

# Inatel Praia Limpa

Beach Clean Up

## Foz do Arelho

# 18 setembro, 09h00

## Dia Internacional da Limpeza Costeira

### Voluntários precisam-se!

Ajude-nos a preservar a Lagoa de Óbidos.  
Participe na limpeza das margens da lagoa.

### We need volunteers!

Help us to preserve Lagoa de Óbidos.  
Take part on cleaning the lagoon's margins.

Traga água, luvas, proteção solar, calçado e roupa confortáveis. Máscara.  
Bring water, gloves, sun protection, suitable clothing and footwear. Mask.



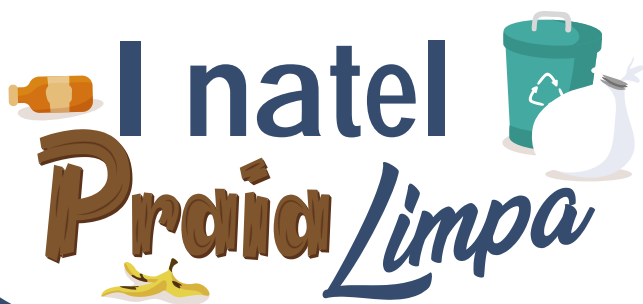
**Ponto de encontro:**  
Parque de estacionamento  
frente ao antigo hotel Foz Praia

**Meeting point:**  
Parking lot in front of the old  
Foz Praia hotel



#inatelpraialimpa

+ INFO: [inatel.pt](http://inatel.pt) | [fb/inatel.portugal](https://fb.inatel.portugal) | Instagram: [fundacaoinatel](https://www.instagram.com/fundacaoinatel)



Aqui



QUEM QUISER AJUDAR, SÓ PRECISA  
DE SE INSCREVER ATRAVÉS  
DO FORMULÁRIO:

Voluntários menores de idade podem participar desde que devidamente autorizados e/ou acompanhados pelos pais / familiares / educadores.

## PROGRAMA

- 9h00** | Encontro na Lagoa de Óbidos (parque de estacionamento frente ao antigo hotel Foz Praia)
- 9h30** | Ação de limpeza / Separação e registo dos materiais recolhidos
- 12h00** | Foto de grupo
- 13h00** | Almoço no INATEL Foz do Arelho Hotel\*\*\* (inscrição obrigatória)
- 14h30** | Fim da atividade

## DICAS E SUGESTÕES

- Recomenda-se o uso de calçado adequado e roupa confortável.
- O uso de luvas (preferencialmente, de jardinagem).
- A aplicação de protetor solar.
- A utilização de chapéu ou similar.
- Hidrate-se, beba bastante água. Utilize um cantil.

Venha em família e, enquanto ajudam a recuperar o estado natural do areal, aproveitam um bom tempo na praia!