

ESTRELA



Nº5

LARGO DE SANTOS

PROPOSTA DA JUNTA FINALMENTE AVANÇA





CRIANÇAS DA ESCOLA 72 CORREM CORTA MATO REPLETO DE DESPORTIVISMO

O corta mato promovido pela Junta de Freguesia da Estrela e organizado pelos professores de Educação Física das Atividades de Enriquecimento Curricular proporcionou um dia diferente e inesquecível às crianças da Escola nº72.

O entusiasmo e animação foram constantes e de forma saudável competiu-se com fair play e espírito positivo. A iniciativa, que contou com a parceria da Escola nº72, teve lugar no Jardim da Estrela que se encheu de vida com os nossos mini atletas a mostrar uma fantástica postura, de partilha, com uma atitude feliz e coletiva.

Não faltou também o carinhoso encorajamento dos pais e familiares às nossas crianças, criando uma moldura humana e uma corrente de apoio muito importantes.

No final as medalhas foram entregues, mas a vitória foi de todas as crianças que durante todo o dia fizeram a festa.



ESTRELA LIMPA

A LIMPEZA DA SUA RUA À DISTÂNCIA DE UM CLIQUE



Quando foi varrida



Quando foi lavada



Quando removeram as ervas

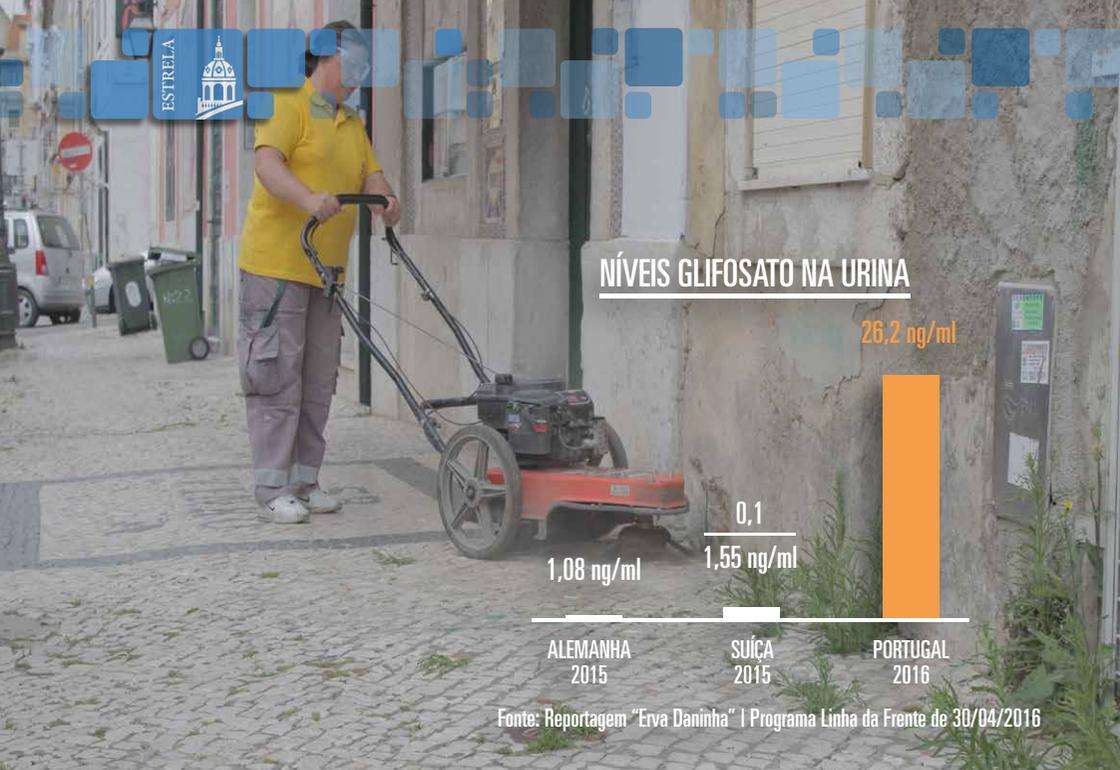
WWW.ESTRELALIMPA.PT



MANHÃS D'ENCANTAR NA BIBLIOTECA

10h30 - 12h





REPORTAGEM RTP FREGUESIA DA ESTRELA NA "LINHA DA FRENTE"

O uso de herbicidas está na ordem do dia, os malefícios para a saúde pública são alarmantes, no entanto o uso do glifosato é uma norma no nosso País.

Sem saberem os portugueses apresentam um nível 20 vezes mais elevado do que a Suíça ou Alemanha.

"A Estrela é uma pedra no charco no Distrito de Lisboa, a Freguesia eliminou completamente o herbicida". A Reportagem "Erva Daninha" da RTP coloca a Estrela como Freguesia de referência, tendo há dois anos abolido o uso do herbicida altamente nocivo para a saúde da Comunidade.

A Junta de Freguesia tomou a decisão de não recorrer a alternativas químicas para a remoção de ervas, investindo em soluções que protejam a saúde de adultos, crianças e animais.





LARGO DE SANTOS - PROPOSTA DA JUNTA FINALMENTE AVANÇA

A Proposta de Projeto para o Jardim de Santos e vias adjacentes apresentada pela Junta de Freguesia da Estrela em janeiro de 2015 está a ser implementado pela CML no âmbito do “Uma Praça em cada Bairro”, comprovando que foi sempre a melhor solução para a zona de Santos.

Face aos constrangimentos do constante ruído e da degradação do Jardim Nuno Álvares, manifestados pelos moradores, a Junta de Freguesia manteve desde sempre um entendimento com os proprietários dos estabelecimentos de diversão noturna e com os moradores no sentido de uma solução que preservasse e valorizasse o espaço e devolvesse a qualidade de vida a quem mora na zona de Santos.

Essa solução está agora a ser implementada com o início da intervenção já em curso, estando contemplado o encerramento do trânsito à volta do Jardim Nuno Álvares, com a exceção do elétrico, e a remoção do estacionamento, reorganizando o espaço público e aumentando, desta forma, a zona de circulação pedonal e os espaços de esplanada.



ACADEMIA ESTRELA

2016/17

ATIVIDADES FORMATIVAS E DESPORTIVAS

OFERTA DE INSCRIÇÃO

Renovação de inscrições - 15 a 30 junho

Novas inscrições - 1 a 15 de julho

JUNTA DE FREGUESIA DA ESTRELA
www.jf-estrela.pt
geral@jf-estrela.pt

808 91 13 13
dias úteis das 9h às 18h



ATIVIDADES FORMATIVAS

HORÁRIOS E SALAS

ÉPOCA 2016/2017

ATIVIDADE	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
-----------	---------	-------	--------	--------	-------

CURSOS

INGLÊS	H1. 16H30/18H Inglês Elementar (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 9H/10H30 Inglês Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 16H30/18H Inglês Elementar (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 9H/18H30 Inglês Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)	
	H1. 18H30/20H Inglês Pré - Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 11H/12H30 Inglês Upper - Intermediate (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 18H30/20H Inglês Pré - Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)	H1. 11H/12H30 Inglês Upper - Intermediate (SALA DE FORMAÇÃO 2)	
ESPANHOL	H1. 13H/14H30 Espanhol Inicial (SALA DE FORMAÇÃO 2)		H1. 13H/14H30 Espanhol Inicial (SALA DE FORMAÇÃO 2)		
	H1. 11H/12H30 Espanhol Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)		H1. 11H/12H30 Espanhol Intermediário (SALA DE FORMAÇÃO 2)		
ITALIANO		H1. 11H45/12H45 (SALA DE FORMAÇÃO 1)			H1. 11H45/12H45 (SALA DE FORMAÇÃO 1)
INTRODUÇÃO À INFORMÁTICA	H2. 16H/17H30 (SALA DE INFORMÁTICA)	H1. 14H30/16H (SALA DE INFORMÁTICA)		H1. 14H30/16H (SALA DE INFORMÁTICA)	H2. 16H/17H30 (SALA DE INFORMÁTICA)
INFORMÁTICA	14H30/16H Nível 1 (SALA DE INFORMÁTICA)	16H/17H30 Nível Médio/Avançado (SALA DE INFORMÁTICA)		16H/17H30 Nível Médio/Avançado (SALA DE INFORMÁTICA)	14H30/16H Nível 1 (SALA DE INFORMÁTICA)

ATELIERS

COSTURA CRIATIVA	H3. 18H30/21H30 (SALA DE COSTURA)		H2. 18H30/21H30 (SALA DE COSTURA)	H1. 18H30/21H30 (SALA DE COSTURA)	
COSTURA		H1. 15H/18H (SALA DE COSTURA)			
ARTE DE BEM DIZER		H1. 15H/17H (SALA DE FORMAÇÃO 2)			
TREINO DE MEMÓRIA		H1. 10H/11H (SALA DE FORMAÇÃO 1)		H1. 10H/11H (SALA DE FORMAÇÃO 1)	
GRUPO DE TEATRO DA ESTRELA				H1. 15H/17H (AUDITÓRIO)	

ATIVIDADES DESPORTIVAS

HORÁRIOS E SALAS

ATIVIDADE	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
FITNESS COM INSTRUTOR					
GINÁSTICA SÊNIOR	H1. 10H/10H45 (SALÃO NOBRE)	H2. 09H30/10H15 (GINÁSIO 2)	H1. 10H/10H45 (GINÁSIO 2)	H2. 09H30/10H15 (GINÁSIO 2)	
LOCALIZADA	H1. 12H30/13H15 (GINÁSIO 4) H2. 19H15/20H00 🌟 (GINÁSIO 4)	H3. 19H15/20H 🌟 (GINÁSIO 4)	H1. 12H30/13H15 (GINÁSIO 4) H2. 19H15/20H 🌟 (GINÁSIO 4)	H3. 19H15/20H 🌟 (GINÁSIO 4)	H4. 12H30/13H15 (GINÁSIO 4)
TREINO HIIT + ALONGAMENTOS		H1. 13H15/14H (GINÁSIO 4)		H1. 13H15/14H (GINÁSIO 4)	
CORPO E MENTE					
YOGA INTEGRAL			H1. 11H45/12H55 (SALÃO NOBRE)		H1. 11H45/12H55 (SALÃO NOBRE)
PILATES	H1. 13H30/14H15 (SALÃO NOBRE) H2. 18H30/19H15 (SALÃO NOBRE) H4. 11H40/12H25 (SALÃO NOBRE)	H3. 19H15/20H 🌟 (SALÃO NOBRE)	H1. 13H30/14H15 (SALÃO NOBRE) H2. 18H30/19H15 (SALÃO NOBRE)	H3. 19H15/20H 🌟 (SALÃO NOBRE)	H4. 10H30/11H15 (SALÃO NOBRE)
TAI-CHI		H1. 18H15/19H (SALÃO NOBRE)		H1. 18H15/19H (SALÃO NOBRE)	
DANÇA					
ZUMBA	H1. 19H30/20H15 (GINÁSIO 2)		H1. 19H30/20H15 (GINÁSIO 2)		

*AULAS EM PARCERIA COM



**GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS**

ÉPOCA 2016/2017

ATIVIDADE

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

COMBATE

JOGO DO PAU

H1. 19H15/20H15
Principiante/Interm.
🌟 (SALÃO NOBRE)
H1. 20H15/21H45
Avançado
🌟 (GINÁSIO 4)

H1. 19H15/20H15
Principiante/Interm.
🌟 (SALÃO NOBRE)
H1. 20H15/21H45
Avançado
🌟 (GINÁSIO 4)

H1. 19H/21H
Avançado
🌟 (GINÁSIO 4)

JIU-JITSU

H1. 20H/21H30
(GINÁSIO 1)

H1. 20H/21H30
(GINÁSIO 1)

AQUÁTICAS

HIDROGINÁSTICA

H1. 11H45/12H30
🌟 (PISCINA DE CAMPO DE OURIQUE)

H1. 11H45/12H30
H2. 09H15/10H
🌟 (PISCINA DE CAMPO DE OURIQUE)

H2. 11H45/12H30
🌟 (PISCINA DE CAMPO DE OURIQUE)

PARA OS MAIS NOVOS

GYM4KIDS

H2. 17H15/18H
(DOS 3 AOS 7)
🌟 (GINÁSIO 2)

H1. 18H15/19H
(DOS 8 AOS 12)
🌟 (GINÁSIO 2)

H2. 17H15/18H
(DOS 3 AOS 7)
🌟 (GINÁSIO 2)

H1. 18H15/19H
(DOS 8 AOS 12)
🌟 (GINÁSIO 2)

BALLET KIDS

H1. 18H/18H45
(DOS 8 AOS 12)
(GINÁSIO 2)

H2. 17H30/18H15
(DOS 3 AOS 7)
(GINÁSIO 2)

H1. 18H/18H45
(DOS 8 AOS 12)
(GINÁSIO 2)

H2. 17H30/18H15
(DOS 3 AOS 7)
(GINÁSIO 2)

HIP-HOP KIDS

H1. 18H45/19H30
(DOS 6 AOS 12)
(GINÁSIO 2)

H1. 18H45/19H30
(DOS 6 AOS 12)
(GINÁSIO 2)

ESTRELA

FUTEBOL CAMPUS

SUB10. 17H/18H
🌟 (NAVE CENTRAL)

SUB8. 17H/18H
🌟 (NAVE CENTRAL)

SUB8. 17H/18H
🌟 (NAVE CENTRAL)

SUB10. 17H/18H
🌟 (NAVE CENTRAL)

JUDO
6 - 10 ANOS

H1. 18H/18H45
(GINÁSIO 1)

H1. 18H/18H45
(GINÁSIO 1)



ESTRELA

FIT Jardim da Estrela
9h30 às 12h

AULAS DE GRUPO E
ANIMAÇÕES PARA
AS FAMÍLIAS

GRATUITO

SÁBADOS
4 E 18 JUNHO
2, 16 E 30 JULHO
10 SETEMBRO

parceria:



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE
YOGA

JUNTA DE FREQUÊNCIA DA ESTRELA
www.jf-estrela.pt
geral@jf-estrela.pt

808 91 13 13
dias úteis das 9h às 18h