



SEMANA 7

SABORES E TRADIÇÕES

Descobrir os sabores de Lamego!

10 a 14 AGOSTO 2026

TRIBOS EXPLORER 10-12 ANOS



	10-12 ANOS	09h30 – 10h30	11h00 – 12h30	14h30 – 16h00	16h30 – 18h00
SEGUNDA	JUNTA-TE À TRIBO Acolhimento e integração 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	
TERÇA	COOKING EXPLORER Confeção dos biscoitos da Princesa Ardínia 	COOKING EXPLORER Degustação dos biscoitos da Princesa Ardínia 	ECOS DE LAMEGO Lendas que o tempo guardou: Descoberta das Lendas da Cidade 	PAITING THE LEGENDS Criação de um Mural com as Lendas da Cidade 	
QUARTA	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	MERGULHO NO VERÃO Água e diversão 	
QUINTA	CAPELA DE SÃO PEDRO DE BALSEMÃO Descoberta da Capela!  	CAPELA DE SÃO PEDRO DE BALSEMÃO Descoberta da Capela!  	PEDRAS QUE CONTAM HISTÓRIAS Obra artística inspirada na capela 	GALERIA DE ARTE Apresentação das obras e eleição da criação em destaque 	
SEXTA	MERGULHO NO VERÃO Praia Fluvial de Porto de Rei 	MERGULHO NO VERÃO Praia Fluvial de Porto de Rei 	MERGULHO NO VERÃO Praia Fluvial de Porto de Rei 	MERGULHO NO VERÃO Praia Fluvial de Porto de Rei 	

- ### NESTA SEMANA VAMOS:
- Memorizar as Lendas da cidade de Lamego
 - Desenvolver a criatividade
 - Valorizar o impacto das Tradições
 - Trabalhar em equipa para transformar

- ### LEGENDA DAS ÁREAS:
- 1 CULTURA
 - 2 DESPORTO
 - 3 ARTE
 - 4 LAZER
 - 5 CONHECIMENTO

O QUE TRAZER TODOS OS DIAS:

Mochila

Boné

Garrafa de água

Fato de banho

Toalha

Protetor solar

PARCEIROS

Vale do Varosa “ Monumentos”

- #### LOCAIS
- Centro Escolar Lamego Nº 1
 - Piscinas Descobertas
 - Praia Fluvial de Porto de Rei
 - Capela se São Pedro de Balsemão

RECEÇÃO
7h30 – 9h30

LANCHE MANHÃ
9h30 – 11h00

ALMOÇO
12h30 – 14h30

LANCHE TARDE
16h00 – 16h30

ATIVIDADES DE TEAM BUILDING
18h00 – 19h30

Exploramos, aprendemos e crescemos **juntos!**