



**VIVA AS  
FÉRIAS**  
Páscoa 2026

"Não se lembram os dias, lembram-se os momentos."  
*Cesare Pavere*



## 1.ENQUADRAMENTO



A Oeiras Viva E.M. é uma Empresa Municipal que se dedica à gestão de diversos equipamentos e infraestruturas, promovendo um estilo de vida saudável e bem-estar através de atividades desportivas e de lazer. Entre os espaços geridos pela Oeiras Viva E.M. estão:

- Piscina Municipal de Outurela/Portela
- Parque Desportivo Carlos Queiroz
- Oeiras Marina

Anualmente, centenas de pessoas frequentam esses locais em busca de atividades variadas para melhorar sua qualidade de vida.

### Programas de Ocupação de Tempos Livres

Durante os períodos de férias escolares, a Oeiras Viva E.M. oferece programas de ocupação de tempos livres para crianças entre os 6 e os 18 anos. Contamos com um conceito inovador de Campus de Férias Multifacetados, com diferentes programas que se complementam, permitindo aos utilizadores escolher o que mais se adequa às suas necessidades e interesses. As opções incluem:

#### 1. **Campus de Atividades Desportivas (Piscina de Outurela)**

- Focado em atividades desportivas intensivas.

#### 2. **Campus de Futebol (Parque Desportivo Carlos Queiroz)**

- Focado no ensino e na prática do futebol.

Esta oferta diversificada garante que cada participante possa encontrar um programa alinhado com seus interesses, promovendo um estilo de vida ativo e saudável.

## 2. ESTRUTURA



### 1. Destinatários

Para crianças entre os 6 e os 18 anos.

### 2. Objetivos

- Oferecer à população um espaço de lazer e alternativo aos programas de férias.
- Proporcionar um espaço de bem-estar e qualidade de vida aos seus utilizadores

### 3. Implementação

#### 3.1.Períodos de Funcionamento

Semana/Local	Campus de Atividades Desportivas	Campus de Futebol
30 Março a 3 Abril 2026		
6 a 10 Abril 2026		

### 4. Preçário

Programa	Descrição
<b>CAMPUS DE ACTIVIDADES DESPORTIVAS</b> (Piscina Municipal de Outurela/Portela)	1ª semana 75€ c/IVA incluído 2ª semana 100€ c/IVA incluído
<b>CAMPUS DE FUTEBOL</b> (Parque Desportivo Carlos Queiroz)	1ª semana 75€ c/IVA incluído 2ª semana 100€ c/IVA incluído

Notas:

. A alimentação não está incluída.

. Os nossos Programas têm atividades extra, que requerem que o pagamento seja feito adicionalmente no dia da própria atividade conforme informações abaixo:

- **KARTS:** 5 Euros por participante;
- **CINEMA CITY ALEGRO DE ALFRAGIDE:** 6,7 Euros por participante;
- **ADVENTURE PARK:**
  - Pequena Floresta: 10,0 Euros por participante;
  - Mega Circuito: 14,0 Euros por participante;
- **AQUÁRIO VASCO DA GAMA:** 2 euros por participante

## 5. Inscrições

Poderá efetuar a sua inscrição através do nosso portal:

<https://oeirasviva.esport.com.pt/>

Para consultar como efetuar a inscrição veja o documento anexo:

**VF - Procedimentos de Inscrição**

Caso tenha dificuldades na inscrição contacte-nos por:

Email: [vivaasferias@oeirasviva.pt](mailto:vivaasferias@oeirasviva.pt)

Telefone: 912116493

## 6. Descontos

.10% a partir da segunda semana

## 7. Contactos

<b>Entidade Organizadora</b>	<b>OEIRAS VIVA, EM</b> <b>Gestão de Equipamentos Culturais e Desportivos</b>	
<b>Coordenador dos Programas de Férias</b>	Nuno Landeiroto 91 211 64 93 <a href="mailto:vivaasferias@oeirasviva.pt">vivaasferias@oeirasviva.pt</a>	
<b>Locais de Realização das Actividades</b>		
<b>Pavilhão Carlos Queiroz</b>	<b>91 211 64 93</b>	<b><a href="mailto:vivaasferias@oeirasviva.pt">vivaasferias@oeirasviva.pt</a></b>
<b>Piscina Municipal de Outurela/Portela</b>	<b>21 424 57 50</b>	<b><a href="mailto:vivaasferias@oeirasviva.pt">vivaasferias@oeirasviva.pt</a></b>
<b>Oeiras Marina</b>	<b>21 440 15 10</b>	<b><a href="mailto:porto.recreio@oeirasviva.pt">porto.recreio@oeirasviva.pt</a></b>

### 3.PROGRAMAS

Nesta edição especial da Páscoa o Viva as Férias traz atividades inesquecíveis e enriquecedoras para as crianças. Nosso objetivo é proporcionar uma experiência divertida e educativa, onde elas possam desenvolver habilidades físicas, sociais e emocionais enquanto criam memórias inesquecíveis. Conheça os dois programas principais que preparamos:

#### **CAMPUS DE ACTIVIDADES DESPORTIVAS (Piscina Municipal de Outurela/Portela)**

Programa de Férias com uma componente mais desportiva e que engloba Desportos Colectivos, Jogos Pré-Desportivos, cinema, Natação, artes marciais, artes plásticas.

#### **CAMPUS DE FUTEBOL (Parque Desportivo Carlos Queiroz)**

Programa de aprendizagem e desenvolvimento do futebol que engloba Jogos Lúdico, Jogos Pré-Desportivos, um Torneio final, cinema, piscina.



VIVA AS FÉRIAS

## CAMPUS ATIVIDADES DESPORTIVAS



### A. Semana 30 Março a 03 de Abril 2026

	2ª feira- Dia 30	3ª feira - Dia 31	4ª feira - Dia 1	5ª feira - Dia 2	6ª feira - dia 3	
	Piscina Outurela + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Piscina Outurela + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Piscina Outurela + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Piscina Outurela + Parque Desportivo Carlos Queiroz	
09h00-09h30	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	FERIADO	
09h30-10h00		Natação	Andebol	Arborismo		Workshop de trabalhos manuais
10h00-10h30	Fute basebol		Tarde nos Karts (5euros/criança)			
10h30-11h00		Hóquei subaquático				
11h00-11h30	ALMOÇO		ALMOÇO	ALMOÇO		
11h30-12h00		Ténis				Natação
12h00-12h30	ARTES MARCIAIS		Jogos Aquáticos	ALMOÇO		
12h30-13h00		Entrega				Entrega
13h00-13h30	Entrega		Entrega	Entrega		
13h30-14h00		Entrega				Entrega
14h00-14h30	Entrega		Entrega	Entrega		
14h30-15h00		Entrega				Entrega
15h00-15h30	Entrega		Entrega	Entrega		
15h30-16h00		Entrega			Entrega	Entrega
16h00-16h30	Entrega		Entrega	Entrega		
16h30-17h00		Entrega			Entrega	Entrega
17h00-17h30	Entrega		Entrega	Entrega		
Ponto Entrega e Recolha		Parque Desportivo Carlos Queiroz			Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor

## B. Semana 6 a 10 de Abril 2026

	2ª feira- Dia 6	3ª feira - Dia 7	4ª feira - Dia 8	5ª feira - Dia 9	6ª feira - dia 10
	Piscina Outeira + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Piscina Outeira + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Piscina Outeira + Parque Desportivo Carlos Queiroz	Piscina Outeira + Parque Desportivo Carlos Queiroz
09h00-09h30	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção
09h30-10h00	Apresentação e dinâmica de grupo	Andebol	Aquário Vasco da Gama (2euros/criança)	Workshop de trabalhos manuais	Torneio Futsal
10h00-10h30					
10h30-11h00	Natação	Fute basebol			
11h00-11h30					
11h30-12h00					
12h00-12h30	Jogos Aquáticos				
12h30-13h00	ALMOÇO	ALMOÇO	PIC NIC	ALMOÇO	ALMOÇO
13h00-13h30					
13h30-14h00					
14h00-14h30	Ténis	Natação	Tarde nos Karts (5euros/criança)	Descanso (Jogos)	Cinema **
14h30-15h00					
15h00-15h30	ARTES MARCIAIS	Jogos Aquáticos		Jogos Lúdicos	
15h30-16h00					
16h00-16h30					
16h30-17h00					
17h00-17h30	Entrega	Entrega	Entrega	Entrega	Entrega
Ponto Entrega e Recolha	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz

Notas: Este programa tem as seguintes atividades extras que devem ser pagas em numerário aos monitores no dia da atividade.

**KARTS:** 5 Euros por participante;

**CINEMA CITY ALEGRO DE ALFRAGIDE:** 6,7 Euros por participante;

### **ADVENTURE PARK:**

Pequena Floresta: 10,0 Euros por participante;

Mega Circuito: 14,0 Euros por participante;

**AQUÁRIO VASCO DA GAMA:** 2 euros por participante

## CAMPUS FUTEBOL



### A. Semana 30 Março a 3 de Abril 2026

	2ª feira- Dia 30	3ª feira - Dia 31	4ª feira - Dia 1	5ª feira - Dia 2	6ª feira - dia 3
	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz
09h00-09h30	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	<b>FERIADO</b>
09h30-10h00	Provas de Nível	Treino Futebol	<b>Arborismo</b>	Treino Futebol	
10h00-10h30					
10h30-11h00					
11h00-11h30					
11h30-12h00	Treino Futebol				
12h00-12h30					
12h30-13h00	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO PARTILHADO	ALMOÇO	
13h00-13h30					
13h30-14h00					
14h00-14h30	Descanso (Jogos)	Descanso (Jogos)	<b>Tarde nos Karts (Seuros/criança)</b>	Tarde de Cinema	
14h30-15h00					
15h00-15h30	Tarde livre na piscina	Tarde livre na piscina			
15h30-16h00					
16h00-16h30					
16h30-17h00					
17h00-17h30	Entrega	Entrega	Entrega	Entrega	
Ponto Entrega e Recolha	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Parque Desportivo Carlos Queiroz	

## B. Semana 6 a 10 de Abril 2026

	2ª feira- Dia 6	3ª feira - Dia 7	4ª feira - Dia 8	5ª feira - Dia 9	6ª feira - dia 10
	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz
09h00-09h30	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção	Recepção
09h30-10h00	Provas de Nível	Treino Futebol	Aquário Vasco da Gama (2euros/criança)	Treino Futebol	Treino Futebol
10h00-10h30					
10h30-11h00					
11h00-11h30					
11h30-12h00					
12h00-12h30	Treino Futebol				
12h30-13h00	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO PARTILHADO	ALMOÇO	ALMOÇO
13h00-13h30					
13h30-14h00					
14h00-14h30	Descanso (Jogos)	Descanso (Jogos)	Tarde nos Karts (5euros/criança)	Descanso (Jogos)	Tarde de Cinema **
14h30-15h00					
15h00-15h30	Tarde livre na piscina	Tarde livre na piscina		Torneio Futebol	
15h30-16h00					
16h00-16h30					
16h30-17h00					
17h00-17h30	Entrega	Entrega	Entrega	Entrega	Entrega
Ponto Entrega e Recolha	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Complexo Desportivo do Jamor	Parque Desportivo Carlos Queiroz	Parque Desportivo Carlos Queiroz

Notas: Este programa tem as seguintes atividades extras que devem ser pagas em numerário aos monitores no dia da atividade.

**KARTS:** 5 Euros por participante;

**CINEMA CITY ALEGRO DE ALFRAGIDE:** 6,7 Euros por participante;

### **ADVENTURE PARK:**

Pequena Floresta: 10,0 Euros por participante;

Mega Circuito: 14,0 Euros por participante;

**AQUÁRIO VASCO DA GAMA:** 2 euros por participante

### **Assistência médica e medicamentosa**

A Oeiras Viva, EM dispõe de material de primeiros socorros sendo que qualquer tratamento simples poderá ser realizado por um monitor socorrista, em caso de necessidade o participante será transportado a um Centro Hospitalar.

Relembramos que, caso os participantes estejam sujeitos a medicação e se façam acompanhar da mesma, os pais/encarregados de educação deverão indicar tal facto na ficha de inscrição para que haja um melhor acompanhamento por parte dos animadores.

### **Objectos de Valor**

Desaconselhamos levar objetos de valor. Se tal vier a acontecer, a Oeiras Viva EM não se responsabiliza pelo seu desaparecimento ou deterioração.

Durante as atividades não é permitido o uso de telemóveis ou tablets, sendo que os mesmos deverão ser entregues aos monitores pela manhã para que os possam guardar. Apenas durante o intervalo de almoço se permitirá a utilização dos mesmos.

### **Seguro**

Todas as atividades incluem um Seguro que cobrirá possíveis acidentes pessoais.

### **Vestuário**

Aconselha-se a utilização de roupa fresca: ténis, calções, t-shirts, chapéu.

Para os Programas que incluam piscina aconselha-se: Fato de banho, sandálias plásticas/chinelos, toalha e touca e nos de atividades náuticas Fato de banho, licra com proteção UV, sandálias plásticas/chinelos, toalha.

No dia em que vamos para o Complexo Desportivo do Jamor é importante levarem, por precaução, uma muda de roupa, uma camisola mais quente e é aconselhável tomar duche e vestir roupa lavada após a atividade.

Os participantes devem vir de casa com o protetor solar colocado e o monitor fará o reforço ao longo do dia.

### **Alimentação**

As crianças deverão trazer alimentos leves e de fácil digestão, sendo que nos dias em que a actividade decorre na piscina temos microondas e frigorífico.

As crianças que participem nos Programas dos Campus Vela e de Atividades Náuticas poderão usufruir de um protocolo para fornecimento de refeições estabelecido com o Pool Clube da Piscina Oceânica de Oeiras com um custo de 9,5 euros diários), para tal terão que dar indicação prévia à coordenação dos Programas.

### **Outro material de apoio**

Muda de roupa, garrafa de água e estojo de higiene pessoal.

### **Participação nas atividades**

Os participantes terão acesso a todas as atividades, salvo razões pessoais, de ordem técnica, meteorológica ou por indicação dos Encarregados de Educação.

### **Direitos dos participantes**

- a. Os participantes têm o direito de serem sempre acompanhados pelos Animadores/Monitores nas vias públicas.
- b. Estar segurado contra acidentes pessoais que possam decorrer da participação nas atividades do campo de férias;

### **Obrigações dos participantes**

Os participantes têm como deveres:

- a. Seguir as indicações e instruções dos Animadores/Monitores e Coordenador no que diz respeito ao tempo e ao modo de realização das atividades, de forma a cumprir o programa do “Viva as Férias”;
- b. Ter um comportamento correto para com os demais participantes, Animadores/Monitores e Coordenador do “Viva as Férias”, bem como com todas as outras pessoas com quem interajam no decurso das atividades (habitantes locais);
- c. Conservar em bom estado todo o material utilizado nas atividades, assim bem como o mobiliário e edifícios utilizados no “Viva as Férias”;
- d. Não abandonar as atividades antes do término, salvo em situações em que estejam devidamente autorizados pelos seus encarregados de educação;
- e. Nos Programas da Oeiras Marina os participantes têm que declarar se sabem nadar ou não, no caso de prestarem falsas declarações poderão ser excluídos da atividade não havendo lugar a reembolso;



## Contactos

Para mais informações, por favor  
contacte:

-  **Morada** Rua Carlos Nacion, Barcarena
-  **Email** [vivaasferias@oeirasviva.pt](mailto:vivaasferias@oeirasviva.pt)
-  **Website** [www.oeirasviva.pt](http://www.oeirasviva.pt)
-  **Contacto** +351 91 211 64 93