



Organização:  
**SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora**  
Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora  
Registo IPDJ 386/DRLVT

# AMADORA FÉRIAS NA CIDADE SUB 15

## Programa de Atividades *Campos de Férias*

### SEMANA 1 (29 de junho a 3 de julho)

Horário	29 de junho Segunda-feira	30 de junho Terça-feira	1 de julho Quarta-feira	2 de julho Quinta-feira	3 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra Gelo & Ténis de Mesa	Piscina do Monsanto	"A Magia das Cores" Casa Roque Gameiro	Visita Grupo Rádio Comercial - M80 e Cidade FM (Metro)	Quiz & Karaoke & Just Dance sede SFRAA
13h00-14h30	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço Piquenique (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>
14h30-16h00	Workshop de Reiki sede SFRAA	Piscina do Monsanto	Workshop Dancehall Grupo de Dança <i>Swagga Dem</i>	Workshop de Trampolins sede SFRAA	Escola de Mobilidade da Amadora + Mini-Golf Parque Aventura
16h00	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

#### Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA  
**FÉRIAS  
NA CIDADE**  
SUB 15

**Programa de Atividades**  
*Campos de Férias*

**SEMANA 2 (6 a 10 de julho)**

Horário	6 de julho Segunda-feira	7 de julho Terça-feira	8 de julho Quarta-feira	9 de julho Quinta-feira	10 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra Gelo & Jogos Tradicionais	<i>"Farmácia Rural"</i> Núcleo Museológico do Casal da Falagueira (Parque Aventura)	Workshop de Karaté sede SFRAA	Praia Carcavelos (Carris)	Basquetebol / Intercâmbio CAF Terra dos Arcos
13h00-14h30	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço Piquenique (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>
14h30-16h00	Voleibol / Intercâmbio CAF Terra dos Arcos	Atelier de Fotografia sede SFRAA	Museu das Ilusões de Lx (Metro)	Praia Carcavelos	Workshop com Associação Portuguesa de Speedcubing (Cubo Mágico) sede SFRAA
16h00	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

**Observações:**

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA  
**FÉRIAS  
NA CIDADE**  
SUB 15

## Programa de Atividades

### Campos de Férias

#### SEMANA 3 (13 a 17 de julho)

Horário	13 de julho Segunda-feira	14 de julho Terça-feira	15 de julho Quarta-feira	16 de julho Quinta-feira	17 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra Gelo & Ténis de Mesa	Visita ao Clube de Futebol Estrela da Amadora	Visita a Rádio RFM (Estrada da Buraca, Lisboa)	"Dando Asas À Imaginação" Núcleo Museológico do Casal da Falagueira (Parque Aventura)	Piscina do Monsanto
13h00-14h30	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço Piquenique (incluído)</b>
14h30-16h00	Atelier de Teatro sede SFRAA	Workshop de Malabarismo sede SFRAA	Workshop de Capoeira Parque da Mónica	Companhia de Teatro dos Aloés sede SFRAA	Piscina do Monsanto
16h00	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

#### Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA  
**FÉRIAS  
NA CIDADE**  
SUB 15

**Programa de Atividades**

*Campos de Férias*

**SEMANA 4 (20 a 24 de julho)**

Horário	20 de julho Segunda-feira	21 de julho Terça-feira	22 de julho Quarta-feira	23 de julho Quinta-feira	24 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra Gelo & Badminton	<i>"À Descoberta do Jardim"</i> Casa Roque Gameiro	Workshop de Judo Academia de Judo da Amadora sede SFRAA	Praia Carcavelos (Carris)	Triatlo - Modalidade Natação (Piscina da Boavista)
13h00-14h30	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço Piquenique (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>
14h30-16h00	Rope Skipping sede SFRAA	Workshop de Trampolins sede SFRAA	Sessão "Cinema & Pipokas" sede SFRAA	Praia Carcavelos	Workshop de Karaté sede SFRAA
16h00	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

**Observações:**

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA  
**FÉRIAS  
NA CIDADE**  
SUB 15

**Programa de Atividades**

*Campos de Férias*

**SEMANA 5 (27 a 31 de julho)**

Horário	27 de julho Segunda-feira	28 de julho Terça-feira	29 de julho Quarta-feira	30 de julho Quinta-feira	31 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra Gelo & Jogos Tradicionais	Manhã Sobre Rodas Parque da Mónica	"Dar Vida ao Barro" Casa Roque Gameiro	Jardim Zoológico (Metro)	Atletismo Complexo Desportivo Municipal Monte da Galega
13h00-14h30	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>	<b>Almoço Piquenique (incluído)</b>	<b>Almoço (incluído)</b>
14h30-16h00	Workshop de Expressão Dramática sede SFRAA	Torneio de Ténis de Mesa Sede SFRAA Intercâmbio CAF Terra dos Arcos	Boardgame Center Jogos de Tabuleiro sede Grupo de Boardgamers, Amadora	Jardim Zoológico	Quiz's & Karaoke & Just Dance sede SFRAA
16h00	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>	<b>Lanche (incluído)</b>
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

**Observações:**

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.