

# Programa Outubro

espaço  
**zambujal**  
Junta de freguesia do castelo

Tradições  
e Ruralidades  
**lugar da terra**

## terça-feira

**Dia 11 | 10h30**  
**Oficina de Escrita Criativa**  
**Tema - O Fogo**  
O fogo escrito numa folha...  
Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Dia 25 | 10h30**  
**Expressão Plástica**  
Vem construir um mobile de frutos de Outono!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 25 | 14h30**  
**Oficina Criativa**  
**Desenhos com histórias**  
Em jeito de banda desenhada vem criar a tua própria história  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

## quarta-feira

**Dia 12 | 10h30**  
**Quartas Sêniores**  
**Oficina de Plástica**  
Projecto dedicado aos mais idosos da freguesia, para ocupação saudável dos seus tempos livres, através de actividades recreativas, lúdicas e de lazer  
Destinatários: crianças a partir dos 65 anos

**Dia 19 | 14h30**  
**Espaço Anima**  
Visionamento do filme "Angry Birds, de Fergal Reilly e Clay Kaytis  
Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Dia 26 | 10h30**  
**Quartas Sêniores**  
**Clube Ativo(expressão motora)**  
Projecto dedicado aos mais idosos da freguesia, para ocupação saudável dos seus tempos livres, através de actividades recreativas, lúdicas e de lazer  
Destinatários: crianças a partir dos 65 anos

## quinta-feira

**Dia 06 | 10h30**  
**Oficina da leitura**  
Vem cultivar o bom hábito de leitura através da partilha de contos e histórias!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 13 | 10h30**  
**Oficina da leitura**  
Vem cultivar o bom hábito de leitura através da partilha de contos e histórias!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 20 | 10h30**  
**Oficina da leitura**  
Vem cultivar o bom hábito de leitura através da partilha de contos e histórias!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 20 | 15h00**  
**Actividade física para a família!**  
Vem com os teus pais, manos ou avós, fazer exercício físico de uma forma divertida!  
Destinatários: crianças a partir dos 3 anos, acompanhadas por familiares

**Dia 27 | 10h30**  
**Oficina da leitura**  
Vem cultivar o bom hábito de leitura através da partilha de contos e histórias!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 27 | 15h00**  
**Actividade física para a família!**  
Vem com os teus pais, manos ou avós, fazer exercício físico de uma forma divertida!  
Destinatários: crianças a partir dos 3 anos, acompanhadas por familiares

## sexta-feira

**Dia 07 | 10h30**  
**Expressão Corporal**  
**Tema - O Fogo**  
Vem exercitar o corpo através de jogos de expressão corporal!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 07 | 14h30**  
**Oficina de Jogos**  
Jogos de tabuleiro e dinâmicas de grupo.  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 14 | 10h30**  
**Expressão Plástica**  
**Tema - O Fogo**  
As cores do fogo numa tela...  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 14 | 14h30**  
**Oficina de Jogos**  
Jogos de tabuleiro e dinâmicas de grupo.  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 21 | 10h30**  
**Expressão Plástica**  
**Bem vindo Outono!**  
Vamos construir um quadro com folhas secas?  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 21 | 14h30**  
**Oficina de Jogos**  
Jogos de tabuleiro e dinâmicas de grupo.  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 28 | 14h30**  
**Oficina de Jogos**  
Jogos de tabuleiro e dinâmicas de grupo.  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

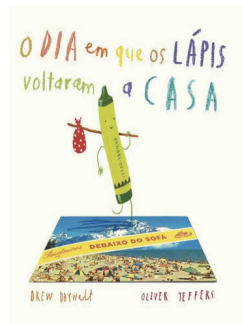
## sábado

**Dia 15 | 15h00**  
**Oficina da Dança**  
**Tema - O Fogo**  
Vem dançar ao ritmo de músicas que aquecem os dias mais frios que estão a chegar  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

**Dia 29 | 14h30**  
**O Conto no Espaço**  
**História da Maria Castanha**  
Uma história alusiva à época e que nos retrata o valor da amizade.  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

## dias temáticos a decorrer este mês...

**O Espaço no teu Espaço**  
**Projecto que leva às escolas, actividades de leitura e animação!**  
Conto infantil, "O Dia em que os Lápis voltaram a Casa", de Drew Daywalt e Liver Jeffers.  
Sinopse: "Os lápis de cera do Duarte escreveram-lhe postais de locais longínquos e exóticos...Cabe ao Duarte ir em busca dos seus lápis perdidos e trazê-los de volta a casa!"  
Destinatários: Escolas Básicas e JI da rede pública, ATL e IPSS's pertencentes à área geográfica da Freguesia do Castelo.



**terças-feiras e quintas-feiras | 11h00 às 17h30**  
**Projecto Hora e Meia**  
Apoio Pedagógico a alunos do 1º ciclo (Matemática, Português e Estudo do Meio)  
Destinatários: Crianças que frequentem o 1º ciclo em escolas da Freguesia do Castelo.  
Participação sujeita a inscrição.



**terças-feiras e quintas-feiras | Sêniores**  
**11h00 às 11h45 e 17h00 às 17h45**  
**Corpo em Movimento Sênior | Ginástica em Grupo**  
Promover a melhoria da qualidade de vida, através da prática da actividade física, criando hábitos de vida saudável e promovendo a existência de uma vida mais activa.  
Destinatários: a partir dos 65 anos.  
Participação por inscrição.



**22 de outubro | sábado | 10h00 às 13h00**  
**Sessão de Coaching e Intervenção Infantil**  
"O Monstrinho Depressivo" - Depressão na Infância e Adolescência.  
Destinatários: Pais, Encarregados de Educação, Técnicos ligados à área da Educação.  
Valor por inscrição: 8,00€  
Susana Silva, Psicóloga, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.  
Certificada em Coaching Parental/Familiar.



## destaques do mês...

**01 de outubro | sábado | 10h30**  
**Dia Mundial da Música**  
**Actividade de Expressão Plástica**  
Vem construir Maracas com material reciclável!  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos.



**04 de outubro | terça-feira | 10h30**  
**Dia Mundial do Animal**  
**Actividade de Expressão Plástica**  
Sabes fazer um fantoche de cão ou de gato com uma meia?  
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos.



**12 de outubro | quarta-feira | 14h30**  
**Dia Mundial da Alimentação e do Pão**  
**Actividade Sensorial**  
Farinha...O ingrediente principal do Po!  
Vem conhecer os diversos cereais, as diversas formas e texturas deste principal ingrediente!  
Destinatários: Crianças a partir dos 5 anos.



**13 de outubro | quinta-feira | 15h00**  
**Dia Mundial da Alimentação e do Pão**  
**Actividade Culinária**  
Vem criar o teu lanche saudável através de um Comboio de Pão  
Destinatários: Crianças a partir dos 5 anos.



**15 de outubro | sábado | 11h00**  
**Dia Mundial da Alimentação e do Pão**  
**Atelier Fabrico de Pão Caseiro com Chouriço**  
Lugar da Terra - Forno Comunitário  
Destinatários: Crianças a partir dos 12 anos.



**15 de outubro | sábado | 14h30**  
**"O Ciclo do Pão", de Mariana Magalhães e Cristina Quental.**  
Dinamização do conto, seguido de Workshop de Pão Caseiro em Forno Tradicional a Lenha!  
Lugar da Terra - Forno Comunitário  
Destinatários: Crianças dos 5 aos 12 anos.



**Castelo**  
Junta de Freguesia

Para mais informações/inscrições  
email: [espaco.zambujal@gmail.com](mailto:espaco.zambujal@gmail.com)  
Telefone: 21 087 08 45 | Telemóvel: 96 241 73 27

● A decorrer no Espaço Zambujal

● A decorrer no Lugar da Terra