



SESIMBRA  
NATURA  
PARK



RNAAT Nº 311/2015



em sistema de  
ACAMPAMENTO



com ou sem  
REFEIÇÕES

# PROGRAMAS ESCOLARES

2 dias no SNP

**LISTA DE MATERIAL : 2 DIAS**

Mochila grande/mala		Saco para roupa suja	
Mochila pequena			
Cantil/Garrafa de Água		<b>Outros:</b>	
Boné/Chapéu		Elástico para o Cabelo	
Lanterna (preferencialmente de cabeça) + pilhas		Caderno, lápis	
Colchonete		Máquina fotográfica	
Saco-Cama		Medicação (se necessária fazer acompanhar de receita médica ou autorização de encarregad@ de educação)	
Impermeável			
Toalha de Banho			
Toalha de Praia/Piscina			
Fato de Banho			
Protetor solar			
Calçado fechado (confortável)			
Chinelos de praia			
Escova/ pente cabelo			
Escova de dentes			
Pasta de dentes			
Sabão / gel de banho			
Champô (frasco pequeno)			
Roupa para dormir			
<b>Roupa prática e desportiva, se possível separada por dias e identificada.</b> (Roupa interior, t-shirt, etc.)			
Roupa dia 1		<b>ATENÇÃO:</b>	
Roupa dia 2		O Sesimbra Natura Park não se responsabiliza por objetos e valores dos participantes.	
Agasalho (para noite)		Condutas consideradas violentas e objetos perigosos são proibidos.	



SESIMBRA  
NATURA  
PARK

NOME	<b>PROGRAMA ACAMPAMENTO AVENTURA</b>
	2 DIAS (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	Opção A = <b>80€</b> /pax (c/IVA c/Refeições) Opção B = <b>53€</b> /pax (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 2 atividades radicais e jogos de grupo em contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.



#### HORÁRIO DAS ATIVIDADES

#### 1º DIA

10h00	Receção e Briefing no Campo Base Lanche Montagem de Campo
11h30-12h45	<b>Atividade de Acolhimento</b>
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	<b>Atividade Radical: Arborismo + Slide + Escalada</b>
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre
19h30	Jantar
20h45-22h30	<b>Animação Noturna: Jogo Noturno OU Disco Night</b>
22h45	Ceia
23h00	Recolher

#### 2º DIA

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	<b>Atividade Radical: Canoagem OU Paintball (&gt;12anos) / Paintball Kids (&gt;10anos) OU Lasertag</b>
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	<b>Atividade Aventura na Natureza (opção: ver lista)</b>
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

#### LISTA DE ATIVIDADES AVENTURA NA NATUREZA

ESCOLHA 1 DAS SEGUINTE OPÇÕES:

- Atelier Mãos na Terra
- Torneios Desportivos/Olimpíadas
- Jogos com Água
- Jogo Natura
- Jogos Tradicionais
- Tiro ao Alvo
- Apresentação Canina
- Slackline

#### Extras – Sob consulta

- Apresentação Canina
- Yoga
- Passeio de Trator
- Dança/Zumba
- Escola do Mato (Bushcraft)
- Forest School
- Batismo a Cavallo

**Obs:** O horário das atividades poderá sofrer alterações.

**PROGRAMA ACAMPAMENTO AVENTURA**

- INCLUI**
- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
  - Monitores para as atividades estruturadas;
  - Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
  - Tendas para pernoita;
  - Seguro de acidentes pessoais;
  - Zonas de Ensombramento;
  - Água potável;
  - 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;
- (A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem “diretamente” a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)
- IVA à taxa legal em vigor.

- NÃO INCLUI**
- Refeições - OPÇÃO B;
  - Transportes;
  - Colchonetes e sacos-cama.

**REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)**

PEQUENO-ALMOÇO	1,90€
LANCHES	1,90€
ALMOÇO / JANTAR	13,60€
CEIA	0,80€

**Obs.:**

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confeccionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

NOME	<b>PROGRAMA ACAMPAMENTO RADICAL</b>
PREÇO POR PARTICIPANTE	<b>2 DIAS (1 noite)</b> Opção A = <b>87€</b> /pax (c/IVA c/Refeições) Opção B = <b>59€</b> /pax (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 3 atividades radicais e jogos de grupo em contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.



**HORÁRIO DAS ATIVIDADES**

**1º DIA**

10h00	Receção e briefing no Campo Base Lanche Montagem de Campo
11h30-12h45	<b>Atividade de Acolhimento</b>
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	<b>Atividade Radical: Arborismo + Slide + Escalada</b>
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre
19h30	Jantar
20h45-22h30	<b>Animação Noturna: Jogo Noturno OU Disco Night</b>
22h45	Ceia
23h00	Recolher

**2º DIA**

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	<b>Atividade Radical: Canoagem</b>
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	<b>Atividade Radical: Paintball (&gt;12anos) / Painrball Kids (&gt;10anos) OU Lasertag</b>
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

**Obs:** O horário das atividades poderá sofrer alterações.

**PROGRAMA ACAMPAMENTO RADICAL**

- INCLUI**
- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
  - Monitores para as atividades estruturadas;
  - Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
  - Tendas para pernoita;
  - Seguro de acidentes pessoais;
  - Zonas de Ensombramento;
  - Água potável;
  - 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;
- (A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem “diretamente” a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)
- IVA à taxa legal em vigor.

- NÃO INCLUI**
- Refeições - OPÇÃO B;
  - Transportes;
  - Colchonetes e sacos-cama.

**REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)**

PEQUENO-ALMOÇO	1,90€
LANCHES	1,90€
ALMOÇO / JANTAR	13,60€
CEIA	0,80€

**Obs.:**

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confeccionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.



NOME	<b>PROGRAMA "O MEU" ACAMPAMENTO</b>
PREÇO POR PARTICIPANTE	<b>2 DIAS (1 noite)</b> Opção A = <b>73€</b> /pax (c/IVA c/Refeições) Opção B = <b>46€</b> /pax (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 1 atividade radical e restantes atividades à escolha do grupo.



#### HORÁRIO DAS ATIVIDADES

#### LISTA DE ATIVIDADES RADICAIS

##### 1º DIA

##### ESCOLHA 1 DAS SEGUINTE OPÇÕES:

10h00	Receção e briefing no Campo Base
	Lanche
	Montagem de Campo
11h30-12h45	<b>Atividade de Acolhimento</b>
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	<b>Atividade Aventura na Natureza (opção: ver lista)</b>
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre
19h30	Jantar
20h.45-22h30	<b>Animação Noturna: Jogo Noturno OU Disco Night</b>
22h45	Ceia
23h00	Recolher

- Arborismo
- Canoagem
- Paintball (>12anos) / Paintball Kids (>10 anos) / Lasertag

#### LISTA DE ATIVIDADES AVENTURA NA NATUREZA

##### ESCOLHA 1 ou 2 DAS SEGUINTE OPÇÕES:

<b>2º DIA</b>	
08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	<b>Atividade Radical (opção: ver lista)</b>
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	<b>Atividade Aventura na Natureza (opção: ver lista)</b>
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

- Apresentação Canina
- Tiro com Arco
- Torneios Desportivos/Olimpíadas
- Escalada e Rapel
- Slackline
- Jogos Tradicionais
- Jogos com Água
- Jogo Natura
- Jogos Tradicionais

#### Extras – Sob consulta

- Apresentação Canina
- Yoga
- Passeio de Trator
- Dança/Zumba
- Escola do Mato (Bushcraft)
- Forest School
- Batismo a Cavallo

**Obs:** O horário das atividades poderá sofrer alterações.

**PROGRAMA “O MEU” ACAMPAMENTO**

- INCLUI**
- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
  - Monitores para as atividades estruturadas;
  - Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
  - Tendas para pernoita;
  - Seguro de acidentes pessoais;
  - Zonas de Ensombramento;
  - Água potável;
  - 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;
- (A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem “diretamente” a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)
- IVA à taxa legal em vigor.

- NÃO INCLUI**
- Refeições - OPÇÃO B;
  - Transportes;
  - Colchonetes e sacos-cama.

**REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)**

PEQUENO-ALMOÇO	1,90€
LANCHES	1,90€
ALMOÇO / JANTAR	13,60€
CEIA	0,80€

**Obs.:**

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confeccionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.





NOME	<b>PROGRAMA ACAMPAMENTO MEIO RADICAL</b>
	1 DIA ½ (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	Opção A = 67€ /pax (c/IVA c/Refeições) Opção B = 46€ /pax (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 3 atividades radicais e jogos de grupo em contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.



**HORÁRIO DAS ATIVIDADES**

**1º DIA**

10h00	Receção e briefing no Campo Base Lanche Montagem de Campo
11h30-12h45	<b>Atividade de Acolhimento</b>
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	<b>Atividade Radical: Arborismo + Slide + Escalada</b>
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre
19h30	Jantar
20h45-22h30	<b>Animação Noturna: Jogo Noturno OU Disco Night</b>
22h45	Ceia
23h00	Recolher

**2º DIA**

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h00-12h30	<b>Atividade Radical: Canoagem OU Paintball (&gt;12anos) / Paintball Kids (&gt;10anos) / Lasertag</b>
11h00	Lanche
12h45	Despedidas

**Atenção:** Após fim das atividades e antes da saída, o grupo pode permanecer no SNP para almoçar (almoço não incluído), estando a partir dessa altura sob a supervisão dos seus responsáveis.

**Obs:** O horário das atividades poderá sofrer alterações.

**PROGRAMA ACAMPAMENTO MEIO RADICAL**

- INCLUI**
- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
  - Monitores para as atividades estruturadas;
  - Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
  - Tendas para pernoita;
  - Seguro de acidentes pessoais;
  - Zonas de Ensombramento;
  - Água potável;
  - 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;
- (A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem “diretamente” a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)
- IVA à taxa legal em vigor.

- NÃO INCLUI**
- Refeições - OPÇÃO B;
  - Transportes;
  - Colchonetes e sacos-cama.

**REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)**

PEQUENO-ALMOÇO	1,90€
LANCHES	1,90€
ALMOÇO / JANTAR	13,60€
CEIA	0,80€

**Obs.:**

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

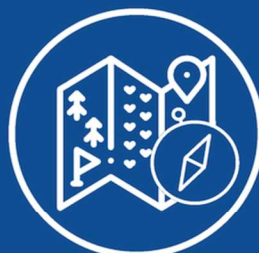
O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confeccionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.



SESIMBRA  
NATURA  
PARK



RNAAT Nº 311/2015



# DESCRITIVO DE & ATIVIDADES Condições de Reserva

## DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

### ARBORISMO



<b>DESCRIÇÃO</b>	O ARBORISMO é uma atividade que consiste num percurso de obstáculos entre plataformas posicionadas nas copas das árvores - 10 pontes suspensas entre os 5 e os 8 m de altura, com um sistema de linha de vida contínua a terminarem num slide de 70m. O mesmo é complementado por uma parede de escalada. (Pontes: Z; Dupla Alternada, Paralelas, Piano, Mista, Baloço, Indiana, Himalaia, Tarzan, Descontinuada.)
<b>LIMITAÇÕES</b>	Pode ser realizado apenas por pessoas maiores de 1,30m e até 120kg. Slide & Escalada a partir de 1,20m. Não é uma atividade adequada a pessoas grávidas ou com problemas de coluna.
<b>INCLUI</b>	- Capacete, arnês, kit de “vida contínua”; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa confortável e sapatos fechados, elástico para o cabelo e garrafa de água.

### CANOAGEM



<b>DESCRIÇÃO</b>	A CANOAGEM é uma atividade desenvolvida num lago com 13ha de planos de água, perfeitos para a sua aprendizagem, dinâmicas de jogos, observação de paisagens e fauna. Águas calmas ideais para a prática de canoagem de velocidade.
<b>LIMITAÇÕES</b>	Crianças menores de 8 anos têm obrigatoriamente de ser acompanhadas por um/uma adult@.
<b>INCLUI</b>	- Kayaks sit-on top c/ 2 lugares (nº total de canoas 14); - Colete de Flutuação adaptado ao peso d@ praticante; - Pagaias; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer fato de banho + t-shirt (para vestirem na altura da atividade), chapéu ou boné, chinelos, toalha, protetor solar e garrafa de água.

## PAINTBALL



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p>O PAINTBALL é uma atividade de equipa onde @s jogador@s eliminam @s seus/suas oponentes utilizando marcadores de ar comprimido, que disparam bolas de tinta biodegradável, cujo rebentamento por impacto torna visível o local atingido.</p> <p>No SNP este é um desporto aventura, praticado ao ar livre com momentos de muita adrenalina e emoção.</p> <p>São necessárias no mínimo duas equipas, cuja constituição pode variar de 4 a 10 elementos por equipa.</p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>O Paintball no SNP só pode ser praticado a partir dos 12 anos.</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marcador de Paintball;</li> <li>- Botija de ar comprimido;</li> <li>- Máscara, pescoceira e colete de proteção;</li> <li>- Carregamento de 150 bolas/participante (distribuídas ao longo do jogo);</li> <li>- Equipa de arbitragem/monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p>Participantes devem trazer roupa prática para vestirem na altura do jogo (sweatshirt/casacos grossos de mangas compridas + calças), calçado fechado e confortável e garrafa de água.</p>

## PAINTBALL KIDS



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p>O PAINTBALL KIDS é uma versão do Paintball adaptada para crianças, que apesar de ter uma dinâmica idêntica (ver descrição do Paintball), os seus marcadores de jogo são mais leves, funcionam com sistema de mola e as bolas são mais pequenas.</p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>Paintball Kids no SNP só é praticado por maiores de 10 anos.</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marcador de Paintball Kids;</li> <li>- Máscara, pescoceira e colete de proteção;</li> <li>- Carregamento 100 bolas/participante (distribuídas ao longo do jogo);</li> <li>- Equipa de arbitragem/monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p>Participantes devem trazer roupa prática para vestirem na altura do jogo (sweatshirt/casacos grossos de manga comprida + calças), calçado fechado e confortável e garrafa de água.</p>

## LASERTAG



<b>DESCRIÇÃO</b>	O LASERTAG é uma experiência ao ar-livre idêntica ao Paintball mas com “armas” que utilizam infravermelhos e não são necessárias proteções. São organizados jogos com diversas temáticas, que exploram diferentes objetivos de jogo, como confronto entre equipas;
<b>LIMITAÇÕES</b>	O Lasertag no SNP só pode ser praticado a partir dos 7 anos.
<b>INCLUI</b>	- Marcador de Lasertag; - Headbands; - Materiais de jogo para diferentes dinâmicas; - Equipa de arbitragem/monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável e garrafa de água.

## TRATOR



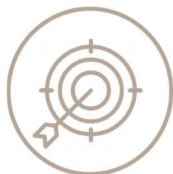
<b>DESCRIÇÃO</b>	O PASSEIO DE TRATOR permite uma exploração cómoda e divertida da Herdade da Mesquita, atravessando vários tipos de paisagens agrícolas e florestais (pinhal, montado, floresta mista), lagos e galerias ripícolas, com boas oportunidades de observação da avifauna, muito rica nesta região, já que esta Herdade é atravessada por corredores ecológicos que ligam as áreas naturais da Serra da Arrábida à Lagoa de Albufeira (com exceção dos animais da Quinta Pedagógica, todos os outros passíveis de ser avistados são autóctones e estão em total liberdade). Ao longo do percurso são efetuadas paragens para partilhar curiosidades e histórias sobre a herdade.
<b>LIMITAÇÕES</b>	Quanto menor for a idade das crianças maior deverá ser o rácio de adult@s.
<b>INCLUI</b>	- Equipa de monitores.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

## APRESENTAÇÃO CANINA



<b>DESCRIÇÃO</b>	O Centro Pedagógico Canino Beira Tejo realiza a APRESENTAÇÃO CANINA onde demonstra o treino dos cães que se encontram à sua guarda. Durante 40 minutos podemos aprender sobre a forma de treino praticada neste centro (Cães de Parar) bem como observar a jovialidade e alegria destes cães e ainda interagir com eles. Este espaço é liderado por Jorge Piçarra, 4 vezes campeão mundial nas modalidades de Santo Humberto e Caça-Prática.
<b>LIMITAÇÕES</b>	(Sem limitações).
<b>INCLUI</b>	- Equipa de monitores.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

## TIRO COM ARCO / ALVO



<b>DESCRIÇÃO</b>	O TIRO COM ARCO é uma atividade cujo principal objetivo é acertar num alvo previamente estabelecido com a utilização de um arco. É uma atividade onde a concentração e habilidade individual contribuem com um tiro certo para o sucesso da equipa...ou não. (ALTERNATIVAS: Fisga, Marcador de Piantball Kids e outras dinâmicas.
<b>LIMITAÇÕES</b>	Tiro com arco no SNP é praticado por maiores de 6 anos.
<b>INCLUI</b>	- Arcos, flechas, bastiadores; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

## TORNEIOS DESPORTIVOS/ OLÍMPIADAS



<b>DESCRIÇÃO</b>	Os "TORNEIOS DESPORTIVOS" são um conjunto de provas onde a competição de equipa, a animação e o fairplay são as palavras-chave. As mesmas poderão ter algumas nuances ou limitações de mobilidade. As provas desportivas podem passar por Voleibol, Futebol, Tiro com Arco, Disco Voador, Salto em Altura, Estafetas, etc.
<b>LIMITAÇÕES</b>	> 7 anos.
<b>INCLUI</b>	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

## DISCOTECA



<b>DESCRIÇÃO</b>	Uma DISCOTECA a céu aberto, uma noite final divertida e cheia de energia, onde não vai faltar muita música, animação, estrelas e luzes. Um momento de encontro e convívio para celebrar a vida e o grupo.
<b>LIMITAÇÕES</b>	(Sem limitações).
<b>INCLUI</b>	- Material para a atividade; - Equipa de monitores; - Fornecimento de água durante a atividade.
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	Participantes devem trazer roupa adequada, calçado fechado e confortável e garrafa de água.

## JOGO NATURA



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p>O JOGO NATURA é uma atividade em contacto com a natureza, na maioria das vezes implica uma componente de orientação.</p> <p>Nesta atividade as equipas são convidadas a resolver um desafio, a descobrir um tesouro, ou a cumprir uma missão.</p> <p>Com estações de atividade ou postos de jogo com diferentes desafios (ex.: jogos tradicionais, jogos de roda, tarefas de tempo-limite, jogos de água, tiro ao alvo, enigmas.) Tudo isto numa tónica campestre e florestal, que pode implicar a interação com os animais de quinta, atravessar trilhos na herdade, etc.</p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>A atividade varia consoante a idade do grupo, nº de pessoas, altura do ano e temática.</p> <p>&gt;3 - 99 anos</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material para as atividades;</li> <li>- Equipa de monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p>Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.</p>

## JOGOS NOTURNOS



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p>Os JOGOS NOTURNOS são desafios de equipa realizados durante a noite cheios de movimento e diversão. Dinâmicas desenvolvidas num ambiente seguro e planeadas em função da faixa etária para minimizar o medo do escuro.</p> <p>Estes jogos proporcionam aos seus jogadores desenvolvimento de sentidos, um crescente à vontade com o meio envolvente e familiarização com a escuridão.</p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>&gt; 8 anos.</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material para as atividades;</li> <li>- Equipa de monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p>Participantes devem trazer roupa prática e <u>escura</u> para vestirem na altura dos jogos (sweatshirt/casacos grossos de mangas compridas + calças), calçado fechado e confortável e lanterna.</p>

## FOREST SCHOOL



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p>Forest School é um conceito originário na Escandinávia, que se baseia em aprendizagem na natureza. Foca-se na individualidade da criança e na importância da brincadeira livre, num ambiente natural de exploração e descoberta.</p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>Sem limitações.</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material para as atividades;</li> <li>- Equipa de monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p>Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável e garrafa de água.</p>



**BUSHCRAFT –  
Escola do Mato**



<b>DESCRIÇÃO</b>	<p><i>Bushcraft ou a Arte do Mato é o conjunto de habilidades, conhecimentos e memória muscular que nos permite uma maior ligação à natureza. Os alunos podem trabalhar em equipa e cuidar de si próprios: cozinhar ao fogo e construir abrigos, seguir pegadas de animais e fazer utensílios de campo a partir da natureza.</i></p> <p><i>Vão aprender sobre o meio ambiente, os recursos à sua volta e como os usar de um modo seguro e sustentável.</i></p>
<b>LIMITAÇÕES</b>	<p>+ 10 anos.</p>
<b>INCLUI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material para as atividades;</li> <li>- Equipa de monitores em função do n.º de participantes;</li> <li>- Fornecimento de água durante a atividade.</li> </ul>
<b>RECOMENDAÇÕES</b>	<p><i>Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável e garrafa de água</i></p>

### INFORMAÇÕES GERAIS

Qualquer escolha implica um número mínimo de participantes.

Gratuidade de 1 adulto acompanhante por cada 10 participantes.

Seguro de acidentes pessoais incluído.

As atividades são adaptadas ao grupo e às condições meteorológicas.

Alguns locais poderão estar exclusivos para aluguer. Será importante consultar a disponibilidade para utilização.



### CONDIÇÕES DE RESERVA PARA PROGRAMAS ESCOLARES

- 50€ a título de pré-reserva com a maior antecedência possível para garantir as atividades nas datas pretendidas, principalmente em época alta (final de Abril até final de Setembro);

- 50% (-50€) com 8 dias de antecedência, com confirmação definitiva do número de participantes (qualquer comunicação posterior de diminuição ou a falta de comparência de participante(s), não dará lugar a devolução ou redução, mantendo-se o valor total a pagar.);

- Restantes 50% pagos no final da atividade.

Em cada pagamento, é necessário o envio do comprovativo de pagamento para [info@sesimbranat](mailto:info@sesimbranat) envio dos dados para faturação no 1º pagamento, caso contrário, fatura será passada genericamente cliente final.

O aumento do número de participantes de uma reserva também é possível, devendo ser comunicado por escrito até 8 dias antes do evento/atividade. Está sujeito a disponibilidade de meios operacionais, podendo dar origem a alterações às condições originais da reserva.

### DADOS PARA PAGAMENTO:

Casa da Mesquita Soc. Agro-Industrial, Lda.

IBAN: PT50 0010 0000 40616810002 03