

# AGENDA

LAZER E CULTURA

11 A 15 DE AGOSTO

## FESTIVAL O SOL DA CAPARICA 2022

27 E 28 DE AGOSTO

ALMADA GREEN MARKET

27 E 28 DE AGOSTO

POR UM OCEANO SEM PLÁSTICOS!



# Destaques do Mês

AGOSTO 27 E 28

AMBIENTE

## MERCADO DE RUA | OFICINAS



### ALMADA GREEN MARKET

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

10H - 18H | ENTRADA GRATUITA

Agosto é o mês de férias para muitos, mas é também tempo de Almada Green Market. Esta edição será dedicada ao tema “+ Verde na Cidade”.

Com ideias de construção de pequenas hortas em casa existirá, também, uma enorme diversidade de plantas, para além dos habituais produtos agrícolas da região. Uma visita para aproveitar com a família e os amigos.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Tel. 212 722 518 | [djacs@cm-almada.pt](mailto:djacs@cm-almada.pt)

AGOSTO 27 E 28

AMBIENTE

## MERCADO DE RUA | OFICINAS



## POR UM OCEANO SEM PLÁSTICO!

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ  
15H - 17H30 | ENTRADA GRATUITA

Jogo de grande formato que aborda a problemática dos plásticos nos oceanos.

Em 2022, o Programa Bandeira Azul continua a trabalhar a “Recuperação de Ecossistemas” alinhado com a Década das Nações Unidas para a Recuperação dos Ecossistemas. Este tema revela-se incontornável, considerando que a degradação dos ecossistemas tem um impacto direto no bem-estar de cerca 3,3 mil milhões de pessoas, de acordo com a Assembleia Geral das Nações Unidas. Atividade inserida no Almada Green Market.

### INFORMAÇÕES:

No local, no dia da ação. A atividade pode estar sujeita a alteração, ou mesmo cancelamento, por motivos de mau tempo.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA  
Tel. 212 722 518 | diacs@cm-almada.pt

## A decorrer

### DESPORTO

#### INICIAÇÃO AO TÊNIS

PARQUE DA JUVENTUDE, COVA DA PIEDADE

**DURANTE TODO O MÊS, MEDIANTE DATAS A COMBINAR |  
HORÁRIO A COMBINAR, MEDIANTE DISPONIBILIDADE |  
4 - 80 ANOS**

Iniciação ao ténis, realização de pequenos movimentos com bola e raquete. Uma aula experimental por atleta sempre com o limite mínimo de três atletas por aula.

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES:** aetalmada@gmail.com

**ORGANIZAÇÃO:** Associação Escola de Ténis de Almada



### DESPORTO

#### EQUITAÇÃO

CENTRO HÍPICO DA SOBREDA

**DURANTE O MÊS (QUARTA A DOMINGO) | M/6  
QUARTA A SEXTA DAS 15H - 20H |  
SÁBADOS E DOMINGOS DAS 09H - 20H**

Experiência de equitação/voltoio.

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES:** davidtainhal@gmail.com

**ORGANIZAÇÃO:** Centro Hípico da Sobreda

### EXPOSIÇÃO

EXPOSIÇÃO DE ESCULTURA E VÍDEO

#### PREÂMBULO DE DIOGO COSTA

SOLAR DOS ZAGALLOS, SOBREDA

**QUARTA-FEIRA A SÁBADO: 10H - 12H / 14H - 17H |  
DOMINGOS: 14H - 17H | ENTRADA GRATUITA**

**ATÉ 11 DE SETEMBRO**

Uma exposição baseada na composição espacial de escultura e vídeo, que de forma plástica explora a relação entre o olhar e a interioridade através do espaço, do objeto e da imagem.

**INFORMAÇÕES** 212 947 000 | solar@cm-almada.pt

### EXPOSIÇÃO

#### SELVAJARIA DE ISOBEL ATACUS, NUNO DIREITINHO, E HENRIQUE NEVES

SOLAR DOS ZAGALLOS, SOBREDA

**QUARTA-FEIRA A SÁBADO: 10H - 12H / 14H - 17H |  
DOMINGOS: 14H - 17H | ENTRADA GRATUITA**

**ATÉ 11 DE SETEMBRO**

Envolvendo escultura, instalação e pintura, os artistas Isobel Atacus, Nuno Direitinho e Henrique Neves, apresentam peças que investigam o selvagem em diálogo com o Solar dos Zagallos enquanto espaço físico, histórico e conceptual.

**INFORMAÇÕES** 212 947 000 | solar@cm-almada.pt

### EXPOSIÇÃO

#### EXPOSIÇÃO "COSTA DA CAPARICA – A FREGUESIA DO SURF" DE ALEX FACHADA

SOLAR DOS ZAGALLOS, SOBREDA

**QUARTA-FEIRA A SÁBADO: 10H - 12H / 14H - 17H |  
DOMINGOS: 14H - 17H | ENTRADA GRATUITA**

**ATÉ 11 DE SETEMBRO**

O Surf na Costa da Caparica visto pelas lentes de Alex Fachada.

**INFORMAÇÕES** 212 947 000 | solar@cm-almada.pt



## A decorrer

# pacto

### EXPOSIÇÃO

EXPOSIÇÃO COLETIVA

## PACTO

GALERIA MUNICIPAL DE ARTE, ALMADA

**TERÇA A SÁBADO: DAS 10H - 13H E DAS 14H30 - 18H**

**ATÉ 27 AGOSTO**

"Pacto" é uma exposição que decorre de um convite feito por Filipa Oliveira a Susana Mendes Silva na sequência da performance "Mariana", que se debruçava sobre a pesquisa feita durante a residência desta artista no Museu Regional de Beja, dedicada às Cartas Portuguesas.

**INFORMAÇÕES** 212 724 724

### EXPOSIÇÃO

## POR COMPLETAR

CASA DA CERCA - GALERIA PRINCIPAL, ALMADA

**TERÇA A DOMINGO: DAS 10H - 18H**

**ATÉ 11 SETEMBRO**

Diogo Pimentão nasceu em Lisboa, Portugal em 1973. Utilizando sobretudo papel e grafite, por vezes combinados com carvão, madeira e betão, Diogo Pimentão constrói formas que complicam as fronteiras categóricas entre desenho e escultura.

**INFORMAÇÕES** 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

### EXPOSIÇÃO

## VESTIR MEMÓRIAS

CASA DA CERCA - GALERIA DO PÁTIO, ALMADA

**TERÇA A DOMINGO: DAS 10H - 18H**

**ATÉ 11 SETEMBRO**

O trabalho de Ana Silva (nasceu em Angola, em 1969 e vive entre Luanda e Lisboa) é sempre muito pessoal, profundo e delicado. A sua estética centra-se na experiência de trabalhar diferentes meios, como tela, madeira, metal, acrílico, tecido e técnicas de pintura, desenho, colagem, costura e oxidação de metal.

**INFORMAÇÕES** 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

### EXPOSIÇÃO

## ARRANCAR PELA RAÍZ

CASA DA CERCA - CISTERNA, ALMADA

**TERÇA A DOMINGO: DAS 10H - 18H**

**ATÉ 11 SETEMBRO**

O ponto de partida da obra de Bruno Cidra é a síntese entre escultura e desenho. As suas esculturas de metal e papel exploram a tensão e o diálogo entre materiais opostos e os valores específicos de cada campo, como resistência e fragilidade, peso e leveza, permanência e transitoriedade.

**INFORMAÇÕES** 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

## A decorrer



### EXPOSIÇÃO

## RESIDÊNCIA ARTÍSTICA DO GRUPO DO RISCO 2021: CADERNOS DE CAMPO

CASA DA CERCA - SALA DE LEITURA, ALMADA

**TERÇA A DOMINGO: DAS 10H - 18H**

ATÉ 11 DE SETEMBRO

Mostra dos Cadernos de Campo realizados durante a Residência Artística n' O Chão das Artes - Jardim Botânico durante o ano de 2021.

**INFORMAÇÕES** 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

### EXPOSIÇÃO

## APRENDEMOS JUNTOS COM A FESTA DA CASA DA CERCA

LATADA DO JARDIM BOTÂNICO

CASA DA CERCA - SALA DE LEITURA, ALMADA

**TERÇA A DOMINGO: DAS 10H - 18H**

ATÉ 26 DE FEVEREIRO 2023

"Aprendemos juntos!" é o lema do Serviço Educativo da Casa da Cerca que, em 2022, celebra 25 anos. Ao longo do ano, apresenta-se um ciclo de exposições que reflete a diversidade dos projetos que este equipamento municipal tem implementado com os seus públicos.

**INFORMAÇÕES** 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

## 02 TERÇA

### AMBIENTE

## PERCURSOS CIÊNCIA VIVA NO VERÃO 2022 EM ALMADA ESTAÇÃO DA BIODIVERSIDADE DO PARQUE DA PAZ

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

**9H - 12H | ENTRADA GRATUITA**

2 DE AGOSTO E 9 DE SETEMBRO

Venha explorar o lado menos conhecido do pulmão da cidade de Almada, descobrindo a enorme variedade de plantas e animais que aqui ocorrem, que justificou a criação da primeira estação da biodiversidade em contexto urbano a nível nacional.

**INFORMAÇÕES** Inscrições gratuitas, mas obrigatórias, exclusivamente através do site [www.cienciaviva.pt](http://www.cienciaviva.pt)

**CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA**

212.722.518 | [diacs@cm-almada.pt](mailto:diacs@cm-almada.pt)

[www.cm-almada.pt](http://www.cm-almada.pt)



## 03 QUARTA

## AMBIENTE

ATIVIDADES BANDEIRA AZUL 2022

## UM MERGULHO NA LITERATURA AMBIENTAL

PRAIAS BANDEIRA AZUL E PARQUE URBANO DA  
COSTA DA CAPARICA (FESTIVAL SOL DA CAPARICA),  
COSTA DA CAPARICA

**3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14, 16 DE AGOSTO |**  
**10H-12H: ATIVIDADES DE MANHÃ |**  
**15H-17H: ATIVIDADES DE TARDE |**  
**GRATUITO**

**3 de agosto | tarde**

Praia do CDS

**4 de agosto | tarde**

Praia do Paraíso

**6 de agosto | tarde**

Praia do Dragão Vermelho

**7 de agosto | manhã**

Praia de Santo António

**7 de agosto | tarde**

Praia de S. João Caparica/Leblon

**8 de agosto | manhã**

Praia Nova

**9 de agosto | manhã**

Praia da Rainha

**10 de agosto | manhã**

Praia da Serieia

**14 de agosto | manhã**

Parque Urbano da Costa da Caparica  
(Festival O Sol da Caparica)

**16 de agosto | manhã**

Praia da Mata

"Era uma vez..." Assim começa a história de um local antigo, à beira mar, que os homens foram transformando e poluindo cada vez mais. Os participantes são convidados a dar vida aos personagens e decidir um final sustentável para esta história.

**INFORMAÇÕES:**

No local, no dia da ação. Recomenda-se a inscrição prévia de grupos com 20 ou mais participantes. A atividade pode estar sujeita a alteração, ou mesmo cancelamento, por motivos de mau tempo.

**CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA**  
212 722 518 | diacs@cm-almada.pt



## 03 QUARTA

### AMBIENTE

#### ATIVIDADES BANDEIRA AZUL 2022

### 10 PASSOS ECOLÓGICOS

PRAIAS BANDEIRA AZUL E PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA (FESTIVAL SOL DA CAPARICA), COSTA DA CAPARICA

**3, 4, 5, 14, 20 DE AGOSTO | GRATUITO**

**10H-12H: ATIVIDADES DE MANHÃ |**

**15H-17H: ATIVIDADES DE TARDE**

10 Jogos que desafiam os participantes a identificar hábitos de consumo que temos no dia-a-dia e a refletir sobre como os podemos alterar para um modo de vida mais sustentável

**3 agosto | manhã** - Praia da Mata

**3 agosto | tarde** - Praia do Paraíso

**4 agosto | manhã** - Praia da Rainha

**4 agosto | tarde** - Praia do Praia Dragão Vermelho

**5 de agosto | manhã** - Praia da Sereia

**5 de agosto | tarde** - Praia Nova/Espaço 20

**14 de agosto | manhã** - Parque Urbano da Costa da Caparica (Festival O Sol da Caparica)

**14 de agosto | tarde** - Praia de S. João Caparica

**20 de agosto | manhã** - Praia do CDS

**20 de agosto | tarde** - Praia de Santo António

10 Jogos que desafiam os participantes a identificar hábitos de consumo que temos no dia a dia e a refletir sobre como os podemos alterar para um modo de vida mais sustentável

#### INFORMAÇÕES:

No local, no dia da ação. Recomenda-se a inscrição prévia de grupos com 20 ou mais participantes. A atividade pode estar sujeita a alteração, ou mesmo cancelamento, por motivos de mau tempo.

#### CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Tel. 212.722.518 | [diacs@cm-almada.pt](mailto:diacs@cm-almada.pt)



## 05 SEXTA



### AMBIENTE

#### PERCURSOS CIÊNCIA VIVA NO VERÃO 2022 EM ALMADA

### OBSERVAÇÃO DE AVES NO PARQUE DA PAZ

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

**9H - 12H | GRATUITO**

**5 DE AGOSTO A 15 SETEMBRO**

Venha passear pelo parque com um guia especializado e descubra as muitas espécies de aves que aqui ocorrem, desde as mais óbvias aves aquáticas que vivem no lago, às aves mais esquivas e discretas que passam frequentemente despercebidas.

#### INFORMAÇÕES:

Inscrições gratuitas, mas obrigatórias, exclusivamente através do site Ciência Viva: [www.cienciaviva.pt](http://www.cienciaviva.pt)

#### CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

212.722.518 | [diacs@cm-almada.pt](mailto:diacs@cm-almada.pt)  
[www.cm-almada.pt](http://www.cm-almada.pt)

## 06 SÁBADO

## AMBIENTE

MERCADOS BIOLÓGICOS

MERCADO BIOLÓGICO  
DE ALMADA-CENTRO

PRAÇA MFA, ALMADA

6, 13, 20 E 27 AGOSTO (SÁBADOS) | 9H - 13H | GRATUITO

Ao sábado de manhã, visite este mercado de rua onde se comercializam produtos com certificação biológica.

INFORMAÇÕES:

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Tel. 212 722 518 | diacs@cm-almada.pt



## DESPORTO

MUAY THAI, PILATES, DANÇAS  
LATINAS, CAPOEIRA, YOGA E  
TAJIWUXIGONG

PARQUE ATLÂNTICO DA COSTA DE CAPARICA

MUAY THAI ADULTOS E KIDS - 9H-10H

PILATES - 10H-11H

DANÇAS LATINAS - 11H-12H

CAPOEIRA - 16H-17H

YOGA - 17H-18H

TAJIWUXIGONG - 18H-19H

Atividades direcionadas a todas as idades.

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

associacaounidospelomuaythai@outlook.pt

ORGANIZAÇÃO

Associação de Desporto Unidos pelo Muay Thai

## 06 SÁBADO

## DESPORTO

## KRAV MAGA - FPKM

PRAIA DO PARAÍSO, COSTA DA CAPARICA

10H - 11H | M/6

Aula de defesa pessoal para iniciantes e nível intermédio.

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

kravmagaalmada@gmail.com

ORGANIZAÇÃO

Federação Portuguesa de Krav Maga



## DESPORTO

## PASSEIO BTT - NOTURNO

21H - 23H30

Saída da Sede - Trafaria - Trilhos de Almada

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

www.facebook.com/saltapocinhas.btt/ até ao dia 2 de agosto

ORGANIZAÇÃO

Atalho D'Aventura - "SaltapocinhasBTT"

Uso obrigatório de capacete e luzes de iluminação e de presença.

\*Se tiver entre 7 e 16 anos, deve ser acompanhado de familiar; entre 16 e 18 anos deverá apresentar termo de responsabilidade do encarregado de educação.



## 06 SÁBADO

### ARTES VISUAIS

#### DESENHO

## DESENHO LIVRE NO JARDIM

CASA DA CERCA, ALMADA

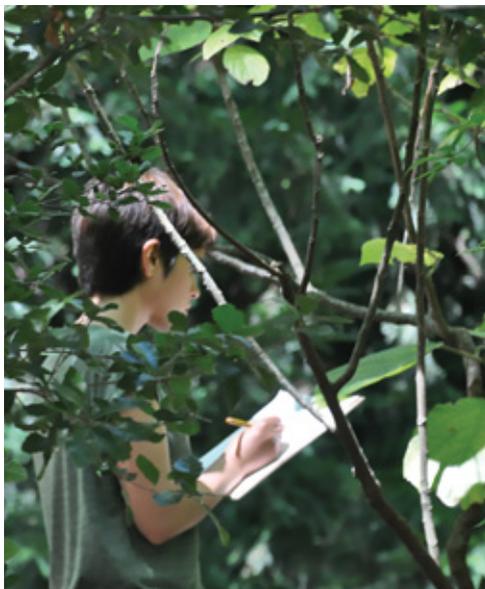
15H - 17H | M/12

#### REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA

Encontro informal de desenho de observação, focado preferencialmente no património vegetal do jardim e nas suas mudanças sazonais. Captar as sombras, desenhar folhas, árvores, pássaros, reflexos, naturezas mortas. Aberto a participantes de qualquer idade e nível de experiência.

#### INFORMAÇÕES

212 724 950 | marcar.cac@cm-almada.pt



### VISITAS

## "PACTO"

CASA DA CERCA, ALMADA

17H | TODOS

Visita orientada à exposição e sessão com o Coletivo Faca.

#### INFORMAÇÕES

212 724 950 | marcar.cac@cm-almada.pt

## 07 DOMINGO

### DESPORTO

## CANOAGEM

CLUBE NÁUTICO DE ALMADA, CACILHAS

10H - 13H | M/14

Batismo de canoagem de 45 minutos (nota: necessária roupa desportiva que se possa molhar).

#### INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

cnalmada@cnamada.com

#### ORGANIZAÇÃO

Clube Náutico de Almada



### DESPORTO

## CHI-KUNG TERAPÊUTICO

PARQUE DA PAZ - JUNTO AO QUIOSQUE, FEIJÓ

11H - 12H | TODOS

Exercícios suaves feitos de forma a integrar o movimento, a respiração e a concentração.

#### INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

apcktt2012@gmail.com

#### ORGANIZAÇÃO

Associação Profissional de Chi-Kung e Tai Chi Terapêutico



## 07 DOMINGO

**VISITAS****VISITA AO CHÃO DAS ARTES – JARDIM BOTÂNICO**

CASA DA CERCA, ALMADA

**15H - 16H | M/6****REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA**

Esta visita apresenta O Chão das Artes - Jardim Botânico, o seu conceito, a sua coleção de plantas, os usos dessas plantas nas artes plásticas e as dinâmicas cromáticas/sazonais do jardim.

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES**212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

AGOSTO 11 A 15

FESTIVAL



**O SOL  
— DA —  
CAPARICA**  
**FESTIVAL'22**

PARQUE URBANO  
**COSTA DA  
CAPARICA**



**11 AGO****FESTIVAL  
O SOL DA CAPARICA  
2022**

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

**16H30 - 17H30**JOAO NUNO GONÇALO  
MIGUEL NEVES  
FERNANDO ROCHA

PALCO COMÉDIA

**16H40 - 22H30**PURO ROCK  
SYRO  
IVE GREICE  
JULINHO KSD  
MIGUEL ANGELO  
THE LEGENDARY TIGERMAN

PALCO FREE NOW

**18H - 23H**JIMMY P  
VIRGUL  
CLÃ  
FERNANDO DANIEL  
CALEMA  
WET BED GANG

PALCO SUPER BOCK

**20H49 - 00H15**SOULJAH FIGHTERS  
JAZZY DANCE CREW  
KRISS KROSS CREW  
DANCE COOLTURE  
SOULJAH FIGHTERS  
JAZZY DANCE CREW  
KRISS KROSS CREW  
DANCE COOLTURE

PALCO DANÇA

**22H - 01H**SIGHTSEER  
BURUNTUMA  
RICH & MENDES  
DIEGO MIRANDA

PALCO UNLOCK

**12 AGO****FESTIVAL  
O SOL DA CAPARICA  
2022**

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

**16H30 - 17H30**DIANA NOGUEIRA  
JOÃO PINTO  
GILMÁRIO VEMBA

PALCO COMÉDIA

**16H40 - 22H30**NOWHERE TO BE FOUND  
VADO MÁS KI AS  
RICKY MAN  
ALCOOLÉMIA  
ZECA SEMPRE  
MÃO MORTA

PALCO FREE NOW

**18H - 23H50**BONGA  
DJODJE  
PIRUKA  
ANNA JOYCE/RUI ORLANDO  
HMB  
RICHIE CAMPBELL

PALCO SUPER BOCK

**20H49 - 00H15**STARFYAH CREW  
JAZZY DANCE CREW  
MGBOOS  
JAZZY DANCE CREW

PALCO DANÇA

**23H - 01H**DJ MANDAS  
HUGO TABACO  
DANNI GATO  
KAMALA

PALCO UNLOCK

**13 AGO****FESTIVAL  
O SOL DA CAPARICA  
2022**

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

**16H30 - 17H**MANGOPE  
VASCO ELVAS  
HUGO SOUSA

PALCO COMÉDIA

**16H40 - 22H30**KARYNA GOMES  
KADY & AMIGOS  
MÁRIO MATA  
IVANDRO  
SORAIA RAMOS & Amigos  
BRANKO

PALCO FREE NOW

**18H - 23H50**NUNO RIBEIRO  
PROFJAM  
CUCA ROSETA  
DIOGO PICARRA  
PLUTONIO  
SAM THE KID & Orelha Negra

PALCO SUPER BOCK

**20H49 - 00H05**LATIN ATTITUDE e TIAGO FI  
JAZZY DANCE CREW  
SHOWMEN  
LATIN ATTITUDE e TIAGO FI  
JAZZY DANCE CREW  
SHOWMEN

PALCO DANÇA

**22H30 - 01H30**DJ ZULLU / GABILY  
AFROKILLER'S  
OLGA RAYZANOVA  
KARETUS

PALCO UNLOCK

**14AGO**

**FESTIVAL  
O SOL DA CAPARICA  
2022**

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

**11H30 - 00H05**

Jazzy Dance Kids Crew

Lil Malaikes Kids

(ambos no Relvado)

Battle All Styles

JAZZY DANCE INTENSIVE

JAZZY DANCE REW

FUNK FEST COM YAYAA

JAZZY DANCE INTENSIVE

JAZZY DANCE CREW

FUNK FEST COM YAYAA

PALCO DANÇA



**16H40 - 22H30**

DYNAMO

CLÁUDIA PASCOAL

T REX

CHICO DA TINA

Conj. CUCA MONGA

BATEU MATOU

PALCO FREE NOW



**18H00 - 01H**

ANTÓNIO ZAMBUJO

MAFALDA VEIGA

NELSON FREITAS

POESIA ACÚSTICA

BISPO

MISHLAWI

DILLAZ

PALCO SUPER BOCK

**22H - 01H**

TIGER LEWIS

KEVU

KURA

PALCO UNLOCK

**15AGO****FESTIVAL  
O SOL DA CAPARICA  
2022**

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

**16H30 - 17H30**CHICO ALVES  
RUI XARÁ  
ALDO LIMA

PALCO COMÉDIA

**16H40 - 22H30**MANEVA  
GIL SEMEDO - 35 anos de  
carreira  
YURI NR5  
MANINHO  
NENNY  
PAPILLON

PALCO FREE NOW

**18H - 01H**BARBARA BANDEIRA  
DON JUAN  
TIAGO BETTENCOURT  
KEVINHO  
OS QUATRO E MEIA  
CARLAO  
JOSE CID

PALCO SUPER BOCK

**20H49 - 00H15**DANCE LIFE ACADEMY  
LIL MALAIKES  
JAZZY DANCE CREW  
FEEL IT DANCE COMPANY  
DANCE LIFE ACADEMY  
LIL MALAIKES  
JAZZY DANCE CREW  
Feel It Dance Company

PALCO DANÇA

**22H30 - 01H30**MASSIVEDRUM  
VANCO  
DJEFF

PALCO UNLOCK

**13 SÁBADO****ARTES VISUAIS**

DESENHO

**DESENHO NA CASA**

CASA DA CERCA, ALMADA

**16H - 18H | M/12****REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA**

Vamos descobrir a história da Casa da Cerca através do Desenho. Com a ponta do lápis ou do pincel, vamos revelar o edifício e a sua envolvente, os seus espaços interiores e exteriores. Tragam os vossos diários gráficos e venham desenhar connosco!

**INFORMAÇÕES**

212 724 950 | marcar.cac@cm-almada.pt

**15 SEGUNDA****DESPORTO**

DIA INTERNACIONAL DO REIKI

**REIKI**

MONTE DA NASCENTE - PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

**10H - 12H | GRATUITO**

Dia Internacional do Reiki, celebrando o nascimento do Mestre Mikao Usui.

Todas as pessoas que queiram participar na comemoração do nascimento do Reiki em convívio e união. Ponto de encontro junto ao Quiosque Toma Lá Paz.

**ORGANIZAÇÃO:** Núcleo de Reiki de Almada**INFORMAÇÕES** olindangelo@gmail.com

## 20 SÁBADO



### WORKSHOPS

#### OFICINA

### PLANTAR O SOL: OFICINA DE PAPEL DE SEMENTES

CASA DA CERCA, ALMADA

**15H - 17H | FAMÍLIAS COM CRIANÇAS M/6**

**REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA**

O verão é uma boa altura para conhecer melhor o girassol (*Helianthus annuus*), a planta que escolhemos homenagear este ano. Nesta oficina, vamos observar no jardim a sua morfologia, descobrir alguns dos seus mitos e utilidades nas artes. No atelier, faremos papel de sementes de girassol, que poderá ser plantado depois.

#### INFORMAÇÕES

212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

### DESPORTO

### PASSEIO MISTO DE BTT NOTURNO

PARQUE ATLÂNTICO / ZONA DESPORTIVA, COSTA CAPARICA

**20H30 - 23H | 7-77 ANOS\* |**

**INÍCIO: PORTARIA LATERAL DO CCCA, ACESSO TRANSPRAIA |**

**DISTÂNCIA: 35 KM | DIFICULDADE: MÉDIA**

\* Até aos 14 com acompanhamento de familiar  
- até aos 18 com termo de responsabilidade).  
Uso obrigatório de capacete e luzes.

#### INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

[nucleociclocampista@gmail.com](mailto:nucleociclocampista@gmail.com)

#### ORGANIZAÇÃO

Núcleo Ciclocampista do CCCA



## 25 QUINTA

### AMBIENTE

### CICLOFICINA DE ALMADA

MERCADO MUNICIPAL DE ALMADA,  
PRAÇA DO COMÉRCIO, ALMADA

**18H - 21H | ACESSO LIVRE**

Com a ajuda de voluntários pode fazer os principais consertos e reparações na bicicleta e usar peças e componentes cedidos por outros ciclistas ou lojas de bicicletas apoiantes. Este é também um ponto de encontro entre utilizadores de bicicleta com experiências diferentes, onde pode trocar conhecimento e ideias, que promovem a bicicleta como alternativa de transporte na cidade. Nesta iniciativa tudo é gratuito e sem fins lucrativos. Iniciativa com o apoio da Câmara Municipal de Almada

#### INFORMAÇÕES:

[www.facebook.com/almadaCicloficina](https://www.facebook.com/almadaCicloficina)



## 27 SÁBADO

### VISITAS

#### VISITA ÀS EXPOSIÇÕES

CASA DA CERCA, ALMADA

15H-16H | M/6

**REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA**

Uma visita panorâmica na qual poderá saber mais sobre as obras e sobre os artistas de cada exposição.

#### INFORMAÇÕES

212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)



### WORKSHOPS

#### DESENHO NA EXPOSIÇÃO

CASA DA CERCA, ALMADA

16H - 18H | M/12

**REQUER INSCRIÇÃO PRÉVIA**

Coordenemos os olhos e a mão para explorar diversas técnicas de desenho. Experimente-mos olhar com olhos de ver a essência das coisas que desenhamos. Nestas sessões de livre experimentação encaremos o erro como parte do processo criativo e como oportunidade de aprendizagem e crescimento. Estas sessões irão decorrer nas exposições: Galeria Principal, Galeria do Pátio, Cisterna, Sala de Leitura e Galeria Municipal.

INFORMAÇÕES 212 724 950 | [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

## 27 SÁBADO E 28 DOMINGO

### AMBIENTE

#### ALMADA GREEN MARKET

AMBIENTE, MERCADO DE RUA, OFICINAS

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

10H - 18H | GRATUITO

Agosto é mês de férias para muitos, mas também é tempo de Almada Green Market. Esta edição será dedicada ao tema " + Verde na Cidade".

Com muitas ideias de construção de pequenas hortas em casa, haverá uma enorme diversidade de plantas para além dos habituais produtos agrícolas da região, frutas acabadas de colher, cosmética natural, artesanato *upcycle*, mel, pão artesanal, artigos ecológicos para o dia a dia e propostas de alimentação saudável, que pode descobrir num fim-de-semana para aproveitar com família e amigos.

INFORMAÇÕES 212 722 518 | [diacs@cm-almada.pt](mailto:diacs@cm-almada.pt)



## 27 SÁBADO E 28 DOMINGO

### AMBIENTE

ATIVIDADES BANDEIRA AZUL  
INSERIDO NO ALMADA GREEN MARKET

### POR UM OCEANO SEM PLÁSTICO!

PARQUE DA PAZ, FEIJÓ

15H - 17H30 | GRATUITO

Jogo de grande formato que aborda a problemática dos plásticos nos oceanos. Acesso livre.

**INFORMAÇÕES:** No local, no dia da ação. A atividade pode estar sujeita a alteração, ou mesmo cancelamento, por motivos de mau tempo.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Tel. 212 722 518 | diacs@cm-almada.pt



## 28 DOMINGO

### DESPORTO

### CHI-KUNG TERAPÊUTICO

PARQUE DA PAZ- JUNTO AO QUIOSQUE, FEIJÓ

11H - 12H | ACESSÍVEL A TODOS

Exercícios suaves feitos de forma a integrar o movimento, a respiração e a concentração.

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES**

apcktt2012@gmail.com

**ORGANIZAÇÃO**

Associação Profissional de Chi-Kung e Tai Chi Terapêutico



### DESPORTO

### YOGA COM ALMA

PRAIA DA BELA VISTA, COSTA DA CAPARICA

10H30 - 11H30 | NATURISTAS/COM A OPÇÃO DE NÃO NATURISTA

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES**

aalmanaturista@gmail.com

**ORGANIZAÇÃO**

Associação Alma Naturista

# Contactos Culturais e de Lazer

## ARQUIVO HISTÓRICO MUNICIPAL

Praça Adelaide Coutinho,  
Almada  
Tel.: 212 724 900

## AUDITÓRIO MUNICIPAL FERNANDO LOPES-GRAÇA

Praça da Liberdade,  
Almada  
Tel.: 212 724 927

## BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

Praça da Liberdade,  
Almada  
Tel.: 212 724 920

## BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

Rua da Alebrançada,  
Feijó  
Tel.: 212 508 210

## BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

Rua do Moinho ao Raposo,  
Caparica  
Tel.: 211 934 020

## CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

Rua da Cerca, Almada  
Tel.: 212 724 950

## COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

Alameda Guerra Junqueiro,  
Feijó  
Tel.: 212 587 100

## CONVENTO DOS CAPUCHOS

Rua Lourenço Pires de Távora,  
Caparica  
Tel.: 212 919 342

## FÓRUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA

Praça da Liberdade, Almada  
Tel.: 212 724 920

## GALERIA MUNICIPAL DE ARTE

Av. D. Nuno Álvares Pereira, 74A,  
Almada  
Tel.: 212 724 724

## MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

Praça João Raimundo,  
Cova da Piedade  
Tel.: 212 734 030

## MUSEU NAVAL

Olho de Boi, Almada  
Tel.: 212 724 980

## OFICINA DE CULTURA

Av. Dom Nuno Álvares Pereira, 144,  
Almada  
Tel.: 212 724 050

## SOLAR DOS ZAGALLOS

Largo António José Piano Júnior,  
Sobreda  
Tel.: 212 947 000

## TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

Av. Egas Moniz,  
Almada  
Tel.: 212 739 360  
[www.ctalmada.pt](http://www.ctalmada.pt)

## TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

Rua Conde Ferreira,  
Almada  
Tel.: 210 963 692

## FICHA TÉCNICA

**Capa:** Os Quatro e Meia (©Arildo Camacho)  
**Edição:** Departamento de Comunicação  
**Redação:** Departamento de Comunicação  
**Fotografia:** Departamento de Comunicação  
**Paginação:** Departamento de Comunicação  
**Impressão e distribuição:** To spend with you  
**Tiragem:** 132 000  
**Periodicidade:** Mensal  
**Distribuição:** Gratuita

Publicação isenta de registo na ERC  
ao abrigo do Decreto Regulamentar  
n.º 8/99, de 9 de junho, art.º 12.º, n.º 1b)  
Textos escritos ao abrigo do novo Acordo Ortográfico

## CONTACTOS ÚTEIS:

**Gerál**  
Tel.: 212 724 000  
**Gabinete de Atendimento Municipal**  
Linha Verde Almada Informa - 800 206 770  
**e-mail:** [almadainforma@cm-almada.pt](mailto:almadainforma@cm-almada.pt)  
**Site:** [cm-almada.pt](http://cm-almada.pt)

f @ t v /cmalmada

# ATÉ 11 SET. SOLAR DOS ZAGALLOS

**ENTRADA GRATUITA**

INSTALAÇÃO DE  
ESCALURA E VÍDEO

## **PREÂMBULO**

DE DIOGO COSTA



FOTOGRAFIA

## **COSTA DA CAPARICA**

A FREGUESIA DO SURF  
DE ALEX FACHADA



ESCALURA, INSTALAÇÃO  
E PINTURA

## **SELVAJARIA**

DE ISOBEL ATACUS,  
NUNO DIRETINHO,  
E HENRIQUE NEVES



**SOLAR DOS ZAGALLOS, SOBREDA**

[solar@cma.m-almada.pt](mailto:solar@cma.m-almada.pt) | 212 947 000

Quarta a sábado: 10h – 12h e 14h – 17h00 | Domingo: 14h – 17h00

Encerra às segundas, terças e feriados

[cm-almada.pt](http://cm-almada.pt)

**CMA**   
CÂMARA  
MUNICIPAL  
DE ALMADA