



# CASCAIS EM FÉRIAS

**PROGRAMAS DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES | Verão 2019**

**De 24 de Junho a 6 de Setembro**

## NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

Serve o presente documento para enquadrar um modelo uniforme de organização e de funcionamento dos diversos programas ocupação de tempos livres em período de férias de verão promovidos pelo município e a empresa municipal Cascais Ambiente.

Os programas encontram-se organizados à **semana (dias uteis)** em regime aberto (com exceção dos campos apache) e dispõem de atividades de carácter lúdico e desportivo, de aventura e de sensibilização do ambiente que decorrerão no período de 24 de Junho a 6 de Setembro, consoante a calendarização de cada um:

- CAMPOS SIOUX | De 24 Junho a 6 de Setembro;
- FÉRIAS DESPORTIVAS | De 1 a 26 de Julho
- CLUBE DE CAMPO DO PISÃO | De 1 de Julho a 9 de Agosto
- CLUBE DA PEDRA DO SAL | De 1 a 26 de Julho
- CLUBE DOS CASCALITOS | De 1 a 26 de Julho
- CAMPOS APACHE (regime fechado) | 7 a 13 de Julho

### Horário

**08h30** – Acolhimento

**09h00/09h15** – Início/Saída para as Atividades

**12h30/13h30** – Almoço

**14h00/14h30** – Início das atividades.

**16h30/17h00** – Lanche

**17h30** – Encerramento

**Nota:** O horário indicado refere-se aos programas de regime aberto. Mediante as características de cada programa os horários poderão sofrer ligeiras alterações relativamente ao início e fim das atividades a desenvolver, devendo ter em atenção a calendarização de atividades de cada programa.

# CASCAIS EM FÉRIAS

## PROGRAMAS DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES | Verão 2019

De 24 de Junho a 6 de Setembro

### Destinatários

Cada programa, mediante as suas características, destina-se a faixas etárias distintas conforme se indica:

#### CAMPOS SIOUX

Destinam-se a jovens dos 6 aos 15 anos.

Os participantes têm obrigatoriamente de ter os 6 anos completos à data em que participam. Podem ser divididos por faixa etária (6 aos 9 anos; 10 aos 15 anos) sendo depois distribuídos em várias equipas, ou em equipas verticais; conforme o número total de inscrição nessa semana.

#### FÉRIAS DESPORTIVAS

Destinam-se a jovens dos 10 aos 14 anos, que frequentaram o 2º 3º ciclo no presente ano letivo, não sendo consideradas válidas inscrições de crianças que tenham concluído no presente ano letivo 2018/2019, o 4º ano do 1º Ciclo do Ensino Básico.

• CLUBE DE CAMPO DO PISÃO | Destina-se a jovens dos 10 aos 15 anos

• CLUBE DA PEDRA DO SAL | Destina-se a jovens dos 8 aos 12 anos

• CLUBE DOS CASCALITOS | Destina-se a crianças de 5 anos

• CAMPOS APACHE (regime fechado) | Destinam-se exclusivamente a jovens dos 12 aos 15 anos

### Atividades

Os programas de atividades variam mediante as características dos vários projetos havendo atividades comuns a todos tais como praia, arborismo, orientação e canoagem. Identificam-se as atividades base de cada programa encontrando-se a sua calendarização sujeita a alterações.

#### CAMPOS SIOUX | Programa base

Decorrem na Pedra Amarela Campo Base, tendo como locais de início e fim de atividade o Parque Marechal Carmona ou a Praia do Tamariz mediante as atividades agendadas. O grupo dos "Mais Velhos" tem a possibilidade de atividade extra noturna, ficando acampados na Pedra Amarela Campo Base na noite de Quinta-feira.

Dias	Horário				
	09:00- 12h30	Local	12h30	14:00-17h00	Local
Segunda-feira	Jogos e dinâmicas de grupo	PMarechal Carmona	Almoço	Atividades Radicais	Pedra Amarela Campo Base
Terça-feira	Praia	Praia do Tamariz		Orientação	Pedra Amarela Campo Base
Quarta-feira	Canoagem	Praia dos Pescadores		Jogo de Vila	Cascais
Quinta-feira	Praia	Praia do Tamariz		Ateliê de Burros	Quinta do Pisão
Sexta-feira	ArrowTag	Pedra Amarela Campo Base		Grande Jogo de Exterior	Pedra Amarela Campo Base

#### FÉRIAS DESPORTIVAS | Programa Base

Decorre em parceria com as Escolas Básicas de Cascais, de Alapraia e Secundária Matilde Rosa Araújo

Dias	Centro de Férias		Centro de Férias	
	Manhã - Ativ Exteriores	Tarde - Ativ. Desp	Manhã - Ativ Exteriores	Tarde - Ativ. Desp
segunda-feira	Dimanicas de grupo	Jogos Desportivos	Dimanicas de grupo	Jogos Desportivos
terça-feira	Surfe Bodyboard   Praia	Torn.Futebol	Praia	Torn.Basquetebol
quarta-feira	TENIS/PADDEL   Praia	Ativ. de Orientação	Arborismo e Orientação   Pedra Amarela	
quinta-feira	Surfe Bodyboard   Praia	Torneio Badminton	Insufláveis	Jogos Tradicionais
sexta-feira	TENIS/PADDEL   Praia	Convívio Piscina Alapraia	Praia	Convívio Piscina Alapraia

Dias	Centro de Férias		Centro de Férias	
	Manhã - Ativ Exteriores	Tarde - Ativ. Desp	Manhã - Ativ Exteriores	Tarde - Ativ. Desp
segunda-feira	Dimanicas de grupo	Jogos Desportivos	Dimanicas de grupo	Jogos Desportivos
terça-feira	Equitação / Espeleologia	Torn.Basquetebol	Canoagem   Arborismo	Torn.Futebol
quarta-feira	Escalada   Praia	Gincana de Atletismo	Atividade de RUGBY	Ativ. de Orientação
quinta-feira	Equitação / Espeleologia	Torneio Voleibol	Praia	Torneio Badminton
sexta-feira	Escalada   Praia	Convívio EBMR Araújo	Canoagem   Arborismo	Convívio EBMR Araújo

Programa provisório sujeito a alterações

# CASCAIS EM FÉRIAS

## PROGRAMAS DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES | Verão 2019

De 24 de Junho a 6 de Setembro

### • CLUBE DE CAMPO DO PISÃO | Programa base

Decorrem na Quinta do Pisão, tendo como local de início e fim de atividade o Parque Marechal Carmona.

	Segunda-feira	Terça -feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>9h30 - 10h30</b>	Limpeza e preparação dos cavalos				
<b>10h30 - 12h00</b>	Aula de Volteio				
<b>12h00 - 12h30</b>	Tratamento dos cavalos				
<b>12h30</b>	<b>Almoço</b>	<b>Almoço</b>	<b>Almoço</b>	<b>Almoço</b>	<b>Almoço</b>
<b>13h30</b>	Atividades da Quinta	Atividades da Quinta	Atividades da Quinta	Aventura no Pedra Amarela	Atividades da quinta
<b>15h00</b>	Passeio nos burros à horta	Gincana de burros	Passeio a cavalo à horta	Aventura no Pedra Amarela	Passeio á quinta

### • CLUBE DA PEDRA DO SAL | Programa base

Tem como local de início e fim o Centro de Interpretação Ambiental da Pedra do Sal, sendo as atividades centradas no seu espaço ou em espaços do concelho de Cascais que estejam ligados ao mar ou á água.

Dias	Horário				
	09:00- 12h30	Local	12h30	14:00-17h00	Local
<b>Segunda-feira</b>	Atelier Ambiental	C.I.A.Pedra do Sal	Almoço	Visita cultural	Cascais
<b>Terça-feira</b>	Workshop de Surf	Praia de S.João do Estoril		Atelier Ambiental	C.I.A.Pedra do Sal
<b>Quarta-feira</b>	Atelier Ambiental	C.I.A.Pedra do Sal		Natação	Piscinas da Alapraia
<b>Quinta-feira</b>	Canoagem	Praia dos Pescadores		Atelier Ambiental	C.I.A.Pedra do Sal
<b>Sexta-feira</b>	Visita à A.M.P.Avencas	Praia das Avencas		Visita Cultural	Cascais

### • CLUBE DOS CASCALITOS | Programa base

Tem como local de início e fim o Clube dos Cascalitos no Parque Marechal Carmona.

Dias	Horário				
	09:00- 12h30	Local	12h30	14:00-17h00	Local
<b>Segunda-feira</b>	Jogos e dinâmicas de grupo	PMarechal Carmona	Almoço	Atelier criativo	Clube dos Cascalitos
<b>Terça-feira</b>	Visita ambiental	Cascais		Atelier de artes manuais	Clube dos Cascalitos
<b>Quarta-feira</b>	Visita ao borboletário	S.Domingos de Rana		Atelier de reciclagem	Clube dos Cascalitos
<b>Quinta-feira</b>	Praia	Praia de Sta.Marta		Atelier de expressão corporal	Clube dos Cascalitos
<b>Sexta-feira</b>	Visita ao Farol	Farol de Sta.Marta		Grande festa final	Clube dos Cascalitos

### • CAMPOS APACHE | Programa Base

Os "Campos Apache" são campos de sobrevivência em regime fechado no qual os participantes vão ser divididos em tribos tendo que superar diversas provas de forma a conseguirem o máximo de mantimentos e utensílios para a sua sobrevivência.

Horário	Atividade
<b>7h00</b>	Alvorada
<b>7h30</b>	Pequeno-Almoço
<b>8h30</b>	Workshop Sobrevivência
<b>9h00</b>	Desafio Matinal
<b>11h30</b>	Almoço
<b>13h30</b>	Construções De Tribo

Horário	Atividade
<b>15h00</b>	Workshop Sobrevivência
<b>16h30</b>	Lanche
<b>17h00</b>	Desafio Da Tarde
<b>18h30</b>	Banhos
<b>19h30</b>	Jantar
<b>20h30</b>	Desafio Noturno
<b>22h30</b>	Conselho Tribal

### Inscrições

A partir de 21 de Maio, encontrar-se-á disponível em [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt) o formulário de inscrição que abrange os seis os programas acima referidos devendo indicar a pretensão de inscrição com base nos seguintes critérios:

- **CAMPOS SIOUX |** Máximo de 184 vagas por/semana

Poderão inscrever em quantos campos desejar, condicionados às vagas existentes sendo o critério de seleção a data e hora de receção da pré-inscrição.

Os participantes deverão ter no mínimo 6 anos completos à data em que participam.

Os participantes estarão divididos por faixa etária ou equipas verticais, consoante o número total de participantes nessa semana. Quando separados os grupos, os "Mais Novos" será dos 6 aos 9 anos, e os "Mais Velhos", dos 10 aos 15 anos. As mudanças dos participantes entre grupos estarão condicionadas pelo número de vagas e por autorização expressa dos pais, não sendo possível por questões de rácios monitor/participante se altere participantes menores de 10 anos para o grupo dos "Mais Velhos".

### **Confirmação de inscrição a partir de 21 de Maio**

A taxa de inscrição é de **75,00€/semana**. Caso faça mais que duas inscrições, exemplo: 1 participante em três ou mais semanas, ou 3 ou + participantes numa semana; o valor decresce para **65,00€/semana**.

Acresce o valor de 25,00€ caso pretenda almoço e 12,50€ para o lanche ou caso prefira poderá trazer o almoço e/ou lanche de casa.

No grupo dos "Mais Velhos" existe a possibilidade de uma atividade extra noturna, com acampamento na Pedra Amarela Campo Base, com tenda e jantar, na noite de Quinta-feira para Sexta-feira. Esta atividade tem um custo extra de **15,00€**.

De forma a responder a necessidades de muitos encarregados de educação existe a possibilidade de horário alargado entre as 8h e as 18:30h, mediante um pagamento extra de 7,50€ por semana, valor este será também cobrado em caso de atraso na recolha dos participantes (após as 17:30 horas).

- **FÉRIAS DESPORTIVAS**

- Máximo de 46 vagas por/semana nos Centros de Férias Alapraia e Cascais

Máximo de 60 vagas por/semana no Centro de Férias de S.Domingos de Rana

Poderão inscrever apenas em duas semanas, condicionados às vagas existentes tendo em conta os seguintes critérios de seleção:

- 1º - Estudante e/ou residente
- 2º - Data e hora de receção da inscrição;
- 3º - Proximidade de residência do centro de Férias;
- 4º - Irmão e/ou Irmã.

### **Confirmação de inscrição a partir de dia 4 de Junho**

A taxa de inscrição é de **55,00€/semana** que inclui atividades e respetivos transportes, alimentação (almoço e lanche). Considera-se ainda duas taxas especiais no valor de **40,00€/semana e 25,00€/semana** para agregados familiares apoiados pelos serviços sociais, **escalão A e Escalão B** e ainda para famílias numerosas, 3º e 4º filho inscrito, respetivamente.

- **CLUBE DE CAMPO DO PISÃO** | máximo de 14 vagas por/semana

Poderão inscrever em quantos campos desejar, condicionados às vagas existentes sendo o critério de seleção a data e hora de receção da pré-inscrição.

### **Confirmação de inscrição a partir de 21 de Maio**

A taxa de inscrição é de **95,00 euros**. Acresce o valor de 25,00€ caso pretenda almoço e 12,50€ para o lanche ou caso prefira poderá trazer o almoço e/ou lanche de casa.

De forma a responder a necessidades de muitos encarregados de educação existe a possibilidade de horário alargado entre as 8h e as 18:30h, mediante um pagamento extra de 7,50€ por semana, valor este que será também cobrado em caso de atraso na recolha dos participantes (após as 17:30 horas).

- **CLUBE DA PEDRA DO SAL** | máximo de 18 vagas por/semana

Poderão inscrever em quantos campos desejar, condicionados às vagas existentes sendo o critério de seleção a data e hora de receção da pré-inscrição.

### **Confirmação de inscrição a partir de 21 de Maio**

A taxa de inscrição é de **95,00 euros**. Acresce o valor de 25,00€ caso pretenda almoço e 12,50€ para o lanche ou caso prefira poderá trazer o almoço e/ou lanche de casa.

De forma a responder a necessidades de muitos encarregados de educação existe a possibilidade de horário alargado entre as 8h e as 18:30h, mediante um pagamento extra de 7,50€ por semana, valor este que será também cobrado em caso de atraso na recolha dos participantes (após as 17:30 horas).

- **CLUBE DOS CASCALITOS** | máximo de 12 vagas por/semana

Poderão inscrever em quantos campos desejar, condicionados às vagas existentes sendo o critério de seleção a data e hora de receção da pré-inscrição.

### **Confirmação de inscrição a partir de 21 de Maio**

A taxa de inscrição é de **95,00 euros**. Acresce o valor de 25,00€ caso pretenda almoço e 12,50€ para o lanche ou caso prefira poderá trazer o almoço e/ou lanche de casa.

De forma a responder a necessidades de muitos encarregados de educação existe a possibilidade de horário alargado entre as 8h e as 18:30h, mediante um pagamento extra de 7,50€ por semana, valor este que será também cobrado em caso de atraso na recolha dos participantes (após as 17:30 horas).

- **CAMPOS APACHE** | máximos de 24 vagas

Haverá apenas um campo, condicionado às vagas existentes sendo o critério de seleção a data e hora de receção da pré-inscrição.

**Confirmação de inscrição a partir de 21 de Maio.**

A taxa de inscrição é de 200,00€/semana que inclui atividades (workshops de sobrevivência; cozinha selvagem; orientação; pista de arborismo; tiro com arco; escalada e rapel), monitores, tendas, seguro e alimentação.

Salienta-se que em caso de doença crónica impeditiva, deficiência mental ou física será analisada a capacidade de integração do participante no programa pretendido, não estando previsto acompanhamento individualizado.

### Confirmação e Conclusão de Inscrição

A partir das datas indicadas, será enviada informação pela Câmara Municipal e/ou Cascais Ambiente relativa à confirmação de disponibilidade de vaga para conclusão da inscrição.

O pagamento da taxa de inscrição é efetuado através de transferência bancaria ou referência multibanco para a empresa municipal Cascais Ambiente sendo os dados enviados na comunicação de confirmação de inscrição.

**Após a data limite de pagamento indicada, as pré-inscrições que não se encontrem liquidadas e com receção do comprovativo de pagamento serão colocadas em lista de espera.**

A fatura será processada em nome do participante e será entregue em mão ou enviada via correio eletrónico.

### Enquadramento

As entidades responsáveis pelos programas apresentados são a Câmara Municipal de Cascais e a Empresa Municipal Cascais Ambiente.

O acompanhamento permanente dos grupos é da responsabilidade de dois responsáveis e monitores auxiliares (variam consoante o programa) cujas competências são:

- Ao responsável compete coordenar o acompanhamento dos grupos dos campos de férias;
- Organizar e enquadrar as atividades propostas no programa;
- Aos monitores compete coadjuvar os professores responsáveis na organização das atividades e executar as suas instruções;
- Acompanhar os participantes durante as atividades, prestando-lhes todo o apoio e auxílio de que necessitem;
- Cumprir e assegurar o cumprimento, pelos participantes, das normas de saúde, higiene e segurança;
- Verificar a adequação e as condições de conservação e de segurança dos materiais a utilizar pelos participantes, bem como zelar pela manutenção dessas condições.

# CASCAIS EM FÉRIAS

## PROGRAMAS DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES | Verão 2019

De 24 de Junho a 6 de Setembro

### Direitos e Deveres dos Participantes

#### **Cada participante tem direito a:**

- Acompanhamento permanente garantido por responsáveis/monitores devidamente qualificados e enquadramento técnico especializado quando necessário;
- Participar nas diferentes atividades do campo de férias, de acordo com o horário e grupo atribuído;
- O transporte para todas as atividades programadas;
- Seguro contra acidentes pessoais que possam decorrer da participação nas atividades do campo de férias;

#### **Cabe a cada participante:**

- Cumprir as orientações e indicações dos monitores do grupo a que pertence bem como as normas de participação inerente a cada programa;
- Respeitar as regras de utilização dos espaços, locais, instalações de atividades e equipamentos, utilizando roupa e calçado adequados à prática dessas atividades;
- Respeitar os monitores, técnicos, colegas de grupo ou qualquer outro indivíduo inerente ao projeto;
- Cumprir com as normas acima estabelecidas, sob pena de ser penalizado ou excluído das atividades.
- Cumprir os horários estipulados de entrada e saída.

### Advertências

- Uma vez que a maioria das atividades requerem esforço físico, sugere-se que os participantes se fazem acompanhar de um pequeno reforço alimentar principalmente para o período da manhã (barras energéticas, fruta, sandes entre outros alimentos) bem como de água;
- É permitido aos participantes trazer jogos pessoais, nomeadamente, cartas, dominó, uno, xadrez ou damas;
- A organização não se responsabiliza por quaisquer perdas de materiais ou furtos no decorrer das atividades pelo que os participantes deverão evitar transportar materiais de grande valor.
- Não é permitido o uso de equipamentos eletrónicos (telemóveis, consolas, etc)
- No caso de serem identificadas irregularidades no ato da inscrição, a mesma pode ser cancelada com possibilidade de não restituição dos valores já pagos.

### Casos Omissos

Caberá à organização de cada programa resolver casos omissos possíveis de sucederem.



CASCAIS  
AMBIENTE

CASCAIS  
Tudo começa nas pessoas