



2025 • 26

FESTIVAL DE ARTE



SALESIANOS
DE ÉVORA



ArtiSport



índice

MENSAGENS	4
Diretor	4
Coordenador	5
ESTRUTURA ARTISPORT	6
MUSICENTRO	8
ARTES PERFORMATIVAS	10
Ballet	10
Dança Contemporânea	11
Sevilhanas e Flamenco	12
DESPORTO	13
Ginástica	13
Basquetebol	14
Voleibol	15
Futsal	16
Aikido / Jujutsu	18
Karaté	18
With Soul	20
Ginásio	22
Babyoga e Playoga	24
APOIO PSICOPEDAGÓGICO	26
Terapia da Fala	26
Orientação Vocacional (9.º / 12.º anos)	27
FÉRIAS	28
Escola Aberta	28
Campos de Férias	29
CONTACTOS	38

MENSAJEM DO DIRETOR

DESPERTA! HÁ UM LUGAR PARA TI.

Neste ano letivo, marcado pela celebração dos 100 anos da presença salesiana em Évora, nós, Comunidade Educativa, somos desafiados a viver com mais intensidade e alegria a missão que nos foi confiada: educar e evangelizar os jovens, ajudando-os a viverem despertos para a vida. Neste propósito, os Salesianos dispõem também do 'Artisport' que é muito mais do que um conjunto de atividades extracurriculares e várias. É, sobretudo, um privilegiado "lugar para ti" de crescimento, encontro, cumplicidade e de descoberta pessoal e comunitária. É, portanto, um lugar onde a criança, o adolescente, o jovem e o adulto, sempre acompanhado, se sente acolhido, valorizado e desafiado a dar o melhor de si, cultivando amizades, somando êxitos, vencendo desafios, ultrapassando contratempos, fortalecendo a própria identidade e, assim, "despertar" para a vida e o mundo que nos rodeia. Que cada atividade no ArtiSport seja uma oportunidade para descobrir quem somos e queremos ser, crescer em amizade e semear a esperança. Há um lugar para ti... e é aqui!

Pe. David Teixeira

Diretor dos Salesianos de Évora



MENSAGEM DO COORDENADOR

Como parte integrante do projeto educativo salesiano, o ARTISPORT proporciona atividades que abrangem os grandes domínios do desporto, da música, da dança, do apoio escolar e psicopedagógico e da ocupação de tempos livres. Acreditamos que, nos tempos atuais, a formação deve ir mais além da Educação Formal. No ARTISPORT, contamos com profissionais qualificados que ajudam todos (crianças/jovens e adultos) a crescer de forma integral, valorizando as dimensões intelectuais, sociais e afetivas. Seja em atividades de grupo ou individuais, apostamos com o coração em todos aqueles que nos procuram.

Desperta, há um lugar para ti! Dê um passo em frente e venha conhecer-nos! O ARTISPORT somos todos nós.

Fábio Mendes

Coordenador Artisport



ESTRUTURA ARTISPORT

MUSICENTRO

ARTES PERFORMATIVAS

Ballet
Dança Contemporânea
Sevilhanas e Flamenco

DESPORTO

Ginástica
Basquetebol
Voleibol
Futsal
Aikido / Jujutso
Karaté
With Soul
Ginásio
Babyoga e Playoga

APOIO PSICOPEDAGÓGICO

Terapia da Fala
Orientação Vocacional

FÉRIAS

Escola Aberta
Campos de Férias





MUSICENTRO

O Musicentro é uma escola de música aberta a toda a população, que tem como principal objetivo proporcionar um ensino de qualidade, oferecendo-se como alternativa ao ensino de conservatório. Aqui, são respeitados os tempos de aprendizagem individuais e os gostos pessoais, aliando o rigor e a qualidade dos conhecimentos transmitidos. Pensado tanto para quem quer dedicar mais tempo à música como para quem pretende apenas fomentar ou alimentar o seu gosto musical, o plano de estudos do Musicentro possibilita a escolha entre três modalidades, com mais ou menos carga horária, resultando no fruto das aprendizagens realizadas ao longo do ano letivo. Cada vez mais, existe a consciência de que a aprendizagem de um instrumento musical potencia o sucesso escolar, desenvolve a sensibilidade humana e fortalece os relacionamentos sociais.

No Musicentro, é possível estudar música acompanhado por profissionais dedicados e empenhados no crescimento individual dos alunos, independentemente da sua idade. Queremos que, no Musicentro, encontre um lugar especial e feliz.





Plano de Estudos	Preçário
A Iniciação musical (dos 6 aos 9 anos de idade) – Instrumento – Iniciação musical	A1 Instrumento individual (30min) + Iniciação Musical (50min)
	A2 Instrumento individual (50min) + Iniciação Musical (50min)
B Curso Geral (a partir dos 10 anos, sem limite de idade) – Instrumento ou Canto – Formação Musical – Classe de Conjunto (Coro/Combo)	B1 Instrumento individual (50min) + Formação Musical (50min) + Classe de Conjunto (90min)
	B2 Instrumento individual (50min) + Formação Musical (50min)
C Curso Livre (a partir dos 5 anos, sem limite de idade) – Instrumento ou Canto – Coro – Combo/Música de Conjunto – Easy Guitar (classe de conjunto de guitarra acústica) – Vocal Emotion: canto e movimento	C1 Instrumento ou Canto individual (30min)
	C2 Instrumento individual – 2 vezes por semana (30min)
	C3 Instrumento ou Canto individual (50min)
	C4 Instrumento ou Canto 2 alunos (50min)
	C5 Coro (50min)
	C6 Combo/Música de Conjunto (60min)
	C7 Easy Guitar (50min)
	C8 Vocal Emotion canto e movimento (75min)





BALLET

Os alunos podem beneficiar de um ensino que privilegia o desenvolvimento físico, artístico e psicológico de forma harmoniosa. O Ballet promove uma boa postura e controlo corporal, estimula a memória, a sensibilidade artística, a concentração e a criatividade, aumenta a autoconfiança e promove o conhecimento de outras formas de arte, associadas a Dança Clássica.

Sendo uma atividade exigente e rigorosa, a sua vertente lúdica possibilita, quer através das aulas, quer das atuações, um conjunto de experiências enriquecedoras que deixa uma recordação marcante para toda a vida.

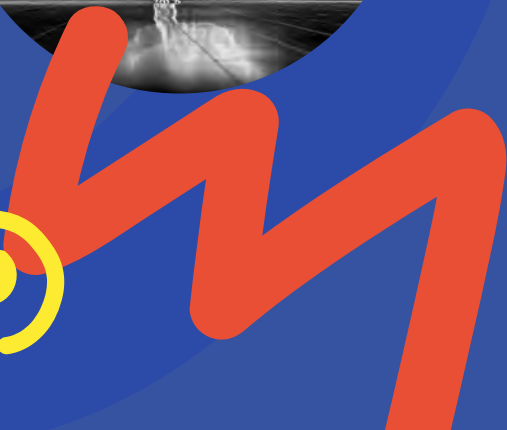
No final de cada ano esta atividade produz um espetáculo artístico com todas as classes.

DANÇA CONTEMPORÂNEA

Diferente dos estilos de dança mais comuns, esta possui uma técnica mais abrangente, não se limitando a apenas um tipo de vestuário, música, movimentos ou espaço

A dança contemporânea traz uma nova maneira de se expressar, procurando ser mais experimental, principalmente na transmissão de ideias, sentimentos e conceitos.

O processo de criação é diferenciado, o que permite que todos e de todas as idades a possam praticar.



SEVILHANAS E FLAMENCO

Atividades dirigidas por docentes especializados, onde os alunos podem beneficiar de um ensino que privilegia o desenvolvimento físico, artístico e psicológico, de forma harmoniosa, explorando estilos de dança bastante apreciado, muito graças à alegria e entusiasmo com que se executam. Visita **www.facebook.com/associacaoadact** para nos conheceres melhor e acompanhares todas as notícias e novidades.

SEVILHANAS

Sevilhanas Infantis
Iniciação às Sevilhanas
Nível Intermédio
Nível Avançado

FLAMENCO

Iniciação ao Flamenco
Nível Intermédio
Nível Avançado





GINÁSTICA

Os mais pequenos podem sonhar vir a ser ginastas! Esta atividade dirigida a crianças partir dos 5 anos e dinamizada por docentes especializados na área, visa sobretudo o desenvolvimento psicomotor e social da criança. O trabalho desenvolvido incide na mobilidade e flexibilidade, tendo em vista auxiliar na preparação para a prática desportiva desta ou qualquer outra modalidade no futuro.

Todos os interessados em ginástica de solo, figuras acrobáticas e coreografias espetaculares, poderão integrar esta atividade, a qual realiza, ao longo do ano, diversas provas, apresentações e demonstrações.

Para além das vertentes de exibição, a Ginástica dos Salesianos de Évora participa também em competições, arrecadando variadíssimos prémios nacionais e internacionais, sendo por isso o local ideal para todos aqueles que pretendem ir em busca da excelência desportiva nesta modalidade.



BASQUETEBOL

O basquetebol é uma modalidade desportiva com mais de 25 anos de existência nos Salesianos de Évora.

Orientada por uma equipa técnica interessada, dinâmica, trabalhadora e seguidora dos ideais de D. Bosco, esta atividade apresenta equipas federadas em todos os escalões, dos minis aos seniores. Estas equipas participam anualmente em diversos jogos particulares/encontros, competições e torneios regionais e nacionais.

O nosso basquetebol possui há vários anos o Certificado de Qualidade de “Escola Portuguesa de Minibasquete” atribuída pela Federação Portuguesa de Basquetebol.

Sob o lema “por um clube de excelência”, os Salesianos de Évora têm como principal objetivo continuar a ser uma referência do Basquetebol alentejano, seguindo e praticando os princípios da educação salesiana onde o jovem vem sempre em primeiro lugar.

Visita **www.facebook.com/sebasquetebol** para nos conheceres melhor e acompanhares todas as notícias sobre esta secção.

VOLEIBOL

O voleibol sendo uma modalidade coletiva, permite desfrutar de um ambiente dinâmico, cooperativo e divertido, fortalece o corpo, estimula os membros superiores e inferiores, aumentando a flexibilidade e a coordenação motora. Estimula o espírito de equipa, tornando-se um desporto bastante social.

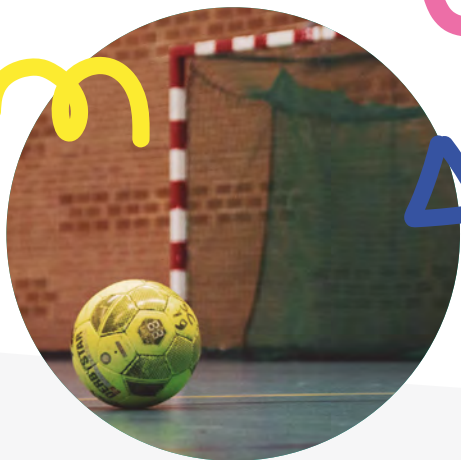
Desde alguns anos, que a modalidade de voleibol dos Salesianos de Évora, participa com regularidade em diversas competições federadas, organizadas pela Associação de Voleibol do Alentejo e Algarve, tendo inclusive, obtido bons resultados desportivos, onde se incluem alguns títulos regionais no palmarés.



FUTSAL

O Futsal foi, nos últimos anos, a modalidade que mais cresceu em Portugal, quer no número de praticantes, quer na qualidade de jogo e de intervenção técnica.

A rapidez de pensamento e execução, a habilidade técnica, a imprevisibilidade no resultado, o espaço reduzido e a alta intensidade fazem desta modalidade um verdadeiro espetáculo para quem vê e um enorme desafio para quem pratica. O Futsal dos Salesianos de Évora, procura promover principalmente a iniciação à modalidade com a descoberta e formação das bases, tal como o desenvolvimento das mesmas. Participação em competições federadas, organizadas pela Associação de Futebol de Évora.





AIKIDO / JUJUTSU

Para o mestre Aiki a força e mental e o corpo uma ferramenta. O Jujutsu é a origem de todas as Artes Marciais japonesas e o Aikido é a arte da Paz, vista por muitos como o expoente das Artes Marciais do Japão.

O objetivo desta atividade consiste em treinar o Aikido numa perspetiva técnica histórica mais completa, possibilitando um desenvolvimento físico, ético e cognitivo mais abrangente. A segurança em termos físicos e psicológicos são fatores essenciais para os resultados.



KARATÉ

A prática de Karaté possibilita que os seus participantes desenvolvam várias capacidades, tanto físicas como cognitivas.

Sendo um desporto que utiliza o corpo na íntegra, ajuda a combater a obesidade, aumenta a resistência, desenvolve a coordenação motora, melhora os níveis de concentração, aumenta a autoestima e desenvolve nas praticantes capacidades de superação e persistência em ultrapassar as dificuldades inerentes à prática, fazendo o transfer para a vida. A sua prática em grupo desenvolve a capacidade de uma sociabilização mais forte com os outros.

Além dos benefícios atrás mencionados, a filosofia do Karaté baseia-se na disciplina e no respeito.





WITH SOUL

**ZUMBA | SOULFIGHT | CORE | GINÁSTICA
LOCALIZADA | POSTURA E ALONGAMENTO |
PILATES**

Atividade, com várias subactividades inseridas, dinamizada e dirigida por professoras credenciadas e dinâmicas, onde a alegria e o exercício reinam.

Em regime de livre transito para poder escolher a(s) atividade(s), em função da sua disponibilidade e objetivo.





GINÁSIO

Aproveitando a sala de cardiofitness do pavilhão D. Bosco, o Artisport coloca à disposição de toda a população a atividade Personal Trainer.

Aqui, é possível realizar uma avaliação inicial e depois delinear e acompanhar programas específicos de exercício físico, adequados aos objetivos e limitações de cada um.

Ao longo da atividade são realizadas avaliações de controlo e fazem-se os ajustes necessários aos planos de treino.

A frequência desta atividade é escolhida por cada utente, consoante o programas/plano apresentados.

Acompanha o nosso trabalho em:

www.facebook.com/punch4u.pt



Salesianos Fitness Center

Utilização do Ginásio ou Aulas	30 €
Utilização do Ginásio e Aulas	40 €

Aulas

Power PUNCH
Cardio PUNCH
Bodyburn 4U
Bodyfit 4U
Pilates Serenity
Pilates e Meditação

Variantes de PT's

PT Criança Ativa
PT Sénior Ativo
PT Prime / PT Total
PT Pilates
PT Meditação
PT Perda de Peso
PT Desenvolvimento Muscular
PT Kickboxing

Treinos Personalizados

Pack 30 min	8 treinos
Pack duo 30 min	8 treinos
Pack duo 30 min	4 treinos
Pack 45 min	8 treinos
Pack 45 min	4 treinos
Pack duo 45 min	8 treinos
Pack duo 45 min	4 treinos

*Consultar preços e funcionamento, diretamente com o PT responsável.

PT: Jorge Laibaças



BABYOGA E PLAYOGA



Acreditamos que crianças tranquilas, aprendem melhor. A prática de BABYOGA e PLAYOGA tem tido um impacto muito positivo nas escolas, pois ajuda as crianças a serem autoconfiantes, a terem uma elevada autoestima e um forte sistema imunitário, encontrando o seu centro e podendo expressar livremente a sua criatividade; acalma e relaxa as crianças, equilibra os seus níveis de energia, melhorando o comportamento e elevando a sua atenção, para que quando regressem às suas salas ou casas, as crianças estejam mais despertas e recetivas para a aprendizagem ou disponíveis para o diálogo e convívio familiar, respetivamente.





BABYOGA

Focado em bebés e crianças até aos 3 anos. Estimula o desenvolvimento sensorial e motor com a presença ativa dos cuidadores. Caso, os pais tenham interesse por esta modalidade, a sessão/aula deverá ser realizada com um dos progenitores ou com um dos avós de cada criança.

PLAYOGA

Indicado para crianças dos 4 aos 14 anos. Utiliza movimentos inspirados em posturas de yoga com elementos de dramatização, música e relaxamento guiado.



APOIO PSICOPEDAGÓGICO

Tal como todas as atividades, esta área está aberta a toda a população que necessite dos serviços prestados pelos nossos profissionais certificados e formados.

TERAPIA DA FALA

A Terapia da Fala é uma área da saúde responsável pela prevenção, avaliação e tratamento da comunicação humana. Abrange as áreas da articulação verbal, fluência, voz, respiração, deglutição, motricidade oral e facial, leitura e escrita. A intervenção terapêutica desenvolve-se de acordo com um plano baseado nas necessidades específicas de cada criança. O desenvolvimento deste processo terapêutico exige uma estreita e constante cooperação entre o terapeuta, os familiares, e todos os profissionais de saúde e educação que acompanham o caso.

Os terapeutas da fala podem intervir em crianças que tenham: alterações da Linguagem, Comunicação ou Fala; alterações na Motricidade Oral e facial; alterações da Deglutição, alterações na Articulação Verbal; alterações da Voz; alterações da Leitura e Escrita; Atrasos do

desenvolvimento; Gaguez; Surdez; Hiperatividade; Déficit de atenção; Autismo; Trissomia; Dislexia; Síndromes; e muitas outras crianças que necessitam de uma pequena ajuda para continuarem o seu processo de aprendizagem escolar. O serviço de Terapia da Fala está disponível nas instalações dos Salesianos de Évora e a terapeuta está disponível para esclarecer todas as questões.

ORIENTAÇÃO VOCACIONAL (9.º / 12.º ANOS)



Os Salesianos de Évora oferecem, agora, a possibilidade a todos os alunos, quer sejam internos ou externos a realizarem Orientação Vocacional no nosso Colégio.

Tendo como objetivo apoiar os jovens no desenvolvimento da sua identidade e no processo de exploração vocacional, este programa está dividido em quatro sessões: para além da entrevista inicial, o aluno realizará um conjunto de testes vocacionais que vão permitir uma tomada de decisão informada e consciente, relativamente ao seu futuro escolar e profissional. Tudo com a ajuda profissional da nossa psicóloga. Mais informações na secretaria da nossa escola.



ESCOLA ABERTA



Na procura de um melhor serviço os Salesianos de Évora, proporcionam a possibilidade da criança ser acompanhada ao longo dos períodos não letivos, com o planeamento de várias atividades.

SETEMBRO (PERÍODO PRÉ AULAS)

1 a 9 de setembro 2025

NATAL

Período não letivo / Férias de Natal

PÁSCOA

Período não letivo / Férias da Páscoa





CAMPOS DE FÉRIAS

Os campos de férias, procuram proporcionar aos mais novos, tempos de lazer e divertimento num ambiente saudável e de segurança.

FERIAS DE VERÃO

- Específicos por modalidade (Basquetebol, Futsal, etc.)
- Generalista/Ferías ativas (jogos, ateliês, piscina, visitas, passeios, insufláveis, cinema, entre outros)





CRECHE

PRÉ-ESCOLAR

1.º CICLO

do Ensino Básico

2.º CICLO

do Ensino Básico

3.º CICLO

do Ensino Básico

Ensino

SECUNDÁRIO

PASTORAL

ATIVIDADES

Artisport

PARÓQUIA

N.ª Sra. Auxiliadora

SOLSAL

CAMPOS

DE FÉRIAS

**SABE
MAIS SOBRE
O ARTISPORT:**





Av. S. João Bosco, n.º 4
7000-766 Évora
Telemóvel: 917585215
Telefone: 266736254

musicentro@evora.salesianos.pt
artisport@evora.salesianos.pt

www.evora.salesianos.pt



Doc 080.03

