

# OUT.

## AGENDA QUINTA DO PASSAL 2014

**G**  
**GONDOMAR**  
*é D'ouro*  
MUNICÍPIO DE GONDOMAR

**G**  
**GONDOMAR**  
*é Natureza*

Programa Fora de Horas

### PROGRAMA SEJA ATIVO

*Treino de 50 minutos de exercício físico personalizado, para quem quer emagrecer, ganhar massa muscular, perder barriguinha ou apenas manter a condição física.*

Custo: 2€/aula (participação livre para maiores 16 anos).  
\*Horário: 2ª / 5ª feiras: 18h45 – 19h30; sábados: 10h00 – 11h00

**DE 2ª A SÁBADO** | 10h00-18h00

Programa Fora de Horas

### PROGRAMA GONDOMAR A PEDALAR

*reserva gratuita de bicicletas para circulação em Gondomar por períodos de 4 horas.*

Maiores de 14 anos. Consultar regulamento específico.

A reserva no CEA da Quinta do Passal implica a apresentação de documento de identificação (CC ou BI).



**1 OUT.** | 14h30-16h00 | 16h30-18h00

Serviço Educativo

### ÁGUA – UM BEM TÃO PRECIOSO!

*Sendo a água doce um recurso precioso, básico e essencial à vida, é urgente a necessidade da sua preservação, assim vamos comemorar o Dia Nacional da Água e aprender, de uma forma lúdica, um pouco mais sobre como a poupar e proteger este bem tão escasso.*

Atividade gratuita

Sujeita a inscrição prévia

Destinatários: famílias



**4 e 18 OUT.** | 9h00-12h30

Serviço Educativo

### 1º ENCONTRO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL E SUSTENTABILIDADE EM GONDOMAR

*Iniciativa que decorrerá nos dias 4 e 18 de outubro, no Pavilhão Multiusos de Gondomar e que inclui apresentações teóricas e workshops práticos com diversos convidados.*

Destinatários: Alunos, docentes, especialistas e todos os interessados.

Inscrição Prévia

(Para mais informações consulte programa específico)



**4 OUT.** | 9h30-12h30

Parque dos Castanheiros (frente ao Multiusos de Gondomar), S. Cosme

Serviço Educativo

### DIA DO ANIMAL E MÉDICO VETERINÁRIO

- Campanha de adoção dos animais do CROAG (10h-12h)

- Aula de obediência canina (10h30-11h)

- 1º Encontro de animais adoptados no CROAG com foto de “família” (11h30)

- Jogos e atividades diversas (9h30- 12h30)

Atividades gratuitas

Destinatários: Todas as idades



**11 OUT.** | 10h30-12h00

Programa Sábados em Família

### “ATELIER DE OUTONO”

*O Outono chegou e com ele as folhas caídas, as bolotas, os ouriços, as castanhas, as pinhas e tantos outros elementos naturais que nos permitem dar asas à imaginação!*

Atividade Gratuita

Inscrição Prévia

Destinatários: famílias

**13 OUT.** | 15h00-18h00

Sessão de Esclarecimento

### FORMAÇÃO ADULTOS - “HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR”

Formadora: Dra Sara Cardoso - SC Consulting

- *Quais o requisitos legais a implementar;*

- *Conceitos básicos de Segurança Alimentar.*

Custo: 5 € / participantes

Inscrição Prévia

Destinatários: Comércio e serviços (talhos, peixarias, restauração, padarias, confeitarias e similares)

Nota: Entrega de certificado de frequência com nº de hora.



**15 OUT.** | 18h00-20h00

Sessão de Esclarecimento

### FORMAÇÃO ADULTOS - “OS PERIGOS OCULTOS NA ALIMENTAÇÃO”

Formadora: Dra Sara Cardoso – SC Consulting

*Saiba quais os principais perigos presentes nos alimentos que consumimos diariamente.*

Custo: 5 € / participantes

Inscrição Prévia.

Destinatários: público em geral

**16 OUT.** | 18h00-20h00

Sessão de Esclarecimento

### FORMAÇÃO ADULTOS - “DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO”

Hospital Escola - Universidade Fernando Pessoa

*O papel da alimentação saudável, em situações de doenças como a diabetes, entre outras.*

Gratuito, mas sujeito a inscrição prévia.

Destinatários: público em geral

**18 OUT.** | 10h00-12h00

Workshop

### FORMAÇÃO ADULTOS - “ARQUITETURA SUSTENTÁVEL – MATERIAIS E TÉCNICAS CONSTRUTIVAS”

Arquiteto Vítor Varão – Docente na ESAD

*A comunicação e apresentação irá ser explicativa e expositiva dos materiais que hoje podem ser utilizados em arquitetura sustentável, sua adaptabilidade e seu processo construtivo. Os materiais abordados irão desde a construção em adobe, taipa à construção com pneus, palha, incidindo nas técnicas e processos construtivos.*

Inscrição prévia

Destinatários: estudantes, profissionais, público em geral.



**25 OUT.** | 15h00-16h30

Programa Sábados em Família

### “SEMENTEIRAS DE OUTONO”

*Um atelier destinado aos mais novos onde vão ter a possibilidade de sujar as mãos com terra e divertir-se a semear plantas e árvores próprias da época.*

Atividade Gratuita

Inscrição Prévia

Destinatários: famílias

**INFORMAÇÕES  
E INSCRIÇÕES**

CENTRO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL DA QUINTA DO PASSAL

T. 224 837 065 / 224 662 650

quintadopassal@cm-gondomar.pt