando as águas temperadas, tropicais e frias dos diferentes oceanos do planeta. |
| Museu da Lourinhã - Dinossauros | O acervo do Museu da Lourinhã possui um grande número de peças que podem ser agrupadas em três áreas de coleção. Estas estão representadas nas exposições de longa duração de Arqueologia, Etnografia e Paleontologia. Além das exposições de longa duração, o Museu realiza regularmente exposições temporárias, subordinadas a um tema. O Museu criou recentemente uma Exposição Itinerante de Paleontologia, que inclui uma mostra representativa do acervo, e um conjunto significativo de informações, em cartazes de grande formato, tendo já realizado várias edições por todo o país. |
| Workshop de Sushi | O Sushi é uma iguaria de origem japonesa, caracterizado por ser feito de arroz temperado, enrolado em peixe cru ou frutos do mar frescos, vegetais, frutas, ovos e algas. Neste workshop iremos dar a conhecer como se prepara as diversas peças de sushi, com prova de degustação! |
| Campeonato Ping-Pong | No Ping-Pong desafiar tudo e todos, e ver quem sairá vencedor deste Campeonato que é conhecido como sendo o desporto com o tipo de bola mais rápida do mundo. |
| Pavilhão do Conhecimento | Os alunos visitarão as exposições do Pavilhão do Conhecimento. A visita às exposições tem uma duração média de 1h30min e está previsto que cada grupo. |
| Aquarama - mundo submarino | A bordo do moderno semi-submersível "Apnea" da Sociedade Aquarama, podes usufruir de um cruzeiro pela costa de Sesimbra, este barco com o seu casco submerso transparente, oferece uma visão panorâmica do mundo submarino. O barco é composto por dois pisos: o piso superior permite observar a costa rochosa da região de Sesimbra. No piso inferior, abaixo da linha de flutuação poderás mergulhar no Atlântico sem molhar os pés e observar a fauna e flora que caracterizam esta costa. |
| Visita ao Farol de Sesimbra | O farol do Cabo Espichel é um farol português que se localiza no cabo de mesmo nome, em Sesimbra, freguesia do Castelo, Distrito de Setúbal, Portugal. Há notícias que já em 1430 a irmandade de N. S.ª do Cabo tinha instalado um farolim predecessor do atual farol. A torre atual foi inaugurada em 1790, em 1865 era alimentada por azeite, mudando de combustível em 1886, quando a sua luz passou a ser alimentada por incandescência de vapor de petróleo e, muito mais tarde em 1926 por electricidade.... muitas outras informações iremos encontrar! |
| Workshop "A segurança Rodoviária" | O workshop "A segurança Rodoviária" visa alertar as crianças e jovens para o cumprimento de regras e condutas a ter na via pública bem como um conhecimento básico dos sinais existentes. |
| Workshop de Jardinagem | No Workshop de Jardinagem pretende-se um contato com a terra e as plantas, sensibilidade hoje tão distante nas vidas cidadinas de hoje. Esta é uma experiência enriquecedora da vida vegetal que preparamos para as crianças e jovens. |
| Museu Pólvora - Visita Encenada A Real Fábrica da Pólvora | As visitas encenadas procuram fomentar o conhecimento do Palácio Marquês de Pombal interligando as temáticas com os currículos escolares. Através do recurso à recriação histórica e através de figuras vivas e diálogos assentes na linguagem e costumes da época são focados factos históricos, culturais e sociais de modo a transmitir a realidade quotidiana daquele período num contraponto com os nossos dias. |

| | |
|--------------------|---|
| Jogo dos Cubinhos | O jogo dos cubinhos consiste em dois jogadores, à vez, que colocam cada um a sua pedra de gelo no centro da mesa e, apenas com um toque, tentam derrubar o adversário da mesa(só podem tocar uma vez alternadamente), ganha o primeiro que conseguir deitar o outro ao chão ou aquele cujo a pedra derreta em ultimo lugar. |
| Museu do Dinheiro | O Museu do Dinheiro apresenta o tema do dinheiro, a sua história e evolução, em Portugal e no mundo. |
| Salinas do Samouco | Vamos conhecer as salinas do Samouco, numa visita de grupo guiada. O guia responsável pelo grupo prestará todas as informações desde a fauna e flora como a salicultura, ao longo de um agradável percurso (o trilho do Falmingo e o trilho do Permilongo). |
| Aquashow (Algarve) | O Aquashow Park Hotel é o maior parque em Portugal, com escorregas, piscina de natação, piscina de ondas, montanha russa aquática, shows e muito mais. Localizado na saída da principal auto-estrada A22, em Quarteira. |

Boas Férias!