



**A EXPLICOLÂNDIA NA REVISTA DE DOMINGO DO JN E DN**

**7 DE SETEMBRO DE 2008**

ROTEIRO

# Tempo para tudo

RECOLHA Rita Tavares

O tempo é o que dele fazemos, e o início do ano lectivo não significa que temos de deixar de fazer tudo o que gostamos. Antes pelo contrário. ▸ Fugir à rotina da escola é um desafio que se enfrenta com prazer. ▸ O que não faltam são propostas de actividades didácticas, artísticas, desportivas, científicas, para todos os gostos e idades. ▸ Fique com algumas.

68 » **noticias**magazine 07.AGO.2008



Escola de Surf do Norte, para os mais radicais.

para desenvolver a coordenação dos mais pequenos, e os cursos livres ou oficiais, onde se aprende a tocar instrumentos como piano, guitarra, bateria e violoncelo.

**LOCAL** Oeiras. **IDADES** A partir dos 0 meses. **HORÁRIO** De segunda a sexta-feira, das 15h00 às 20h00; sábados, das 09h00 às 14h00. **PREÇO** Entre € 41,65 e € 128,93 (descontos para cursos em família). **CONTACTOS** [www.improvisio.pt](http://www.improvisio.pt). [secretaria@improvisio.pt](mailto:secretaria@improvisio.pt). Tel.: 214465996.

## Escola de Surf do Norte

Para jovens que apreciam actividades mais radicais, esta escola propõe várias modalidades desportivas. Para os que gostam de praia, aulas de *surfe bodyboard* (inclusive iniciação). Para quem preferir ficar em terra, aulas de iniciação ao ténis (com possibilidade de transporte da escola para os courts).

**LOCAL** Leça, Matosinhos ou Boavista. **IDADES** A partir dos 6 anos. **HORÁRIO** Fins-de-semana, às 11h00 e/ou outro horário sob marcação prévia (1.ª actividade); todos os dias (à semana) em horário a combinar (2.ª actividade). **PREÇO** 1.ª actividade - € 70 ou € 125 (5 ou 10 aulas de iniciação), € 30 ou € 55 (mensalidade 1 ou 2xsemana); 2.ª actividade - € 30 (mensalidade 1xsemana), € 45 (mensalidade 2xsemana). **CONTACTOS** [www.surfaventura.com](http://www.surfaventura.com); [info@surfaventura.com](mailto:info@surfaventura.com). Tel.: 963156441 ou 963898095.

## Escola Equestre de Aveiro

Durante todo o ano, a Escola Equestre de Aveiro propõe aulas de equitação onde as crianças aprendem a modalidade e usufruem do espaço, em contacto permanente com a natureza e os animais. Para além das aulas de equitação, a escola dispõe do programa «Sábados na Quinta», que se realiza no primeiro sábado de cada mês. Um sábado em família com um atelier, uma visita e um passeio a cavalo ou de pônei.

**LOCAL** Aveiro. **HORÁRIO** De terça-feira a sábado. **PREÇO** Entre € 49 e € 59,50 (mensalidade - quatro aulas ou senhas); € 80 (mensalidade - oito aulas). **CONTACTOS** [www.escolaequestreaveiro.com](http://www.escolaequestreaveiro.com); [quinta.pedagogica@escolaequestreaveiro.com](mailto:quinta.pedagogica@escolaequestreaveiro.com). Tel.: 234912108 ou 917365208.

## Explicolândia

Para crianças que desejam adquirir conhecimentos básicos em informática, um curso completo com introdução à informática, processamento de texto, criação de apresentações, aplicação de desenhos e utilização da internet. A Explicolândia dispõe também de um curso educacional onde as crianças partem à descoberta das letras, dos números e aprendem actividades didácticas e plásticas.

**LOCAL** Sacavém. **IDADES** Dos 4 aos 10 anos. **HORÁRIO** De segunda a sexta-feira,

das 09h30 às 19h30. **DURAÇÃO** 25 horas (Curso de Informática ou educacional)

**PREÇO** Curso de Informática - entre € 18 e € 63 consoante os módulos, € 200 o pacote completo; Curso Educativo - € 45 por módulo, € 200 o pacote completo. **CONTACTOS** [www.explicolandia.com](http://www.explicolandia.com); [explicolandia@hotmail.com](mailto:explicolandia@hotmail.com). Tel.: 210010495 ou 965226749.

## Parque Biológico de Gaia

O Parque Biológico de Gaia propõe tempos livres com a natureza. Com uma série de actividades de educação ambiental e descoberta da natureza como visitas guiadas ao parque, caças ao tesouro e inúmeros ateliers didácticos diurnos e nocturnos, as crianças não só estimulam o gosto pela natureza como

aprendem através dela. Para este mês sugerimos-lhe três programas: «Vindima no Parque», «Anilhagem Científica de Aves Selvagens» e o concurso de fotografia da natureza «Parques e Vida Selvagem».

**LOCAL** Avintes. **IDADES** A partir dos 5 anos. **DATA** Programa disponível no site.

**CONTACTOS** [www.parquebiologico.pt](http://www.parquebiologico.pt) (para consulta do programa); [atendimento@parquebiologico.pt](mailto:atendimento@parquebiologico.pt); Tel.: 227878138.

## Holmes Place

Porque o desporto e a actividade física são indispensáveis a um crescimento saudável, no Holmes Place encontra actividades desportivas não só para os adultos, mas também para os mais novos. Natação, ballet, boxe, capoeira, hip-hop, são algumas das actividades que encontra durante toda a semana.

**LOCAL** Em todo o país (consultar o site);

**IDADES** A partir dos 3 meses. **HORÁRIO**

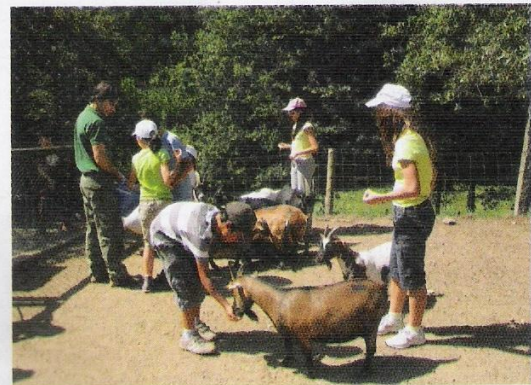
Durante toda a semana, com a duração de 30 ou 60 minutos conforme as idades.

**CONTACTOS** [www.holmesplace.pt](http://www.holmesplace.pt). Tel.: 21919200 (Holmes Place Beloura).

## Jardim Botânico da Ajuda

«Laboratórios Pedagógicos», «Exploradores dos 5 Sentidos», «Do Jardim ao Microscópio», são algumas das actividades propostas pelo Jardim Botânico da Ajuda para os tempos livres. De acordo com o ano escolar frequentado, e com o programa, serão realizadas actividades ao ar livre, se o tempo o permitir.

**LOCAL** Lisboa. **IDADES** A partir dos 4 anos. **DATA** Sujeito a marcação, com um mínimo de participantes. **CONTACTOS** [www.jb.pt](http://www.jb.pt); [proambiente@sapo.pt](mailto:proambiente@sapo.pt). Tel./Fax: 213622503 e 917616954.



Educação ambiental no Parque Biológico de Gaia.