



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
DE AUTOMOBILISMO E KARTING



RALLY

VILA MEDIEVAL DE

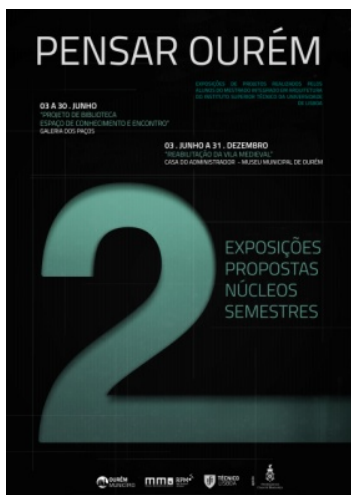
OURÉM

12.13
NOV.2016



OURÉM
MUNICÍPIO





■ ■ ■ EXPOSIÇÃO

ATÉ 31 DE DEZEMBRO

3ª A DOMINGO | 09.00H - 13.00H / 14.00H - 18.00H

PENSAR OURÉM VILA MEDIEVAL

CASA DO ADMINISTRADOR - MMO

Proposta de uma reflexão sobre o núcleo histórico da Vila Medieval, em toda a sua extensão. Procuram-se mecanismos de afirmação da identidade do conjunto monumental e modos de promover a sua utilização pública.

As transformações são projetadas a partir de estratégias de captação de públicos, com a introdução de novos usos (centro de interpretação, espaços para eventos, áreas de apoio) e com a definição de novas condições de acesso ao núcleo medieval.



■ ■ ■ EXPOSIÇÃO

ATÉ 11 DE DEZEMBRO

3ª A DOMINGO | 09.00H - 13.00H / 14.00H - 18.00H

PARA ONDE TE LEVA O OLHAR EXPOSIÇÃO DE PINTURA POR JORGE ARAÚJO

GALERIA DA VILA MEDIEVAL

A memória é a capacidade humana de adquirir, armazenar e recuperar informações vividas e emoções sentidas ao longo da nossa vida. Tendo como base a memória afetiva do artista. A exposição baseia-se em memórias, emoções e objetos que o artista ao longo do seu percurso vai recuperando e trazendo para os seus trabalhos. As obras contêm elementos que causam memórias e sensações no espetador, partem assim de histórias vividas pelo artista e transportam-se para o coletivo. É perceptível a mistura de vários elementos, associando os objetos ao tempo e memória.

Entrada livre



... **DESPORTO**
ATÉ DEZEMBRO

MEXA-SE COM A IDADE

Programa de combate ao sedentarismo e promoção de um estilo de vida ativo na idade sénior “MEXA-SE COM A IDADE”, destinado a utentes de lares e Instituições Particulares de Solidariedade Social.

2.ª, 4.ª e 6.ª das 09h00 às 11h00 e 14h00 às 16h00

3.ª e 5.ª das 09h00 às 11h00

Custo da aula: 3€

Inscrições: Tel.: 249 540 900 (ext. 6549)

E-mail: associativismo@mail.cm-ourem.pt



... **EXPOSIÇÃO**
5 A 27 DE NOVEMBRO
SEGUNDA A SEXTA | 10H - 13H / 14H - 18H

O SÍTIO DOS FALCÕES

EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA

POR EDUARDO BARRENTO

GALERIA DOS PAÇOS

5 novembro

21H– Inauguração

22H – À Conversa com Eduardo Barrento – “ A Fotografia “

Natural de Ourém, Eduardo Barrento é artista plástico, licenciado pela Faculdade de Belas Artes de Lisboa, onde também estudou fotografia. Fotografa há mais de 25 anos, tendo começado como fotojornalista desportivo nos jornais O Jogo e Record, mas depressa se dedicou em exclusivo à sua paixão, a fotografia da Natureza e da Vida Selvagem. Colabora com várias revistas nacionais e estrangeiras como a National Geographic Portugal. Fotógrafo premiado em vários concursos de fotografia, faz também formação em fotografia e foi eleito recentemente “Fotógrafo da Natureza do ano 2016” no Cinclus Fest, Vouzela.

O Sítio dos Falcões é uma exposição – que será também um livro – fruto de cerca de três anos a fotografar os falcões (e

não só) do Sítio da Nazaré. Um projeto que cresceu e amadureceu, mas que começou por o autor ter detetado ali um casal nidificante de falcão-peregrino, a ave mais rápida do planeta. Ao acompanhar, estudar e fotografar o casal de aves, várias outras espécies foram sendo dignas de nota e registo, como outro falcão, o peneireiro, e as omnipresentes gaivotas. As gentes e sobretudo o local, com a praia tradicional e as ondas gigantes da Praia do Norte também chamaram a atenção do fotógrafo e o projeto foi crescendo, com imagens e texto que, espera-se, veja a luz do dia em breve sob a forma de livro.

Entrada livre



--- CULTURA

1 A 30 DE NOVEMBRO

2ª A 6ª | 09.00H - 19.00H E SÁBADO 09.30H - 13.00H

FORA DA ESTANTE CULTURA CIENTÍFICA

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OURÉM

Comemora-se, a 24 de novembro, o Dia Nacional da Cultura Científica, instituído em 1997 para celebrar o nascimento de Rómulo de Carvalho, a 24 de novembro de 1906, em Lisboa. Durante todo o mês de novembro, a Biblioteca Municipal de Ourém destaca obras de Rómulo de Carvalho e outras obras que contribuem para a promoção da cultura científica e do ensino da ciência, que integram o acervo bibliográfico desta biblioteca.

Entrada livre



■ ■ ■ FEIRAS

5 DE NOVEMBRO

10.00H - 15.00H

FEIRA SOLIDÁRIA

JUNTO À IGREJA MATRIZ DE OURÉM

A Feira Solidária realiza-se no primeiro sábado de cada mês, entre as 10h00 e as 15h00, junto à Igreja Matriz de Ourém. Os objetivos da Feira Solidária são reciclar artigos em bom estado e promover a troca de bens e serviços a custos reduzidos, numa ótica de partilha de solidariedade. Caso pretenda participar enquanto expositor deverá inscrever-se na Divisão de Educação e Assuntos Sociais, na Câmara Municipal de Ourém.

Informações: T. 249 540 900 (ext. 6536 ou 6508) ou centrocomunitariovoluntariado@mail.cm-ourem.pt



■ ■ ■ FEIRAS

06 . NOVEMBRO

09.00H - 13.00H

MERCADOS ECORURAIS

JUNTO À IGREJA MATRIZ DE OURÉM

Como já vem sendo hábito, a manhã do primeiro domingo de cada mês tem uma animação diferente junto à Igreja Matriz de Ourém, que se transforma para receber os “Mercados Ecorurais”. A iniciativa permite aos pequenos produtores do concelho escoar os seus produtos, criando oportunidades de negócio.

Entre as 09.00H e as 13.00H, os comerciantes do concelho usufruem de uma banca e equipamento de apoio à venda dos produtos. Uma oferta que inclui produtos agrícolas, vinho, mel, bolos, pão, artesanato, entre outros bens.

Todos os produtores que pretendam participar na iniciativa podem inscrever-se, gratuitamente, junto do Gabinete do Serviço de Apoio à Atividade Produtiva no Mundo Rural, na sede da empresa municipal Ourémviva.



DESPORTO
6 . NOVEMBRO
09.30H

CURTO CIRCUITO A BELA NOIVA

UNIÃO DE FREGUESIAS DE RIO DE COUROS E CASAL DOS BERNARDOS

Local de concentração: Junta de Freguesia de Rio de Couros
Visita: Empresa A Bela Noiva Lda. - Confecção de vestidos de noiva

Extensão do percurso: 7 Km

Organização: Município de Ourém e União de Freguesia de Rio de Couros e Casal dos Bernardos

Entrada livre



CULTURA
7 E 28 DE NOVEMBRO
17.00H - 18H45

XADREZ NA BIBLIOTECA

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OURÉM

Prática de Xadrez, para todos os interessados

Inscrições: máx. 10 pessoas | Tel: 249 540 900 (ext. 6841).

Orientador credenciado pela Federação Portuguesa de Xadrez: José Alves

Organização: Associação Cultural Recreativa e Desportiva da Soutaria – PEscola/Auren Chess e Município de Ourém/Biblioteca Municipal.

Entrada livre



CELEBRAÇÕES
08 . NOVEMBRO
10H00 E 14H30

DIA EUROPEU DA ALIMENTAÇÃO E DA COZINHA SAUDÁVEL

MUSEU MUNICIPAL DE OURÉM – CASA DO ADMINISTRADOR

Oficina Lúdico-pedagógica “O feijão saltitão, a ervilha catita e a fava que sonhava” e “Grão a grão”

Mínimo de participantes: 10

Inscrições obrigatórias para 249 540 900 (ext. 6831)



Tlm: 919 585 003 | e-mail: museu@mail.cm-ourem.pt

--- CINEMA

09 E 23 DE NOVEMBRO

21.30H

ÀS QUARTAS, CINEMA!

ESPAÇO JOVEM – PARQUE DA CIDADE ANTÓNIO TEIXEIRA

9 novembro – “Só os Amantes Sobrevivem”

Realizador: Jim Jarmusch

Com: Tom Hiddleston, Tilda Swinton, Mia Wasikowska

Romance, Drama

Alemanha, Reino unido, França, Chipre

2h03min | 2014 | M/ 16

Nas cidades românticas e desoladas de Detroit e Tânger, Adam, um músico profundamente deprimido, encontra Eve, a sua amante, uma mulher robusta e enigmática. Esta história de amor dura há séculos, mas este idílio libertino é interrompido pela chegada da pequena irmã de Eve, extravagante e incontrolável. Estas duas pessoas à margem, sábias mas frágeis, poderão continuar a sobreviver no mundo moderno que está em colapso ao seu redor?

23 novembro – “9 Songs”

Realizador: Michael Winterbottom

Com: Kieran O'Brien, Margo Stilley, Michael Nyman

Erótico, Musical, Romance

Reino unido

1h 09min | 2005 | M/18

O diretor Michael Winterbottom (de Código 46) fez com 9 Canções um filme ousado e abusado. Um dos diretores mais corajosos e influentes hoje, Winterbottom juntou muito sexo e o novo rocknroll para contar a história de um relacionamento moderno, na sempre moderna cidade de Londres, Lisa é uma estudante americana que vai morar um ano em Londres, onde conhece Matt num show e se apaixonam.

Entrada livre



CONGRESSO

10 A 12 . NOVEMBRO

VI CONGRESSO INTERNACIONAL DAS CIDADES-SANTUÁRIO

FÁTIMA

Fátima recebe entre 10 e 12 de novembro a sexta edição do Congresso Internacional das Cidades-Santuário subordinado ao tema “Novos Caminhos na Valorização da Peregrinação e do Turismo Religioso: Cooperação, Gestão e Inovação”. Esta iniciativa da Câmara Municipal de Ourém, a que se associam a ACISO – Associação Empresarial Ourém-Fátima e o Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, tem como objetivo a reflexão e procura de novos caminhos para o desenvolvimento dos destinos turístico-religiosos.

É destinado a autarcas e técnicos municipais, responsáveis por santuários e outros responsáveis eclesiais, organismos oficiais de turismo, docentes, investigadores, estudantes, técnicos de turismo, operadores turísticos e hoteleiros e todos os interessados nas temáticas propostas. Entrada livre, sujeita a inscrição.

Informações: ourem2020@mail.cm-ourem.pt

Telm.: 911 750 283

Programa completo em <http://congresso2016.ourem.pt>

DESPORTO

12 E 13 . NOVEMBRO

RALLY VILA MEDIEVAL DE OURÉM

PARQUE DA CIDADE ANTÓNIO TEIXEIRA - OURÉM

O Rally Vila Medieval de Ourém vai decorrer em Ourém entre os dias 12 e 13 de novembro. A prova com organização do Centro Cultural e Recreativo do Olival – Olival Motorizado e do Município de Ourém, tem o apoio da Federação Portuguesa de Automobilismo e Karting e



quer integrar a curto prazo o campeonato nacional de rallys. O Rally Vila Medieval de Ourém tem como padrinho o piloto Aduzilo Lopes.

Localização das Especiais:

12 de Novembro - Ourém

13 de Novembro - Nossa Senhora das Piedade (Alqueidão)

13 de Novembro - Olival (Óbidos)

Informações: olivalmotorizado@gmail.com | 917474252



DESPORTO

13 . NOVEMBRO

09.30H

CURTO CIRCUITO

A RECICLAGEM DOS PLÁSTICOS

UNIÃO DE FREGUESIA DE FREIXIANDA, RIBEIRA DO FÁRRIO E FORMIGAIS

Local de concentração: Junta de Freguesia de Freixianda
Visita: Empresa Micronipol- Micronização e Reciclagem de Polímeros Lda

Extensão do percurso: 7 Km

Organização: Município de Ourém e União de Freguesia de Freixianda, Ribeira do Fárrio e Formigais

Entrada livre



DANÇA

13 . NOVEMBRO

16.00H

DANÇAS EUROPEIAS NO MUSEU

MUSEU MUNICIPAL DE OURÉM – CASA DO ADMINISTRADOR

Mostra de danças da Europa, onde a paixão, a diversão, a alegria e o convívio estão presentes. Se acha que não sabe dançar, venha e comprove o contrário. Experimente e aprenda novas danças tradicionais.

Entrada livre



--- COMEMORAÇÕES
14 . NOVEMBRO
10H00 E 14H00

DIA MUNDIAL DA DIABETES

CENTRO COMUNITÁRIO DE VOLUNTARIADO - OURÉM

O Centro Comunitário de Voluntariado de Ourém vai realizar dia 14 de novembro uma atividade comemorativa do Dia Mundial da Diabetes.

Durante a manhã será desenvolvida uma campanha de proximidade junto do comércio local e no período da tarde o Centro Comunitário de Voluntariado recebe a população para a realização das seguintes atividades: avaliação da tensão arterial, glicémia, IMC e perímetro abdominal; avaliação do risco de desenvolver diabetes nos próximos 10 anos (pela aplicação de questionário).

Esta atividade é dirigida às pessoas com diabetes e à população em geral da comunidade do Concelho de Ourém e tem como objetivos sensibilizar a população para a problemática da diabetes, divulgar informação sobre a diabetes e os seus fatores de risco; prevenir a evolução de complicações associadas à diabetes e identificar na população o risco de desenvolvimento de diabetes nos próximos 10 anos.

Entrada Livre



--- LIVROS
16 . NOVEMBRO
17.00H

(CON)TRIBUTOS

APRESENTAÇÃO DO LIVRO “PASSEIO POR PROVAS DE VIDA”

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OURÉM

O último livro editado pela USO – Universidade Sénior de Ourém, da autoria do coletivo de alunos e professor da “Oficina de leitura e escrita da USO”, Doutor Sérgio Ribeiro, será apresentado na Biblioteca Municipal de Ourém, no dia 16 de novembro de 2016, às 17h. Trata-se de uma obra coletiva, com textos em prosa e em poesia e o evento contará com a presença dos autores dos mesmos. Toda a

comunidade ourense é convidada a tomar parte neste evento.

Entrada livre

... COMEMORAÇÕES
17 . NOVEMBRO
10H00 – 12H00

DIA MUNDIAL DO NÃO FUMADOR

MERCADO MUNICIPAL MANUEL PRAZERES DURÃO

O Município de Ourém em parceria com a Unidade de Cuidados Continuados na Comunidade de Ourém e o CLDS 3G, vão realizar, entre as 10.00h e as 12.00h, uma ação de sensibilização no Mercado Municipal Manuel Prazeres Durão, no âmbito das comemorações do "Dia Mundial do Não Fumador".

Objetivos:

- Sensibilizar a população para os malefícios do tabaco;
- Encaminhar/Sensibilizar para a consulta de cessação tabágica;
- Avaliação do monóxido de carbono a fumadores.

... WORKSHOP
18 . NOVEMBRO
09H30 - 12H30

VIVER E TRABALHAR POSITIVAMENTE

AUDITÓRIO DO EDIFÍCIO-SEDE DO MUNICÍPIO

O Município de Ourém vai realizar no dia 18 de novembro um workshop denominado “Viver e Trabalhar Positivamente!”. O workshop será dinamizado pela Dra. Catarina Rivero, Psicóloga Clínica e Terapeuta Familiar, co-autora do livro “Positiva+Mente”, editado em 2011 pela esfera dos livros.

A sessão vai realizar-se no auditório do Edifício-Sede do Município de Ourém, terá a duração de 3 horas (9h30 –

12h30), é gratuita e dirigida a todos/as os/as funcionários/as do Município, Ourémviva e técnicos das Áreas Sociais.

Pretende-se identificar soluções para o bem-estar dos profissionais; identificar pistas e possibilidades para relações positivas e identificar possibilidades para otimizar a motivação dos profissionais.

As inscrições decorrem até dia 15 novembro e são gratuitas e obrigatórias.

Email: germana.vaz@mail.cm-ourem.pt | Tel.: 249 540 900 (ext. 6536)



COMEMORAÇÕES
18 . NOVEMBRO

DIA EUROPEU SOBRE A PROTEÇÃO DE CRIANÇAS CONTRA A EXPLORAÇÃO SEXUAL E O ABUSO SEXUAL

O Município de Ourém, em parceria com a CPCJ de Ourém e Rede Intermunicipal Cooperação e Desenvolvimento, irá assinalar o dia Europeu sobre a Proteção de Crianças contra a Exploração Sexual e o Abuso Sexual, dia 18 de Novembro.

A exploração e o abuso sexual de crianças são ainda uma realidade trágica para a nossa sociedade. Constituem uma violação séria dos direitos das crianças e têm um efeito duradouro e consequências prejudiciais para a vida inteira.

Pretende-se com esta iniciativa: aumentar a consciência pública acerca da exploração e abuso sexual e da necessidade de impedir tais atos; facilitar a discussão aberta sobre a proteção das crianças contra a exploração e abuso sexual; disponibilizar uma ferramenta às escolas que seja um contributo para a prevenção do abuso, dotando as crianças de conhecimentos e capacidades para identificar contactos físicos adequados e inadequados, para saber expressar diferentes emoções e saber pedir ajuda.



CULTURA

19 . NOVEMBRO

10.30H

HISTÓRIAS E OUTROS SONS EM FAMÍLIA

“ A BRUXA MIMI ”

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OURÉM

Hora do Conto e Música com Helena Caetano e Marta Presume à volta dos livros da Bruxa Mimi, a bruxa mais trapalhona que conhecemos, com o melhor coração do mundo, criada por Valerie Thomas e Korky Paul.

Público-alvo: Crianças a partir dos 12 meses, acompanhadas de adulto

Número mínimo de inscrições: 8 crianças + acompanhante(s)

Duração: cerca de 1 hora

Preço: €2,00 por pessoa

Inscrições na Biblioteca Municipal de Ourém ou através do n.º de tel. 249 540 900 (ext. 6841)

GASTRONOMIA

19 . NOVEMBRO

19.30H

UCHARIA DE SABORES AZEITONA

UCHARIA DO CONDE – VILA MEDIEVAL DE OURÉM

Aproveite para “saborear” uma edição renovada da “Ucharia de Sabores” com jantares temáticos de produtos locais. Este mês o tema é dedicado à azeitona.

Custo por pessoa: 10€ | Crianças dos 6 aos 12 anos: 5€ | Inscrições limitadas

Reservas: T.249 541 676 | M.915 002 924 (segunda a sexta-feira das 9h00 às 18h00) | uchariadoconde@gmail.com

Organização do Município de Ourém e da empresa municipal OurémViva, E.M., S.A., responsável pela gestão da Ucharia do Conde no apoio à comercialização e dinamização dos produtos locais.



■ ■ ■ DANÇA

20 . NOVEMBRO
10.00H – 11.00H

OFICINA DE DANÇAS TRADICIONAIS E MOVIMENTO

MUSEU MUNICIPAL DE OURÉM – CASA DO ADMINISTRADOR

Pretende-se de forma descontraída e divertida desenvolver a coordenação motora, consciência rítmica, criatividade, socialização, memória, trabalhar o movimento no tempo e no espaço e explorar livremente o movimento. Os pais também participam.

Destinatários: crianças dos 3 aos 8 anos

Contribuição: 2€ por criança | Min: 3 / Máx: 10 crianças

Nota: Trazer roupa confortável

Inscrições obrigatórias para 249 540 900 (ext. 6831)

Tlm: 919 585 003 | e-mail: museu@mail.cm-ourem.pt



■ ■ ■ DESPORTO

20 . NOVEMBRO
09.30H

CURTO CIRCUITO A TERRA: ECOLOGIA E ESPIRITUALIDADE

FREGUESIA DE N.ª S.ª DA PIEDADE

Local de concentração: Parque de Merendas de Vale Travesso

Visita: Quinta da Casa Velha - ecologia e espiritualidade

Extensão do percurso: 4 Km

Organização: Município de Ourém e Junta de Freguesia de N.ª S.ª da Piedade

Entrada livre



COMEMORAÇÕES
23 . NOVEMBRO
10H00 E 14H30

DIA DA FLORESTA AUTÓCTONE

MUSEU MUNICIPAL DE OURÉM – CASA DO ADMINISTRADOR

Oficina Lúdico-pedagógica “Descobrir a Floresta”

Mín. 10 participantes | Máx. 25 participantes

Público-alvo: 3 aos 12 anos | Tempo estimado: 1h30min

Inscrições obrigatórias para 249 540 900 (ext. 6831) | Tlm:
919 585 003 | E-mail: museu@mail.cm-ourem.pt

AMBIENTE
24 . NOVEMBRO
14H30

SEMINÁRIO

RECURSOS HÍDRICOS DO CONCELHO DE OURÉM – ESTADO, RISCOS E ANTEVISÃO

AUDITÓRIO DO EDIFÍCIO-SEDE DO MUNICÍPIO

O seminário “Recursos Hídricos do concelho de Ourém – Estado, Riscos e Antevisão” é enquadrado nas comemorações dos 20 anos da Be Water em Ourém.

A iniciativa visa despertar e informar, de forma pragmática mas pedagógica, a necessária preservação de uma das principais riquezas do concelho de Ourém, que são os recursos hídricos e os respetivos aquíferos de Ourém.

O seminário é direcionado a responsáveis políticos das Juntas de Freguesia, como representantes da população, representantes das escolas e alunos, numa perspetiva pedagógica, representantes religiosos, como interlocutores de fé, responsável de saúde concelhia e à população em geral.



■ ■ ■ MÚSICA

24 . NOVEMBRO

19.00H

QUINTAS COM MÚSICA NO MUSEU

MUSEU MUNICIPAL DE OUREM – CASA DO ADMINISTRADOR

No dia 24 de novembro o Museu Municipal de Ourém levará a cabo mais uma edição da rubrica “Quintas com música no Museu”, com a participação da Ourearte, numa iniciativa gratuita.

Informações: 249 540 900 (ext. 6831) | Tlm: 919 585 003 |

E-mail: museu@mail.cm-ourem.pt

Entrada livre



■ ■ ■ WORKSHOP

25 . NOVEMBRO

20H00

SESSÃO DE IN“FORMAÇÃO” CULTURA ASSOCIATIVA - O ASSOCIATIVISMO POPULAR, FATOR DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL, ECONÓMICO E CULTURAL

AUDITÓRIO DO EDIFÍCIO-SEDE DO MUNICÍPIO

Destinatários: Agentes associativos (dirigentes, monitores, associados, juntas de freguesia, entre outros)

Preletores: Dr. Artur Martins - Presidente da Confederação Portuguesa das Coletividades de Cultura Recreio e Desporto e Dr. Augusto Figueiredo - Federação de Coletividades de Cultura Recreio e Desporto do Distrito de Santarém

Participação gratuita com inscrição obrigatória e limitada para associativismo@mail.cm-ourem.pt

COMEMORAÇÕES

25 . NOVEMBRO

DIA INTERNACIONAL PELA ELIMINAÇÃO DA VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES

AUDITÓRIO DO EDIFÍCIO-SEDE DO MUNICÍPIO

Seminário que contará com a presença de especialistas nesta área da intervenção, a realizar no auditório dos Paços do Concelho, a realizar no dia 25 de novembro durante o período da manhã.

As inscrições serão gratuitas e limitadas, devendo para isso inscrever-se através dos seguintes contactos: 249 540 900 (6531) ou para o email: vera.pereira@mail.cm-ourem.pt



LIVROS

26 . NOVEMBRO

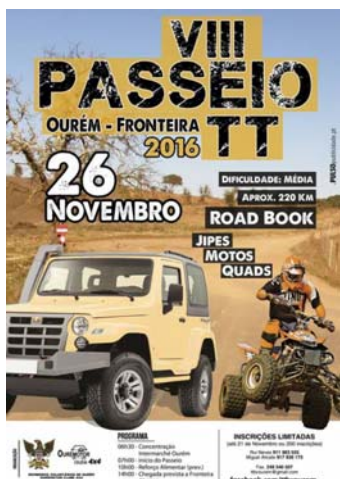
15.00H

LANÇAMENTO DO LIVRO ATAS 1º CONGRESSO DE HISTÓRIA E PATRIMÓNIO DA ALTA ESTREMADURA

GALERIA MUNICIPAL – VILA MEDIEVAL DE OURÉM

Nos dias 28, 29 e 30 de outubro de 2011 decorreu no Município de Ourém o 1º Congresso de História e Património da Alta Estremadura, organizado em parceria com o Centro do Património da Estremadura (CEPAE). Das comunicações então proferidas resultou o Livro de Atas que será lançado no dia 26 de novembro de 2016, pelas 15h, na Galeria Municipal da Vila Medieval de Ourém.

Entrada livre



DESPORTO

26 . NOVEMBRO

06.30H

VIII PASSEIO TT OURÉM-FRONTEIRA 2016

OURÉM

Programa:

06H30 Concentração Inermarché Ourém

07H00 Início Passeio

10H00 Reforço Alimentar (prev.)

14H00 Chegada prevista a Fronteira - Almoço

INSCRIÇÕES LIMITADAS (até 21 de Novembro ou 200 inscrições)

Rui Neves: 911963555 | Miguel Alicate: 917936173

Fax: 249540507

E-mail: ttbvourem@gmail.com

Organização: Bombeiros Voluntários de Ourém e Ourémotor Clube 4x4



MÚSICA

27 . NOVEMBRO

11.00H

MÚSICA PARA CRIANÇAS DOS 0 AOS 3 ANOS

AUDITÓRIO DA OUREARTE

A atividade “Música para crianças dos 0 aos 3 anos” realiza-se nos últimos domingos de cada mês, havendo duas sessões: uma às 11h00 – crianças dos 0 ao 1 ano de idade e outra pelas 11h30 - crianças a partir do 1 ano, no Espaço Jovem ou Auditório da Ourearte.

Contamos novamente com a colaboração da Ourearte –

Escola de Música e Artes de Ourém e cada sessão tem um tema específico e o custo de 1€ por criança.

Inscrições limitadas | T. 249 540 900 (ext. 6531)

Email: vera.pereira@mail.cm-ourem.pt



LIVROS

27 . NOVEMBRO

18.00H

“25 DE ABRIL E DEPOIS” APRESENTAÇÃO DO LIVRO POR SÉRGIO RIBEIRO

MUSEU MUNICIPAL DE OURÉM – CASA DO ADMINISTRADOR

Sérgio Ribeiro, ex-eurodeputado e militante do PCP apresenta o livro "25 de Abril e depois". Trata-se de um livro em que recorda na primeira pessoa episódios políticos que viveu ao longo dos últimos quarenta anos.



DESPORTO

NOVEMBRO

SÁBADOS DE MANHÃ

SÁBADOS ATIVOS

PISCINAS MUNICIPAIS DE CAXARIAS

NATAÇÃO PARA BEBÉS

Destina-se a bebés dos 6 aos 36 meses - 1ª AULA GRÁTIS
É uma atividade de desenvolvimento integral da criança com o acompanhamento obrigatório de, pelo menos, um dos pais. Inicialmente consiste em que o bebé adquira comportamentos espontâneos no meio aquático, evoluindo no sentido de integração nas turmas que se dedicam à aprendizagem das técnicas de natação propriamente ditas. É uma fase de sensibilização e de adaptação do bebé ao meio, que conta com a presença, interação e apoio dos pais na realização dos diversos exercícios. Todos os bebés têm uma cédula desportiva, onde serão registados todos os dados referentes ao seu desenvolvimento no Projeto de Adaptação ao Meio Aquático, através de uma avaliação periódica.

HIDROKIDS

Destina-se a crianças dos 3 aos 12 anos - 1ª AULA GRÁTIS
Atividade composta por aulas de grupo dirigidas aos mais novos, que tem por base exercícios aquáticos, coreografados ou não, sempre num ambiente de musicalidade e de diversão.

O formato da aula inclui exercícios de hidroginástica, estafetas, exercícios de natação, brincadeiras e jogos aquáticos, com acompanhamento de avaliação física. O ambiente é repleto de musicalidade, de ritmo e de muitas gargalhadas.

Esta atividade é desenvolvida na parte de menor profundidade da piscina, em água tépida, cerca de 29° e com repertório musical apropriado para a faixa etária predominante. Não precisa saber nadar.

INFORMAÇÕES/CONTACTOS

Piscina Municipal de Caxarias - 915 648 671

... DESPORTO
NOVEMBRO

ATIVIDADES AQUÁTICAS

PISCINAS MUNICIPAIS OURÉM E CAXARIAS



HIDROGINÁSTICA

Destina-se a adultos e jovens, com mais de 15 anos de idade, de ambos os sexos. Não precisa saber nadar.

HIDROTERAPIA

Jovens, adultos e idosos de ambos os sexos, com sintomas e/ou patologias degenerativas corporais. Não precisa saber nadar.

HIDROSÉNIOR

Destina-se a adultos, com mais de 50 anos de ambos os sexos. Não precisa saber nadar.

ATP | AULA DE TREINO PERSONALIZADA

Destina-se ao utente que pretende o acompanhamento de um monitor enquanto utiliza a piscina. Inclui o ensino da natação e exercícios de recuperação da condição física.

Serviço permanente durante o horário de funcionamento da instalação, mas sujeito a marcação prévia.

INSCRIÇÕES/INFORMAÇÕES

Piscinas Ourém

T. 249 544 299 | M. 915 648 678

Horário: 2.º a 6.º feira das 09.00H às 21.00H | sábados das

15.00H às 20.00H

Piscina Caxarias

M. 915 648 671

Horário: 2.º a 6.º feira das 09.00H às 21.00H | sábados das 09.00H às 14.00H



DESPORTO

NOVEMBRO

2ª E 4ª DAS 19H15 ÀS 22H00

ESCOLA DE KARATÉ

CENTRO COMUNITÁRIO DE VOLUNTARIADO DE OURÉM

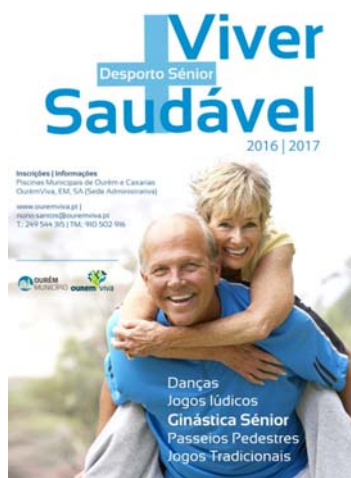
A Escola de Karatê de Ourém possibilita a todos os alunos aprender uma modalidade desportiva marcial de ataque e defesa pessoal com benefícios ao nível da condição física, concentração, respeito, educação/disciplina, confiança e segurança.

Esta escola proporciona aulas de karatê para crianças e adultos com idades a partir dos 5 anos de idade.

Horários: segundas e quartas-feiras das 19h15 às 20h00, das 20h15 às 21h00 e das 21h00 às 22h00

Inscrições | Informações: OurémViva, EM, S.A. (sede administrativa)

Contactos: T.: 249 544 315 | Tm.: 910 502 916 | E-mail: nuno.santos@ouremviva.pt



DESPORTO

NOVEMBRO

VIVER + SAUDÁVEL

OURÉM

O programa “Viver + Saudável – Desporto Sénior” é um plano estratégico de prevenção do sedentarismo e promoção de um estilo de vida ativo do cidadão sénior, com a implementação de uma atividade física regular adaptada às necessidades desta população alvo, a adoção de hábitos de vida saudáveis e o aumento da socialização.

Este programa apresenta atividades desportivas de caráter regular como ginástica sénior e algumas atividades de caráter pontual como dança, passeios pedestres, jogos

lúdicos e aquáticos e participação em vários eventos desportivos e sociais.

DESTINATÁRIOS

O presente programa tem como população alvo os munícipes residentes no concelho de Ourém, com idade igual ou superior a 55 anos.

INFORMAÇÕES

Piscinas Municipais de Caxarias e Ourém

Sede Administrativa da OurémViva, E.M, S.A.

Site: www.ouremviva.pt

e-mail: nuno.santos@ouremviva.pt

T: 249 544 315 | Telm.: 91 050 29 16