



SÃO DOMINGOS
CASCAIS

Setembro

CAF 2º CICLO

1 A 10 DE SETEMBRO 2026



Plano de Atividades

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA MATILDE ROSA ARAÚJO



Plano de Atividades

1 a 4 de Setembro 2026

SEMANA 1 01/09 a 04/09	01/09 terça-feira	02/09 quarta-feira	03/09 quinta-feira	04/09 sexta-feira
MANHÃ	Receção de Boas-Vindas Regras e Rotinas Jogos Quebra Gelo	Rodas e Rodinhas traz a bicicleta, patins, trotinete, etc	Engenheiros de LEGO faz a tua melhor construção	Jogo do Mata o sobrevivente vence
TARDE		Mangueirada vamos refrescar	Ginasticar alongar o corpo e exercitar a mente	Jogos de Tabuleiro a melhor estratégia ganha

Notas: O plano está sujeito a alterações.

O presente plano está sujeito a alterações, de acordo com o Calendário Escolar 2026_27, definido pelo Agrupamento.



Plano de Atividades

7 a 10 de Setembro 2026

SEMANA 3 07/09 a 10/09	07/09 segunda-feira	08/09 terça-feira	09/09 quarta-feira	10/09 quinta-feira
MANHÃ	Jogos Tradicionais jogos intemporais	Jogo das Cadeiras quem ficará com a última cadeira?	Futebol Humano futebol sem bola	Rodar é Giro pega na bicicleta, trotinete, ou patins e vem até à escola
TARDE	Torneio de Ping Pong bola cá, bola lá	Oficina de Slime com os ingredientes certos, vamos transformar	Just Dance dança sem parar	Jogos de Água vamos refrescar

Para além das regras aqui indicadas, a **frequência das AAAF e CAF** nas férias **implica o respeito do normativo**.

Notas: O plano está sujeito a alterações.

O presente plano está sujeito a alterações, de acordo com o Calendário Escolar 2026_27, definido pelo Agrupamento.



SÃO DOMINGOS
CASCAIS



O QUE A CRIANÇA DEVE LEVAR / REGRAS DIÁRIAS

Para garantir que os dias correm pelo melhor, a organização destaca os seguintes pontos obrigatórios:

Horário de Entrada: Até às **9h00**.

Alimentação: Trazer **dois lanches diários** (para a manhã e para a tarde). As refeições principais decorrem no refeitório da EBS Matilde Rosa Araújo e o pagamento é feito como em tempo letivo.

Desmarcação de Refeições: Deve ser feita por escrito até às **15h00 do dia útil anterior** para o e-mail **uqsa@cm-cascais.pt** com cópia para a entidade gestora responsável pela resposta CAF 2º Ciclo, Junta de Freguesia São Domingos de Rana.

Vestuário e Mochila: * Roupas confortáveis e adequadas às atividades.

- Uma **muda de roupa** para ficar na escola.
- **Protetor solar já aplicado de casa** e o frasco na mochila para reaplicar.

Objetos de Casa: Pede-se que **não** levem brinquedos ou outros objetos desnecessários.

Para além das regras aqui indicadas, a **frequência das AAAF e CAF** nas férias **implica o respeito do normativo**.

FILIPPE FERRER



RESPONSÁVEL AAAF/CAF/AEC



915 258 645

Diogo Pereira - Vogal do Executivo da Junta de Freguesia Tlm: 969 000 386 E-mail: diogo.pereira@jf-sdranacascais.pt

Sandra Fernandes - Coordenadora de Escolas Tlm: 938 442 111 E-mail: escolas.coordenacao@jf-sdranacascais.pt