

Rede de Equipamentos Lúdicos

Centro Lúdico de Massamá

Janeiro

PROGRAMAÇÃO GERAL

Quartas-feiras . 10h00

“CLUBE SERATIVO”

O Centro Lúdico dispõe de um programa de atividades para maiores de 35 anos. Uma ocupação do tempo livre dinâmica e saudável. Yoga, cinema, ginástica, passeios, caminhadas, dança, informática, culinária e muito mais... Se é uma pessoa que gosta de partilhar bons momentos e conhecimentos, venha ter connosco. A inscrição é gratuita.

Todos os dias

“SPOT JOVEM”

O Spot Jovem é um espaço à tua medida. Se tens mais de 14 anos, este é o espaço ideal para estares com os teus amigos. Podem conversar, dançar, ouvir música e dar asas à vossa imaginação. Apareçam e façam do Spot Jovem a vossa segunda casa! Maiores de 14 anos

11 janeiro . 15h30

“DAR COR AO MOVIMENTO”

Atividade em que através do movimento corporal, os participantes vão descobrir a sua identidade em harmonia com a música, deixando o corpo desenhar livremente. A partir dos 6 anos.

25 janeiro . 15h30

HORA DO CONTO “LEONARDO O MONSTRO TERRÍVEL”

Vem conhecer o Leonardo, ele é um monstro pequeno, felpudo e inofensivo... Leonardo procura o menino mais assustado do mundo inteiro. Não faltes! Todas as idades.

ATIVIDADES EDUCATIVAS

PROGRAMA DE ATIVIDADES PARA GRUPOS E ESCOLAS

Com marcação prévia

GEOLOGIA DE BAIRRO – EXPOSIÇÃO/ HORA DO CONTO

“A pedrinha brilhante”

Exposição de amostras geológicas alusivas às singularidades geológicas de cada bairro. Exposição guiada pelo professor Rui Oliveira, que pretende incentivar, nos residentes, o interesse pela “descoberta” dos múltiplos aspetos de interesse local. “Num mar oceânico, longe muito longe existe uma ilha grande com uns montes altos, muito altos porque a ilha nasceu vulcão.....”; “(...) mas...quando o Simão se preparava para pegar no primeiro pedaço da rocha, a tal negra e dura agora fragmentada, repara que no meio dos pedaços está uma pedrinha brilhante! “

Para jardins-de-infância e turmas do 1º, 2º e 3º ciclo do ensino básico.

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

Nesta oficina, vais ter oportunidade de explorar várias técnicas e materiais. Vem criar as tuas obras de arte connosco! Para jardins-de-infância e turmas do 1º ciclo do ensino básico

“IOGA”

Exercícios de respiração e concentração que ajudam as crianças a crescer com o outro, lidar com medos e enfrentar pressões do dia-a-dia. Corpo e mente em harmonia para aprendizagens saudáveis e efetivas, apresentadas de uma forma lúdica. Para jardins-de-infância e turmas do 1º ciclo do ensino básico.

CONTACTOS | CENTRO LÚDICO DE MASSAMÁ

Rua das Rosas, 2745-872 Queluz

Tel. | 21 439 20 86

Email | deju.clmassama@cm-sintra.pt