

FEVEREIRO 2025

LAZER E CULTURA

# AGENDA

8 FEVEREIRO

## RITA VIAN NO TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE



8 FEVEREIRO

LANÇAMENTO DO LIVRO  
"FILHOS DO MEIO"

21 A 23 FEVEREIRO

TEATRO "MARIA"

# TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE COMPANHIA DE TEATRO DE ALMADA

## PICASSO AGARRADO PELO RABO

01.03 — 09.03.2025  
SÁBADO E FERIADO — 16H

DOMINGO — 11H E 16H  
SALA DE ENSAIOS



TEATRO INFÂNCIA | CRIAÇÃO CTA | M/3

COMPANHIA DE TEATRO DE ALMADA  
Um espectáculo de PEDRO PROENÇA, TERESA GAFFEIRA

Organização

TEATRO MUNICIPAL

JOAQUIM BENITE



COMPANHIA DE TEATRO DE ALMADA

Subvenções



Foundation

## ÍNDICE

**AR LIVRE**

> PÁG. 4

**CINEMA**

> PÁG. 5

**DANÇA**

> PÁG. 6

**DESPORTO**

> PÁG. 7

**ENCONTROS**

> PÁG. 9

**EXPOSIÇÕES**

> PÁG. 10

**FAMÍLIAS**

> PÁG. 16

**LITERATURA**

> PÁG. 19

**ENTREVISTA**

> PÁG. 20

**MÚSICA**

> PÁG. 24

**OFICINAS**

> PÁG. 24

**TEATRO**

> PÁG. 26

**VISITAS**

> PÁG. 28



**8 FEV**

FILHOS DO MEIO – HIP HOP À MARGEM

## LANÇAMENTO DO LIVRO “FILHOS DO MEIO”

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

SÁB | 16H | GRATUITO | MP\*

Em paralelo à exposição na Casa da Cidade, e também ao documentário que estreou recentemente, o livro “Filhos do Meio” é mais uma peça deste projeto multidisciplinar, que pretende contar a história da cultura hip hop no concelho de Almada e no Miratejo, através das vozes de muitos dos seus protagonistas, de diferentes gerações e expressões artísticas.

Autoria: Ricardo Farinha em colaboração com Rui Miguel Abreu, Francisco Freitas e Daniel Freitas.

Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

## AR LIVRE

AO LONGO DO MÊS

### PEDALAR SEM IDADE

CACILHAS, PARQUE DA PAZ, MIRATEJO  
E BOCA DO VENTO

POR MARCAÇÃO 10H-19H | M/65 | GRATUITO | MP\*

Passeios gratuitos de "trishaw" (uma bicicleta com três rodas e um sofá) para maiores de 65 anos e/ou pessoas com mobilidade reduzida. Há quatro rotas disponíveis, incluindo um percurso entre Cacilhas e o elevador da Boca do Vento.

Inscrições: 936 733 797

2 E 16 FEV

### MICROFLORESTAS – AÇÃO DE CUIDADORES VOLUNTÁRIOS

DIA 2 - PARQUE URBANO COMANDANTE  
JÚLIO FERRAZ, ALMADA

DIA 16 - PARQUE URBANO DAS QUINTINHAS,  
CHARNECA DE CAPARICA

DOM | 9H-12H30 | MP\*

Participe nestas ações de voluntariado na Microfloresta e aprenda, com especialistas, as técnicas básicas de suporte ao seu crescimento, como a monda ou a replantação de algumas unidades. Faça parte deste movimento e contribua para uma cidade mais verde.

Inscrições: diacs@cm-almada.pt

4, 11, 18 E 25 FEV

## AMIGOS DO JARDIM

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

TER | 10H-12H | M/6 | GRATUITO | MP\*

As manhãs de terça-feira são a altura ideal para ir à Casa da Cerca colaborar na manutenção d'O Chão das Artes - Jardim Botânico. Nas primeiras terças-feiras de cada mês são abordados os trabalhos de manutenção geral que podem realizar-seem qualquer jardim naquela altura do ano.

Inscrições: marcar.cac@cm-almada.pt

ANABELA LUÍS



23 FEV

## PROJETO REDUNA S. JOÃO DA CAPARICA – AÇÃO DE VOLUNTARIADO

PRAIA DE SÃO JOÃO DA CAPARICA  
DOM | 9H-12H | MP\*

Venha participar nesta ação de voluntariado do Projeto ReDuna e fique a conhecer este inovador projeto de restauro ecológico dos sistemas dunares. Colabore nas ações de plantação de espécies nativas, remoção de plantas exóticas, manutenção das vedações e sinalética. Contribua, de forma ativa, para a salvaguarda das dunas, as melhores barreiras naturais contra os efeitos nefastos do avanço do mar e da erosão costeira no litoral de Almada.

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

## CINEMA

5 FEV

## EMILIA PÉREZ

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA  
QUA | 21H | M/14 | 3 €\*\*

Rita, uma advogada subestimada que trabalha para uma grande firma de advogados mais interessada em tirar os criminosos da cadeia do que em levá-los à justiça, é contratada pelo líder de uma organização criminosa. Drama de Jacques Audiard.

Prémio do júri e prémio de melhor interpretação feminina no Festival de Cannes 2024.

6 FEV

## CINECLUBE IMPALA MULHOLLAND DRIVE

AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA  
QUI | 21H | M/16 | 2 €\*\*

Ciclo de cinema dedicado ao realizador e argumentista norte-americano, David Lynch.

12 FEV

## BANZO

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA  
QUA | 21H | M/12 | 3 €\*\*

1907. Afonso recomeça a vida numa ilha tropical africana, como médico de uma plantação onde terá de curar um grupo de serviços "infetados" pelo Banzo, a nostalgia dos escravizados.



19 FEV

## A VIDA ENTRE NÓS

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA  
QUA | 21H | M/12 | 3 €\*\*

Mathieu vive em Paris. Alice habita numa pequena vila litoral no Oeste de França. Ele está perto dos cinquenta, é um ator conhecido. Ela passou dos quarenta, é professora de piano. Namoraram há cerca de quinze anos e depois separaram-se. Entretanto, o tempo passou, cada um seguiu o seu caminho e as feridas cicatrizaram gradualmente. Quando vem diluir a melancolia nos banhos de hidromassagem de umas termas, Laurent reencontra Alice por mero acaso. Filme da seleção oficial do Festival de Veneza 2023. Drama de Stéphane Brizé.

## AGENDA ALMADA

Morrem às dezenas, de inanição, ou suicidando-se. Por receio de contágio, o grupo é enviado para um morro chuvoso, cercado por floresta. Ali, Afonso tenta curar os serviçais, mas a incapacidade de entender o que lhes vai na alma revela-se mais forte do que todas as soluções.  
Drama de Margarida Cardoso.

**13 FEV**

CINECLUBE IMPALA

### BLUE VELVET

AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA

QUI | 21H | M/16 | 2 € \*\*

Ciclo de cinema dedicado ao realizador e argumentista norte-americano, David Lynch.

**20 FEV**

CINECLUBE IMPALA

### LOST HIGHWAY

AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA

QUI | 21H | M/18 | 2 € \*\*

Ciclo de cinema dedicado ao realizador e argumentista norte-americano, David Lynch.

**26 FEV**

### NOME

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

QUA | 21H | M/12 | 3 € \*\*

Estamos em 1969 e em plena Guerra Colonial Portuguesa na Guiné-Bissau. Mas antes de mergulharmos no conflito, vemos o dia-a-dia do protagonista, Nome, as suas relações com a mãe e a mulher por quem está apaixonado. Mas, Nome não fica na aldeia por muito mais tempo e entrega o seu corpo e a sua alma à luta armada junto da guerrilha do PAIGC (Partido Africano para

a Independência da Guiné e Cabo Verde). Torna-se um herói atormentado por tudo o que aconteceu. Drama de Sana Na N'hada.

**27 FEV**

CINECLUBE IMPALA

### WILD AT HEART

AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA

QUI | 21H | M/16 | 2 € \*\*

Ciclo de cinema dedicado ao realizador e argumentista norte-americano, David Lynch.

## DANÇA

**1 FEV**

### FLAMENC'A SUL - FUSIÓN

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

SÁB | 21H | M/3 | 10 €

Apresentação anual do repertório coreográfico da Academia Flamenc'A Sul, contando, desta vez, com as alunas dos níveis mais avançados de aprendizagem, assim como com convidados muito especiais. Um espetáculo onde se promete explorar a sintonia e fusão do Flamenco, na versão pura da dança, com diferentes sonoridades ao vivo. Com coreografia e encenação de Marisa Caeiro.

**15 FEV**

OFICINA

### DANÇA CONTEMPORÂNEA +55 ANOS

CASA DA DANÇA - PONTO DE ENCONTRO

SÁB | 15H-18H | M/55 | GRATUITO | MP\*

Nesta oficina, dirigida a maiores de 55 anos, os participantes são desafiados a mergulhar no universo da dança contemporânea pelo coreógrafo Rafael Alvarez. Para todos os que queiram explorar o seu potencial físico, criativo e relacional, com ou sem experiência anterior em dança. Aberto igualmente a participantes com idade inferior a 55 anos.

Inscrições online em  
[www.casadadanca.pt](http://www.casadadanca.pt)

**15 FEV**

### ELEVATE - THE CFAM & GOATS URBAN EXPERIENCE

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

SÁB | 17H E 21H | M/6 | 15 € \*\*

Prepare-se para testemunhar uma fusão eletrizante de talento, criatividade e paixão em "ELEVATE - The CFAM & GOATS Urban Experience". Este dinâmico espetáculo de dança de rua reúne duas poderosas crews de hip hop, CFAM e GOATS, para uma noite de atuações inovadoras, que celebram a essência da cultura da dança urbana. Com apresentações cheias de energia e peças colaborativas, o foco é destacar a arte de cada bailarino, mas também o espírito de união e comunidade dentro da cena hip hop.

# DESPORTO

## AO LONGO DO ANO

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA ÉPOCA 2024/2025

# ALMA SÉNIOR

## VÁRIOS LOCAIS

HORÁRIO A DEFINIR CONFORME A ATIVIDADE

Inscra-se na freguesia da sua área de residência e escolha as seguintes atividades: Treino +60, Danças, Ginástica Aquática +60, Yoga e Treino Outdoor +60.

Programa promovido pelo Município de Almada, em parceria com as freguesias e as entidades parceiras do movimento associativo desportivo almadense.

As atividades desportivas decorrem em vários equipamentos municipais da CMA e das Associações parceiras, no concelho de Almada.

VICTOR MENDES



1 E 2 FEV

## TAÇA DE PORTUGAL E I OPEN DE CONJUNTOS DE GINÁSTICA RÍTMICA

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS, FEIJÓ  
SÁB E DOM | 10H-20H | 3€

A Taça de Portugal e o I Open de Conjuntos de Ginástica Rítmica são competições de destaque no calendário da Federação de Ginástica de Portugal, reunindo ginastas de clubes de todo o país e de diferentes idades em um espetáculo de técnica, arte e espírito competitivo

8 FEV

## JOGA +

PAVILHÃO DA ESCOLA SECUNDÁRIA  
ROMEU CORREIA, FEIJÓ  
SÁB | 8H-13H

Evento de futsal organizado pelo Futsal Feijó. Encontro Desportivo de atletas da modalidade, nos escalões de petizes e traquinas, de âmbito regional.

8 E 9 FEV

## 2.º TORNEIO RHYTMIC VITÓRIA CLUBE QUINTINHAS

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS, FEIJÓ  
SÁB E DOM | 8H-18H | GRATUITO

Competição oficial de Ginástica Rítmica organizada pelo Vitória Clube Quintinhas que vai contar com a participação de vários clubes convidados a nível nacional. Competição de 1.ª e 2.ª divisão em individuais e conjuntos.

15 FEV

## SARAU DE INVERNO SRBBV

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS, FEIJÓ

SÁB | 16H-19H30 | GRATUITO

Evento de Ginástica e Dança organizado pela Sociedade Recreativa do Bairro da Bela Vista para demonstrar o trabalho realizado desde o início da presente época desportiva pelos atletas do clube e de clubes convidados.

CARLOS VALADAS



16 FEV

## 10.ª PROVA DO CAMPEONATO NACIONAL DE TIRO COM ARCO DE SALA

PAVILHÃO MUNICIPAL DA COSTA DA CAPARICA  
DOM | 8H-18H | GRATUITO

Organizada pelo Serviço de Ação Social da Universidade Nova de Lisboa, esta é uma competição oficial de âmbito nacional.

22 E 23 FEV

## UDO PORTUGAL – CHAMPIONSHIPS 2025

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS, FEIJÓ  
SÁB E DOM | 9H-20H | 5€

Este evento internacional de *Street Dance* oferece uma experiência única, incluindo competições internacionais, *masterclasses* com a participação de alguns dos melhores

coreógrafos e bailarinos do mundo. Almada será o centro da dança urbana em Portugal, acolhendo bailarinos de todas as idades e níveis, com a oportunidade de competir pelo passaporte para a final mundial em agosto, em Blackpool.

**UDO**   
UNITED DANCE ORGANISATION

23 FEV

## CAMPEONATO TERRITORIAL 2.ª DIVISÃO E OPEN DE CONJUNTOS INFANTIS

PAVILHÃO MUNICIPAL DO LARANJEIRO

DOM | 8H-20H | GRATUITO

Evento de ginástica Rítmica organizado pela Associação de Ginástica do Distrito de Setúbal. Competição oficial de âmbito regional.

23 FEV

## TORNEIO DE FESTANDS

PAVILHÃO DA ESCOLA SECUNDÁRIA

DANIEL SAMPAIO

DOM | 8H30-13H | GRATUITO

Encontro de andebol organizado pelo Grupo Desportivo e Recreativo da Quinta Nova, em parceria com a Associação de Andebol de Setúbal, com o intuito de promover o andebol nas camadas mais jovens (bâmbis e minis) e, simultaneamente, motivar os praticantes.

23 FEV

## 25.º GRANDE PRÉMIO DO ATLÂNTICO – SERAFIM MARTINS

COSTA DA CAPARICA

DOM | 9H30 | M / G | MP\*

Prova organizada pela Junta de Freguesia da Costa da Caparica com apoio da CMA.

Inscrições: [www.xistarca.pt](http://www.xistarca.pt)

RAQUEL FRANÇA



## ENCONTROS

5, 12, 19 E 26 FEV

## ENCONTROS DE CROCHÉ

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

QUA | 15H-17H | GRATUITO

Venha aprender ou partilhar esta técnica de artesanato tão versátil.

Inscrições: 212 956 407

8 FEV

## ABC DO XADREZ

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

SÂB | 15H30-17H30 | M/10 | GRATUITO | MP\*

Nesta sexta oficina, vamos falar sobre: competição (breve abordagem); o relógio de xadrez; o empareiramento dos jogadores; diversos sistemas de tempo; o sistema ELO; a Internet, os sites e o xadrez; análise de posições e partidas.

Inscrições:

[biblactividades@cm-almada.pt](mailto:biblactividades@cm-almada.pt)

15 FEV

## VIII CIRCUITO DE XADREZ DO CONCELHO DE ALMADA

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

SÂB | 13H- 8H | GERAL | GRATUITO | MP\*

Evento constituído por cinco torneios, a realizar aos sábados, em diversos locais no concelho de Almada. Evento organizado pelo Clube Peões da Caparica, com o apoio da CMA e da União das freguesias de Caparica e Trafaria.

Inscrições: 964 090 428

[peoes.caparica@gmail.com](mailto:peoes.caparica@gmail.com)

15 FEV

### INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E SEGURANÇA

CASA AMARELA, LARANJEIRO

SÁB | 15H | ENTRADA LIVRE

Qual é o impacto da inteligência artificial (IA) na segurança dos indivíduos e da sociedade?

Nesta conversa, vamos explorar como a IA pode tanto fortalecer a proteção contra ataques, como criar novos riscos, exigindo soluções éticas e seguras para a sua implementação.

20 FEV

### LABORATÓRIO DE MEMÓRIAS

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

QUI | 10H30-12H30 | GRATUITO

Recolha de histórias, memórias, objetos, fotografias e saberes para enriquecimento do acervo local do Espaço Cultural.

Inscrições: 212 956 407

20 FEV

À VOLTA DO PENSAMENTO

### INTRODUÇÃO À FILOSOFIA II

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

QUI | 19H | ENTRADA LIVRE | MP\*

Nesta sessão, continuaremos a abordar os seguintes pontos: o que é a Filosofia? - conceitos, disciplinas e questões filosóficas; História da filosofia: períodos, correntes filosóficas e filósofos.

Inscrições:

biblactividades@cm-almada.pt



21 FEV

CICLO DE SESSÕES POÉTICAS

"E SE TUDO, DE REPENTE?"

### O CORAÇÃO LATEJA? – AMORÉS EM TEMPOS DE DESCRENÇA

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SEX | 21H | ENTRADA LIVRE

Rita Tormenta convida Lauren Mendinueta – poeta, tradutora, professora e curadora.

22 FEV

### BEM-ESTAR E GESTÃO EMOCIONAL

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 11H-12H | ADULTOS | GRATUITO | MP\*

Ansiedade, stress, insónias, dores e tensões musculares são problemas comuns que afetam o nosso bem-estar, mas que podemos combater com recurso a técnicas de respiração consciente, meditação, QiKung ou Terapia de Som. Atividade dinamizada por João Miguel Assis.

Inscrições: 212 956 407

## EXPOSIÇÕES

7 FEV

### O JARDIM DAS NOTÍCIAS

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

QUA A SÁB | 15H-18H30 | ENTRADA LIVRE

INAUGURAÇÃO 7 FEV | 18H

ATÉ 19 ABR

Exposição de desenho, pintura e colagem, de Rui Silveiras.

Por Cidadão Exemplar/Teatro Extremo. O Jardim das Notícias é o título de uma das obras que constituem esta exposição.

Todos os trabalhos foram concebidos e executados na cidade de Almada, entre os anos de 2022 e 2024. São trabalhos com temáticas variadas e narrativas mais ou menos complexas, conforme a postura do observador.

## EXPOSIÇÕES

>CONTINUAM

### DELÍRIOS DE ARTISTA

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

QUA A SÁB | 15H-18H30 | ENTRADA LIVRE | ATÉ 1 FEV

Exposição de pintura de Gilberto Gaspar. Por Cidadão Exemplar/ Teatro Extremo.

### O 25 DE ABRIL E O PERÍODO REVOLUCIONÁRIO PELO OLHAR DOS MAIS NOVOS

OFICINA DE CULTURA

TER A SÁB | 11H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE  
ATÉ 8 FEV

Exposição comemorativa dos 30 anos da AACA - Associação dos Amigos da Cidade de Almada. Neste ano em que se continuam a comemorar os 50 anos da Liberdade adquirida com o 25 de Abril, a AACA, assumindo-se como continuadora de um "caldo de Cultura" que o Movimento Associativo possibilitou antes e depois de 1974, pretende valorizar a Memória Identitária das gentes de Almada.

### PÓS-VERDADE

CONVENTO DOS CAPUCHOS

TER A SÁB | 10H-13H E 14H-18H | ENTRADA LIVRE  
ATÉ 18 MAR

A partir da frase de Nietzsche, "Não há factos, apenas interpretações", Patrícia Magalhães reflete sobre o conceito de "Verdade" nos tempos atuais, através da pintura.

ATÉ 23 FEV

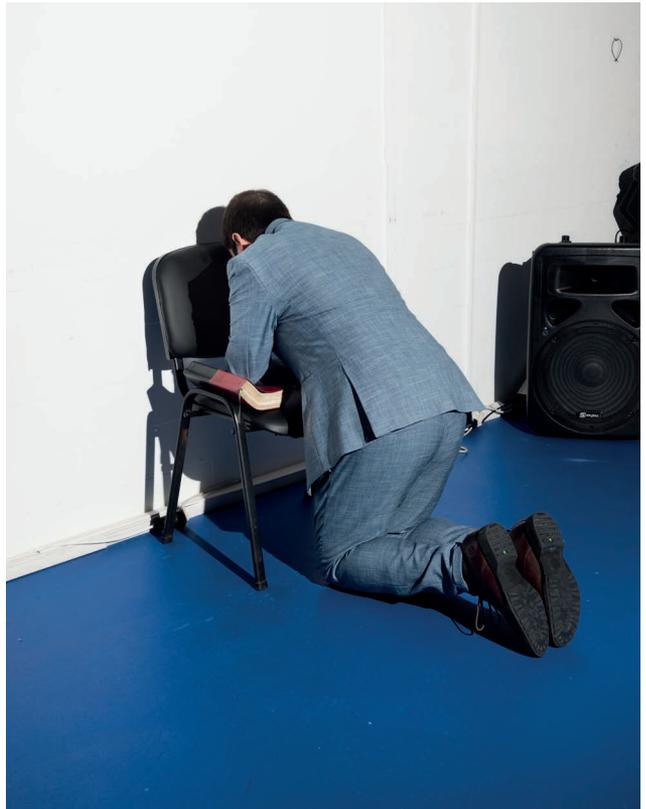
## DIÁRIO DE UMA REPÚBLICA

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

QUI A SÁB | 12H-21H30 | DOM | 12H-19H | ENTRADA LIVRE

A companhia Amarelo Silvestre, sediada em Canas de Senhorim, iniciou em 2020 um projeto, que manterá por dez anos, intitulado intitulado Diário de uma República. O objetivo consiste em estrear, a cada ano ímpar, uma peça de teatro baseada em fotografias de Augusto Brázio e Nelson D'Aires, tomando o pulso ao País. A primeira criação, dedicada à Justiça, estreou em 2021; e a segunda, de 2023, versou sobre o Trabalho. Esta exposição mostra algumas das fotos dessas duas primeiras etapas, e lança o mote para a terceira: no início do ano Augusto Brázio fará uma residência fotográfica em Almada que servirá de base para uma peça dedicada ao tema da Habitação, a apresentar na próxima edição do Festival de Almada.

AUGUSTO BRÁZIO





ATÉ 15 MAR

## MATÉRIA VIBRANTE

GALERIA MUNICIPAL DE ARTE

TER A SÁB | 11H-13H | 14H-19H | ENTRADA LIVRE

Catarina Botelho convida-nos a interrogar a vitalidade da matéria e as memórias ocultas dos espaços. Inspirada pela teoria de “matéria vibrante” de Jane Bennett, a exposição explora a ideia de que os materiais não são meros recipientes passivos de experiências, mas entidades ativas, portadoras de histórias. Curadoria de Maribel Mendes Sobreira.

Visita à exposição com a curadora, no dia 23 de fevereiro (ver pág. 28).

CONTA-ME HISTÓRIAS

## AQUI SE ESCREVE... MEMORIAL DO PODER LOCAL DEMOCRÁTICO

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H

ATÉ 29 MAR

“Conta-me histórias” é um espaço expositivo de temática rotativa, que pretende revelar peças menos conhecidas do acervo dos Museus de Almada. No contexto comemorativo dos 50 anos do 25 de Abril, a exposição Conta-me Histórias elege como tema o Memorial do Poder Local Democrático, da autoria de Rogério Ribeiro, implantado no jardim do Museu de Almada – Casa da Cidade.

## 40 ANOS DA PAISAGEM PROTEGIDA DA ARRIBA FÓSSIL DA COSTA DA CAPARICA

CONVENTO DOS CAPUCHOS

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE

ATÉ 30 MAR

Exposição fotográfica de Luís Quinta e Ricardo Guerreiro, dois fotógrafos almadenses, que celebra o 40.º aniversário da Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa da Caparica. Através de 25 fotografias de grande formato descubra a biodiversidade e geodiversidade desta área protegida, que possui um valioso património natural, botânico e faunístico.

ATÉ 30 DEZ

## PÔR AS IDEIAS NO PAPEL

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE

A arte tipográfica do passado está em destaque no átrio desta biblioteca, através de três objetos que testemunham um tempo em que se punham ideias no papel: uma guilhotina manual, um agrafador e uma impressora plano cilíndrica, provenientes da antiga tipografia Delma e datados entre 1900 e 1950.

RAQUEL FRANÇA



## CASAS, COVAS E RUAS: AS RAÍZES MEDIEVAIS DE ALMADA

MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H

Esta exposição acompanha a história da vila e o quotidiano dos seus habitantes desde a Idade Média, percorrendo a lenta evolução do núcleo urbano, a partir dos artefactos expostos e de diversas aplicações multimédia. As escavações que têm vindo a realizar-se um pouco por todo o centro histórico identificaram um grande número de silos, ou covas de pão, estruturas escavadas na rocha, do interior das quais se recuperaram muitas das peças patentes nesta exposição.

## ENTRE DOIS MARES E UM RIO. ALMADA, 3 MIL ANOS DE HISTÓRIA

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H

A partir de um conjunto de objetos e registos documentais e audiovisuais, a exposição percorre três mil anos de história, marcados por sucessivas culturas e tradições. Conta-se o passado rural, manufatureiro e industrial, desde a fixação das primeiras comunidades até à diversidade que caracterizou o século XX, reafirmando a singularidade do concelho na sua relação com a proximidade de Lisboa e com a área metropolitana.



# FILHOS DO MEIO

## HIP HOP À MARGEM

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE  
 TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ATÉ 29 MAR

A exposição compreende núcleos dedicados à história do hip hop em Portugal e em Almada, com ligação à moda, ao *breakdance* e às rádios piratas; destacando expressões como o *graffiti* e o Rap em português, associando-os à mediatização televisiva. Através da cor, luz e som apresenta-se o hip hop como uma parte integrante de formas de expressão juvenil, enraizadas nas margens da cidade de Lisboa, inserindo-o no panorama musical nacional, mas, sobretudo, destacando a sua singularidade almadense, aquilo que de mais local estes “filhos do meio” oferecem desde então ao panorama musical nacional. Em paralelo, um sábado todos os meses, há um programa complementar com música, demonstrações de dança, *graffiti* e conversas.

## EXPOSIÇÕES

&gt;ATIVIDADES COMPLEMENTARES

8 FEV

FILHOS DO MEIO.  
HIP HOP À MARGEMOFICINA DE ESCRITA  
E MCINGMUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE  
SÁB | 14H30 | M/12 | GRATUITO | MP\*

A exposição temporária “Filhos do Meio. Hip Hop à Margem”, na Casa da Cidade, continua a desvendar o universo do hip hop, desta vez na sua vertente mais lírica. Com o rapper TNT vamos participar numa oficina de escrita e MCing vai pôr-nos todos a rimar. Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

8 FEV

FILHOS DO MEIO.  
HIP HOP À MARGEMLANÇAMENTO DO LIVRO  
“FILHOS DO MEIO”MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE  
SÁB | 16H | GRATUITO | MP\*Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

8 FEV

FILHOS DO MEIO.  
HIP HOP À MARGEM

## CONVERSAS À MARGEM

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE  
SÁB | 16H30 | GRATUITO | MP\*

A exposição temporária na Casa da Cidade abre o apetite para mais conversas “à margem”, agora sobre o tema: “Ética e o

método do hip hop e como é que a mentalidade do *hustle* se aplica no mercado de trabalho, na indústria, no espírito do *it yourself*, na ideia de reciclagem através do *sampling*”. Convidados: Sebastião Santana, Filipa Mendonça Agostinho (Dedicated Lisboa), Romana Mussagy (Royal Skuare). Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

1 A 28 FEV

FILHOS DO MEIO.  
HIP HOP À MARGEM

## TREINOS DE BREAKING

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

SEX (DIAS 7, 14, 21 E 28) E SÁB (DIAS 1, 8 E 22  
15H GRATUITO | MP\*

Até sabe dar uns passos de *breaking*, mas gostava de treinar em grupo? Conheça o calendário dos treinos e junte-se ao BBoy Mucha para um treino coletivo cheio de ritmo, *power moves*, *tricks* e outros movimentos.

Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

LUÍS FILIPE CATARINO



## FAMÍLIAS

1, 8, 15 E 22 FEV

COLECCIONISMO

### ALMADA A TROCAR CROMOS

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SÁB | 16H-17H | ENTRADA LIVRE

Espaço totalmente direcionado para aqueles que fazem do colecionismo um *hobby*, onde todos os participantes podem trocar cadernetas, cromos e figuras colecionáveis, completando assim as suas coleções.

8 FEV

JOGOS DE TABULEIRO

### APRENDER SOBRE HISTÓRIA E PATRIMÔNIO

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 10H30-12H30 | CRIANÇAS | GRATUITO

Sessão de jogos de tabuleiro, sobre história e património, dinamizada por Nicola Schiavottello.

Para todas as idades.

Inscrições: 212 956 407

8 FEV

### HISTÓRIA VERDADEIRA E TRISTE DE SEIS HOMENS QUE PROCURAVAM A PAZ

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SÁB | 16H | M/5 | GRATUITO | MP\*

Sabias que, para viver em sociedade, é necessária uma estrutura organizada? Todos nós temos direitos e deveres, e

a democracia é o modelo que nos permite viver em harmonia, estabelecendo os nossos limites e responsabilidades.

Inscrições:

[biblactividades@cm-almada.pt](mailto:biblactividades@cm-almada.pt)

9 FEV

### A SENHORA DA MALA LILÁS – A CANTADEIRA DE HISTÓRIAS

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

DOM | 11H | M/3 | 7,50€\*\* | MP\*

Prepare-se para embarcar numa viagem mágica com a Senhora da Mala Lilás! Num espetáculo repleto de música e fantasia, esta contadora de histórias transforma palavras em melodias que apelam à imaginação. Um espetáculo para toda a família, cheio de criatividade e diversão. Pela Toca dos Sons.

Reservas:

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

15 FEV

### O MEU BEBÉ E EU COMEMOS A MESMA COMIDA!

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H30 | GESTANTES E FAMÍLIAS COM BEBÉS DOS 0 AOS 24 MESES | 16€ (1 ADULTO) OU 24€ (CASAL COM BEBÉ)

A comida do bebé não tem de ser aborrecida! Neste *showcooking*, iremos aprender a confeccionar receitas saudáveis e nutritivas para toda a família. Haverá uma demonstração de pratos apetitosos, que podem ser oferecidos dos 6 meses aos 100 anos de idade, a partir do

método BLW (*baby-led weaning*) de introdução alimentar. No final, haverá uma degustação para bebés e adultos provarem - e aprovarem! Por Luísa Mafei.

Inscrições:

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

15 FEV

### BEM-ESTAR E GESTÃO EMOCIONAL

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 11H-12H | CRIANÇAS | GRATUITO | MP\*

Ansiedade, stress, insónias, dores e tensões musculares são problemas comuns que afetam o nosso bem-estar, mas que podemos combater com recurso a técnicas de respiração consciente, meditação, QiKung ou Terapia de Som. Atividade dinamizada por João Miguel Assis.

Inscrições: 212 956 407

15 FEV

### VIAGEM PELA DISNEY COM O SAXOFONE

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 16H | CRIANÇAS DOS 3 AOS 10 ANOS | GRATUITO | MP\*

A magia dos filmes da Disney, acompanhada desde sempre por perfeitas melodias, transporta-nos para um mundo encantado, captando a nossa atenção e despertando a imaginação. Com uma apresentação lúdica e projeção de imagem/vídeo, o Saxofone vai levar-nos a viajar por várias bandas sonoras da Disney, inserido num concerto didático. Por Marisa Borralho – Saxofone 4ALL.

Inscrições: [solar@cm-almada.pt](mailto:solar@cm-almada.pt)

SUSANA NEVES



15 E 16 FEV

## BORA LÁ LABORAR!

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 16H | DOM | 11H | M/12 | 10€

“Bora lá laborar!” convoca-nos para uma animada reflexão sobre o lugar do trabalho. Afinal, para que é que trabalhamos? Para que serve o trabalho? Por que é que, para a maioria das pessoas adultas, a vida se organiza à volta do trabalho? Estas interrogações podem interpelar qualquer pessoa, mas desassossegam-nos mais em certas fases da vida. Por isso, o Teatro de Ferro dedica este espetáculo a todos os que poderão estar a viver um desses momentos.

16 FEV

## VIOLETA

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

DOM | 11H | M/3 | 7,50 €\*\* | MP\*

Violeta é uma menina muito tímida. No recreio fica num canto e não consegue ir brincar com ninguém. Violeta tem um avô músico que lhe oferece um acordeão. Será que a Violeta poderá superar os seus medos através da música? Uma interpretação e criação musical de Sara César e Pedro Santos, com texto e encenação de Claudio Hochman.

Reservas:

teareservas@gmail.com

22 FEV

## QUIMERA

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

SÁB | 16H | M/4 | 7€\*\* | MP\*

Na cabeça de Ari, cada preocupação tem forma, peso e volume. Objetos invisíveis para o mundo, mas esmagadores para quem os carrega. “Quimera” é a história de uma luta silenciosa, travada por dentro, onde cada fragmento carrega a memória das perguntas que Ari e tantos outros fazem sobre o futuro, a justiça e o que significa crescer. Criação de Bruno Duarte para a Companhia de Dança de Almada.

## FAMÍLIAS

### >OFICINAS

1 FEV

## UMA FONTE, TANTOS AZUIS

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

SÁB | 15H | M/4 | GRATUITO | MP\*

Nesta oficina de expressão plástica, inspirada na exposição “Conta-me Histórias: Aqui se escreve...Memorial do Poder Local Democrático”, os mais pequenos vão descobrir que na Casa da Cidade há uma fonte com tantos tons de azul e que, se derem asas à imaginação, apenas o céu é o limite! Com mediação de Eurídice Santos.

Inscrições: [museus.comunica@cm-almada.pt](mailto:museus.comunica@cm-almada.pt)

8 FEV

## O QUE SE ESCONDE ATRÁS DO PALCO?

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 15H | CRIANÇAS DOS 6 AOS 12 ANOS | 5€\*\*

Visita-jogo ao Teatro Municipal Joaquim Benite (TMJB) pela jornalista Paula Barroso (movimento Amálgama). Por corredores que parecem não ter fim e escadarias que nos deixam sem fôlego, vamos percorrer e conhecer o TMJB. Que segredos se escondem atrás dos cenários? Onde se guardam os adereços e os figurinos? E o que existe para lá do palco? Pista a pista, iremos descobrir todos os segredos desta casa que é de todos, mas só alguns conhecem.

8 FEV

### OFICINA DE CONTOS E ARTES PLÁSTICAS

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

SÁB | 15H-16H30 | CRIANÇAS 3-10 ANOS  
10€\*\* | MP\*

Através da história "O Cuquedo e Um Amor que Mete Medo", de Clara Cunha, com ilustração de Paulo Galindro, propomos debruçar-nos sobre o artista português Bordalo Pinheiro. Por O Mundo do Espectáculo (ACOME).

Inscrições: mundo.

do.espectaculo@gmail.com

15 FEV

### DAR O ROSTO AO MANIFESTO

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SÁB | 15H-17H | M/6 | GRATUITO | MP\*

O aquecimento global (e a consequente extinção de espécies) é uma evidência preocupante, cuja tomada de consciência marca o nosso tempo e o porvir. Nesta oficina, vamos construir máscaras de animais e plantas que agora estão em vias de extinção em Portugal. Assumindo a personagem, faremos retratos fotográficos tendo como fundo um gráfico criado pelo cientista Ed Hawkins, da Universidade de Reading, que mostra o aquecimento das temperaturas observadas nos últimos 100 anos em Portugal. Com o #ShowYourStripes faremos um desfile global pela Justiça Climática em tempo de Carnaval!

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

15 FEV

### OFICINA DE BRINQUEDOS

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

SÁB | 15H | M/4 | GRATUITO | MP\*

Se a Casa da Cidade pode ser um lugar de imaginação e brincadeira, por que não juntarmos o útil ao agradável e fazemos magia com o papel? É isso mesmo que vamos fazer: brinquedos de papel, mas daqueles que nos fazem lembrar os de antigamente, feitos em lata! Por: O Mundo do Espectáculo (ACOME)

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt



15 FEV

### OFICINA DE CARNAVAL

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

SÁB | 16H | M/4 | GRATUITO | MP\*

Vem festejar o Carnaval de forma sustentável! Vamos usar materiais amigos do ambiente a partir dos quais podes usar a tua imaginação e dar asas à tua criatividade. Nota: tens copos de plástico, caricas, rolhas ou outros materiais para reciclar? Traz!

Inscrições:

biblicatividades@cm-almada.pt

22 FEV

### UMA MÁQUINA DE POESIA NO MUSEU

MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO

SÁB | 15H | M/8 | GRATUITO | MP\*

Todas as palavras são necessárias e algumas até podem fazer poesia, em qualquer lugar. Não acreditam? Então, vamos viajar até ao universo das palavras que podem existir num museu e escolher algumas para colocar num quadro muito especial: um quadro que faz frases poéticas. Por Miguel Horta.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

# LITERATURA

1 FEV

## AS SOMBRAS DO DIA SEGUINTE

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA  
SÁB | 15H | ENTRADA LIVRE

Lançamento do livro de Valter Deusdado, que retrata um país onde um "crash" informático lança o caos nos serviços públicos, de súbito paralisados.

1 FEV

CLUBE DE LEITURA  
– VIAJANDO ENTRE PÁGINAS

## ENTRE O SILÊNCIO DAS PEDRAS

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO  
SÁB | 15H | ENTRADA LIVRE

Nesta 4.<sup>a</sup> e última sessão com o escritor Luís Ferreira, o livro escolhido é "Entre o Silêncio das Pedras", mais uma obra brilhante que nos leva pelos caminhos de Santiago.

6 E 13 FEV

## CLUBE DE LEITURA

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA  
QUI | 11H-12H | SENIORES | GRATUITO

O Clube de Leitura é um espaço de encontros para conversar e trocar impressões sobre livros. A cada ciclo, um livro é escolhido e lido em conjunto, em voz alta. Este mês, a obra escolhida é "Tua para Sempre – As Cartas da Nossa Vida", de Luanne Rice & Joseph Monninger.

7 FEV

APRESENTAÇÃO DO LIVRO

## ALTERMUNDO

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO  
SEX | 18H | ENTRADA LIVRE

De José Xavier Ezequiel.  
Uma aventura *tech noir* ilustrada por Rui Silveiras.

8 FEV

CÍRCULO DE LEITURA

## ENTRE ÁRVORES. CONEXÃO COM A NATUREZA

SOLAR DOS ZAGALLOS  
SÁB | 10H | 10 € | MP\*

Mergulhando em livros, autores e artigos que fundamentam a relação entre a criança e a natureza, estaremos em círculo de leitura, Entre Árvores.

Inscrições: [ola@sernatureza.pt](mailto:ola@sernatureza.pt)

15 FEV

CLUBE DE LEITURA

## LER COM APETITE: A COZINHEIRA DE CASTAMAR

SOLAR DOS ZAGALLOS  
SÁB | 15H | GRATUITO | MP\*

Encontro mensal de incentivo à leitura de romances com referências a comida. No final, haverá uma pequena degustação associada à obra escolhida. Atividade dinamizada por Isabel Zibaia Rafael, na cozinha do Solar, a partir da obra "A cozinheira de Castamar", de Fernando J. Múñez.  
Inscrições: [solar@cm-almada.pt](mailto:solar@cm-almada.pt)

15 FEV

SÁBADOS DE LEITURA

## LITERATURA LUSÓFONA

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO  
E ONLINE

SÁB | 15H | ENTRADA LIVRE

Neste encontro da Comunidade de Leitores vai estar em destaque "Nós matámos o cão tinhoso", de Luís Bernardo Honwana (Moçambique). Um livro composto por sete contos, publicado em 1964, que é considerado uma obra fundacional da literatura moçambicana moderna.

15 FEV

## ANIMAIS OU MENOS

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA  
SÁB | 16H | ENTRADA LIVRE

Apresentação do livro de José Pinheiro, com ilustrações de Artemiy Pinheiro, que conjuga a arte de contar estórias com uma narrativa efusivamente visual, fruto da cumplicidade criativa entre autor e ilustrador.

22 FEV

## CLUBE DO LIVRO

DINAMIZADO POR ÍRIS BICHO  
BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

SÁB | 10H30 | GRATUITO | MP\*

Íris Bicho é uma das mais conhecidas "booktokers" portuguesas e está a dinamizar um clube de leitura em Almada. Nesta sessão, vamos ler o livro "Sinto a tua falta", de Harlan Coben, recentemente adaptado a série pela Netflix.

Inscrições:

[biblactividades@cm-almada.pt](mailto:biblactividades@cm-almada.pt)

AGENDA ALMADA



# RITA VIAN

**“HÁ MUITO PARA DIZER  
NO DISCURSO DIRETO  
DO HIP HOP E HÁ MUITO  
SENTIMENTO NO FADO”**

Rita Vian emergiu como uma das vozes mais singulares e inovadoras da música portuguesa nos últimos anos, fundindo o fado com a música urbana e a eletrónica.

Desde os primeiros temas, “Sereia” e “Purga”, que captaram a atenção do público em 2020, até ao lançamento do seu álbum de estreia, *Sensoreal*, em 2023, Rita tem traçado um percurso ímpar, reconhecido pela crítica e com passagem pelos palcos mais emblemáticos do país.

A artista lisboeta, que faz da música uma viagem entre tradição e modernidade, nomeada para os Prémios Play e distinguida com uma menção honrosa nos Prémios José Afonso, vai estar em concerto no Teatro Municipal Joaquim Benite (TMJB), no dia 8 de fevereiro, para mostrar a força da sua poesia e a intensidade das suas sonoridades eletrónicas.

---

TEXTO Ana Paula Cruz  
FOTOGRAFIA Anabela Luís

## AGENDA ALMADA

**Agenda Almada (AA): O que é que a inspirou a seguir carreira na música? Sempre soube que queria ser cantora?**

**Rita Vian (RV):** Acho que foi uma descoberta, ao longo da vida. Não nascemos “a saber”, mas eu sempre tive um lado meu muito curioso, e acabou por ser um grande traço da minha personalidade, de querer falar sobre o que se passa dentro de nós e querer escrever sobre isso. Também os amigos de que me rodeei foram sempre pessoas com quem eu pudesse falar muito e, paralelamente a isso, sempre a cantar. Então as coisas, naturalmente, ao longo da minha adolescência, foram crescendo sempre relacionadas com música e com escrita e eu acho que no fundo, sempre soube. Houve sempre uma certa certeza, que até me dava uma certa calma, mas pronto, uma calma envolta em toda a incerteza do que é ser artista e da descoberta do artista que somos. E então, diria que sim, para responder à pergunta, mas que é um processo. É um processo para sempre. Vamos estar sempre a descobrir e a evoluir, é sempre assim. O processo é sempre um espelho da vida e daquilo que nos está a acontecer e como é que nós respondemos a esses acontecimentos.

**AA: E em que fase está?**

**RV:** Acho que estou numa fase certa daquilo que quero, e feliz com tudo o que está a acontecer.

**AA: Como define a sua identidade enquanto intérprete e quais as suas influências?**

**RV:** Acho que é uma mistura

**"Espero que a música seja sempre um reflexo da vida das pessoas na sua própria vida"**

de várias coisas que saem naturalmente na minha voz e no meu timbre, mas ao mesmo tempo, são as coisas que me fazem vibrar mais. Entre as palavras e a canção, acho que fica entre o fado e o hip hop. Acho que há muito para dizer no discurso direto do hip hop e há muito sentimento no fado. Sempre ouvi fado e sempre ouvi hip hop e, então, naturalmente, nós vivemos influenciados por tudo aquilo que nos acontece. O que acontece a cada pessoa, mas que o artista deita cá para fora. Nós tiramos a nossa personalidade no meio de todas essas influências e é isso que faz de cada pessoa, um mundo. Não só um artista, mas mesmo cada pessoa. É um treino diário para conseguir trazer toda a minha verdade, naturalmente, sem pensar muito nessa ideia do conceito musical. Todo o processo é natural, mas se eu tivesse que lhes dar um nome, seriam esses dois.

**AA: Como é que nasce uma música da Rita? Qual é o seu processo criativo?**

**RV:** Normalmente, um pequeno pormenor, torna-se uma coisa muito maior. É um pensamento

que vem, que pode ser desta nossa conversa, alguma coisa que nasce, sobre as coisas, para mim, mais rotineiras da vida, que são as mais importantes. É fazer dessas coisas rotineiras da vida, que para nós são coisas automáticas, coisas que têm bastantes mais camadas do que nós pensamos. E então é tentar escamar essas camadas, da hora de almoço, da hora de jantar, da ida para um concerto, ou da ida para um encontro de amigos e tentar descrever um pequeno processo de um dia, em tudo o que nos passa pela cabeça, nesse caminho. Recentemente, acho que o “Podes ficar” é uma música que me traz muito essa sensação rotineira e uma ideia feliz. É um encontro entre duas pessoas e é a descrição de tudo o que podemos pensar nesse encontro entre duas pessoas, todas as possibilidades que podem existir.

**AA: Já colaborou com vários artistas. Como é que essas parcerias influenciam o seu trabalho?**

**RV:** Acho que quando chega uma pessoa ao pé de nós, temos de saber ouvir e ver, acima de tudo, o que é que trazemos um ao outro enquanto pessoas. Acho que todas as parcerias que fiz envolveram sempre, felizmente, uma amizade, e acho que é assim que faz mais sentido e que traz melhores resultados. É quando podemos falar sobre a vida e, conseqüentemente, a música acontece porque existe muito à vontade. Desde os fotógrafos, aos músicos, à equipa com que trabalho da Arruada, todos os encontros que eu tenho tido são especiais, mas se eu tiver de falar sobre músicos, acho que os

encontros com o João Gomes e o Francisco Rebelo foram muito especiais e naturais, o que fez com que a música também fluísse e que houvesse espaço para cada pessoa, para nos conhecermos, no fundo, acho que isso para mim é uma parte importante. Conhecer as pessoas com quem eu estou a trabalhar.

**AA: Em relação ao público, o que é que espera que as pessoas sintam ou reflitam ao ouvir as suas músicas?**

**RV:** O que foi importante para elas. Sempre que eu ouvi música, fiz um quadro de uma parte da minha vida, e que é minha. É uma música de alguém, de outra pessoa, e essa música, sempre que a volto a ouvir, lembro-me de uma fase da minha vida. Então espero que a música seja sempre um reflexo da vida das pessoas na sua própria vida, acho que isso é o mais importante.

**AA: E como é que vê o papel da música no contexto social e cultural de hoje?**

**RV:** Tenho muito boas surpresas em muitos sítios onde vou, em Portugal. Tive uma grande surpresa em Ílhavo, não me esqueço dessa surpresa porque é um polo cultural que tem vindo a ser desenvolvido e as pessoas responsáveis por isso têm feito um trabalho excelente. Fomos ter a Ílhavo e tínhamos uma sala cheia. Acho que é muito importante e tem havido muita força no trabalho cultural de programadores e de curadores de festivais de pequenas zonas do país que têm florescido bastante para essa curiosidade e isso é muito importante.

**AA: O que é que os almadenses podem esperar do concerto no dia 8, no TMJB?**

**RV:** Podem esperar-me a mim, cheia de vontade de partilhar estas canções. É a primeira vez que venho cantar aqui ao TMJB, por isso, é sempre um batismo, entrar num sítio novo e cantar lá pela primeira vez,

porque temos para sempre essa imagem, como o primeiro dia que toquei no teatro.

**AA: O que podemos esperar da Rita Vian no futuro?**

**RV:** Sempre a trabalhar no futuro. E pode-se esperar tudo, porque vai acontecer tudo o que se espera: um novo disco.



## MÚSICA

8 FEV

### RITA VIAN

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 21H | M/6 | 15 €

Nascida entre fados, hip-hop e rap, nasce um cruzamento de "som urbano" moderno, cruzando a poesia com a intensidade das suas sonoridades eletrónicas. Este concerto vai ser a estreia de Rita Vian no Teatro Municipal Joaquim Benite.

22 E 23 FEV

SANTA PACIÊNCIA

### "É PARA JÁ!"

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

SÁB | 21H30 | DOM 16H | M/6 | 7,50 €\*\* | MP\*

"Santa Paciência" dá nome a um projeto que encontra a paciência para lá dos limites do tempo concebível para a compreensão da ação humana consigo própria e com o Mundo. A sonoridade original da natureza oceânica serve de fundo, como um alerta para o processo de transformação industrial, de produção e consumo impressos no planeta. "Santa Paciência" apresenta o espetáculo "É para já!", dia 22 de fevereiro, para o público em geral, e dia 23 de fevereiro, pelas 16h, mais imersivo, vocacionado para crianças (a partir dos 6 anos), no qual o público é convidado a explorar as instalações sonoras.

Reservas:

teareservas@gmail.com

## OFICINAS

15 FEV

WORKSHOPS NOS VIVEIROS MUNICIPAIS

### HORTA DE INVERNO

VIVEIRO MUNICIPAL DO ALTO DO ÍNDIO

SÁB | 9H30-12H30 | ADULTOS E CRIANÇAS ACOMPANHADAS | GRATUITO | MP\*

É tempo de voltar à nossa Horta. Limpar e preparar o terreno e semear e plantar hortícolas de Inverno: nabos, ervilhas, favas e outros trazidos pelos participantes. Para todos os que gostam de comer o que semeiam, com ou sem experiência de cultivo, é um bom dia para começar. Da vossa colaboração depende a futura colheita.

LUÍS FILIPE CATARINO



1 FEV

## DESENHO NO JARDIM

**CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA**

SÁB | 15H | M/10 | GRATUITO | MP\*

Sessões de desenho realizadas n' O Chão das Artes que têm o jardim como inspiração do desenho e são orientadas pela ilustradora Sara Simões.

**Inscrições:**

marcar.cac@cm-almada.pt

1 E 8 FEV

## SEMENTES DE CERÂMICA

**SOLAR DOS ZAGALLOS**

SÁB | 15H | GERAL | GRATUITO | MP\*

Esta oficina, conduzida por Maria Victória Condeço, tem por finalidade despertar o gosto pela cerâmica, dando a conhecer técnicas básicas de cerâmica (lastra e rolo), bem como as pastas comuns e mais usadas. Com essas técnicas os participantes irão moldar livremente uma peça, de acordo com a sua criatividade.

**Inscrições:** solar@cm-almada.pt

8 FEV

## DESENHO NA CASA

**CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA**

SÁB | 15H-17H | M/12 | GRATUITO | MP\*

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! Com Mário Linhares.

**Inscrições:**

marcar.cac@cm-almada.pt



15 FEV

## APRENDE UMA MÚSICA EM 90 MIN – UKULELE

**BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO**

SÁB | 16H30 | MP\*

Quer aprender a tocar uma música no ukelele? Quer tenha ou não experiência, junte-se a nós! Vamos abordar os seguintes pontos: conhecer o instrumento (identificar as partes e aprender a segurar corretamente); afinação (como afinar de forma prática e intuitiva); acordes básicos (aprender alguns acordes universais para iniciantes); ritmo (explorar um ritmo simples para acompanhar a música); tocar em conjunto (praticar a música selecionada com orientação passo a passo, juntamente com os outros participantes). Este projeto é também uma oportunidade para divulgar o serviço de empréstimo de instrumentos musicais da biblioteca, incentivando a prática musical em casa.

**Inscrições:** biblactividades@cm-almada.pt

27 FEV

## CICLOFICINA DE ALMADA

**RUA BERNARDO FRANCISCO DA COSTA, ALMADA OUI | 18H-21H | GRATUITO**

Sempre na última quinta-feira do mês, uma equipa de voluntários ajuda a reparar a sua bicicleta com recurso a peças cedidas ou

trocadas com outros utilizadores ou lojas de bicicleta. Este é um projeto que promove a bicicleta como alternativa de transporte na cidade e reduz o desperdício com a reutilização de materiais, fomentando a circularidade dos recursos. Gratuito e sem fins lucrativos. Não precisa de agendar, basta aparecer!

## TEATRO

1 FEV

### NUM ABRIL E FECHAR DE OLHOS

TEATRO-ESTÚDIO ANTÔNIO ASSUNÇÃO

SEX | 21H30 | M/12 | 7,50 €\*\*\* | MP\*

A história sobre a coragem de três amigos que lutaram por um sonho justo, fosse ele um parque de engenhocas para brincar, ou a própria Liberdade.

Uma criação do Teatro Extremo.

Reservas:

teaareservas@gmail.com

1 E 2 FEV

### A RUA DO INFERNO

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB E DOM 21H | DOM 16H | M/12 | 13 €

Escrita por Antonio Onetti, uma das vozes mais relevantes da dramaturgia espanhola contemporânea, A Rua do Inferno revela a complexidade das relações humanas através das histórias de Juani, Toni e Paqui, três mulheres cujas vidas se entrelaçam no pequeno universo de um supermercado. Esta Rua do Inferno, mais do que um lugar na Feira de Sevilha, é uma metáfora do trajeto emocional caótico que as três raparigas atravessam.

Trabalhando como empregadas nas caixas registradoras, estas jovens enfrentam dilemas pessoais e coletivos, agravados pela revelação de que compartilham, sem o saberem, o mesmo amante. Entre tensões e momentos de hilaridade, esta peça aborda alguns temas universais, como a amizade, a traição e a luta para encontrar uma identidade própria. Pela Comuna – Teatro de Pesquisa.

7 FEV

### AMIGAS E RIVAIS

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

SEX | 21H | M/12 | 15 €\*\*

Esta divertida comédia conta a história de duas conhecidas atrizes que, de forma desprentensiosa, retratam os altos e baixos das suas vidas pessoais e profissionais. Manuela e Dulce, para além da sua história e da sua amizade, têm um aguçado poder crítico que as leva a satirizar, para além das suas vidas, o atual panorama social e político do nosso país. O talento de dois grandes nomes do teatro e da televisão, Noémia Costa e Rosa do Canto, são o garante de hilariantes momentos com muito humor e muita gargalhada.



21, 22 E 23 FEV

## MARIA

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE  
SEX E SÁB 21H | DOM 16H | M/14 | 13 €

A criação de MARIA surge na sequência de um trabalho desenvolvido pelo Teatro do Vão, de adaptação de obras – clássicas, modernas ou contemporâneas –, nas quais o foco incide sobre as mulheres.

Esta adaptação de um texto de Tóibín parte da necessidade de falar sobre o luto e da condição de uma mulher em luto recente.



FLORBELA SALGUEIRO

## VISITAS

9 FEV

### VISITA GUIADA À FLORA E VEGETAÇÃO DA MATA DOS MEDOS

PARQUE DE MERENDAS DO CENTRO DE INTERPRETAÇÃO DA MATA DOS MEDOS, COSTA DA CAPARICA  
DOM | 9H-12H | GRATUITO | MP\*

Venha descobrir a flora e a vegetação da Reserva Botânica da Mata dos Medos, num percurso com duração de aproximadamente 3 horas, e um total de 5km (ida e volta). Dos matos onde prosperam inúmeras plantas aromáticas, aos pinhas e zimbrais litorais, a biodiversidade proporciona aos visitantes uma magnífica paisagem de enorme valor ecológico. Inscrições: [diacs@cm-almada.pt](mailto:diacs@cm-almada.pt)

8 FEV

### VISITA AO JARDIM BOTÂNICO – O CHÃO DAS ARTES

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SÁB | 16H-17H | M/G | GRATUITO | MP\*

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. Com Filipa Albino.

Inscrições: [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

14 FEV

### VISITA AO ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

TRAFARIA

SEX | 10H30-12H | CRIANÇAS | GRATUITO | MP\*

Venha conhecer o Espaço Cultural da Junta, na Trafaria. Muitas histórias estão por detrás de cada mesa, cadeira, livro, cada atividade que, desde o primeiro momento, contou com a participação da comunidade na sua construção. Inscrições: 212 956 407

23 FEV

### O QUE ME INSPIRA? CONVERSAS COM ARTISTAS

GALERIA MUNICIPAL DE ARTE

DOM | 16H-17H | M/G | GRATUITO | MP\*

Visite a exposição “Matéria Vibrante”, de Catarina Botelho, patente até 15 de março, na companhia da curadora Maribel Mendes Sobreira.

Inscrições: [marcar.cac@cm-almada.pt](mailto:marcar.cac@cm-almada.pt)

\* MP - MARCAÇÃO PRÉVIA

# ONDE ESTÁ A AGENDA ALMADA?



CONHEÇA OS LOCAIS ONDE ESTÁ DISPONÍVEL

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

## ALMADA

**BIFANAS DE VENDAS NOVAS**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 64B  
2800-174 ALMADA

**CAFÉ CENTRAL**  
PRAÇA M.F.A, N.º 12C  
2800-174 ALMADA

**CAFÉ 2012**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 64-B  
2800-174 ALMADA

**CASA DA CERCA - CENTRO DE ARTE  
CONTEMPORÂNEA**  
R. DA CERCA  
2800-050 ALMADA

**CENTRO COMERCIAL FARAÓ**  
PRAÇA MFA, N.º 5  
2800-171 ALMADA

**CENTRO FISIOTERAPIA  
CENTRAL ALMADA**  
PRACETA BENTO GONÇALVES, N.º 14-B R/C  
2805-101 ALMADA

**CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE ALMADA**  
R. CÂNDIDO CAPILÉ, N.º 21  
2800-112 ALMADA

**CLÍNICA GASTROENTEROLOGIA**  
R. LIBERDADE, N.º 66, 1E  
2805-355 ALMADA

**CLÍNICA GIROTT**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 25  
2800-169 ALMADA

**CLÍNICA NB FISIO**  
R. NUNO ÁLVARES BOTELHO, N.º 22A,  
2800-172 ALMADA

**CLÍNICA NUNO ÁLVARES  
- CUIDADOS MÉDICOS, LDA.**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA N.º 23A  
2800-179 ALMADA

**CLÍNICA PADRE CRUZ**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 80-D  
2800-682 ALMADA

**CLÍNICA SAMS ALMADA**  
R. BERNARDIM RIBEIRO, N.º 6-B  
2800-027 ALMADA

**ESPAÇO CIDADÃO ALMADA**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 67  
2800-104 ALMADA

**FÓRUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA**  
(Biblioteca Central e  
Auditório Fernando Lopes-Graça)  
PRAÇA DA LIBERDADE  
2800-199 ALMADA

**GALERIA MUNICIPAL DE ARTE**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 74 A  
2800-177 ALMADA

**IEFP - INSTITUTO DO EMPREGO E  
FORMAÇÃO PROFISSIONAL - ALMADA**  
R. D. JOÃO IV, N.º 18 A  
2804-538 ALMADA

**JUNTA DE FREGUESIA DE ALMADA**  
R. D. LEONOR DE MASCARENHAS, N.º 44A  
2804-522 ALMADA

**MADAME CROISSANT**  
R. D. JOÃO DE CASTRO, N.º 8A  
2800-104 ALMADA

**MERCADO MUNICIPAL DE ALMADA**  
PRAÇA DO COMÉRCIO, N.º 5  
2800-051 ALMADA

**MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO**  
R. HENRIQUES NOGUEIRA, N.º 36  
2800-125 ALMADA

**OFICINA DE CULTURA**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 14 M  
2800-177 ALMADA

**PASTELARIA PÁSCOA**  
AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, N.º 28

**QUARTEIRÃO DAS ARTES**  
R. CONDE FERREIRA, N.º 3  
2800-521 ALMADA

**SALÃO DAS CAROCHAS**  
LARGO CONDE FERREIRA, N.º 11A  
2800-133 ALMADA

**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA  
DE ALMADA**  
R. D. JOSÉ DE MASCARENHAS, N.º 42  
2800-535 ALMADA

**SOCIEDADE FILARMÔNICA  
INCRIVEL ALMADENSE**  
R. CAPITÃO LEITÃO N.º 3 - 1.º  
2800 ALMADA

**TEATRO ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO**  
R. CONDE FERREIRA  
2800-016 ALMADA

**TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE**  
AV. PROFESSOR EGAS MONIZ  
2804-503 ALMADA

**TRIBUNAL ADMINISTRATIVO E FISCAL E  
TRIBUNAL DO TRABALHO DE ALMADA**  
LARGO GABRIEL PEDRO  
2800-535 ALMADA

**VIVAGYM ALMADA**  
R. SÉRGIO MALPIQUE, N.º 2  
2810-354 ALMADA

## COVA DA PIEDADE

**CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL  
D. NUNO ÁLVARES PEREIRA - SCMA**  
AV. PROF. EGAS MONIZ, N.º 5  
2800-067 COVA DA PIEDADE

**CRI - ARSLVT CENTRO DE RESPOSTAS  
INTEGRADAS DA PENÍNSULA DE SETÚBAL  
ET - EQUIPA DE TRATAMENTO DE ALMADA**  
R. TERRAS DAS CORTES REAIS, N.º 2,  
2805-021 COVA DA PIEDADE

**CENTRO DE SAÚDE DE ALMADA / CACILHAS  
/ COVA DA PIEDADE**  
AV. RAINHA D. LEONOR, N.º 2A  
2809-010 COVA DA PIEDADE

**CENTRO SOCIAL PAROQUIAL  
PADRE RICARDO GAMEIRO**  
R. RAMIRO FERRÃO N.º 38  
2805-348 COVA DA PIEDADE

**ESCOLA PROFISSIONAL DE ALMADA  
- PROFORAL**

AV. ALIANÇA POVO M.FA  
2800-253 COVA DA PIEDADE

**HORTO POMBAL**

R. EDUARDO TAVARES, N.º 2B,  
2805-134 COVA DA PIEDADE

**HOSPITAL PARTICULAR DE ALMADA**

R. MANUEL FEBRERO, N.º 85  
2805-192 COVA DA PIEDADE

**JUNTA DE FREGUESIA  
DA COVA DA PIEDADE**

R. JOSÉ FERREIRA JORGE, 16A  
2809-004 COVA DA PIEDADE

**MUSEU DE ALMADA - CASA DA CIDADE**

PRAÇA JOÃO RAIMUNDO  
2805-104 COVA DA PIEDADE

**RESIDÊNCIA N.º SRA. DA PIEDADE  
- CENTRO SOCIAL PAROQUIAL  
RICARDO GAMEIRO**

R. FRANCISCO FERRER, N.º 22  
2805-142 COVA DA PIEDADE

**SFUAP - SOCIEDADE FILARMONICA  
UNIÃO ARTISTICA PIEDENSE**

LARGO 5 DE OUTUBRO N.º 37  
2805-119 COVA DA PIEDADE

**URPICA - CENTRO DE DIA DO POMBAL**

R. RAMIRO FERRÃO, N.º 2  
2805-346 COVA DA PIEDADE

## PRAGAL

**CENTRO DE SAÚDE DO PRAGAL**

R. ABEL SALAZAR  
2805-313 PRAGAL

**CLÍNICA JUVENAL SOBRAL**

R. DIREITA, N.º 10  
2800-682 PRAGAL

**CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA  
DA RAMALHA**

R. JOSÉ JUSTINO LOPES, N.º 1 E 3  
2805-320 PRAGAL

**DGRSP - DIREÇÃO GERAL DE REINserÇÃO E  
SERVIÇOS PRISIONAIS - EQUIPA SETÚBAL 3**

R. DE GALILEU SAÚDE CORREIA, N.º 1A  
2800-691 PRAGAL

**FERTAGUS**

ESTAÇÃO DO PRAGAL, PORTA 23  
2805-333 PRAGAL

**HOSPITAL GARCIA DE ORTA**

AV. TORRADO DA SILVA  
2805-267 PRAGAL

**INSTITUTO PIAGET DE ALMADA**

QUINTA DA ARREINELA,  
AV. JORGE PEIXINHO, N.º 30  
2805-059 PRAGAL

**JUNTA DE FREGUESIA DO PRAGAL**

R. CIDADE DE OSTRAVA, N.º 8  
2800-681 PRAGAL

**MERCADO ABASTECEDOR**

R. DOS LUSIADAS, BAIRRO DO MATADOURO  
2805-027 PRAGAL

**MUSEU DA ÁGUA**

AV. DO CRISTO REI, N.º 58  
2800-054 PRAGAL

**SMAS - SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS  
DE ÁGUA E SANEAMENTO**

PRACETA DE RICARDO JORGE N.º 2  
2804-543 PRAGAL

**SOLINCA ALMADA**

R. MARCOS ASSUNÇÃO, N.º 8  
2805-290 PRAGAL

**TRIBUNAL DE ALMADA**

R. MARCOS ASSUNÇÃO, N.º 15 C  
2805-290 PRAGAL

## CACILHAS

**CAFÉ ALECRIM**

PRAÇA GIL VICENTE, N.º 4C  
2800-098 CACILHAS

**CAFÉ DANÚBIO**

PRAÇA GIL VICENTE, N.º 12B  
2800-299 CACILHAS

**CAFÉ REPUXO**

PRAÇA GIL VICENTE, N.º 3  
2800-098 CACILHAS

**CENTRO REGIONAL DE SEGURANÇA SOCIAL  
- DELEGAÇÃO DE ALMADA**

AV. 25 DE ABRIL DE 1974, N.º 34 A  
2804-516 CACILHAS

**JUNTA DE FREGUESIA DE CACILHAS**

R. LIBERATO TELES, N.º 6 A  
2800-291 CACILHAS

**PONTO DE ENCONTRO**

R. TRINDADE COELHO, N.º 3  
2800-677 CACILHAS

**POSTO DE TURISMO DE CACILHAS**

LARGO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS  
2800-268 CACILHAS

**TERMINAL FLUVIAL DE CACILHAS**

LARGO ALFREDO DINIS  
2800-252 CACILHAS

**WEMOB**

AV. 25 DE ABRIL DE 1974, 8B  
2800-300 CACILHAS

## CAPARICA

**APPACDM - ASSOC. PORT. DE PAIS E  
AMIGOS DO CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL**  
QUINTA DOS INGLESIINHOS - PERA DE BAIXO  
2825-108 CAPARICA

**CENTRO DE SAÚDE DO MONTE DE CAPARICA**

R. DE SÃO LOURENÇO POENTE N.º 16  
2825-023 CAPARICA

**CENTRO SOCIAL PAROQUIAL  
DE VILA NOVA DE CAPARICA**

R. JOÃO DA SILVA MARQUES, N.º 7  
2825-049 CAPARICA

**CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DO CRISTO REI**

R. DA BELA VISTA, N.º 22  
2825-072 CAPARICA

**CLÍNICA CUF ALMADA**

R. MANUEL TITO DE MORAIS, N.º 2  
2825-146 CAPARICA

## CONVENTO DOS CAPUCHOS

R. LOURENÇO PIRES TÁVORA,  
2825-041 CAPARICA

## COPEFAP - COOPERATIVA DE ENSINO, LDA.

LARGO BULHÃO PATO N.º 56  
2825-114 CAPARICA

## ESPAÇO CIDADÃO DA CAPARICA - BIBLIOTECA MARIA LAMAS

R. MOINHO AO RAPOSO  
2825-099 CAPARICA

## FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA - BIBLIOTECA

CAMPUS DE CAPARICA  
2829-516 CAPARICA

## FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA - MADAN PARK

R. DOS INVENTORES  
2825-182 CAPARICA

## HORTO DOS CAPUCHOS

R. LOURENÇO PIRES DE TÁVORA,  
2825-041 CAPARICA

## INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE EGAS MONIZ

OTA. DA GRANJA, CAMPUS UNIVERSITÁRIO  
2829-511 CAPARICA

## JUNTA DE FREGUESIA DA CAPARICA

LARGO DA TORRE  
2829-503 CAPARICA

## LAR GRANJA LUIS RODRIGUES - SCMA

COSTAS DO CÃO  
2825-045 CAPARICA

## MERCADO MUNICIPAL DO MONTE DA CAPARICA

R. ALFREDO CUNHA  
2825-355 CAPARICA

## PISCINA MUNICIPAL DA CAPARICA

R. DO MOINHO AO RAPOSO  
2825-099 CAPARICA

## TERMINAL FLUVIAL PORTO BRANDÃO

R. BENTO DE JESUS CARAÇA N.º 15  
2825-109 CAPARICA

## UMAR - UNIÃO DE MULHERES ALTERNATIVA E RESPOSTA

R. DAS QUINTAS, QUINTA DA BOA ESPERANÇA  
2825-021 CAPARICA

## TRAFARIA

### CENTRO SOCIAL DA TRAFARIA - SCMA

AV. 25 DE ABRIL, N.º 78  
2825-893 TRAFARIA

### JUNTA DE FREGUESIA DA TRAFARIA

R. SACADURA CABRAL, N.º 14  
2825-887 TRAFARIA

### MERCADO MUNICIPAL DA TRAFARIA

LARGO DA REPÚBLICA, N.º 24  
2825-415 TRAFARIA

### TERMINAL FLUVIAL DA TRAFARIA

PRACETA PORTO DE LISBOA  
2825-879 TRAFARIA

## CHARNECA DE CAPARICA

### AQUAFITNESS MARISOL HEALTH CLUB

R. DAS QUINTINHAS, N.º 15,  
2820-352 CHARNECA DE CAPARICA

### AQUAFITNESS QUINTA DO TEXUGO HEALTH CLUB

R. HELENA FÉLIX  
2820-266 CHARNECA DE CAPARICA

### CENTRO DE SAÚDE DA CHARNECA DE CAPARICA

R. HENRIQUE SANTANA, N.º 20  
2820-225 CHARNECA DE CAPARICA

### CLUBE RECREATIVO CHARNEQUENSE

AV. ELIAS GARCIA, PALHAIS  
2820-222 CHARNECA DE CAPARICA

### CURPIC - COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DA CHARNECA

R. 25 DE ABRIL, N.º 5 - MARCO CABAÇO  
2820-492 CHARNECA DE CAPARICA

### JUNTA FREGUESIA DA CHARNECA DE CAPARICA

R. MARCO CABAÇO, N.º 17  
2820-001 CHARNECA DE CAPARICA

## MERCADO MUNICIPAL DA CHARNECA DE CAPARICA

R. MARCO CABAÇO  
2821-001 CHARNECA DE CAPARICA

## PAVILHÃO MUNICIPAL DA CHARNECA DA CAPARICA

PRACETA FREDERICO DE FREITAS  
2819-404 CHARNECA DE CAPARICA

## PISCINA MUNICIPAL DA CHARNECA DE CAPARICA

R. EUGÉNIO SALVADOR, QUINTINHAS  
2825-185 CHARNECA DE CAPARICA

## POLICLÍNICA MONSERRATE

AV. ELIAS GARCIA, N.º 977  
2820-222 CHARNECA DE CAPARICA

## UCCI - ALMADA SAÚDE

EST. DA BELA VISTA, N.º 52 E 52A  
2820-163 CHARNECA DE CAPARICA

## VITÓRIA CLUBE DAS QUINTINHAS

R. EUGÉNIO SALVADOR Nº 46 - QUINTINHAS  
2820-307 CHARNECA DE CAPARICA

## SOBREDA

### CENTRO DE SAÚDE DA SOBREDA

R. MOV. DAS FORÇAS ARMADAS N.º 44  
2815-810 SOBREDA

### CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DA SOBREDA

R. JAIME FERREIRA DIAS  
2815-776 SOBREDA

### CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE VALE FIGUEIRA

R. HERMÍNIA SILVA - VALE FIGUEIRA  
2815-734 SOBREDA

### CLUBE RECREATIVO SOBREDENSE

R. DA LIBERDADE, Nº 29  
2815-781 SOBREDA

### EMÍLIO PRETO REGO

R. 25 DE ABRIL DE 1974, N.º 26  
2815-862 SOBREDA

**ESPAÇO CIDADÃO SOBREDA**  
SOLAR DOS ZAGALLOS  
LG. ANTÓNIO JOSÉ PIANO JÚNIOR  
2815-761 SOBREDA

**JUNTA DE FREGUESIA DA SOBREDA**  
R. DO VALE LINHOSO, N.º 6A  
2815-807 SOBREDA

**MERCADO MUNICIPAL DA SOBREDA**  
R. VARELA SILVA  
2815-786 SOBREDA

**PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO**  
**ALBERTO CHÁÇA**  
QUINTA DA VÁRZEA - ENIO  
2815-749 SOBREDA

**PISCINA MUNICIPAL DA SOBREDA**  
R. ANTÓNIO LISBOA  
2815-733 SOBREDA

## **COSTA DA CAPARICA**

**CENTRO DE SAÚDE COSTA DE CAPARICA**  
AV. 1.º DE MAIO 21 (2.º E 3.º ANDAR)  
2825-501 COSTA DA CAPARICA

**CENTRO SOCIAL PAROQUIAL**  
**N.º SRA. DA CONCEIÇÃO /**  
**CENTRO INFANTIL PADRE BALTAZAR**  
AV. 1.º DE MAIO, N.º 21  
2825-396 COSTA DA CAPARICA

**ESPAÇO CIDADÃO COSTA DE CAPARICA**  
AV. DA REPÚBLICA, N.º 18  
2825-386 COSTA DA CAPARICA

**FUNDAÇÃO ARCELINA**  
**VICTOR DOS SANTOS**  
R. JOÃO AZEVEDO, N.º 31A  
2825-433 COSTA DA CAPARICA

**HOTEL TRYP LISBOA CAPARICA HOTEL**  
AV. GEN. HUMBERTO DELGADO N.º 47  
2829-506 COSTA DA CAPARICA

**HOTEL WOT COSTA**  
AV. DR. ARESTA BRANCO N.º 2  
22825-295 COSTA DA CAPARICA

**INATEL COSTA DA CAPARICA**  
AV. AFONSO DE ALBUQUERQUE,  
S. JOÃO DE CAPARICA  
2825-450 COSTA DA CAPARICA

**JUNTA DE FREGUESIA DA**  
**COSTA DA CAPARICA**  
AV. 1.º DE MAIO, N.º 9B  
2825-353 COSTA DA CAPARICA

**LOJA DA JUNTA DE FREGUESIA**  
LARGO 5 DE OUTUBRO  
2825-355 COSTA DA CAPARICA

**MERCADO MUNICIPAL**  
**DA COSTA DA CAPARICA**  
LARGO 5 DE OUTUBRO  
2825-355 COSTA DA CAPARICA

**PASTELARIA DE SANTO ANTÓNIO**  
AV. AFONSO DE ALBUQUERQUE, N.º 227  
2825-458 COSTA DA CAPARICA

**PAVILHÃO MUNICIPAL DA COSTA DA CAPARICA**  
R. DE JOÃO LOPES, N.º 14,  
2825-460 COSTA DA CAPARICA

**POSTO DE TURISMO DA COSTA DA CAPARICA**  
AV. GENERAL HUMBERTO DELGADO  
2825-339 COSTA DA CAPARICA

**RESIDENCIAL COLIBRI**  
R. DOS PESCADORES N.º 42  
2825-386 COSTA DA CAPARICA

**RESIDENCIAL REAL**  
R. MESTRE MANUEL, N.º 18  
2825-358 COSTA DA CAPARICA

## **FEIJÓ**

**BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO**  
R. DA ALEMBRANÇA,  
2800-648 FEIJÓ

**CLÍNICA LUSÍADAS (ALMADA FORUM)**  
R. SÉRGIO MALPIQUE, N.º 2  
2810-500 FEIJÓ

**CLUBE RECREATIVO DO FEIJÓ**  
R. CLUBE RECREATIVO DO FEIJÓ N.º 9  
2810-042 FEIJÓ

**ESPAÇO CIDADÃO FEIJÓ**  
MERCADO MUNICIPAL DO FEIJÓ,  
R. DR. ANTÓNIO ELVAS N.º4, LOJA 8  
2810-165 FEIJÓ

**FNAC (ALMADA FORUM)**  
R. SÉRGIO MALPIQUE, N.º 2  
2810-354 FEIJÓ

**JUNTA DE FREGUESIA DO FEIJÓ**  
R. DA ALEMBRANÇA,  
2810-005 FEIJÓ

**MERCADO MUNICIPAL DO FEIJÓ**  
R. DR. ANTÓNIO ELVAS, LOJA 8  
2810-164 FEIJÓ

**SOLINCA FEIJÓ**  
R. JOAQUIM PIRES JORGE, N.º 18  
2810-083 FEIJÓ

**UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR**  
**DO LARANJEIRO/FEIJÓ**  
R. ANTÓNIO GONÇALVES N.º 1  
2810-170 FEIJÓ

## **LARANJEIRO**

**CAFÉ OÁSIS**  
AV. 23 DE JULHO, N.º 397,  
2810-291 LARANJEIRO

**CASA AMARELA - CENTRO CULTURAL**  
**E JUVENIL DE STO. AMARO**  
ESTRADA DOS ÁLAMOS, N.º 40  
22810-260 LARANJEIRO

**JUNTA DE FREGUESIA DO LARANJEIRO**  
TERREIRO JOÃO DE BARROS, N.º 22C  
2810-232 LARANJEIRO

**LAHGO - LIGA DOS AMIGOS**  
**DO HOSPITAL GARCIA DE ORTA**  
**- CUIDADOS CONTINUADOS**  
R. LUÍS VILAS BOAS, N.º 20/22  
2810-427 LARANJEIRO

**PAVILHÃO MUNICIPAL DO LARANJEIRO**  
R. RAÚL PROENÇA  
2810-271 LARANJEIRO

## CONTACTOS

### AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA

PRAÇA DA LIBERDADE, 17A – COSTA DA CAPARICA

Tel.: 212 454 407 | 914 416 875

### AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

PRAÇA DA LIBERDADE – ALMADA

Tel.: 212 724 927 |

Bilheteira: 212 724 922

### BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

PRAÇA DA LIBERDADE – ALMADA

Tel.: 212 724 922

### BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

RUA DA ALEMBRAÇA – FEIJÓ

Tel.: 212 508 210

### BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

RUA DO MOINHO – CAPARICA

Tel.: 211 934 020

### CASA AMARELA - CENTRO CULTURAL JUVENIL DE SANTO AMARO

ESTRADA DOS ÁLAMOS 402 – LARANJEIRO

Tel.: 212 548 220

### CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

RUA DA CERCA – ALMADA

Tel.: 212 724 950

### CASA DA DANÇA DE ALMADA

RUA TRINDADE COELHO, N.º3 – CACILHAS

TEL.: 212 724 298

### CICLOFICINA DE ALMADA

RUA BERNARDO FRANCISCO DA COSTA, 40

– ALMADA

### COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS “CIDADE DE ALMADA”

ALAMEDA GUERRA JUNQUEIRO 35 – FEIJÓ

Tel.: 212 587 100/04

### CONVENTO DOS CAPUCHOS

RUA LOURENÇO PIRES DE TÁVORA – CAPARICA

Tel.: 212 919 342

### ELEVADOR PANORÂMICO DA BOCA DO VENTO LARGO DA BOCA DO VENTO – ALMADA

### ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

LARGO DA REPÚBLICA – TRAFARIA

Tel.: 212 956 407

### FÓRUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA

PRAÇA DA LIBERDADE – ALMADA

Tel.: 212 724 920

### GALERIA MUNICIPAL DE ARTE

AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, 74A – ALMADA

Tel.: 212 274 724

### MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

PRAÇA JOÃO RAIMUNDO – COVA DA PIEDADE

Tel.: 212 734 030

### MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO

RUA HENRIQUES NOGUEIRA, 36 – ALMADA

Tel.: 212 724 270

### OFICINA DE CULTURA

AV. D. NUNO ÁLVARES PEREIRA, 14 M – ALMADA

Tel.: 212 724 050

### PARQUE DA PAZ

AV. ARSENAL DO ALFEITE – FEIJÓ

### PARQUE URBANO COMANDANTE

JÚLIO FERRAZ

AVENIDA RAINHA D. LEONOR – ALMADA

### PARQUE URBANO DAS QUINTINHAS

RUA DAS QUINTINHAS – CHARNEGA DA CAPARICA

### PAVILHÃO DA ESCOLA SECUNDÁRIA

DANIEL SAMPAIO

RUA ANTÓNIO LISBOA – SOBREDA

### PAVILHÃO DA ESCOLA SECUNDÁRIA

ROMEU CORREIA

RUA VIRGÍNIA MOURA – FEIJÓ

### PAVILHÃO MUNICIPAL DA COSTA DA CAPARICA

RUA JOÃO LOPES – COSTA DA CAPARICA

### PAVILHÃO MUNICIPAL DO LARANJEIRO

RUA RAÚL PROENÇA – LARANJEIRO

### SOLAR DOS ZAGALLOS

LARGO ANTÓNIO JOSÉ PIANO JÚNIOR – SOBREDA

Tel.: 212 947 000

### TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

RUA CONDE FERREIRA – ALMADA

Tel.: 212 723 660 | 962 215 929

### TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

AV. PROF. EGAS MONIZ – ALMADA

Tel.: 212 739 360

### VIVEIRO MUNICIPAL DO ALTO DO ÍNDIO

RUA BERNARDINO MACHADO – SOBREDA

TEL.: 212 549 700

#### FICHA TÉCNICA

**Capa:** Rita Vian

@AnabelaLuís

**Edição, redação, fotografia:**

Departamento de Comunicação | CMA

**Design:** Pedro Fernandes

**Paginação:** Elisabete Correia

**Periodicidade:** Mensal

**Distribuição:** Premium Green Mail

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 1 b)

Textos escritos ao abrigo do novo Acordo Ortográfico

N. DL: 520411/23

**CONTACTOS ÚTEIS:**

**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)

f @ ▶ ▶ ▶ ▶ /cmalmada

Recolha e recicle o papel usado

Ecolabel

9 março 2025

**ESGOTADO**

**OBRIGADO  
POR CONTRIBUIR  
PARA ESTE  
SUCESSO!**



# Meia Maratona de Lisboa

 **vodafone 10k**

**CMA** —  
CÂMARA  
MUNICIPAL  
DE ALMADA



14.15.16.17  
AGOSTO



COSTA DA  
CAPARICA

14 AGOSTO

PLUTONIO

Preço especial de lançamento  
1ºs lotes à venda em Meoblueticket  
Limitado ao stock existente

CO-ORGANIZAÇÃO

ALMADA

DOMINGO

MUSIC  
MCV

PARCEIRO MEDIA

RFM

RTP

AFIOS

carris  
metropolitano

PARCEIRO

ALMADA  
FORUM

fnac

Amarsul

EDICIONAL ESPECIAL

SAGRES