



A EXPLICOLÂNDIA NA REVISTA DE DOMINGO DO JN E DN

7 DE SETEMBRO DE 2008

ROTEIRO

# Tempo para tudo

por Inês 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.

66 - notícias | setembro 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** Leiria. **IDADES** A partir dos 3 meses. **HORÁRIO** De segunda a sexta-feira, das 19h00 às 20h00; sábados, das 9h00 às 14h00. **PREÇO** Entre € 40,00 e € 126,00 (descontos para cursos em família). **CONTACTOS** [www.improvista.pt](http://www.improvista.pt); secretaria@improvista.pt; Tel: 214466996

### 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 surf e bodyboard (inclusive iniciação). Para quem preferir ficar em terra, aulas de iniciação ao ténis (com possibilidade de transporte da escola para os coearts).

**LOCAL** Leiria, Malveiras ou Espavosa. **IDADES** A partir dos 6 anos. **HORÁRIO** Fim-de-semana, às 10h00 e/ou outro horário sob marcação prévia. 1ª actividade: 100,00; 2ª actividade: 50,00; 3ª actividade: 50,00; 4ª actividade: 50,00; 5ª actividade: 50,00; 6ª actividade: 50,00; 7ª actividade: 50,00; 8ª actividade: 50,00; 9ª actividade: 50,00; 10ª actividade: 50,00. **PREÇO** 1ª actividade - € 70 ou € 120 (5 ou 10 aulas de iniciação); 2ª - € 90 ou € 95 (mensalidade 1 ou 2 semanas); 3ª - € 45 (mensalidade 2 semanas). **CONTACTOS** [www.surfaventura.com](http://www.surfaventura.com); info@surfaventura.com; Tel: 963956441 ou 963896095.

### 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 Quintas», 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 póni.

**LOCAL** Aveiro. **HORÁRIO** De terça-feira a sábado. **PREÇO** Entre € 40 e € 50,50 (mensalidade - € 1070 a € 1000 (ou semanal); € 100 (mensalidade - oito aulas). **CONTACTOS** [www.escolaequestreaveiro.com](http://www.escolaequestreaveiro.com); quinta.pedagogica@escolaeq.aveiro.com; Tel: 23492108 ou 97366208.

### 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 18h30. **DURAÇÃO** 25 horas. **CURSO** de informática ou educacional. **PREÇO** Curso de informática - entre € 18 e € 60 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; Tel: 21009496 ou 965226749.

### Parque Biológico de Gala

O Parque Biológico de Gala 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** Avença. **IDADES** A partir dos 5 anos. **DATA** Programa disponível no site. **CONTACTOS** [www.parquebiologico.pt](http://www.parquebiologico.pt) (para consulta do programa); info@parquebiologico.pt; Tel: 227678383.

### 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 tróico das (consultar o site). **IDADES** A partir dos 3 meses. **HORÁRIO** Durante toda a semana, com a duração de 30 ou 45 minutos consoante as idades. **CONTACTOS** [www.holmesplace.pt](http://www.holmesplace.pt); Tel: 21819200 (Holmes Place Beiraú).

### 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** Segundo semestre, durante o mês de participação. **CONTACTOS** [www.jb.pt](http://www.jb.pt); praia@jbpt.pt; Tel/Fax: 213622903 e 97496254.



Educação ambiental no Parque Biológico de Gala.