



**PARQUE URBANO
SANTA IRIA
DE AZÓIA**

- » Centro de educação ambiental
- » Parques infantis
- » Equipamentos desportivos geritricos
- » Slide
- » Circuito de manutenção
- » Encosta de voo

15 set » 10:30
**GINÁSTICA
NO PARQUE**
» Venha participar numa manhã desportiva
Clube Belavista Aventura

22 set » 16:00 » 17:30
**JOGO
DA GLÓRIA XXL**
Jogo de chão em tamanho XXL com perguntas ambientais. Será que sabes responder? Vem aprender!
Câmara Municipal de Loures

29 set » 10:00 » 13:00
**ESCOLA
DE TRÁNSITO**
» Vem andar de bicicleta e de carrinhos a pedais, e pular no insuflável ou na cama elástica.
My Dynamic

5 out » 14:00
VENHA VOAR CONNOSCO
» Dia da encosta aberta com batismos de voo e demonstrações
APSA - Associação de Planadores de Santa Iria de Azóia

13 out » 10:30
**GINÁSTICA
NO PARQUE**
» Manhã desportiva
Clube Belavista Aventura

20 out » 15:00
**MELODIAS
DE UMA MARE
DE PLÁSTICO**
» O reconhecimento da importância da reciclagem na defesa dos recursos hídricos, através da visualização de filmes e de uma experiência sensorial. Nesta experiência cada um tem a liberdade de construir a sua história em volta da água e sua poluição, mediante a sensibilidade, imaginação e capacidade de concentração de cada um e repensar na relevância da reciclagem.
Câmara Municipal de Loures

27 out » 10:00 » 13:00
**ESCOLA
DE TRÁNSITO**
» Vem andar de bicicleta e de carrinhos a pedais, e pular no insuflável ou na cama elástica.
My Dynamic

Todos os sábados
» 14:30 » 17:00
**VOO
À VELA**
» Venha conhecer o voo à vela na encosta de voo. Sujeito às condições meteorológicas.
APSA - Associação de Planadores de Santa Iria de Azóia

19 set » 18:30
YOGA E FAMÍLIA
Ponto de Encontro: Junto ao Palácio
Arvore dos Bebés



**PARQUE
ADÃO BARATA
LOURES**

- » Espaços verdes
- » Polidesportivo
- » Parques infantis
- » Parque de merendas
- » Galeria Municipal Vieira da Silva
- » Restauração
- » Estacionamento
- » Posto de carregamento rápido de veículos elétricos

1 set » 17:00 » 24:00
**LOURES
WINE
SUNSET**
Venha apreciar os melhores vinhos das regiões demarcadas de Bucelas, Carcavelos e Colares.
(ver o programa)

1 set » 10:00 » 13:00
**BICICLETAS, CARRINHOS,
INSUFLÁVEIS E CAMA
ELÁSTICA**

Vem usufruir e divertir-te
MyKinamix

2 set » 09:00 » 12:30
**ENCONTRO/EXPOSIÇÃO
CARROS CLÁSSICOS**
Local: Estacionamento
Associação de Veículos Antigos de Loures

2 set » 09:00 » 18:00
**ANIMALFEST'18
BY CLICK**
Local: Espaço relvado frente ao Palácio
Palestras e demonstrações caninas
Associação Click Positivo

2 set » 10:00
**IOGA
NO PARQUE**
Local: Praça da Fachada do Pavilhão de Macau
Ganesha Yoga Om

3 set » 10:00
**KUNDALINI
YOGA
SÊNIORES**
Ponto de Encontro: Junto ao Palácio
Arvore dos Bebés

**7, 8 e 9 set » 18:00 » 24:00 /
10:00 » 24:00 / 10:00 » 21:00**
**FESTIVAL DO MEL E
PRODUTOS REGIONAIS**
Local: Espaço relvado frente ao Palácio (ver o programa)
Cooperativa Agrícola de Loures

19 set » 18:30
YOGA E FAMÍLIA
Ponto de Encontro: Junto ao Palácio
Arvore dos Bebés

20 set » 21:15
**CAMINHADA
E AULA DE ZUMBA**
Local: saída do Vivafit de Santo António dos Cavaleiros
VIVAFIT

25 set » 09:00 » 13:00
**RECOLHA
DE SANGUE
E REGISTO
DE DADORES
DE MEDULA OSSEA**
Local: Palácio
Instituto Português do Sangue e Transplantação

28 set » 10:00
**EXERCÍCIO
FÍSICO NA GRAVIDEZ**
Ponto de Encontro: Junto ao Palácio
Arvore dos Bebés

6 out » 10:00 » 13:00
**BICICLETAS, CARRINHOS,
INSUFLÁVEIS E CAMA
ELÁSTICA**
Vem usufruir e divertir-te
MyKinamix

7 out » 09:00 » 12:30
**ENCONTRO/EXPOSIÇÃO
CARROS CLÁSSICOS**
Local: Estacionamento
Associação de Veículos Antigos de Loures

7 out » 10:00
**IOGA
NO PARQUE**
Local: Praça da Fachada do Pavilhão de Macau
Ganesha Yoga Om

18 out » 21:15
**CAMINHADA
E AULA
DE ZUMBA**
Local: saída do Vivafit de Santo António dos Cavaleiros
VIVAFIT

25 out » 17:30
**KINDERMUSIK INGLÊS,
MÚSICA
E MOVIMENTO**
Ponto de Encontro: Junto ao Palácio
Arvore dos Bebés

**Todas
as segundas, quartas e
sextas feiras » 19:00 » 21:00**
**CENTRO
DE MARCHA
E CORRIDA
DE LOURES**
» Desporto para todos
Federação Portuguesa de Atletismo e Câmara Municipal de Loures



**PARQUE MUNICIPAL
CABEÇO DE
MONTAÇHIQUE**

- » Tênis
- » Tênis de mesa
- » Polidesportivo
- » Arborismo
- » Slide
- » Jogos tradicionais
- » Circuito de manutenção
- » Orientação
- » Parque de merendas
- » Estacionamento

1 set » 15:00
**IDENTIFICAR
AVES PELO SOM
E PELAS CORES**
Com esta atividade pretende-se iniciar o público no mundo da observação das aves pelas suas características mais simples e básicas, assim como pelo seu som, começando pelas espécies mais comuns do Parque de Montachique. Com uma caminhada pelo parque vamos identificando os grupos de aves, desde os "costanheiros" como os pardais e cotovias, até aos "amarelos" como os chapins ou o chamarriz, passando pelos mais escuros como o melrol
Mário Carmo, biólogo
Duração: 3 horas
Máximo de participantes: 15
Público-alvo: Público em geral e famílias
Inscrição prévia: dzvf@cm-loures.pt
211 150 326

13 out » 09:30
**CONSTRUIR
CAIXAS-ABRIGO
PARA OS MORCEGOS**
A atividade consiste num workshop realizado em duas partes: a primeira, realizada em sala, abordam-se os vários tipos de caixas-abrigo existentes, a sua importância, os métodos de construção e técnicas de colocação e posterior monitorização; na segunda parte, realizada exclusivamente no exterior, será abordada uma componente mais prática da construção em si, onde serão construídas as várias caixas-abrigo. Durante a tarde, proceder-se-á à sua colocação em árvores no Parque. Cada participante, ou grupo de construtores, pode ser o padrinho de cada caixa.

Mário Carmo, biólogo
Duração: Todo o dia
Máximo de participantes: 15
Público-alvo: Público em geral e famílias
Inscrição prévia: dzvf@cm-loures.pt
211 150 326



**QUINTA
DOS REMÉDIOS
BOBADELA**

- » Circuito pedonal para jogging
- » Equipamentos de ginástica ao ar livre
- » Rede tridimensional para crianças
- » Estacionamento

15 set » 10:00 » 13:00
MANHÃ ZEN
» Momentos de relaxamento, com massagens, aulas de yoga e terapias
Terapias JS

6 out » 21:30 » 24:00
**ASTRONOMIA
NA QUINTA**
» Descobrir o Cosmos, com telescópios (zona da clareira)
Instituto Superior Técnico

7 out » 10:00 » 13:00
MANHÃ ZEN
» Momentos de relaxamento, com massagens, aulas de yoga e terapias
Terapias JS

NOTA:
Todas as atividades dinamizadas pelo Instituto Superior Técnico estão sujeitas a inscrição prévia, através do correio eletrónico: quinta.dos.remédios@tecnico.ulisboa.pt

SABIA QUE...
... O parque Municipal do Cabeço de Montachique tem uma área de 32 hectares sendo um local agradável para andar a pé, apenas para observar a natureza?

