

DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES

PROGRAMA

março 2025



COMEMORAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES 2025

A Câmara Municipal de Almada vem, desde há longa data, a assinalar o Dia Internacional das Mulheres. Faz parte do compromisso do município contribuir para que os direitos das mulheres sejam assegurados, nos vários domínios da vida: na educação, na cultura, no trabalho ou na família. Por esta razão, temos celebrado o significado e o reconhecimento da luta das mulheres, por direitos iguais, não deixando de revelar as desigualdades e desproteção que, ainda hoje, marcam a vida de muitas mulheres no mundo inteiro.

Este é um programa conjunto, pensado e criado com a Equipa para a Igualdade da Vida Local – EIVL. Das reflexões conjuntas, nasceu um tema transversal anual designado “Género, Trabalho e Poder” que abrange todas as atividades municipais, integradas no Plano Estratégico Local da Igualdade e Não Discriminação de Almada – INDA, bem como das Uniões de Freguesias e outros parceiros locais. O Dia Internacional das Mulheres, primeira iniciativa municipal no âmbito do INDA, inicia-se com a realização de um Encontro Nacional, designado “Tabuleiros de Poder. As Mulheres e o Emprego”, no Fórum Municipal Romeu Correia - Auditório Fernando Lopes-Graça, seguido de outras iniciativas que decorrerão durante todo o mês de março.

Maria Teodolinda Silveira

Vereadora dos Recursos Humanos, Higiene Urbana,
Ação e Intervenção Social e Educação

1 DE MARÇO

21H

SESSÃO DE CINEMA: A RAPARIGA DA AGULHA, DE MAGNUS VON HORN

Auditório Fernando Lopes-Graça
Fórum Municipal Romeu Correia

Consultar resumo:

[link da agenda municipal](#)

Preço: Entrada livre, mediante
levantamento de bilhete

(max. 2 bilhetes por pessoa)

Lotação: limitada à capacidade da sala

Idade: M/12 anos

Organização: CMA

6 DE MARÇO

10H-17H

ENCONTRO NACIONAL “TABULEIROS DE PODER. AS MULHERES E O EMPREGO”

Auditório Fernando Lopes-Graça
Fórum Municipal Romeu Correia

Existem barreiras ao acesso ao
emprego? Será um emprego um jogo
viciado? Reflexão conjunta com várias
pessoas, várias intervenções
e vários pontos de vista.

Público-alvo: População em geral

Inscrições: inda@cm-almada.pt

Organização: EIVL (CMA, UMAR, MDM,
AMPLOS)

17H-18H

VAMOS CONVERSAR SOBRE MENOPAUSA?!

Átrio do Fórum Municipal
Romeu Correia

Com o apoio de um médico
endocrinologista da Unidade Local
de Saúde Almada Seixal, propõe-se

uma conversa informal sobre a forma
como a menopausa pode afetar a vida
das mulheres e que estratégias podem
ser implementadas para melhorar a sua
qualidade de vida.

Público-alvo: População em geral

Inscrições: Entrada livre

Organização: CMA e ULSAS (Unidade
Local de Saúde Almada Seixal)

7 DE MARÇO

9H-12H15 E 13H30-16H45

DISTRIBUIÇÃO DE FLORES

Postos de Atendimento

Almada (Sede): Rua Dona Leonor de
Mascarenhas, nº 44 A, 2804-522 Almada

Cova da Piedade: Rua José Ferreira
Jorge, nº 12 B, 2805-181 Almada

Pragal: Rua Cidade de Ostrava, nº 8,
2800-681 Almada

Cacilhas: Rua Liberato Teles, nº 6 A,
2800-291 Almada

Público-alvo: Todas as Cidades

Organização: União de Freguesias de
Almada, Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas

8 DE MARÇO

DISTRIBUIÇÃO DE FLORES

MANHÃ

Pelas ruas de Almada, Cova
da Piedade, Pragal e Cacilhas

Público-alvo: Todas as Cidades

Organização: União de Freguesias de
Almada, Cova da Piedade, Pragal e
Cacilhas

09H-13H

Pelas lojistas do Feijó e Laranjeiro

Rua Dr António Elvas, Mercado do Feijó,
Praça Lopes Graça, Av. 23 de julho

Público-alvo: Todas as Cidades

Organização: União de Freguesias
de Almada, Cova da Piedade, Pragal
e Cacilhas

A PARTIR DAS 10H

**Mercados Municipais do Monte
de Caparica e da Trafaria**

Público-alvo: Todas as Cidades

Organização: Junta das Freguesias
de Caparica e da Trafaria

A PARTIR DAS 10H30

**Mercados Municipais da Sobreda
e Charneca de Caparica
e Comércio Local**

Público-alvo: Todas as Cidades

Organização: Junta das Freguesias
Charneca de Caparica e Sobreda - Cultura

10H-14H

**CELEBRAR A MULHER
EM ALMADA**

Museu de Almada - Casa da Cidade

Consultar: [Facebook](#) ou [Instagram](#)

Público-alvo: população em geral

Inscrições: Entrada livre

(As atividades de Reiki, Maha Lilah
e Arteterapia requerem inscrição prévia
no local, máx. 15 participantes em cada
atividade)

Organização: Projeto Shanti Yoga for All
com o apoio da CMA e União de Freguesias
de Almada, Cova da Piedade, Pragal
e Cacilhas.

10H30

**“AS MULHERES DO MEU PAÍS”
EM BANDA DESENHADA COM
DANIELA VIÇOSO**

Biblioteca Maria Lamas

Público-alvo: maiores de 12 anos

Marcação prévia: 212 724 920

biblactividades@cm-almada.pt

Organização: CMA

11H

**2ª REGATA DO DIA
INTERNACIONAL DAS MULHERES**

No Rio Tejo Frente Cacilhas

Público-alvo: Barcos de Cruzeiro da classe ANC.

Inscrições: www.cnalmada.com

Condições de participação: Embarcação
com Certificado ANC e Timoneira(o) com
Licença Desportiva da Federação
Portuguesa de Vela.

Organização: Clube Náutico de Almada

A PARTIR DAS 12H30

**CONVÍVIO COMEMORATIVO DO
DIA INTERNACIONAL DA MULHER**

**Pavilhão da Associação Grupo de
Concertinas Águias Vermelhas**

Rua João de Deus 14,

2820-177 Charneca de Caparica

Público-alvo: Freguesas no geral
e dirigentes associativas

Inscrições: Nas secretarias da junta
de freguesia no dia 25 de fevereiro
limitadas à capacidade do recinto.

Contactos: 212 972 827

Organização: Associação Grupo
de Concertinas Águias Vermelhas
com a parceria da Junta de Freguesia
de Charneca de Caparica e Sobreda

Trabalhamos

15H-18H

TORNEIO DE FUTSAL FEMININO

Polidesportivo da Casa Amarela – Laranjeiro

Público-alvo: dos 14 anos aos 35 anos

Inscrições: Inscrição prévia através do email acaam15@gmail.com

Organização: Associação da Comunidade Angolana de Almada com apoio da CMA

15H-18H

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO DE XADREZ

Polidesportivo da Casa Amarela – Laranjeiro

Público-alvo: dos 4 aos 100 anos

Sem necessidade de inscrição prévia

Organização: Associação da Comunidade Angolana de Almada com apoio da CMA

21H30

SHOUT! ALMADA VOZES QUE INSPIRAM

Grande Auditório FCT – Faculdade de Ciências e Tecnologias da Universidade Nova de Lisboa

Em palco, o grupo “SHOUT!” junta-se às vozes poderosas de Anabela e Mimicat.

Público-alvo: População em geral

Inscrições: Carece de Levantamento de bilhete gratuito (Máx. 2 por pessoa) na bilheteira do Fórum Municipal Romeu Correia: dia 7 de março da 10h00 às 13h00 e das 14h30 às 18h00

Contactos: 212 734 030 – Divisão de Programação e Atividade Cultural

Email: dpac@cm-almada.pt

Organização: CMA e Juntas de Freguesia

15H-17H

ESPETÁCULO CULTURAL

Pavilhão do CIRL – Clube Instrução e Recreio do Laranjeiro

Público-alvo: População em geral

Inscrições: Entrada Livre

Contatos: geral@jflaranjeirofeito.pt

Organização: CIRL – Clube Instrução e Recreio do Laranjeiro Apoio JF Laranjeiro Feijó

10 DE MARÇO

“MULHERES NA MOBILIDADE”

Público-alvo: Mediante convite de participação às Escolas do Concelho de Almada.

Dinamização: Business as Nature - Associação para a Produção e Consumo Sustentável e a Economia Circular (BasN).

Organização: Business as Nature com o apoio da CMA

ENTRE 10 E 14 DE MARÇO

EDUCAÇÃO PARA A IGUALDADE: ESCOLHAS LIVRES DE PRECONCEITOS

Público-alvo: Mediante Convite de participação aos Agrupamentos de Escolas e Escolas Não Agrupadas do Concelho de Almada.

Organização: UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta com o apoio da CMA

resistimos



13 DE MARÇO

14H30

TALK SOBRE EMPREENDEDORISMO FEMININO E PARTICIPAÇÃO CÍVICA

Quarteirão das Artes

Público-alvo: População em geral

Dinamização: Mentora Florbela Barão

Organização: Núcleo Empresarial
de Almada Velha

14H30

MOSTRA FOTOGRÁFICA DE EMPREENDEDORAS E SUAS EMPRESAS RESIDENTES NAS INCUBADORAS

Quarteirão das Artes

Público-alvo: População em geral

Organização: Núcleo Empresarial
de Almada Velha

25 DE MARÇO

10H30

TERTÚLIA ROSA

Auditório Fernando Lopes-Graça –
Fórum Municipal Romeu Correia

Consultar Programa Março à Solta

Público-alvo: Mediante convite
de participação às Escolas do Concelho
de Almada.

Organização: CMA

29 DE MARÇO

16H-17H30

PROJETO CEM DIAS DE BEM-ESTAR CLUBE DE LEITURA - VIAJANDO ENTRE PÁGINAS “A AMIGA SAUDITA”, COM CATARINA LEONARDO

Biblioteca José Saramago

Público-alvo: Famílias e Público adulto
em geral

Entrada livre sujeita à lotação da sala.

Organização: CMA

6 DE ABRIL

9H

PLANTAÇÃO DE MICROFLORESTAS - HOMENAGEM DA APAV AO DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES

Parque Urbano Comandante
Júlio Ferraz

Público-alvo: população em geral

Inscrições: [www.cm-almada.pt/micro
floresta_julio_ferraz](http://www.cm-almada.pt/microfloresta_julio_ferraz)

Organização: CMA e APAV

