

### 1. Oferta de Atividades, Horários e Locais\*

ATELIERS	Local	Horário
Tudo com Arte I	Espaço Alfovelos Av. Ruy Luís Gomes, 11-A	Terça-feira 14h00 às 16h00
Tudo com Arte II		Terça-feira 16h00 às 18h00
Tudo com Arte III		Quinta-feira 14h00 às 16h00
CURSOS TEÓRICOS	Local	Horário
Aprender.Net I	Espaço Alfovelos Av. Ruy Luís Gomes, 11-A	Terça e Quinta-feira 9h30 às 10h30
Aprender.Net II		Terça e Quinta-feira 10h45 às 11h45
Aprender.Net III		Quarta e Sexta-Feira 9h00 às 10h00
Aprender.Net IV	Espaço Internet Brandoa Rua Luís Vaz de Camões (sede da JF)	Quarta e Sexta-Feira 10h45 às 11h45
Inglês	Espaço Alfovelos Av. Ruy Luís Gomes, 11-A	Por definir
Mente Ativa		Terça-feira 17h30 às 19h30
Conversas de verdade	Espaço Alfovelos Av. Ruy Luís Gomes, 11-B	Segunda-feira 14h00 às 16h00
Atividade Física	Local	Horário
Meditação e nutrição	Espaço Alfovelos Av. Ruy Luís Gomes, 11-B	Segunda-feira 10h00 às 12h00

### 2. Condições de Inscrição

- Para as atividades inseridas no Programa AmaSénior Viva +, podem inscrever-se pessoas com mais de 55 anos de idade residentes no município da Amadora, sendo a admissão feita pela ordem de inscrição.
- As atividades só funcionam com o número mínimo de participantes por cada atividade:
  - Ateliês ocupacionais – mínimo de 6 e máximo de 12;
  - Cursos teóricos – mínimo de 6 e máximo de 15;
  - Atividades físicas. mínimo de 10, sendo o máximo definido pela entidade promotora, sem prejuízo do bom funcionamento da atividade.
- A Junta de Freguesia reserva-se o direito de suspender ou cancelar as atividades, quando por motivo de desistências as aulas estejam a funcionar com um número inferior estabelecido de participantes.

### 3. Pagamentos

- O pagamento das respetivas mensalidades deverá ser feito até ao dia 8 do mês respetivo.
- As mensalidades pagas não são reembolsadas, revertendo a favor do Programa.
- O incumprimento por mais de duas mensalidades implica a anulação da inscrição.
- O recomeço da atividade implica uma nova inscrição, a existência de vaga e o pagamento das mensalidades em atraso
- A mensalidade estabelecida é de € 11,00 sendo obrigatório no ato de inscrição pagar uma propina no valor de € 2,50 exceto os titulares do Cartão Amadora 65+ ficam isentos do pagamento da propina.
- No mês de dezembro, para além da respetiva mensalidade, será pago o mês de junho do ano seguinte

g) Os participantes que frequentem duas ou mais atividade usufruem dos seguintes benefícios:

<b>Pacotes</b>	<b>Comparticipação mensal</b>
2 atividades	€ 20,00
3 atividades	€ 27,00
4 ou + Atividades	€ 8 / atividade

#### **4. Normas gerais de utilização do espaço**

- a) É expressamente proibido fumar, consumir alimentos ou bebidas no interior da sala de atividades, cabendo ao utilizador as responsabilidades pela inobservância dessas regras.
- b) Os espaços deverão ser entregues nas mesmas condições de manutenção, ordem e limpeza em que foram recebidos.
- c) O utilizador é ainda responsável por todos e quaisquer danos que resultam da utilização indevida e/culposa, sobretudo os provocados nas instalações e no mobiliário aí existente.

#### **5. Equipamento e Materiais**

- a) Os materiais necessários, segundo indicação do formador, são adquiridos pelos alunos.
- b) No curso teórico Aprender.Net cada aluno utiliza um computador.
- c) A Junta de Freguesia não se responsabiliza pelos materiais e outros objetos pessoais deixados nos locais onde funcionam as atividades.

#### **6. Calendarização do Ano Letivo**

Início do ano letivo: 1 de outubro de 2024 (sujeito a um número mínimo de participantes)

Final do ano letivo: 30 de junho de 2025

Interrupções: 23 de dezembro de 2024 a 3 de janeiro de 2025 (Natal) e 14 a 17 de abril de 2025 (Páscoa).

#### **Contactos úteis**

**Sede:** Brandoa – Rua Luís Vaz de Camões, s/n 2650-197 Amadora – Tel. 21 476 84 00

**Delegações:** Alformelos – Rua Capitães de Abril, n.º 23 2650-352 Amadora – Tel. 21 476 73 50

Email: [geral@jf-encostadosol.pt](mailto:geral@jf-encostadosol.pt) Web: [www.jf-encostadosol.pt](http://www.jf-encostadosol.pt)

**A participação no programa AmaSénior Viva + programa pressupõe a aceitação dos termos e condições do presente documento.**