

Verão Ar Livre 2023

Crianças dos 6 aos 12 anos

De 3 a 7 de Julho

De 10 a 14 de Julho

De 24 a 28 de Julho



O Clube de Actividades de Ar Livre está de volta com mais um programa de Verão, destinado a despertar e desenvolver a ligação de crianças e jovens com a natureza!

Durante o mês de Julho crianças e jovens poderão experimentar as mais diversas atividades num espaço único – o **Parque Florestal de Monsanto**, o pulmão verde da capital.

A sede do CAAL, inserida em pleno montado, permite o fácil acesso a diversos equipamentos para um Verão em grande, como o Parque da Pedra, a Mata de São Domingos de Benfica e o Campo de jogos do Calhau, que complementam um parque florestal único onde são possíveis caminhadas temáticas, jogos de orientação e interpretação de fauna e flora, escalada e brincadeiras várias.

Experimenta algo distinto, com ateliers práticos, atividades e jogos que vão desenvolver o teu gosto pela natureza!

Este ano contamos com uma nova monitora, a Helena, que se estreou connosco nas férias de Páscoa e que permite diversificar e enriquecer a nossa oferta, com workshops didáticos com utilização dos recursos naturais.

A descoberta da natureza vai fazer-se através de caminhadas temáticas, jogos de orientação, escalada, desafios sensoriais e ateliers de interpretação de fauna e flora e também expressão plástica, promovendo assim um contágio saudável entre disciplinas e experiências complementares. Vão ser propostos jogos de cooperação e dinâmicas de grupo para motivar e facilitar o relacionamento entre as crianças ao longo do projeto.

O dia inicia-se no CAAL com a receção das crianças e o desenvolvimento de dinâmicas de grupo para facilitar o relacionamento entre as crianças e para apresentar a aventura do dia. Com a duração de 1 hora este período visa também absorver eventuais atrasos.






A maior parte dos dias será organizada em torno da descoberta de um percurso temático por Monsanto (+- 2 horas), com características específicas e diferente a cada dia, intercalado por jogos de interpretação do espaço, fauna e flora.

A meio da semana teremos um dia mais tranquilo para reposição de energias com atividades construtivas mais perto da sede do clube que despertam a criatividade das crianças.




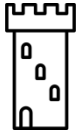

À hora da refeição está previsto um piquenique num local diferente com tempo suficiente para descansar e brincar livremente.

Ao fim do dia regressamos ao CAAL e temos diariamente um período de partilha e reflexão sobre o dia e as experiências vividas, as crianças podem então optar por desenvolver um atelier de expressão plástica ou outras atividades que proponham.





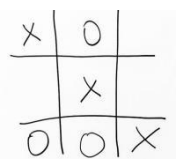
Programa 3 a 7 Julho

VERÃO AR LIVRE					
Explorar o Monsanto	Workshop e Arte com Sombras	Orientação E Workshop	Herbário e Escalada de Árvores	Workshop e Jogos de grupo	
					
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
9h30 10h30	CAAL - Acolhimento e dinâmicas de grupo				
10h30 12h30	Caminhada 'Vamos Explorar o Monsanto '	Orientação	Workshop Desenho dos sentidos	Elaboração de Herbário	Workshop Panquecas marítimas
12h30 14h30	Piquenique na Mata de São Domingos	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Brincadeira Livre	Piquenique Brincadeira livre
14h30 16h30	Visita ao centro de Interpretação do Monsanto	Workshop de nós e técnicas de cordas	Workshop Pintura de Pedras	Escalada de árvores	Caminhada Parque da Pedra Jogos Tradicionais
16h30 17h30	Partilha e reflexão Ateliers de expressão plástica / Actividades propostas pelas crianças				

Programa 10 a 14 Julho

VERÃO AR LIVRE					
Explorar o Monsanto	Construção de cabanas e Workshop	Pedipaper e RocArte	Workshop e Escalada	Workshop e Jogos de grupo	
	 mud hut				
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
9h30 10h30	CAAL - Acolhimento e dinâmicas de grupo				
10h30 12h30	Caminhada 'Vamos Explorar o Monsanto '	Construção de estrutura da cabana	Workshop Tingimento de roupa I	Workshop de sabão natural	Workshop Forno Solar
12h30 14h30	Piquenique na Parque da Pedra	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Brincadeira Livre	Piquenique Mata de São Domingos
14h30 16h30	Subir e descer Rampas!	Land Art	Workshop Tingimento de roupa II	Escalada na torre de São Domingos	Jogos Tradicionais
16h30 17h30	Partilha e reflexão Ateliers de expressão plástica / Actividades propostas pelas crianças				

Programa 24 a 28 Julho

VERÃO AR LIVRE					
Explorar a Floresta	Workshop e Orientação	Workshop Arte	Workshop e Escalada de árvores	Workshop e Jogos de grupo	
					
2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
9h30 10h30	CAAL - Acolhimento e dinâmicas de grupo				
10h30 12h30	Explorar o Monsanto	Workshop fotografias temporárias	MudArt	Workshop de Sobrevivência	Workshop Pintura com sombras
12h30 14h30	Piquenique Panorâmico Brincadeira Livre	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Parque do Calhau Brincadeira Livre	Piquenique Parque na Pedreira Brincadeira Livre
14h30 17h00	Trepar às árvores!	Orientação	Workshop de nós e técnicas de cordas	A árvore Ideal! Escalada	Jogos Tradicionais
17h00 17h30	Partilha e reflexão Ateliers de expressão plástica / Actividades propostas pelas crianças				

OBSERVAÇÕES:

As crianças/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 (apropriado para Picnic) numa mochila confortável e uma garrafa para se abastecerem pelo caminho nos pontos de água. **É necessário trazer chapéu, agasalho e protetor solar. Dada a ligação que pretendemos criar entre a floresta e as crianças/jovens, agradecemos que evitem o uso de smartphones nestas semanas de atividades.**

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

HORÁRIO

9h30 às 17h30 *

CUSTO:

110 euros/semana

10% desconto para o 2º irmão

10% desconto na 2ª semana

CONDIÇÕES:

Não inclui alimentação. Inclui seguro de danos próprios e material desportivo e didático. Realiza-se com um mínimo de 8 crianças e máximo de 12. O CAAL reserva-se o direito de não realizar a atividade caso não se atinja o nº mínimo de inscrições.

* O horário deve ser cumprido para não afetar o normal funcionamento das atividades. Às 18h inicia outra atividade do Clube (Multiactividades) não sendo possível alargar o horário.

EQUIPA PEDAGÓGICA: Helena Pedro, Rui Passos e Sérgio Godinho

Email para Inscrição: caal@mail.telepac.pt