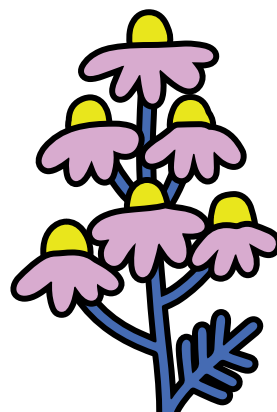


março
2026

DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES

PROGRAMA



3 DE MARÇO

EXPOSIÇÃO PATENTE DE 3 A 30 DE MARÇO, DAS 10H00 ÀS 18H00.
INAUGURAÇÃO DIA 3 ÀS 20:00.

MULHERES DE PAPEL - TECENDO PROFISSÕES, INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO

Biblioteca Maria Lamas, Sala
Polivalente

As artistas Ana Paula Sousa e Paula Napoleão propõem uma inclusão divertida e desafiante para as personagens nos diferentes palcos da vida, fazendo uma analogia com todas as mulheres que, ao longo do seu percurso, são símbolos de esperança, resiliência, acolhimento e transformação.

Inscrições: Entrada livre e gratuita (sujeita à lotação e disponibilidade da sala)

Destinatários: Público em geral

Organização: Câmara Municipal de Almada

4 E 18 DE MARÇO

15H

WORKSHOP “MULHERES DE PAPEL TECENDO PROFISSÕES”

Biblioteca Maria Lamas

Atividade com o objetivo de aprender a fazer uma boneca com papel de jornal.

Destinatários: Jovens (mais de 14 anos) e público em geral

Inscrições: Entrada livre e gratuita (sujeita à lotação da sala)

Organização: Câmara Municipal de Almada

5 DE MARÇO

11H – 12H

CLUBE DE LEITURA – “PODEROSAS: 25 MULHERES QUE MUDARAM A HISTÓRIA DE PORTUGAL”

Espaço Cultural da Junta, na Trafaria
- Biblioteca da Trafaria

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. Neste mês, a obra escolhida é “Poderosas: 25 Mulheres que mudaram a história de Portugal” de María Pilar Queralt del Hierro, um livro que dá voz a figuras femininas marcantes, cujas ações e coragem transformaram o rumo da nossa história. Venha descobrir histórias inspiradoras de mulheres que desafiaram o seu tempo e deixaram uma marca profunda na cultura, na política e na sociedade portuguesa.

Destinatários: Adultos/Seniores

Inscrições: Entrada livre e gratuita

Organização: Junta da União das Freguesias de Caparica e Trafaria

6 DE MARÇO

ÀS 10H E ÀS 14H

VISITA ORIENTADA À EXPOSIÇÃO PÃO NOSSO

Museu de Almada - Casa da Cidade

Numa visita orientada e temática à exposição “Pão Nosso”, celebramos o Dia Internacional das Mulheres, destacando o papel constante do feminino na história do pão, também em Almada. Ao longo do circuito da visita, exploramos como o cultivo dos cereais, a moagem, a produção e a comercialização do pão acompanharam e refletiram as transformações sociais e os diferentes papéis assumidos pelas mulheres ao longo do tempo. Esta experiência convida à descoberta das histórias, do trabalho e da identidade que o pão representa, sublinhando as especificidades da mulher na preservação e transmissão deste património cultural.

Destinatários: Público em geral

Nº máximo de participantes: 20

Inscrições: Atividade gratuita com inscrição obrigatória através do e-mail museus.comunica@cm-almada.pt

Organização: Câmara Municipal de Almada

7 DE MARÇO

15H30

AS MULHERES NO PODER LOCAL

Edifício do Poder Local - Junta de Freguesia, no Feijó

A propósito das comemorações dos 50 anos do Poder Local Democrático, propõe-se um Café Concerto que vai pôr à conversa autarcas decanas do poder local em Almada.

Destinatários: População em geral

Inscrições: Entrada livre e gratuita

Organização: Junta de Freguesias Laranjeiro e Feijó e MDM - Movimento Democrático de Mulheres

8 DE MARÇO

ROTA DO CANTE EM ALMADA – CELEBRAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES

Início às 10H – Mercado da Trafaria

11H / 11H20 – Largo Vasco da Gama, Costa de Caparica

15H / 15H20 – Charneca de Caparica, Associação Águias Vermelhas

16H / 16H20 – Praça Lopes Graça, Laranjeiro, em frente à Pastelaria MIKI

17H20 / 17H30 – Praça da Liberdade, seguindo-se deslocação em desfile até junto ao Teatro Joaquim Benite, onde terá lugar o encerramento da atuação.

Organização: Associação Grupo Coral e Etnográfico Amigos do Alentejo Feijó e Câmara Municipal de Almada

8 DE MARÇO

9H

CAMINHADA DIA INTERNACIONAL DAS MULHERES

Parque Urbano da Costa de Caparica

Distância: +/-8km

Destinatários: Aberta a todas as idades

Inscrição: Gratuita, com inscrição obrigatória

Organização: Câmara Municipal de Almada e Clube Ibérico de Montanhismo e Orientação, em parceria com a Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal e Juntas de Freguesia

8 DE MARÇO

SALA CAFÉ CONCERTO | VOZES QUE ECOAM: DO PODCAST AO CONCERTO

Teatro Municipal do Joaquim Benite

- 15H30 – Dia de Reflexão com Madalena Freire, Zé Pedro Silva, João Maria Jonet e Maria Escaja Convidada especial a Sra. Presidente Inês de Medeiros
- 17H – Feel Podcast "A Jornada da Mulher: Desafios, Conquistas e o Poder da Partilha" com a participação de Marta Cortez, Rosa Alface, Ana Margarida Matos, Iris Bravo e Anabela Pires, que irão partilhar as suas experiências.
- 18H30 – Vale a Pena de Mariana Alvim com escritora Mafalda Santos

8 DE MARÇO

21H30

CONCERTO DE CLÁUDIA PASCOAL

Teatro Municipal Joaquim Benite

No Dia Internacional das Mulheres, Cláudia Pascoal convida-nos a assistir a um concerto repleto de energia e cor. A artista traz ao palco um espetáculo pujante, inovador, divertido, surpreendente, cenicamente muito forte, que celebra o ato revolucionário de ser mulher sem filtros e onde a cultura pop se interliga com as raízes populares numa harmonia perfeita.

Inscrições: Entrada livre mediante levantamento de bilhete gratuito (Máx. 2 por pessoa) na bilheteira do Auditório Fernando Lopes-Graça (AFLG) sábado, dia 7 de março, das 10h00 às 13h00 e das 14h30 às 18h00.

Destinatários: Público em geral

Organização: Câmara Municipal de Almada

9 DE MARÇO

21H

FILME "O QUE PODEM AS PALAVRAS"

Salão da Sociedade Filarmónica Incrível Almadense (SFIA)

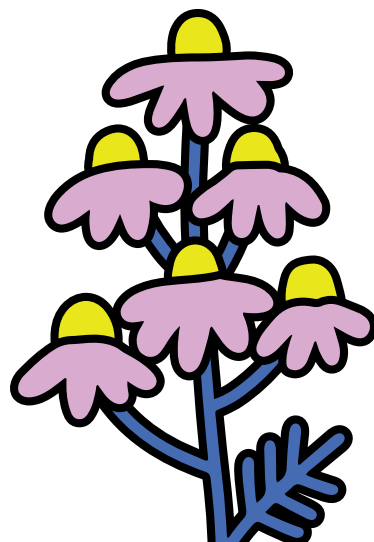
Em 1972, Maria Isabel Barreno, Maria Teresa Horta e Maria Velho da Costa, publicaram o livro "Novas Cartas Portuguesas". O livro foi imediatamente banido pela polícia política e as escritoras foram julgadas por atentado à moral. O seu caso tornou-se a Primeira Ação Feminista Internacional. "O Que Podem As Palavras" é um retrato íntimo, na primeira pessoa, das extraordinárias "Três Marias". Documentário realizado por Luísa Sequeira e Luísa Marinho, com a duração de 76 minutos, premiado no Festival Doclisboa 2022 – Prémio do Público.

No final do filme há conversa com a realizadora Luísa Sequeira.

Destinatários: M/12

Inscrições: Entrada livre e gratuita (sujeita à lotação da sala)

Organização: UMAR – União de Mulheres Alternativa e Resposta, MDM - Movimento Democrático de Mulheres, AMPLOS - Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e Identidade de Género e Câmara Municipal de Almada



10 DE MARÇO

21H

DOCUMENTÁRIO MULHERES DO MAR – AÇORES, DE RAQUEL CLEMENTE MARTINS

Sala Pablo Neruda – Fórum Romeu Correia

Mulheres do Mar – Açores é um documentário que faz parte de uma coleção de documentários realizados no âmbito do projeto Mulheres do Mar, reconhecido pela UNESCO no âmbito da Década das Nações Unidas das Ciências do Oceano para o Desenvolvimento Sustentável (2021-2030). Este documentário tem como objetivo dar visibilidade às mulheres que têm uma relação emocional com o mar e que vivem nos Açores.

Destinatários: Público em geral

Inscrição: Entrada livre (sujeita à lotação da sala)

Organização: Câmara Municipal de Almada e Associação Brigada do Mar

21 DE MARÇO

10H30

ROTEIROS DA PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES DE ALMADA NA LUTA CONTRA O FASCISMO

Largo 5 de Outubro, Cova da Piedade (junto ao Coreto)

Visita guiada, através da elaboração de um Roteiro, com a identificação de caminhos relevantes das lutas das mulheres de Almada, dando a conhecer à população de Almada a sua história e o papel que as mulheres desempenharam nela.

Percurso: Largo 5 de Outubro, Cova da Piedade até ao Largo Luís de Camões (Almada)

Distância: +/- 2 Km

Destinatários: Público em geral

Inscrições: Inscrição não obrigatória

Organização: MDM - Movimento Democrático de Mulheres, UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta, AMPLOS - Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e Identidade de Género e Câmara Municipal de Almada

29 DE MARÇO

16H

ESPETÁCULO VOZES, SABERES E DIREITOS

Recreios Desportivos da Trafaria (RDT) - Casino da Trafaria

Com o objetivo de dar visibilidade ao impacto da aprovação da Constituição da República Portuguesa, nomeadamente do seu artigo 13º, na vida das mulheres, o espetáculo dá a conhecer as conquistas que aquela aprovação permitiu e as alterações que daí resultaram para a vida das mulheres.

Destinatários: Público em geral

Inscrições: Entrada livre e gratuita (sujeita à lotação da sala)

Organização: Grupo de Iniciação Teatral da Trafaria - GITT, MDM - Movimento Democrático de Mulheres, Recreios Desportivos da Trafaria (RDT) - Casino da Trafaria, UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta, AMPLOS - Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e Identidade de Género e Câmara Municipal de Almada