

Verão Ar Livre 2019

Parque Florestal de Monsanto Serra de Sintra

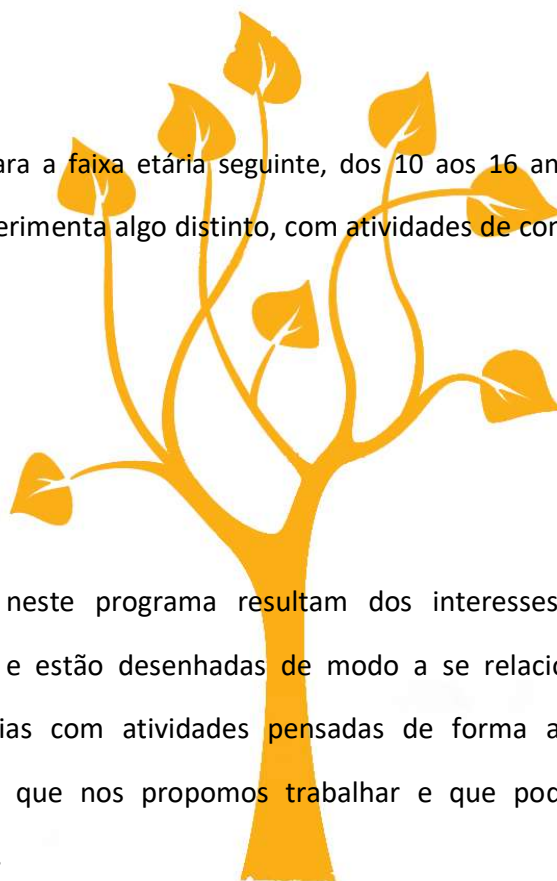
Jovens dos 10 aos 16
Dias 18 e 19 de Julho

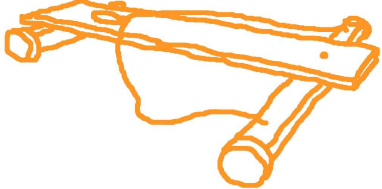

Uma vez mais o teu Clube oferece um programa de Verão para aproveitares as tuas férias na natureza, no qual poderás experimentar atividades diferentes no Parque Florestal de Monsanto e também na Serra de Sintra.

Este ano resolvemos fazer uma proposta para a faixa etária seguinte, dos 10 aos 16 anos, com desafios mais exigentes e emocionantes! Experimenta algo distinto, com atividades de construção e de aventura em plena natureza!

Programa

As áreas que nos propomos trabalhar neste programa resultam dos interesses e das experiências específicas dos orientadores e estão desenhadas de modo a se relacionarem, influenciando-se mutuamente. São 2 dias com atividades pensadas de forma a serem desafiantes e motivantes para as idades que nos propomos trabalhar e que podem ser frequentados em separado ou em conjunto.



VERÃO AR LIVRE – 10 aos 16 ANOS		
	Construção Carrinhos de Rolamentos Parque Calhau	Caminhada Escalada e Rapel Serra de Sintra
		
	5ª Feira	6ª Feira
9h00/ 10h00	9h00 – Sede do CAAL	9h00 - Partida da Estação de Comboios de Sete Rios
		10h00 - Partida da Estação de Comboios de Sintra
10h00 13h00	Construção e Experimentação de Carrinhos de Rolamentos, Andas e outros Jogos Tradicionais	Caminhada e Escalada na Vila Sassetti
13h00 14h00	Piquenique Parque do Calhau	Piquenique Penedo da Amizade
14h00 18h00	Continuação das atividades da manhã Corrida de Carrinhos de Rolamentos	Rapel no Penedo da Amizade e Caminhada de regresso
17h00/ 18h00	18h00 – Sede do CAAL	17h00 - Chegada da Estação de Comboios de Sintra
		18h00 - Chegada da Estação de Comboios de Sete Rios

O dia 18 desenvolve-se no Parque Florestal de Monsanto, iniciaremos o dia na envolvente do CAAL com atividades de construção de diversos jogos tradicionais como carrinhos de rolamentos, andas, etc... e sua experimentação. Depois de termos treinado as nossas capacidades de carpintaria e de perícia daremos inicio a uma corrida de carrinhos de rolamentos!

O dia 19 será na Serra de Sintra, podendo iniciar-se na Estação de Comboios de Sete Rios ou na de Sintra, consoante as preferências de cada participante. Iremos caminhar até à Vila Sassetti, onde faremos a nossa atividade de escalada. De seguida vamos explorar os jardins desta vila até ao Penedo da Amizade, onde será a aventura do Rapel. De regresso descemos por um percurso diferente e terminamos novamente nos mesmos 2 locais da manhã.

À hora da refeição está previsto um piquenique num local diferente.

Observações

Os jovens devem trazer vestuário e calçado adequados a este tipo de atividades, para que se possam mover livremente e eventualmente sujar. Devem trazer o seu próprio almoço e lanches (apropriados para Picnic) numa mochila confortável e uma garrafa para se abastecerem pelo caminho nos pontos de água (no dia de Sintra devem trazer pelo menos 1 litro de água). É necessário trazer chapéu, agasalho e protetor solar. Uma vez que estamos a trabalhar com jovens de 2019, o uso de smartphones será permitido, mas serão solicitados alguns cuidados na partilha de fotografias.

Os monitores levarão sempre consigo caixa de primeiros socorros e telemóvel.

Datas: Dias 18 e 19 de Julho

Horário: 9h00 às 18h00 *

*(10h00 às 17h00 se optar pela Estação de Comboios de Sintra).

Custo: 40 euros/dia ou 70 euros/2 dias

10% desconto para o 2º irmão



Condições:

Não inclui alimentação.

Inclui seguro de danos próprios e material desportivo e didático.

Realiza-se com um mínimo de 8 jovens e máximo de 12 (dia 18) e 10 (dia 19). O CAAL reserva-se o direito de não realizar a atividade caso não se atinja o nº mínimo de inscrições.

Durante as atividades serão tiradas fotografias e enviadas aos pais dos participantes dessa semana no fim da mesma. As fotografias nas quais os jovens não estejam facilmente identificáveis poderão ser utilizadas pelo CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre e pelos elementos da equipa pedagógica para efeitos de promoção de atividades futuras, sempre com o cuidado de não publicar fotografias com o rosto visível, sendo aceite por quem participa a sua divulgação somente entre os jovens inscritos no mesmo dia de atividades e seus pais. Uma vez que os jovens poderão levar smartphones, pedimos que os pais reforcem junto aos seus filhos a necessidade de respeitarem a privacidade de todos e de não publicarem imagens uns dos outros sem autorização dos mesmos.

Equipa Pedagógica

Salomé Galamba, 39 anos de idade, é professora de Atividades de Enriquecimento Curricular do Ensino Básico nas áreas das expressões artísticas e colabora na dinamização de diversos programas pedagógicos e de animação para crianças. É Arquitecta e Mestre em "A Criança e as Artes" pela Escola Superior de Educadores de Infância Maria Ulrich, com especial interesse pelas áreas da expressão plástica e dramática e da relação das crianças com a natureza. Frequentou o workshop "Sharing Nature" promovido pela Associação Movimento Bloom, fez formação de Animadores de Campos de Férias e de Ateliers de Tempos Livres na Associação para a Promoção Cultural da Criança e tem o curso de Socorrismo Pediátrico da Cruz Vermelha Portuguesa.

Sérgio Godinho, 41 anos de idade, é Arquiteto e Guia da Natureza licenciado pela Universidade dos Açores com conhecimentos nas áreas da botânica, geologia, orientação, escalada e

montanhismo. Fez uma formação como guia do Jardim Botânico da Ajuda direcionada a visitas com escolas, onde presentemente faz atividades com crianças dos 4 aos 12. Teve formação como socorrista promovido pelos bombeiros de Angra do Heroísmo. Desenvolve atividades de pedestrianismo, escalada e orientação com entidades e escolas do Concelho.

Juntos desenvolvem atividades para crianças no Parque Florestal Monsanto desde 2015.

Email para Inscrição: veraoarlivre@gmail.com

Contactos

CAAL – Clube de Actividades de Ar Livre
ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBIENTE

Centro Associativo do Calhau – Sítio do Calhau
Parque Florestal de Monsanto
1500-045 Lisboa
Tel.: 21 778 83 72
email: caal@mail.telepac.pt
Internet: <http://www.clubearlivre.org>

