



clubes

2022 - 2023



Bem-Estar

(Dr^a Sónia Pereira e Dr^a Mafalda Brandão)



Semear Saberes

(Dr^a Sónia Pereira, Dr^a Mafalda Brandão, Prof^a Cristina Tenrinho,
Prof^a Isilda Fonseca e Prof^a Marta Xambre)

Brigada Solidarius

(Prof^a Amélia Costa e Prof^a Flora Campião)



Desporto Escolar

(Prof. Manuel Gonçalves)



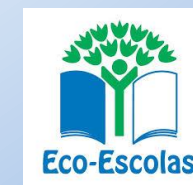
Ciência em Ação

(Prof^a Ana Barbosa e Prof^a Analisa Pinto)



Eco-Escolas

(Prof^a Ana Barbosa e Prof^a Ana Machado)



Musicando

(Prof^a Cristina Pereira)

CLUBE DO BEM-ESTAR



O que é?

É uma atividade do Serviço de Psicologia e Orientação, em colaboração com a Equipa PES.

Através de sessões temáticas, semanais, com debates, participação em concursos e eventos comemorativos, dramatizações, trabalhos manuais, culinária, jogos e dinâmicas de grupo.



Investe na promoção do bem-estar psicológico e utiliza abordagens da psicologia positiva.



Para quê?

O Clube promove a autoestima e outras competências essenciais ao desempenho escolar e social, tais como a inteligência emocional, a capacidade de resolução de problemas, o otimismo, a criatividade, o autocontrolo e a motivação.



SPO Agrupamento de Escolas Pinhal de Frades

Sessões semanais em pequeno grupo, ao longo do ano letivo.

Quinta-Feira 11h05-11h55 Sala A3
Inscrições através do link:

<https://forms.gle/XX8EqrAAKzdbp7ZE9>





Clube Semear Saberes

SPO Agrupamento de Escolas Pinhal de
Frades
Sessões semanais em pequeno grupo, ao
longo do ano letivo.

Terça-Feira 14h05-14h55 Sala A3
Quarta-Feira 14h05-14h55 Sala A3
Inscrições através do link:

<https://forms.gle/KRPTgrP5Gib35ntu5>

Horta pedagógica
Semear, plantar e colher
Contacto com a natureza
Identificação de emoções
Ecologia emocional
Alimentação saudável
Sustentabilidade



CLUBE BRIGADA SOLIDARIUS



Inscrições através de
formulário. Clica na imagem
para te inscreveres.



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE PINHAL DE FRADES
ESCOLA BÁSICA CARLOS RIBEIRO
ANO LETIVO 2022-23



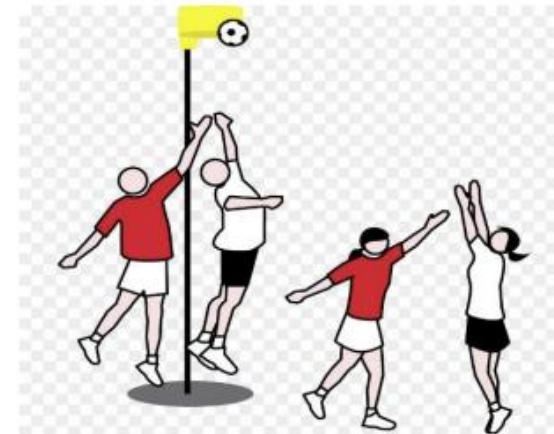
Queres participar neste grupo fantástico,
cujo lema é **ajudar** ?
Contribuir com recursos ou **ajudar** na preparação?

HORÁRIO:
6ª FEIRA DAS 12:05 ÀS 12:55
PROFESSORAS AMÉLIA COSTA E FLORA CAMPIÃO

Às vezes é preciso tão pouco para fazer a diferença.
Junta-te a nós e faz essa diferença!

DESPORTO ESCOLAR

BASQUETEBOL



CORFEBOL



ATLETISMO

INÍCIO DOS TREINOS de D.E.

DIA 3 DE OUTUBRO

INSCREVE-TE!

Pede a ficha de inscrição ao prof. de Educação Física



DESPORTO ESCOLAR

Modalidade/Escalão	Género	Prof.	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Atletismo/Vários	Misto	Egídio Cardoso	17h10 às 18h00		12h05 às 12h55		
Basquetebol/Iniciados	Masc.	Rui Madruga	14h05 às 14h55	13h05 às 13h55			
Corfebol/Iniciados	Misto	Cláudio Gomes			11h05 às 11h55		
					17h10 às 18h00		
Futsal/Iniciados	Fem.	Constantino Menino				10h00 às 10h50	16h10 às 17h00
Futsal/Infantis B	Masc.	Manuel Gonçalves				12h05 às 13h55	

Escalão	Ano de nascimento
INFANTIL A (SUB 11)	2012 a 2014
INFANTIL B (SUB 13)	2010 e 2011
INICIADOS (SUB 15)	2008 e 2009
JUVENIL (SUB 18)	2005 a 2007
JÚNIOR (SUB 21)	2001 a 2004

Inscribe-te através do teu professor de Educação Física.

CLUBE



Funcionamento:

4ª feira das 13h05 às 13h55

Sala B2



Inscrição online, no Link:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSez2exbDuZuEWJnwMh2NLewvkc4dnkM-AxZvUewSWgRI2MQ/viewform>

Vem experimentar connosco!!!

Profª Ana Barbosa e Profª Analisa Pinto



**INTERESSA-TE A PROTEÇÃO DO PLANETA?
QUERES PARTICIPAR EM ATIVIDADES RELACIONADAS
COM O AMBIENTE?**

**ESCOLA
BÁSICA
CARLOS
RIBEIRO**



3ª feira
10:00 - 10:50
11:05 - 11:55
5ª feira
14:05 - 14:55
15:05 - 15:55

Inscrições através deste
formulário



Professoras responsáveis:

Ana Machado

Ana Barbosa

Musicando



Terça-feira, 15h05-15h55

Sala B04

Prof. Cristina Pereira

Se és aluno(a) do 2º
Ciclo e gostas de música,
este clube é para ti!!
Vem experimentar!

Inscreve-te aqui:

<https://forms.gle/KbQFiraorxB851eA>

**PARA MAIS INFORMAÇÕES DEVES CONTACTAR OS PROFESSORES RESPONSÁVEIS!
ACEDE AOS FORMULÁRIOS OU LEVANTA AS FICHAS DE INSCRIÇÃO COM OS
PROFESSORES.**



PARTICIPA!