

AGENDA

ATÉ 23 DE MAIO

TRANSBORDA

MOSTRA INTERNACIONAL DE ARTES
PERFORMATIVAS DE ALMADA

DE 22 DE MAIO A 7 JUNHO

SEMENTES

24 DE MAIO

BIOBLITZ

Festival dos Capuchos

FLIPE
PINTO-RIBEIRO
DIRECTOR
ARTÍSTICO

ALMADA
PORTUGAL
2026

CONCERTOS

ÓPERA PARA CRIANÇAS

CONVERSAS LITERÁRIAS

CAMINHADA

MASTERCLASSES

... E MUITO MAIS!



23 MAIO A 24 JUNHO

festivalcapuchos.com



ÍNDICE

AR LIVRE

> PÁG. 4

CINEMA

> PÁG. 5

DANÇA

> PÁG. 7

DESPORTO

> PÁG. 10

ENCONTROS

> PÁG. 14

EXPOSIÇÕES

> PÁG. 18

FAMÍLIAS

> PÁG. 20

JUVENTUDE

> PÁG. 23

LITERATURA

> PÁG. 24

ENTREVISTA

> PÁG. 26

SEMENTES

> PÁG. 30

MÚSICA

> PÁG. 32

OFICINAS

> PÁG. 35

TEATRO

> PÁG. 39

VÁRIOS

> PÁG. 39

VISITAS

> PÁG. 40

JEAN-BAPTISTE MILLOT



23 DE MAIO

FESTIVAL DOS CAPUCHOS 2026

O Festival dos Capuchos está de regresso com uma reflexão, através da música, sobre o que nos é mais íntimo e universal: os amores e os humores, os afetos e os estados de espírito.

Os concertos acontecem no Convento dos Capuchos, matriz espiritual do Festival, mas também noutros espaços da cidade, como o Teatro Municipal Joaquim Benite, o Auditório Fernando Lopes-Graça e o generoso Parque da Paz, onde acontece pela primeira vez uma gala de ópera ao ar livre.

A programação é variada, inclui concertos, conversas e caminhadas, e arranca a 23 de maio com a Orquestra de Paris “Consuelo”, sob a direção do seu fundador, Victor Julien-Lafferrière, considerado um dos mais brilhantes violoncelistas e maestros da atualidade.

Toda a programação em festivalcapuchos.com/pt

AR LIVRE

AO LONGO DO MÊS PEDALAR SEM IDADE

CACILHAS, PARQUE DA PAZ, MIRATEJO E BOCA DO VENTO

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.
Inscrições: 936 733 797

5, 12, 19 E 26 MAI ÀS TERÇAS NA HORTA

HORTA CULTURAL DAS TERRAS DA COSTA
TER | 16H | MP*

Todas as terças-feiras, há atividades a acontecer na Horta Cultural. Este é um espaço de partilha de conhecimento entre todos os participantes e de difusão dos princípios da agricultura sustentável e de economia circular.

Inscrições:
info@mergulhourbano.com

7, 14, 16, 21 E 28 MAI AMIGOS DO JARDIM

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

QUI | 10H30 | M/6 | GRATUITO | MP*

As manhãs de quinta-feira são a altura ideal para ir à Casa da Cerca colaborar na manutenção d' O Chão das Artes - Jardim Botânico. Nestes encontros ao ar livre são abordados os trabalhos de manutenção geral que podem realizar-se em qualquer jardim nesta altura do ano.

Inscrições:
marcar.cac@cm-almada.pt



24 MAI

BIOBLITZ

PARQUE DA PAZ

DOM | 9H - 22H | MP*

Para descobrir a biodiversidade do Parque da Paz com o apoio de especialistas na matéria. Traga espírito de explorador, junte família e amigos, e venha conhecer de perto as muitas formas de vida que têm refúgio no pulmão da cidade de Almada.

Pode acompanhar os biólogos no seu trabalho de campo, ajudando-os a fazer uma inventariação relâmpago das espécies de animais e plantas que existem num determinado local.

A ação inclui saídas de campo guiadas e oficinas educativas sobre a biodiversidade.

Conheça o programa detalhado e inscreva-se nas várias atividades aqui <https://www.cm-almada.pt/viver/intervencao-ambiental-clima-e-sustentabilidade>

Inscrições: www.cm-almada.pt/bioblitz_parque_da_paz_2026

10 MAI

AÇÃO DE VOLUNTARIADO REDUNA

PRAIA S. JOÃO DA CAPARICA
DOM | 9H | MP*

Ação de voluntariado do projeto ReDuna para descobrir este programa de restauro ecológico dos sistemas dunares e colaborar em atividades como a plantação de espécies nativas, a remoção de plantas exóticas e a manutenção de vedações e sinalética.

Inscrições: www.cm-almada.pt/voluntariado-reduna

21 MAI

OS DIAS DAS ÁRVORES

VIVEIRO MUNICIPAL DO ALTO DO ÍNDIO
QUA | 9H-11H30 | ENTRADA LIVRE

O Viveiro Municipal do Alto do Índio abre as portas a todas as pessoas que queiram participar nas tarefas regulares de produção e conservação de espécies arbóreas. Cada participante deve trazer roupa e calçado adequados, chapéu, água e luvas.

CINEMA

7 MAI

CICLO JOHN CASSAVETES

SOMBRAS

AUDITÓRIO COSTA DE CAPARICA
QUI | 20H30 | 2€**

O filme improvisado de Cassavetes, com banda sonora de jazz, explora amizades e relacionamentos interraciais na era Beat dos anos 1950, na cidade de Nova Iorque.



5 A 27 MAI

FESTA DO CINEMA ITALIANO

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA

A Festa do Cinema Italiano arranca em Almada com *La Grazia*, um drama sobre luto e arrependimento, de Paolo Sorrentino, que abriu o 82.º Festival de Veneza. Segue com *Curso para a Vida Adulta*, uma comédia delicada sobre laços familiares, inclusão e coragem, realizada por Greta Scarano. O terceiro dia desta festa traz *Louca-mente*, de Paolo Genovese, um dos maiores sucessos de bilheteira em Itália em 2025. *Campo de Batalha*, de Gianni Amelio, é o filme que se segue e reflete sobre a automutilação dos soldados como espelho da loucura de todas as guerras. Entre santos, prostitutas, mães, filhos e camorristas, o filme *Hey Joe*, de Claudio Giovannesi, leva-nos numa viagem ao passado repleta de ternura e nostalgia. A última proposta é da realizadora Isabel Coixet, que com *Três Vezes Adeus* nos faz um retrato íntimo sobre a despedida e a serenidade possível na dor.

AGENDA ALMADA

5 MAI

CURSO PARA A VIDA ADULTA

TER | 11H E 15H | M/14 | ESCOLAS | 1€ **

5 MAI

LA GRAZIA

TER | 21H | M/14 | 3€ **

6 MAI

LOUCA-MENTE

QUA | 21H | M/14 | 1€ **

de Paolo Genovese

13 MAI

CAMPO DE BATALHA

QUA | 21H | M/14 | 3€ **

14 MAI

FOI SÓ UM ACIDENTE

QUI | 21H | M/14 | 3€ **

20 MAI

HEY JOE

QUA | 21H | M/14 | 3€ **

27 MAI

TRÊS VEZES ADEUS

QUA | 21H | M/12 | 3€ **

11 MAI

CONCURSO DE CURTAS METRAGENS

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA
SEG | 20H | ENTRADA LIVRE MEDIANTE
LEVANTAMENTO DE BILHETE

O Centro Dante Lisboa, em colaboração com a Câmara Municipal de Almada, organizou um concurso de curtas-metragens, aberto a realizadores/as portugueses/as e internacionais, sob o tema "silêncio e liberdade". Nesta noite vamos conhecer e os vencedores e ver as respetivas películas.

14 MAI

CICLO JOHN CASSAVETES

ROSTOS

AUDITÓRIO COSTA DE CAPARICA
QUI | 20H30 | 2€ **

Filme dirigido por John Cassavetes sobre um homem de meia-idade, que deixa a sua esposa por outra mulher. Com John Marley, Gena Rowlands, Lynn Carlin, Fred Draper.

21 MAI

CICLO JOHN CASSAVETES

UMA MULHER SOB INFLUÊNCIA

AUDITÓRIO COSTA DE CAPARICA
QUI | 20H30 | 2€ **

Mabel, esposa e mãe, é amada pelo seu marido Nick, mas a sua doença mental prova ser um problema no casamento.

21 MAI

CINE CAROCHAS – CICLO
INAUGURAL

BANZO

QUI | 21H | M/18 | ENTRADA LIVRE

Este filme de Margarida Cardoso leva-nos até 1907, para conhecer a história de Afonso, um médico que recomeça a vida ao serviço de uma plantação numa ilha tropical africana. Aqui terá de curar um grupo de serviços "infetados" pelo Banzo, a nostalgia dos escravizados. Morrem às dezenas, de fome, ou suicidando-se.

26 MAI

DIA INTERNACIONAL CONTRA
A HOMOFOBIA, TRANSFOBIA E
BIFOBIA

UM CAROÇO DE ABACATE

AUDITÓRIO FERNANDO LOPES-GRAÇA
TER | 21H | M/16 | ENTRADA LIVRE

Uma história de empoderamento, livre de violência para nos despertar dias melhores. Argumento de Ary Zara, com Gaya Medeiros e Ivo Canelas, no elenco. A concorrer na seção Nacional no Festival IndieLisboa em 2026.

28 MAI

CICLO JOHN CASSAVETES

NOITE DE ESTREIA

AUDITÓRIO COSTA DE CAPARICA
QUI | 20H30 | 2€ **

Uma atriz sofre um problema emocional na sua vida, depois de um fã morrer ao tentar vê-la, um encontro que a vai transformar e mudar inteiramente o seu destino.

DANÇA



LAURENT PHILIPPE

ATÉ 23 MAI

TRANSBORDA - MOSTRA INTERNACIONAL DE ARTES PERFORMATIVAS DE ALMADA

A TRANSBORDA arrancou no Dia Mundial da Dança, a 29 de abril, e promete ocupar-nos os dias de maio com proposta de coreógrafos de excelência, para ver, fazer e pensar a dança contemporânea. Sete espetáculos, duas oficinas e três laboratórios, compõe o programa deste ano, que pela primeira vez se estende a Lisboa. A organização é da Casa da Dança e conta com o apoio da Câmara Municipal de Almada, da Direção-Geral das Artes, do Programa Iberescena e do Instituto Francês de Portugal.

> APRESENTAÇÕES

2 MAI

PARTERRE | VOLMIR CORDEIRO (FR/BR)

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 21H | M/12 | 10 €**

Coreografia do artista brasileiro Volmir Cordeiro, onde cinco intérpretes se entrelaçam, colidem, dialogam e transbordam até à plateia do teatro, invocando a terra como território informal onde se encontram cidadãos, trabalhadores, artistas e pessoas comuns, movidos por uma tenacidade vigilante e esperançosa.

8 MAI

AMINA (PT)

FORUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA

SEX | 21H | M/6 | 5 € **

Partindo do livro Cerromaior, de Manuel da Fonseca, a coreógrafa Cláudia Dias imagina uma cidade fictícia, observando o quotidiano das pessoas e questões triviais mas impactantes, como os transportes públicos, o acesso aos cuidados de saúde, a pobreza energética nas habitações, entre outras. O tom é cru, irónico, cínico e indignado, situando-a fora dos limites do politicamente correto.



16 MAI

CARAVANSERÁ (PT/BR)

PONTO DE ENCONTRO – CASA DA DANÇA

SÁB | 17H | M/6 | GRATUITO | MP*

Um cortejo urbano e interativo, uma folia intergeracional, um carnaval sensorial coreografado por Gustavo Ciríaco, artista brasileiro que convida o público a experienciar a cidade como espaço de passagem, desenho e transformação rítmica.

dias os artistas experimentam adentrar e transbordar o arquivo de experiências e práticas que compõem esta obra em constante

transformação. Um trabalho que confunde obra e processo artístico, memória e imaginação, sonho e vigília.

16 MAI

CHAMA CHAMA CHAMA (PT/BR)

PONTO DE ENCONTRO

SÁB | 21H | M/12 | GRATUITO | MP*

Josefa Pereira traz uma peça-convite, onde ao longo de cinco



PATRICIA BLACK

9 MAI

MANERAS DE SALIR (CL)

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 21H | M/12 | 10€ **

Nesta criação, a coreógrafa chilena Varinia Canto Vila lembra que as nossas vidas “decorrem numa infinidade de distâncias sociais, económicas, ideológicas, emocionais e de estilo de vida, que nos distanciam e, ao mesmo tempo, nos unem”, afirma a coreógrafa chilena.

> LABORATÓRIOS

7 MAI

DISTÂNCIA E PROXIMIDADE

PONTO DE ENCONTRO – CASA DA DANÇA
QUI | 18H – 21H | MP*

Varinia Canto Vila guia-nos neste laboratório de dança e reflexão, onde se explora a noção de encontro entre pessoas através do corpo em movimento e da palavra. Dirigido a bailarinos profissionais, artistas, estudantes de dança e de outras artes performativas.

Inscrições: www.casadadanca.pt

18 E 19 MAI

MONTAR, DESMONTAR, REMONTAR

PONTO DE ENCONTRO – CASA DA DANÇA
SEG E TER | 18H – 22H | MP*

Neste laboratório, destinado a profissionais e estudantes de dança, a dupla de coreógrafas Marcela Levi & Lucia Russo partilham aspetos fundamentais das questões artísticas que orientam a performatividade e a dramaturgia das peças da Improvável Produções.

Inscrições: www.casadadanca.pt

11 A 15 MAI

CARAVANSERÁ

PONTO DE ENCONTRO – CASA DA DANÇA
SEG A SEX | 18H – 22H | MP*

Neste laboratório, com o artista brasileiro Gustavo Ciríaco, investigam-se padrões de movimento urbano e as diferentes formas de percorrer a arquitetura urbana. Apresentação pública dia 16 de maio.

Inscrições: www.casadadanca.pt



DESPORTO

10 MAI

MEIA MARATONA DE ALMADA 2026

PARQUE DA PAZ

DOM | 9H-13H

A Meia Maratona de Almada regressa ao Parque da Paz para mais uma edição, que vai reunir atletas de todos os níveis, desde os mais experientes a entusiastas da atividade física. A competição integra várias distâncias, entre os 21 km, os 10 km, os 5 km e uma corrida de 500 metros para os mais novos (Kids Race), incentivando desde cedo a paixão pelo desporto e um estilo de vida ativo e saudável.

Inscrições: <https://meiamaratonalmada.pt/>

AO LONGO DO MÊS

ALMADA EM FORMA

VÁRIOS LOCAIS

VÁRIOS HORÁRIOS | GRATUITO | MP*

Pilates, ioga, dança, canoagem, vela, karaté, ou treinos funcionais são algumas das atividades gratuitas para experimentar ao longo de julho no programa municipal Almada em Forma. As atividades são dinamizadas pelos agentes desportivos do concelho. A participação é condicionada à inscrição junto de cada entidade parceira.

Informações:

www.cm-almada.pt

CARLOS VALADAS



1 MAI

ATLETISMO

PROVAS TÉCNICAS DO 52.º ANIVERSÁRIO DO 25 DE ABRIL

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO "ALBERTO
CHAÍÇA"

SEX | 8H30 | GRATUITO

Prova integrada no "Troféu
Almada Atletismo – Mário Pinto
Claro – 2025/2026".

Informações:

<https://fpacompeticoes.pt>

2 MAI

GROOVE

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H | M/6 | GRATUITO | MP*

Sessão de dança livre, acessível,
sem coreografias nem passos
certos. Cada pessoa dança à
sua maneira e no seu ritmo. O
Groove promove bem-estar,
alegria, movimento consciente e
conexão.

Inscrições:

solar@cm-almada.pt

2 E 3 MAI

ATLETISMO

CAMPEONATO REGIONAL DE SUB-16

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO "ALBERTO
CHAÍÇA"

SÁB 14H-20H | DOM 8H-13H | GRATUITO

O Campeonato Regional de Sub-
16, organizado pela Associação de
Atletismo de Setúbal, destina-se
a atletas entre os 14 e os 15 anos
e serve como principal prova
de apuramento e definição

de campeões ao nível das
associações regionais.

Informações:

asas.dtr2020@gmail.com

3 MAI

ATLETISMO

9.ª MILHA URBANA ALBERTO CHAÍÇA

PARQUE URBANO DE FRÓIS

DOM | 9H30 | GRATUITO

Prova integrada no "Troféu
Almada Atletismo – Mário Pinto
Claro – 2025/2026".

Inscrições:

<https://tatletismo-almada.pt/>

9 E 10 MAI

GINÁSTICA ARTÍSTICA
FEMININA

CAMPEONATO TERRITORIAL DA DIVISÃO BASE

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

SÁB 8H-18H | DOM 8H-18H | GRATUITO

Esta prova, organizada pela
Associação de Ginástica Distrital
de Setúbal, é uma competição
fundamental no calendário
gímnic português, servindo de
qualificação para o Campeonato
Nacional.

Informações: direcao@agds.pt

16 MAI

THAI CHI

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 9H | M/18 | GRATUITO | MP*

Sessão de Tai Chi, com Miguel
Lobato, que combina teoria e
prática para estimular o equilíbrio
entre mente e corpo e explorar

os benefícios do movimento
consciente.

Inscrições: solar@cm-almada.pt
(a partir de 6 de maio)

16 MAI

"VÍTOR DE SOUSA" RUGBY JÚNIOR FEST

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO "ALBERTO
CHAÍÇA"

SÁB | 10H-17H | GRATUITO

O "Vitor de Sousa" Rugby Júnior
Fest é um evento anual de rãguebi
de formação organizado pelo
Rugby Clube Mustangs de Almada.

Informações:

rugbymustangs@gmail.com

16 MAI

GALA CGA

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

SÁB | 20H30

Evento anual do Clube de
Ginástica de Almada, que reúne
atletas de diversas classes
para apresentações gímnicas e
momentos de convívio com a
comunidade.

Informações:

clube@ginastica-almada.pt

17 MAI

FINAIS DE FUTSAL MASCULINO

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

DOM | 8H-22H | GRATUITO

Finais dos Campeonatos de
Futsal Distritais de Setúbal em
masculinos, organizadas pela
Associação de Futebol de Setúbal.
Escalões de sub-15, sub-17, sub-19
e seniores

Informações: afsetubal.fpf.pt

AGENDA ALMADA

17 MAI

ATLETISMO

7.º CORTA-MATO RUI DUARTE SILVA

PARQUE DA PAZ

DOM | 9H30 | GRATUITO

Prova integrada no “Troféu Almada Atletismo – Mário Pinto Claro – 2025/2026”.

Inscrições:

<https://tatletismo-almada.pt/>

17 MAI

RÁGUEBI

ENCONTRO DE VETERANOS

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO “ALBERTO CHAIÇA”

DOM | 9H30-14H | GRATUITO

Encontro que reúne antigos atletas, organizado pelo Rugby Clube Mustangs de Almada, no âmbito das comemorações do 5.º aniversário do clube.

Informações:

rugbymustangs@gmail.com

23 MAI

GINÁSTICA

GALA DE ENCERRAMENTO SRBBV

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

SÁB | 16H

A Gala de Encerramento da Sociedade Recreativa Bairro da Bela Vista é o evento anual que marca o fim da época desportiva das várias classes do clube, com destaque para a ginástica acrobática.

Informações:

srbbv.candidaturas@hotmail.com

23 MAI

V ENCONTRO DE AQUATLO

COMPLEXO MUNICIPAL DE PISCINAS DA SOBREDA

PARQUE URBANO DA SOBREDA

SÁB | 14H-18H | GRATUITO

Prova organizada pela CMA, destinada aos participantes inscritos nas classes de natação das piscinas municipais. Esta é uma modalidade desportiva combinada, que une a natação e a corrida e que tem como objetivo proporcionar aos alunos uma experiência fora da rotina da natação.

Informações:

piscinamunicipalsobreda@cm-almada.pt

24 MAI

ATLETISMO

CORRIDA EGAS MONIZ

CAMPUS UNIVERSITÁRIO DA ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE EGAS MONIZ

DOM | 9H30 | GRATUITO

Prova integrada no “Troféu Almada Atletismo – Mário Pinto Claro – 2025/2026”.

Inscrições:

<https://tatletismo-almada.pt/>

24 MAI

GINÁSTICA

XVI SARAU SOLIDÁRIO DE GINÁSTICA

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

DOM | 16H30

Sarau de Ginástica regional organizado pelo Lions Clube de Almada-Tejo.

Informações:

lc.almada-tejo@netc.pt



28 MAI

XI ENCONTRO DE DESPORTO ADAPTADO

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO “ALBERTO CHAIÇA”

QUI | 10H-14H | M/12 | GRATUITO

Destinado a pessoas com ou sem deficiência e com idades entre os 12 e os 60 anos, este encontro marca o encerramento das atividades do Programa Municipal “Special Ludus”, proporcionando um momento de celebração, convívio e valorização das capacidades individuais.



30 MAI

ATLETISMO

CAMPEONATO REGIONAL DE SUB-10 E SUB-12

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO "ALBERTO CHAÍÇA"

SÁB | 14H-19H | M/12 | GRATUITO

Provas do calendário anual da Associação de Atletismo de Setúbal.

Informações:

asas.dtr2020@gmail.com

30 E 31 MAI

FESTIVAL URBANO DE ALMADA

CAMPEONATO IDENTITY E NEXT BREAKING BATTLE

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

SÁB E DOM | 9H-23H

Organizado pela NEXT - Escola de Dança, este é um evento aberto a todos os estilos de dança, com destaque para as danças urbanas. O objetivo é promover a expressão artística, fomentar a criatividade dos participantes, o desporto e a saúde mental.

Informações: escoladancanext@gmail.com

ENCONTROS

2 MAI

CEM DIAS DE BEM ESTAR

NUTRIÇÃO NO CANCRO

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

SÁB | 15H30 | ENTRADA LIVRE

Sessão orientada para o público em geral, doentes oncológicos e cuidadores, sobre a nutrição como pilar essencial no acompanhamento do doente oncológico.

Inscrições: biblactividades@cm-almada.pt

5 MAI

JOGAR É VIVER

CLUBE RECREATIVO OS ESTRELAS DA FONTE SANTA

TER | 10H | GRATUITO

Através de jogos tradicionais, de mesa e de estimulação cognitiva, é promovida a memória, a atenção, o raciocínio e, acima de tudo, boas gargalhadas entre a população sénior.

6, 13, 16, 20 E 27 MAI

ENCONTROS DE CROCHÉ

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

QUA | 15H | ENTRADA LIVRE

O croché desenvolve a motricidade fina e melhora a autoestima. Venha aprender ou partilhar esta técnica de artesanato tão versátil.



6, 13, 20 E 27 MAI

QUARTAS À TARDE NA MARIA LAMAS

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

QUA | 14H30 | ENTRADA LIVRE

Todas as quartas vamos fazer algo diferente, como pintar, escrever, coser, dançar ou cantar.

9 MAI

JOGOS NA BIBLIOTECA

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 10H30 | CRIANÇAS | ENTRADA LIVRE

Nesta biblioteca há jogos para todos os gostos e idades, para jogar cá ou requisitar. Prometem-se manhãs muito divertidas.

9 MAI

O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO DO DOENTE ONCOLÓGICO E DOS SEUS CUIDADORES

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

SÁB | 15H | GRATUITO | MP*

Revisões científicas indicam que intervenções psicológicas, incluindo abordagens que promovem o suporte social e a gestão de emoções, estão associadas a melhorias significativas na qualidade de vida das pessoas com cancro, reduzindo sintomas de depressão e ansiedade.

Inscrições:

biblactividades@cm-almada.pt

11, 18 E 25 MAI

CEM DIAS DE BEM ESTAR

MUSICOTERAPIA

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

SEG | 10H | SENIORES | GRATUITO | MP*

Dirigida a pessoas reformadas, utentes de centros de dia e lares da 3.ª idade, esta sessão de musicoterapia pretende melhorar a qualidade de vida e o bem-estar físico, social, emocional da população sénior.

Inscrições:

biblactividades@cm-almada.pt

16 MAI

RAÍZES DA TRAFARIA

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 10H30 | ENTRADA LIVRE

Neste jogo divertido vamos descobrir ruas, tradições e lugares especiais, enquanto testamos a memória dos participantes e eles aprendem mais sobre a história desta freguesia que celebra 100 anos.

ARQUIVO MUNICIPAL DE ALMADA



CARLOS VALADAS



14 MAI

ARTE E CRIATIVIDADE

CLUBE RECREATIVO OS ESTRELAS DA FONTE SANTA

QUI | 10H | ENTRADA LIVRE

A arte pode ser uma atividade muito inclusiva para toda a família ou um momento de expressão pessoal muito prazeroso e divertido.

14 MAI

VAMOS ESTIMULAR A MENTE?

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

QUI | 10H | SENIORES | GRATUITO | MP *

Para promover um envelhecimento ativo e uma melhor qualidade de vida da população sénior.

Inscrições: bilactividades@cm-almada.pt

19 MAI

PROATIVA'MENTE

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

TER | 10H | SENIORES | ENTRADA LIVRE

14 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

TERRAS DE PÃO: MEMÓRIA, PAISAGEM E SUSTENTABILIDADE EM ALMADA

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

QUI | 18H30 | GRATUITO | MP *

No âmbito da exposição «Pão Nosso», a Casa da Cidade acolhe um ciclo de conversas. Nesta tarde vamos falar sobre paisagem, biodiversidade, estrutura verde e potencialidades agrícolas, com Francisco Silva, historiador do Centro de Arqueologia de Almada, e Duarte Mata, arquiteto paisagista e diretor Departamento de Intervenção Ambiental, Clima e Sustentabilidade da CMA.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

*MP - MARCAÇÃO PRÉVIA

Atividade de estimulação cognitiva pensada para a comunidade trafariense, com o objetivo de manter a mente ativa e saudável. Dinamizada pelo projeto "Há Margem".

21 MAI

ENCONTROS DE CROCHÊ

CLUBE RECREATIVO ESTRELAS DA FONTE SANTA
QUI | 10H | ENTRADA LIVRE

O croché desenvolve a motricidade fina e melhora a autoestima. Venha aprender ou partilhar esta técnica de artesanato tão versátil.

21 MAI

O LUGAR DO PENSAMENTO - ESTÉTICA V

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA
QUI | 19H | ENTRADA LIVRE

A estética é um ramo da filosofia que estuda a natureza da arte, a experiência estética, a criação artística, o gosto, o julgamento artístico e a natureza do belo.

21 MAI

LABORATÓRIO DE MEMÓRIAS

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA
QUI | 10H30 | ENTRADA LIVRE

Iniciativa dedicada à recolha e valorização do património material e imaterial da freguesia, através de encontros temáticos que contribuem para o enriquecimento do acervo do Espaço Cultural da Junta da União de Freguesias de Caparica e Trafaria.

21 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

ALMADA À CONVERSA: O URBANISMO NA PROTEÇÃO E VALORIZAÇÃO DO PATRIMÓNIO. NÚCLEO HISTÓRICO DA TRAFARIA

MUSEU DE ALMADA - CASA DA CIDADE
QUI | 18H30 | GRATUITO | MP *

Para debater a estratégia de reabilitação urbana de Almada, com foco especial no núcleo histórico da Trafaria. Com Fátima Alves (arquiteta, CMA), Inês Pulido (arquiteta paisagista, CMA), Paulo Serôdio Lopes (arquiteto) e moderação de Luís Bernardo (arquiteto).

Inscrições: ciua@cm-almada.pt

26 MAI

PREVENÇÃO DE BURLAS À IDOSOS

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA
TER | 11H | SENIORES | ENTRADA LIVRE

Atividade dinamizada pelo projeto "Há Margem" e que nos ensina, de forma simples e prática, como identificar e prevenir este tipo de crime.

28 MAI

SABORES COM MEMÓRIA

CLUBE RECREATIVO ESTRELAS DA FONTE SANTA

QUI | 10H | SENIORES | ENTRADA LIVRE

A proposta é falar de pratos de outros tempos, trocar ideias, lembrar como se cozinhava antigamente e contar histórias ligadas à comida e à família.

30 MAI

CEM DIAS DE BEM ESTAR

APOIO ORTOMOLECULAR E NATUROPÁTICO EM ONCOLOGIA INTEGRATIVA

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO
SÁB | 15H30 | DOENTES ONCOLÓGICOS E CUIDADORES | GRATUITO | MP *

Joana Landeiro explica o papel da fitoterapia, micoterapia e suplementação ortomolecular em oncologia integrativa.

Inscrições: biblactividades@cm-almada.pt

30 MAI

OS GRÃOS QUE NOS SUSTENTAM

MUSEU DE ALMADA - CASA DA CIDADE
SÁB | 16H | GRATUITO | MP *

No âmbito da exposição «Pão Nosso», a Casa da Cidade acolhe um ciclo de conversas. Nesta vamos falar sobre o melhoramento genético dos cereais na salvaguarda do nosso território. Com os investigadores Rita Costa e Nuno Pinheiro, do INIAV- Instituto Nacional de Inovação Agrária e Veterinária.
Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

EXPOSIÇÕES

> INAUGURAM

9 A 30 MAI

EXPOSIÇÃO DE ARTES DOS ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE SÊNIOR DE ALMADA

OFICINA DA CULTURA

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

Pelo 13.º ano, a área das Artes da USALMA - Universidade Sénior de Almada, expõe uma seleção de trabalhos realizados pelos estudantes das 14 turmas das disciplinas de desenho, pintura, pintura a óleo e acrílico, escultura, cerâmica e pintura em azulejo, trabalhos manuais e manualidades.



30 MAI

DO JARDIM

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SEG A DOM | 10H15 – 20H | ENTRADA LIVRE

INAUGURAÇÃO 17H

ATÉ 30 DEZ

Ao longo deste ano, O Chão das Artes - Jardim Botânico celebra 25 anos. A sua missão é explorar a ligação entre a Arte e a Ciência, investigando e divulgando a sua coleção de plantas, cujos componentes são matéria-prima para o fabrico de materiais utilizados nas artes plásticas.

Para assinalar esta data, a exposição que se apresenta na Estufa revela processos e resultados desta investigação, desenvolvida consistentemente pelo Centro de Arte Contemporânea, a partir do cruzamento de conhecimentos científicos, práticas ancestrais e experiências oficinais. Dão-se assim a conhecer as matérias-primas extraídas das plantas da coleção – corantes, gomas, óleos e fibras – e a sua aplicação em tintas variadas, papéis e papiros, tecidos e fios tingidos e peças com impressões botânicas obtidas através de diferentes técnicas.

EXPOSIÇÕES

> CONTINUAM

CAMINHO DE CORPO INTEIRO

SOLAR DOS ZAGALLOS

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 23 MAI

Joana Paraíso reúne um conjunto de obras que exploram a percepção sensorial e corpórea do ato de caminhar no espaço urbano, com particular atenção à experiência do corpo feminino. A exposição propõe uma reflexão sobre a relação entre corpo e território.

PARIDOS DA TERRA

SOLAR DOS ZAGALLOS

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 23 MAI

“Paridos da Terra” apresenta uma retrospectiva do trabalho de Andreia Pinho, que desenvolve uma prática contínua com a cerâmica desde 2019, centrada na recolha e investigação de argilas selvagens no território português.

REDEIRAS

GALERIA MUNICIPAL DE ARTE

TER A SÁB | 11H-13H | 14H-19H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 20 JUN

Exposição da artista irlandesa Ally Nolan inspirada no trabalho das redeiras almadenses – mulheres que fabricavam redes de pesca à mão – e nas tradições artesanais femininas na Irlanda.

SEMEAR AS TERRAS, ALAR DO MAR

CONVENTO DOS CAPUCHOS

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 20 JUN

Exposição dedicada à agricultura nas Terras da Costa e à pesca na Costa de Caparica, construída a partir da colaboração entre pescadores, agricultores, investigadores e artistas. Curadoria de Diana Pereira.

NA LUZ DAS SOMBRAS

MARIONETAS DE SOMBRA DO MUSEU DA MARIONETA

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

QUI A SÁB 12H-21H30 | DOM 12H-19H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 18 OUT

A marioneta de sombra é uma das mais antigas formas de teatro de marionetas, cuja origem se perde no tempo. O Museu da Marioneta tem uma importante coleção destes objetos provenientes da China, da Indonésia, da Índia e da Turquia, das quais uma parte é agora apresentada em Almada.

JACKA

CONVENTO DOS CAPUCHOS

TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 20 JUN

A exposição de Juba Barreto nasce do diálogo entre duas linguagens – a pintura e a poesia – unindo a obra literária de António Barreto, conhecido como Jacka, às interpretações visuais da sua filha. A exposição “Jacka” celebra

a memória, a ancestralidade e a identidade cultural de Almada, através do encontro de culturas, gerações e linguagens artísticas.

UMA COLEÇÃO: ONDE O DESENHO ACONTECE (1993-2025)

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SEG A DOM | 10H15-20H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 28 JUN

A exposição parte da Casa da Cerca enquanto lugar físico, simbólico e temporal. Mais do que um conjunto de obras reunidas ao longo de mais de 30 anos, esta coleção é o resultado de uma prática continuada de atenção ao desenho como linguagem autónoma, campo de experimentação e forma de pensamento.

UMA CASA PARA TODOS

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SEG A DOM | 10H15-20H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 28 JUN

Movana Chen é uma artista radicada em Hong Kong e Lisboa. “Uma Casa para Todos” é um projeto colaborativo e contínuo que teve início em Hong Kong, em 2024, e prossegue em Portugal. Esta é a primeira exposição de Movana Chen em Portugal, e convida as comunidades locais e o público a participar, tornando a galeria num espaço partilhado de criação e troca.

AR.CO - EDIÇÕES

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE
CONTEMPORÂNEA

SEG A DOM | 10H15-20H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 28 JUN

Parceria entre dois centros de documentação, numa apresentação que irá dar a conhecer os livros de artista presentes na coleção do Ar.Co - Centro de Arte & Comunicação Visual. Na Galeria do Pátio e Sala de Leitura - Centro de Documentação e Investigação Mestre Rogério Ribeiro.

PÃO NOSSO

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE
TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | 1,80 €**
ATÉ 4 JUL

Esta exposição da Casa da Cidade faz uma abordagem ao cultivo de cereais, moagem, produção e comercialização do pão no concelho de Almada. Peças, fotografia, documentação arquivística, sonoplastia e audiovisuais testemunham as plantas, o trabalho, os ciclos anuais e a centralidade do “pão”.

CONTA-ME HISTÓRIAS

ANTÓNIO JOSÉ GOMES – CAPTURAR A VIDA, FIXÁ-LA NO ATO DE VIVER

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE
TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | 1,80 €**
ATÉ 4 JUL

“Conta-me histórias” apresenta o trabalho de António José Gomes, industrial moageiro com forte ligação à comunidade da Cova da Piedade. A exposição revela o seu acervo menos conhecido como fotógrafo amador, mostrando imagens capturadas entre o final do século XIX e início do século XX, resgatando a fotografia analógica e o olhar singular sobre a sua época.

PÔR AS IDEIAS NO PAPEL

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO
TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | ENTRADA LIVRE
ATÉ 30 DEZ

A arte tipográfica da primeira metade do século XX é destacada no átrio da biblioteca, com três objetos históricos: uma guilhotina manual, um agrafador e uma impressora plano cilíndrica, que refletem um tempo em que as ideias eram impressas no papel.

CASAS, COVAS E RUAS: AS RAÍZES MEDIEVAIS DE ALMADA

MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO
TER A SÁB | 10H-13H | 14H-18H | 1,80 €**

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.

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 | 1,80 €**

A partir de um conjunto de objetos e registos documentais e audiovisuais que integram a coleção do Museu de Almada, a exposição percorre três mil anos de história, marcados por sucessivas culturas e tradições.

FAMÍLIAS

2 MAI

OLARIA PARA TODOS!

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H | M/G | GRATUITO | MP*

Oficina destinada a famílias com crianças maiores de 6 anos, onde se põe as mãos no barro e se criam peças únicas.

Inscrições:

solar@cm-almada.pt

2 MAI

CANTA-ME TUDO: PLANTA UMA FLOR E VAIS COLHER AMOR

CONVENTO DOS CAPUCHOS

SÁB | 14H | 6-10 ANOS | GRATUITO | 3 €**

Espetáculo com oficina para as famílias entrarem no fascinante mundo das abelhas e das flores, que além de nos trazerem alimento e saúde, dão ao mundo um toque tão especial de beleza. E como podemos nós devolver tamanha gentileza?

2 MAI

BOLACHAS! DÁ VONTADE DE COMER MAIS!!!

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 15H | M/6 | GRATUITO | MP*

A Associação para Desenvolvimento Quinta do Chiado convida-nos para uma deliciosa oficina em que vai poder fazer bolachas em forno de lenha e comê-las!

Inscrições: solar@cm-almada.pt



8 MAI

SOBE DE NÍVEL – JOGA NA BIBLIOTECA!

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SEX | 21H | ENTRADA LIVRE

Estão garantidas horas de diversão na biblioteca com jogos de tabuleiro para todas as idades. Estratégia, aventura ou clássicos intemporais, há de tudo para jogar com família, amigos ou outros jogadores.

9 MAI

OFICINAS PARA A INFÂNCIA

OLÁ, CRIATURA ESTRAMBÓLICA!

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 15H | 6-12 ANOS | 5€**

A proposta é simples: construir uma personagem totalmente estrambólica – daquelas que só uma imaginação fértil consegue inventar. Usando materiais variados, cada um será inventor da sua.

9 MAI

BOLINHA ESTRANHA

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

SÁB | 16H | M/4 | GRATUITO | MP*

Através da história, do ioga e do jogo, Raquel Canhão faz as famílias viajar até uma quinta onde todos pertencem.

Inscrições:

biblactividades@cm-almada.pt

16 MAI

PINTAR COM SANGUE-DE-DRAGO

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SÁB | 15H | M/5 | GRATUITO | MP*

Nesta visita-oficina, as famílias vão conhecer de perto os dragoeiros que aqui habitam e os que foram ilustrados por diversos artistas na exposição «Uma coleção: onde o desenho acontece (1993-2025)». Depois, usando a sua seiva, o sangue-de-drago, vão desenhar e pintar. Com Sílvia Moreira.

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

16 MAI

LABORATÓRIO DA IMAGINAÇÃO

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SÁB | 16H | M/5 | GRATUITO | MP*

Ana Rita Mota Silva chama-nos para uma oficina de movimento e desenho livre em grande formato, onde crianças e famílias exploram o gesto, a linha e a cor com liberdade e curiosidade.

Inscrições:

biblactividades@cm-almada.pt



9 MAI

BIBLIOTECA DO MOVIMENTO – CHAPINHAR COM OS LIVROS

PISCINAS MUNICIPAIS DA SOBREDA

SÁB | 9H45 – 6-18 MESES | 10H30 – 19-36 MESES | MP*

Cláudia Pulquério e Carla Seoane convidam as famílias para a dinamização do conto Este Chapéu Não é Meu, seguido de uma atividade dentro de água.

Inscrições: cseoane@cm-almada.pt

16 E 17 MAI

TEATRO PARA A INFÂNCIA

PARA ONDE VÃO?

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB – 16 H | DOM – 11H | M/G | 10 €**

Uma carta de amor em forma de peça de teatro, assinada pelo Teatro de Marionetas do Porto, que a partir do universo das ilustrações de João Rodrigues, criou um mundo encantado onde um menino e uma menina tentam perceber esse sentimento universal, que pode ter muitas formas.

17 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

OS CIPRESTES DE VAN GOGH

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

DOM | 11H | M/3 | GRATUITO | MP*

Uma manhã para famílias com bebés, inspirada na obra “A noite estrelada”, de Vincent Van Gogh, com Ana Sofia Godinho. No final haverá tempo para umas pinceladas rápidas para representar a dança destas

árvores, explorando a cor, a profundidade e o movimento.

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

18 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

VISITA ORIENTADA À EXPOSIÇÃO “CASAS, COVAS E RUAS. AS RAÍZES MEDIEVAIS DE ALMADA”

MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO

SEG | 21H | GRATUITO | MP*

Um contacto direto com o passado debaixo dos nossos pés, numa visita orientada a um sítio arqueológico do centro histórico de Almada. Através da observação direta de estruturas e materiais arqueológicos, abre-se a discussão sobre hábitos alimentares, recursos económicos e técnicas construtivas da Idade Média. Com Sérgio Rosa.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

23 MAI

ALMADA EM FORMA

YOGA BABY

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H30 | 4-7 MESES | GRATUITO | MP*

Para fortalecer o vínculo afetivo entre pais e filhos, promover o desenvolvimento psicomotor, aliviar cólicas e proporcionar relaxamento, num momento de conexão profunda com recurso ao toque e à respiração.

Inscrições: <https://forms.gle/aHbHEeyzfQaUBFKx6>

23 MAI

OFICINAS PARA A INFÂNCIA

UM FOCO DE LUZ NO PALCO

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 15H | 6-12 ANOS | 5 €**

Num espetáculo de teatro há muitos elementos a ter em conta. O cenário é um destes. E se o cenário for feito de luz? Como o corpo se relaciona com as linhas e formas que desenhamos? E se o cenário se mexer? O ator também se mexe?

30 MAI

NAS COVAS DE PÃO, TU ÉS O PEÃO

MUSEU DE ALMADA – COVAS DE PÃO

SÁB | 15H | M/G | GRATUITO | MP*

O Museu Covas de Pão vai transformar-se num verdadeiro tabuleiro do jogo da glória, com desafios e enigmas para desvendar.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

JUVENTUDE

15 E 16 MAI

ELIMINATÓRIA CONCURSO DE BANDAS

ROCK À MARGEM

CENTRO CULTURAL E JUVENIL DE SANTO AMARO

SEX E SÁB | 21H | M/G | ENTRADA LIVRE, SUJEITA À LOTAÇÃO DO ESPAÇO

O futuro do rock em Almada sobe ao palco nos dias 15 e 16 de maio, a partir das 21h, na Casa Amarela. As bandas finalistas do concurso “Rock à Margem” prometem duas noites de energia, atitude e música original, numa celebração do talento jovem do concelho.



AGENDA ALMADA

7 MAI

CIDADANIA

JOGO: "ÉS FELIZ?"

CENTRO CULTURAL E JUVENIL DE SANTO AMARO

QUI | 17H30-20H | M/15 | GRATUITO | MP*

"És Feliz?" é um jogo educativo e participativo que desafia os jovens a explorar os valores da felicidade, da cidadania e da democracia de uma forma totalmente lúdica. Através de cartas temáticas, os participantes são convidados a refletir, dialogar e cooperar, cruzando as suas experiências pessoais com as escolhas que moldam o coletivo.

Inscrições:

juventude@cm-almada.pt

13 E 14 MAI

III FEIRA DE EMPREGABILIDADE DA REDE E-ALMADA

ESCOLA SECUNDÁRIA DE CACILHAS-TEJO

QUA 10H-20H | QUI 10H-19H | M/15 | ENTRADA

LIVRE

A III Feira de Empregabilidade da Rede E-Almada é um evento que reúne empresas, entidades e especialistas para ajudar a procurar novas oportunidades de carreira. Durante dois dias, há mesas redondas, oportunidades de emprego, formação, capacitação e empreendedorismo, apoio na criação de currículos e desenvolvimento de competências.

Informações:

empregalmada@gmail.com

LITERATURA



15 MAI

HISTÓRIAS QUE SE CONTAM: CONVERSAS COM AUTORES

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA

SEX | 21H | ENTRADA LIVRE

José Mário Silva vai estar à conversa com a escritora Patrícia Reis, a propósito do seu novo livro O Lugar da Incerteza.

7 MAI

CLUBE DE LEITURA DE TEATRO

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA
TER | 19H | ENTRADA LIVRE

Em torno da peça Um Assobio no Escuro, uma encenação de Rodrigo Francisco a partir dos textos de Tom Murphy, em cartaz até dia 10 maio no Teatro Municipal Joaquim Benite.

7 MAI

CLUBE DE LEITURA

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA
QUI | 11H | SENIORES | ENTRADA LIVRE

A cada ciclo, um livro é escolhido e lido em conjunto, em voz alta. Em maio, a obra escolhida é "A Máquina de fazer Espanhóis", de Valter Hugo Mãe, um romance comovente e profundamente humano, que nos faz refletir e conversar sobre o envelhecimento, a solidão, a memória e o sentido da vida.

9 MAI

COMUNIDADE DE LEITORES SÁBADOS DE LEITURA

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA
SÁB | 15H | ENTRADA LIVRE

Este mês, vamos descobrir mais um clássico: "Admirável Mundo Novo", de Aldous Huxley, uma parábola fantástica sobre a desumanização dos seres humanos.

9 MAI

CLUBE DO LIVRO, COM ÍRIS BICHO

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO
SÁB | 10H30 | GRATUITO | MP*

Nesta sessão, vamos ler o livro Ainda Não Estou Morta, de Holly Jackson.

23 MAI

CLUBE DE LEITURA LER COM APETITE

SOLAR DOS ZAGALLOS
SÁB | 10H30 | M/11 | GRATUITO | MP*

Encontro mensal com Isabel Zibaia Rafael, sobre romances com referências a comida e que inclui uma conversa sobre os livros, os autores e a vontade de ir para a cozinha. No final, há uma pequena degustação associada à obra escolhida. Este mês, "Doce Tóquio", de Durian Sukegawa.

Inscrições: solar@cm-almada.pt

23 MAI

17.º ANIVERSÁRIO DA BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO

Este tem sido um local onde as palavras ganham vida e as histórias aproximam pessoas, tornando-se num espaço de encontro, descoberta e imaginação. Neste dia especial, comemoramos com um programa que convida a comunidade a celebrar a leitura, a cultura e o conhecimento. Entre

histórias, músicas, conversas e atividades culturais, celebramos a vida da nossa/vossa biblioteca.

10H - 18H
EXPOSIÇÃO MULHERES DE PAPEL - TECENDO
PROFISSÕES

11H | 6 - 36 MESES | MP*

MIMINHOS E LEITURAS
OFICINA DAVINCI - CARPINTARIA

15 H
CLUBE DE CROCHÊ

16H | MP*

PROGRESSÃO DE ACORDES
17H30 | M/5
LIVROS COM DANÇA

Inscrições:
bibliactividades@cm-almada.pt
212508210

29 MAI

CLUBE DE LEITURA DE BD

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA
SEX | 19H | ENTRADA LIVRE SUJEITA À LOTAÇÃO
DA SALA

Primeira sessão deste clube, que nasce com o propósito de incentivar a leitura de Banda Desenhada, dando especial destaque a obras de autores portugueses ou em língua portuguesa. Com Margarida Matos.



RUI CERVEIRA

“AS CRIANÇAS VÃO PARA UM ESPETÁCULO E NÃO ESTÃO AGARRADAS AO TELEMÓVEL. ELAS SÃO CAPAZES DE FICAR ATENTAS E DE SE FASCINAR.”

Almada lança mais uma edição de Sementes – a Mostra Internacional para o Pequeno Público. São 57 atividades, de 20 companhias, de vários pontos do país e do mundo e que prometem maravilhar as crianças e as suas famílias. Rui Cerveira, diretor artístico, fala-nos deste evento e de como a arte é importante para a democracia, especialmente para uma geração cada vez mais digitalizada.

O que é que podemos esperar da Sementes deste ano?

Esta edição terá 57 atividades, para a infância, mas também para a família! Porque os espetáculos têm vários níveis de leitura, para chegar às pessoas que não costumam ir ao teatro. Trazemos várias estéticas, vários estilos de espetáculos, porque isto é um festival de artes, espetáculos de teatro, de circo, de marionetas, de objetos, teatro de areia, teatro de rua, música, literatura, conversas, um pouco de tudo. Destaco uma conversa – Sementes, as artes, as crianças, a cidade e a democracia – a propósito do livro “A Questionar Limites, Teatro Extremo, 30 anos”, que editámos este ano. Porque este festival e os artistas em geral, quando criam os seus espetáculos, tentam sempre falar da atualidade e abordar problemas que nos preocupam a todos.

A arte serve também para refletirmos juntos...

RC - Achamos que o caminho que está a tomar o mundo leva-nos a muitas reflexões. E a arte serve muitas vezes para questionar e ajudar-nos a compreender como pensam os outros, porque é que as coisas andam como andam e tentar criar ideias que nos façam ir por um outro caminho. Divergir. As artes ajudam muito a compreender o mundo e a perspetivar um caminho possível para que haja uma esperança e para que tentemos que as coisas tomem um caminho mais interessante para todos.

Como é que se monta um festival destes?

Acaba uma edição e começa-se

TEXTO **Margarida Leal**
FOTOGRAFIA **Carlos Valadas**

AGENDA ALMADA

logo a trabalhar na edição do ano seguinte. Em junho vou a uma feira de teatro para ver espetáculos (não vou mais porque o dinheiro não dá para tudo). Este ano vamos trazer um muito interessante de uma companhia alemã que descobri na programação de um outro festival. Mas como o festival tem 30 anos de existência, já há muita gente que nos conhece e, portanto, eu estou constantemente a receber propostas de espetáculos.

Como é que é criar uma programação para uma geração cada vez mais digitalizada?

Os espetáculos já são estética e tecnicamente muito mais contemporâneos e já conseguem competir com as tecnologias. Mas há coisas muito tradicionais que também são muito interessantes e quando os miúdos se confrontam com elas, ficam maravilhados. Uma barraquinha de robertos, por exemplo. E aí eles percebem que, afinal, isto pode coexistir com as tecnologias.

A atenção, o foco das crianças, sentem que isso mudou?

As crianças vão para um espetáculo e não estão agarradas ao telemóvel e elas são capazes de ficar atentas e de se fascinar com aquilo que estão a ver. Às vezes é mais difícil convencer os pais a virem ao teatro e não irem para o centro comercial.

E o que é que não pode mudar?

O que sentimos é que o teatro, e as artes em geral, não podem desaparecer. O teatro é um lugar de encontro, quer com os artistas, quer com o outro, com a



cidade, com um espaço público. Ou seja, o teatro e as artes e a forma como são organizados, faz com que seja um local de encontro e de questionamento, de maravilhamento e de crescimento pessoal. Sozinho e com o outro, tornando as crianças capazes de serem mais inclusivas, tolerantes e democráticas.

O teatro é essencial numa democracia, não é?

Sim, porque mesmo para criarmos um projeto artístico temos que saber ouvir o outro, temos que perceber o pensamento do outro, temos que perceber as diferentes perspetivas que há sobre um assunto.

A guerra, os deslocados, o bullying, a doença, a morte, são temas difíceis, mas que vocês abordam em espetáculos para

as crianças. A arte também nos prepara para o mundo?

Exatamente. Muitas vezes perguntam-nos se cada uma das edições do festival tem um tema, eu digo sempre que não, não tem tema, não tem tema porque não precisa de um tema. Porque os artistas estão sempre preocupados com a contemporaneidade e falam dos assuntos urgentes e da atualidade.

Há cada vez mais famílias estrangeiras para Portugal. É fácil criar para tocar num público mais heterogéneo?

Sim e todos aderem. E isto é um festival internacional, trazemos espetáculos de companhias da Eslovénia, da Ucrânia, da Rússia, do Brasil, dos países lusófonos de África e do Brasil. E trazemos exatamente porque há cá também essas populações, há essa preocupação também.

Através do nosso serviço educativo e ao longo do ano, trabalhamos com todas essas comunidades e promovemos a integração e a interação entre todos.

E como é que o Rui chegou ao teatro?

Fui eu que comecei a pedir aos meus pais "levem-me ao teatro". Estudava contabilidade, mas a matemática não me dava resposta às minhas inquietações. Comecei a ver as peças da Companhia de Teatro de Almada e aquilo começou a interessar-me. Comecei a questionar-me muito sobre muitas coisas, a gostar de filosofia, de sociologia. Ainda estive três anos em Sociologia, mas acabei por descobrir o teatro, apaixonar-me e dizer aos meus pais, "olhem, eu vou sair da Universidade de Sociologia e vou me dedicar mesmo ao Teatro". Os

meus pais ajudaram-me muito. Se não tivesse a proteção deles, teria sido mais difícil conseguir seguir por este caminho.

E como é que chegou ao teatro para o pequeno público?

Bom, eu era muito novo, mas como conhecia muita gente em Almada, comecei a trabalhar com pessoas que já tinham um certo historial no teatro, já tinham passado pela Companhia de Teatro de Almada e por outras companhias, mesmo de Lisboa. Um dia convidaram-me para participar num espetáculo. Depois quiseram criar uma companhia, e pensámos: como havia uma companhia muito forte a trabalhar para um público adulto, podíamos ficar com um público mais jovem. Também estávamos a contribuir para que essas pessoas gostassem do teatro e comesçassem a vir ao teatro.



Sementes terá 17 palcos distribuídos por Almada, Loures, Palmela e Montemor-o-Novo.

22 MAI A 7 JUN

SEMENTES - MOSTRA INTERNACIONAL DE ARTES PARA O PEQUENO PÚBLICO

A 31.ª edição de Sementes – Mostra Internacional de Artes para o Pequeno Público está de regresso e promete muita animação para as famílias.

Até 7 de junho contem com teatro para a infância, espetáculos de magia, palhaços, marionetas, literatura, exposições, dança e oficinas.

Os palcos são mais que muitos. O Teatro-Estúdio António Assunção, ocupado pelo Teatro Extremo, é a casa mãe deste projeto, que se estende por outros espaços culturais, como o Teatro Municipal Joaquim Benite, a Casa da Cidade, ao Solar dos Zagallos e a Casa da Cerca.

Mas a festa também se faz na rua, com o Largo Gabriel Pedro, em Almada, e o Jardim Luís, Sá, no Laranjeiro, a acolherem iniciativas do Sementes.

Toda a programação em teatroextremo.com



22 A 31 MAI

EM VEZ DO MEDO

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO

1 HORA ANTES E DEPOIS DOS ESPETÁCULOS |
M/3 | GRATUITO

Com trabalhos de expressão plástica realizados pelos alunos da Escola Básica D. António da Costa e que mostram como a arte pode ser uma ferramenta capaz de transformar o medo em expressão criativa e resiliência.

22 MAI

BIA – BIBLIOTECA ITINERANTE DE ALMADA

LARGO GABRIEL PEDRO, ALMADA

SEX | 20H | GRATUITO

A Bia associa-se a esta edição de Sementes e traz a esta praça central da cidade livros, revistas e jogos.

22 MAI

POI

LARGO GABRIEL PEDRO, ALMADA
SEX | 22H | GRATUITO

A Companhia D'Es Tro (Espanha) traz a história de um homem do campo fascinado desde a infância pelo seu pião. Um espetáculo contemporâneo, que funde as artes circenses com o popular jogo do pião e as raízes da cultura mediterrânica.

23 MAI A 6 JUN

RODINHAS – BIBLIOTECA MÓVEL DA BANDLIVROS

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO
1 HORA ANTES E DEPOIS DOS ESPETÁCULOS |
GRATUITO

Orgulhosamente bem abastecida de livros doados, esta biblioteca móvel pretende promover o prazer da leitura, oferecendo ainda um serviço de troca de livros para os mais novos.

23 MAI

ESTREIA

ADIVINHA QUANTO EU GOSTO DE TI

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO
SÁB | 11H | M/3 | 5€

A partir do livro do escritor irlandês Sam McBratney, o Teatro Extremo criou um espetáculo sensorial de teatro imersivo, para bebés e crianças que ainda não chegam ao puxador da porta.

23 MAI

UM BURACO NO AR E EM TODO O LADO

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE
SÁB | 11H | M/4 | 5€

A companhia Florschütz e Döhnert (Alemanha) leva o público numa expedição fantástica, com humor e engenho, abrindo verdadeiros buracos negros por onde voamos através da imaginação.

24 MAI

KINTSUGI

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE
DOM | 18H | GRATUITO

A Compagnie Krak (Bélgica) oferece-nos um espetáculo poético e cómico sobre luto, quase sem palavras, que toca o coração sem esmagar a alma.

24 MAI

CORPO COISA – OFICINA DE DANÇA CRIATIVA

BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ SARAMAGO
DOM | 10H30 | 6-10 ANOS | GRATUITO

A Associação Cultural O Mundo do Espetáculo convida as crianças para esta oficina, que oferece espaço para o desenvolvimento da consciência corporal, estimulando a imaginação e o prazer pela dança.

24 MAI

O AVÔ TEM UMA BORRACHA NA CABEÇA

TEATRO-ESTÚDIO ANTÓNIO ASSUNÇÃO
DOM | 11H | M/3 | 5€

Com a Companhia Certa (Póvoa de Varzim), descobrimos a história da amizade entre um avô que lentamente vai perdendo as memórias e o neto inventor que se dedica a descobrir uma cura.

24 MAI

ALETRIA BIBLIOTECA ITINERANTE

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE
DOM | 16H | GRATUITO

A Aletria volta com livros, material de arte e instrumentos musicais, e muitas ações poéticas, para promover a criatividade, o conhecimento e o bem-estar da comunidade.

29 MAI E 31 MAI

SEM DESTINO

SEX | 10H30 | JARDIM LUÍS SÁ
DOM | 18H | SOLAR DOS ZAGALLOS
M/3 | GRATUITO

Clownomadas (Espanha) apresentam-nos Brujúla, um palhaço à deriva, que devido a conflitos sociopolíticos, tem de abandonar a sua casa. Quase sem pertences, o amor daqueles que encontra é o seu combustível para continuar caminho.

AGENDA ALMADA

30 MAI

D. QUIXOTE E PANÇA, SONHADORES DE MUNDOS

TEATRO-ESTÚDIO ANTÔNIO ASSUNÇÃO
SÁB | 16H | M/6 | 5 €

O Teatro das Beiras (Covilhã) conta-nos a história de quatro jovens, abrigados num teatro abandonado, numa noite de chuva e trovões. No centro do palco, está um livro antigo. E, sem saber como, o que era papel transforma-se em vento, em cavalo, em gigantes.

30 MAI

A BAILARINA

LARGO GABRIEL PEDRO, ALMADA
SÁB | 18H | M/3 | GRATUITO

Com o Teatro Pavana (Países Baixos) chegam quatro bailarinas gigantes, com saias esvoaçantes de dois metros de altura, que são como nuvens coloridas sobre as nossas cabeças.

31 MAI

FÁBULAS DE FEDRO

TEATRO-ESTÚDIO ANTÔNIO ASSUNÇÃO
DOM | 11H | M/3 | 5 €

O ARCA Teatro traz a tradição oral portuguesa e a obra de Fedro, o fabulista romano, num espetáculo que junta a animação de areia à palavra e à música, criando uma experiência memorável.

31 MAI

MEMÓRIAS MAGNÉTICAS

SOLAR DOS ZAGALLOS
DOM | 16H | M/4 | GRATUITO

Catarina Pé-Curto, da Associação O Mundo do Espetáculo dinamiza esta oficina de rua para criarmos ímanes decorativos.

31 MAI

A MENINA E O BOIZINHO

TEATRO-ESTÚDIO ANTÔNIO ASSUNÇÃO
DOM | 16H | M/6 | 5 €

O Coletivo Cabaça (Brasil) apresenta o livro "A Menina e o Boizinho" um clássico da dramaturgia para crianças do escritor piauiense Aci Campelo, escrito em 1994.

1 JUN

PAPI – OPUS7

TEATRO-ESTÚDIO ANTÔNIO ASSUNÇÃO
SEG | 10H30 | 11H15 | 14H | M/3 | 5 €

A Companhia de Música Teatral (Lisboa) convida-nos para uma peça músico-teatral, aliás, um jardim de flores sonívoras, onde as abelhas valsam, o vento murmura e a chuva canta.

1 JUN

A MENINA E O BOIZINHO

FÓRUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA
SEG | 10H30 | 14H | M/6 | 5 €

O Coletivo Cabaça e A&C Promoções Culturais (Brasil) trazem um espetáculo cheio de música e cor sobre a pequena Zagaia, que ao lado do seu fiel escudeiro, o Boizinho Fubá, nos vai levar em aventuras incríveis.

MÚSICA

9 MAI

IV CICLO DE CONCERTOS DE
PRIMAVERA

SOLISTAS DA ORQUESTRA D'ALMADA

SOLAR DOS ZAGALLOS
SÁB | 16H | ENTRADA LIVRE, MEDIANTE LOTAÇÃO
DO ESPAÇO

Programa dedicado no repertório francês do século XX para piano e quinteto de sopros, reunindo duas obras de referência: o Sexteto de Francis Poulenc e o Sexteto de Jean Françaix.

22 MAI

ARQUITETURA DO HIATO

SOLAR DOS ZAGALLOS
SEX | 21H | M/6 | ENTRADA LIVRE

Um concerto com a harpista Marina Mello e o clarinetista Luiz Rocha, onde o diálogo entre a harpa, o clarinete e o clarone explora o silêncio e a ressonância do espaço.

28 MAI

CONCERTO COM RUI LUÍS

AUDITÓRIO COSTA DE CAPARICA
QUI | 21H | 18 € **

Rui Luís sobe ao palco com Valter Mariz (bateria), baixo (Aboo Gani), Argant (guitarras), João Aguiar (vozes e trompete) e Pedro Mocho (saxofone).

30 MAI

CONCERTO PARA A CIDADE

ACADEMIA ALMADENSE

SÁB | 21H30 | M/12 | GRATUITO COM LEVANTAMENTO PRÉVIO DE BILHETE

Para conhecer e valorizar o trabalho dos alunos de ensino artístico de música de Almada. Bilhetes disponibilizados uma semana antes do evento.



28 MAI

SAUDADE, COLOUR OF LOVE

AUDITÓRIO I FERNANDO LOPES-GRAÇA

QUI | 21H | M/6 | 15 € **

A cantora e compositora Maria Mendes participa no Festival de Música dos Capuchos pela primeira vez e traz um repertório de originais, bem como arranjos de fados e canções tradicionais portuguesas. É acompanhada ao piano por Cédric Hanriot.

Mais informações sobre bilhética, assinaturas e espetáculos em <https://festivalcapuchos.com/pt/>

FESTIVAL DE MÚSICA DOS CAPUCHOS

<CONCERTOS

23 MAI

AMORES & HUMORES – BRAHMS & SCHUMANN

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 21H | M/6 | 25 € **

O Concerto de Abertura do Festival de Música dos Capuchos 2026 reúne duas obras-primas de dois dos mais relevantes compositores do romantismo musical: Brahms e Schumann. A interpretação cabe à Orchestre Consuelo de Paris, que regressa a Almada sob a direção do seu fundador, Victor Julien-Laferrière, considerado um dos mais brilhantes violoncelistas e maestros da atualidade. Mais informações sobre bilhética, assinaturas e espetáculos em <https://festivalcapuchos.com/pt/>

24 MAI

OFFICIUM ENSEMBLE

CONVENTO DOS CAPUCHOS

DOM | 18H | M/6 | 15 € **

Sob a direção musical de Pedro Teixeira, o Officium Ensemble traz ao Convento dos Capuchos obras de Giovanni P. da Palestina, Manuel Cardoso, Tomás Luis de Victoria, Alonso Lobo, Estêvão de Brito, Francisco Guerrero e Manuel de Tavares.

Mais informações sobre bilhética, assinaturas e espetáculos em <https://festivalcapuchos.com/pt/>

31 MAI

AMORES DE POETA

CONVENTO DOS CAPUCHOS

DOM | 18H | M/6 | 15 € **

A soprano Mandy Fredrich, acompanhada pelo pianista Matthias Samuil, traz-nos o recital «Amores de Poeta» inspirado no ciclo homónimo de canções de Robert Schumann, Dichterliebe, com poemas de Heinrich Heine.

Mais informações sobre bilhética, assinaturas e espetáculos em <https://festivalcapuchos.com/pt/>

AGENDA ALMADA

ANDREIA CARVALHO



30 MAI

O CARNAVAL DOS ANIMAIS

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 21H | M/G | 25 €**

Esta célebre paródia musical de Saint-Saëns sobe ao palco do Teatro Municipal pelo aclamado DSCH – Schostakovich Ensemble, na companhia da atriz Maria Rueff.

Ficha Artística: Maria Rueff (narração), DSCH – Schostakovich Ensemble, Filipe Pinto-Ribeiro e Rosa Maria Barrantes (pianos), Pascal Moraguès (clarinete), Sónia Pais (flauta), Viviane Hagner e Alfonso Pinto-Ribeiro (violinos), Lars Anders Tomter (viola), Christian Poltéra (violoncelo), Tiago Pinto-Ribeiro (contrabaixo), Sofia Costa (percussão).

Mais informações sobre bilhética, assinaturas e espetáculos em <https://festivalcapuchos.com/pt/>

FESTIVAL DE MÚSICA DOS CAPUCHOS

< ATOS COMPLEMENTARES

23 MAI

PRELÚDIO DOS CAPUCHOS I: AMORES & HUMORES

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB | 18 H | M/G | GRATUITO

A anteceder o concerto de abertura, o pianista e diretor

artístico do Festival de Música dos Capuchos convida-nos para uma conversa dedicada ao tema "Amores & Humores: Sobre o Festival dos Capuchos 2026".
Mais informações em
<https://festivalcapuchos.com/pt/>

30 MAI

PRELÚDIO DOS CAPUCHOS 2: SOBRE MÚSICA E HUMOR

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE
 SÁB | 18 H | M/6 | GRATUITO

A anteceder o concerto "O Carnaval dos Animais", a atriz Maria Rueff conversa com o público sobre música e humor.
Mais informações em
<https://festivalcapuchos.com/pt/>

31 MAI

CAMINHADA DOS CAPUCHOS

PAISAGEM PROTEGIDA DA ARRIBA FÓSSIL DA COSTA DE CAPARICA
 DOM | 10 H | 15 € **

Uma visita guiada com técnicos especializados para descobrir a fauna, flora e geologia existentes nesta área protegida.
Inscrições:
info@festivalcapuchos.com

OFICINAS

2 MAI

COSTURA CRIATIVA

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALMADA
 SÁB | 10H | GRATUITO | MP*

Nesta terceira sessão, vamos fazer corte dos tecidos, juntá-los seguindo as técnicas de *patchwork* e confeccionar uma capa de livro com enchimento.

Inscrições:
biblactividades@cm-almada.pt

2 MAI

OFICINA DA MADEIRA

CRIA O TEU PRIMEIRO MÓVEL

OFICINA FERRAMENTECA – MERCADO DAS TORCATAS
 SÁB | 10H | GRATUITO | MP*

Esta é a segunda sessão de um *workshop* prático onde se ensinam técnicas básicas de marcenaria, como corte, montagem e acabamento, através da construção de um pequeno móvel. Não é necessária experiência prévia, só vontade de criar e aprender.

Inscrições:
acaoclimatica@cm-almada.pt



9 MAI

NARIZ NO AR

SOLAR DOS ZAGALLOS
 SÁB | 15H | M/5 | GRATUITO | MP*

Numa explosão de aromas, vamos conhecer e identificar a diversidade de especiarias e ervas aromáticas. Arregaçamos as mangas, colocamos os aventais e vamos incluir os aromas descobertos em receitas simples. Último desafio é perceber a vantagem de um ciclo alimentar, com sementeiras individuais de aromáticas, para dar início a uma horta ou canteiro familiar lá por casa.

Inscrições: solar@cm-almada.pt

6 MAI

MAIO NO JARDIM – TINTAS DE PLANTAS

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE
CONTEMPORÂNEA

QUA | 15H | M/12 | GRATUITO | MP*

Nestas oficinas exploramos as matérias-primas das plantas e transformamo-las em materiais para as artes plásticas. Nesta sessão vamos fazer tintas a partir de plantas do Jardim Botânico que poderão ser utilizadas para desenhar, pintar ou tingir fibras naturais.

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

6, 20 E 27 MAI

DSESENHO NO SOLAR

INICIAÇÃO AO DESENHO

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 14H30 | SENIORES (GRUPOS
ORGANIZADOS) | GRATUITO | MP*

O que é o desenho de observação? Uma oportunidade para estimular a visão e o pensamento, através da linguagem do desenho e explorar diferentes técnicas, temas e conceitos artísticos.

Inscrições: solar@cm-almada.pt

14 E 28 MAI

CONVERSAS E AGULHAS

SOLAR DOS ZAGALLOS

QUI | 14H30 | GRATUITO | MP*

Entre linhas, conversas, memórias e pontos que se cruzam, celebramos tradições, criatividade e o prazer de criar lado a lado.

Inscrições: solar@cm-almada.pt

13 MAI

MAIO NO JARDIM – TINTURARIA I

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

QUA | 15H | M/12 | GRATUITO | MP*

Um conjunto de oficinas em que exploramos as matérias-primas das plantas e as transformamos em materiais para as artes plásticas. Nesta sessão vamos fazer tinturaria recorrendo a métodos alternativos de impressão botânica em tecidos e papel.

Inscrições: marcar.cac@cm-almada.pt

LUANA JESUS



16 MAI

SABORES COM HISTÓRIA

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 15H | M/6 | GRATUITO | MP*

Um momento de partilha de receitas, memórias e pequenos truques em redor do fogão. Nesta oficina aprendemos uma receita de doçaria tradicional portuguesa.

Inscrições: solar@cm-almada.pt
(a partir de 6 de maio)

16 MAI

CERÂMICA NO SOLAR

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H | M/8 | GRATUITO | MP*

Teresa Carepo guia-nos nesta oficina de cerâmica, com 2h30 de duração, onde os participantes são convidados a observar cores, texturas e formas em redor e dar asas à sua criatividade, usando as técnicas básicas da cerâmica: lastra, rolo e bola.

Inscrições: solar@cm-almada.pt
(a partir de 29 de abril)

16 MAI

COSTURA CRIATIVA – ARRANJOS EM VESTUÁRIO

MERCADO DAS TORCATAS

SÁB | 10H | GRATUITO | MP*

Nesta quarta sessão, aprende-se a apertar ou alargar peças, fazer bainhas, medições, alterações, marcações, alinhavos, provas, entre outras técnicas. Os participantes devem utilizar as suas próprias máquinas de costura e levar linha vermelha, tesoura

para cortar as linhas, alfinetes, lápis e bloco de apontamentos.

Inscrições: biblactividades@cm-almada.pt

16 MAI

WORKSHOP

PROPAGAÇÃO DE SUCULENTAS

VIVEIRO MUNICIPAL DO ALTO DO ÍNDIO

SÁB | 9H30 | M/12 | GRATUITO | MP*

Para conhecer melhor as plantas suculentas e como propagá-las, permitindo aumentar a sua coleção. Levar roupa, luvas e calçado adequado para trabalho no campo e tesoura de podar. Atividade gratuita, mas carece de inscrição prévia na página da CMA através de formulário próprio, para cada participante.
Inscrições: www.cm-almada.pt/workshop_propagacao_suculentas_16_mai_2026

18 E 19 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

INTRODUÇÃO À ANTROPOLOGIA BIOLÓGICA

RESERVAS DO MUSEU DE ALMADA

SEG E TER | 10H-12H | 14H-17H | M/18 | GRATUITO | MP*

Nesta oficina, pretende-se fazer uma introdução básica à análise de remanescentes humanos encontrados em contextos arqueológicos, proporcionando uma visão única sobre as interações entre os indivíduos

e o seu ambiente físico, social, cultural e político.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt

21 MAI

MAIO NO JARDIM – TINTURARIA II

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

QUA | 15H | M/12 | GRATUITO | MP*

Um conjunto de oficinas em que exploramos as matérias-primas das plantas e as transformamos em materiais para as artes plásticas. Nesta sessão vamos fazer tinturaria recorrendo aos métodos tradicionais, utilizando plantas para tingir fibras naturais.

Inscrições: marcar.cac@cm-almada.pt

23 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

OFICINAS PARA FAMÍLIAS NA CASA DA CIDADE

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE

SÁB | 15H | M/6 | GRATUITO | MP*

Para celebrar o Dia Internacional dos Museus, há um programa especial na Casa da Cidade, com direito a piquenique literário e também ao jogo «Breadmaster», uma forma divertida de aprender sobre a história do fabrico do pão em Almada através de desafios em equipa.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt



23 MAI

MODELAR A PAISAGEM: WORKSHOP DE ARGILAS SELVAGENS

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 15H | M/10 | GRATUITO | MP*

A artista da exposição Paridos da Terra convida para uma oficina em que os participantes vão criar peças de pequeno porte, misturando argilas selvagens recolhidas por si no território português. Para experimentar texturas e tonalidades naturais, misturando-as com elementos naturais como folhas e conchas. Ensina ainda métodos simples e caseiros de queima, que cada pessoa poderá testar em casa com as suas novas criações, prolongando o processo de descoberta para além deste *workshop*.

Inscrições: solar@cm-almada.pt (a partir de 13 de maio)

23 MAI

OFICINAS DA TÉCNICA DO GUARDANAPO

ESPAÇO CULTURAL DA TRAFARIA

SÁB | 10H30 | GRATUITO

Lúisa Santos, artesã com larga experiência em trabalhos decorativos, ensina a aplicar guardanapos decorativos em diversos materiais, explorando cores, padrões e técnicas simples, que permitem criar peças únicas e personalizadas.

27 MAI

MAIO NO JARDIM – PAPEL DE PLANTAS

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE
CONTEMPORÂNEA

QUA | 15H | M/12 | GRATUITO | MP*

Nestas oficinas exploramos as matérias-primas das plantas e transformamo-las em materiais para as artes plásticas. Nesta sessão vamos fazer papel de plantas, recorrendo a fibras vegetais de plantas comuns, e produzir folhas de papel artesanal que poderão ter diferentes usos.

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

28 MAI

CICLOFICINA

RUA BERNARDO FRANCISCO DA COSTA
18H-21H | GRATUITO

Uma equipa de voluntários ajuda a reparar bicicletas, utilizando peças cedidas ou trocadas entre utilizadores e lojas da especialidade. Não é preciso agendar, basta aparecer na Rua Bernardo Francisco da Costa, em Almada, entre o n.º 38B e o 40.

30 MAI

REPAIR CAFÉ

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 15H | GRATUITO | MP*

Os participantes aprendem a recuperar objetos danificados, prolongando a sua vida útil e combatendo o desperdício através da aprendizagem prática da partilha de conhecimentos.

Inscrições:

acaoclimatica@cm-almada.pt

TEATRO

ATÉ 10 MAI

UM ASSOBO NO ESCURO

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

QUI A SÁB 21H | QUA E DOM 16H | M/16 | 13€**

Escrita em 1961, “Um Assobio no Escuro” é a obra de estreia do irlandês Tom Murphy, que recorreu à sua experiência como filho de uma família numerosa, onde quase todos os irmãos tinham emigrado, para criar esta tragédia. Conversas com o público nos dias 2 e 9 de maio (sábados), às 18h.

RUI MATEUS



2 E 3 MAI

TEATRO PARA A INFÂNCIA

HISTÓRIA DE UMA GAIVOTA E DO GATO QUE A ENSINOU A VOAR

TEATRO MUNICIPAL JOAQUIM BENITE

SÁB – 16 H | DOM – 11H | M/6 | 10 €**

Escrita pelo chileno Luís Sepúlveda, esta é uma fábula que nos fala da amizade e do compromisso, enquanto nos alerta para a importância de cuidarmos do ambiente.

VÁRIOS

9 MAI

MERCADO DE TROCAS

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 14H30-17H30 | ENTRADA LIVRE

Mercado sustentável onde é possível trocar roupa, acessórios, sapatos ou livros em boas condições. Inscrição de participação 2 €. No 2.º sábado de cada mês entre abril e outubro.

Informações:

solar@cm-almada.pt

12 MAI

1ª CONFERÊNCIA ODS

LOCALIZAR OS OBJETIVOS DO DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL COM AÇÃO, PARCERIAS E IMPACTO

FÓRUM MUNICIPAL ROMEU CORREIA

TER | 10H | ENTRADA LIVRE

Apresentação do Relatório Voluntário Local dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável. Momento para reflexão e debate sobre quais os próximos passos no Município de Almada, para atingir os objetivos da Agenda 2030 da ONU. Com representantes de várias autarquias, das Nações Unidas e de países lusófonos.

16 MAI

MERCADO CIRCULAR

MERCADO DAS TORCATAS

SÁB | 10H-18H | ENTRADA LIVRE

Com artesãos, oficinas e muitas atividades que incentivam a adoção de hábitos e práticas de consumo consciente e sustentável. Neste dia inaugura uma Ferramenteca, espaço que irá permitir o aluguer de ferramentas através de pedido.

9 MAI

VISITA GUIADA E CONVERSA SOBRE PESCA

CONVENTO DOS CAPUCHOS

SÁB | 14H30 | MP*

Depois de uma visita guiada à exposição “Semear as Terras, Alar do Mar”, vamos conversar com pescadores e investigadores sobre Gestão e Sustentabilidade e Património Marítimo, Turismo e Museus.

inscrições: capuchos@cm-almada.pt



VISITAS

9 MAI

CASA COM JARDIM

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SÁB | 15H | M/6 | GRATUITO | MP*

Sílvia Moreira guia-nos nesta visita de carácter histórico à

Casa da Cerca, revelando o seu passado enquanto casa senhorial e quinta de recreio, e o seu presente, enquanto Centro de Arte Contemporânea.

Inscrições:

marcar.cac@cm-almada.pt

16 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

VISITA ORIENTADA À EXPOSIÇÃO ENTRE DOIS MARES E UM RIO. ALMADA, 3 MIL ANOS DE HISTÓRIA

MUSEU DE ALMADA – CASA DA CIDADE
SÁB | 15H | M/12 | GRATUITO | MP*

Uma visita orientada à história do território almadense, tendo como fio condutor a cidade, desde a Idade do Ferro à atualidade. Através de peças arqueológicas e objetos do quotidiano, a exposição revela como a posição geográfica singular de Almada moldou as formas de viver das comunidades ao longo de três milénios.

Inscrições: museus.comunica@cm-almada.pt
(a partir de 6 de maio)

16 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

À DESCOBERTA DO SOLAR

SOLAR DOS ZAGALLOS

SÁB | 10H30 | M/6 | GRATUITO | MP*

Rui Mendes guia-nos nesta visita, desvendando a história do solar, desde a criação do Morgado da Sobreda em 1745, pelo desembargador Rodrigo de Oliveira Zagallos, até aos dias de hoje.

Inscrições: solar@cm-almada.pt (a partir de 6 de maio)

ANABELA LUÍS



17 MAI

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

VISITA À COLEÇÃO DA CASA DA CERCA

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

DOM | 16H | M/12 | GRATUITO | MP*

A partir da exposição «Uma Coleção: onde o desenho acontece (1993-2025)», damos a conhecer a coleção de arte do município. Com Maria Miguel Cardoso e Ana Margarida Martins.

Inscrições:
marcar.cac@cm-almada.pt

18 MAI

DIA INTERNACIONAL DO FASCÍNIO DAS PLANTAS

O CHÃO DAS ARTES AO PÔR DO SOL

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SEG | 19H | M/6 | GRATUITO | MP*

Sónia Francisco leva-nos numa visita guiada, para observar com a luz rasante do pôr do sol este jardim botânico tão especial.

Inscrições:
marcar.cac@cm-almada.pt

30 MAI

VISITA ÀS EXPOSIÇÕES

CASA DA CERCA – CENTRO DE ARTE CONTEMPORÂNEA

SÁB | 15H | M/6 | GRATUITO | MP*

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

Inscrições:
marcar.cac@cm-almada.pt

ACADEMIA ALMADENSE

RUA CAPITÃO LEITÃO, 64, ALMADA

AUDITÓRIO COSTA DA CAPARICA

PRAÇA DA LIBERDADE, 17A – COSTA DA CAPARICA

Tel.: 212 454 407 | 914416875

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 ALEMBRANÇA – FEIJÓ

Tel.: 212 508 210

BIBLIOTECA MUNICIPAL MARIA LAMAS

RUA DO MOINHO – CAPARICA

Tel.: 211 934 020

CASA AMARELA – CENTRO CULTURAL

E 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, 3 – CACILHAS

TEL.: 212 724 298

CINE INCRÍVEL

R. CAP. LEITÃO 1, ALMADA

CLUBE RECREATIVO ESTRELAS DA FONTE SANTA

R. BAIRRO DA FIGUEIRA, FONTE SANTA, CAPARICA

COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS

“CIDADE DE ALMADA”

ALAMEDA DE GUERRA JUNQUEIRO, 35 – FEIJÓ

Tel.: 212 587 100/04

CONVENTO DOS CAPUCHOS

RUA LOURENÇO PIRES TÁVORA – CAPARICA

Tel.: 212 919 342

RESERVAS DO MUSEU DA CIDADE

R. DA COOPERATIVA PIEDENSE, COVA DA PIEDADE

ESCOLA SECUNDÁRIA DE CACILHAS-TEJO

PRAÇA GIL VICENTE, CACILHAS

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

HORTA CULTURAL DAS TERRAS DA COSTA

RUA JOSÉ BIÓ, COSTA DE CAPARICA

(JUNTO AO GRUPO DESPORTIVO DAS TERRAS DA COSTA)

MERCADO DAS TORCATAS

AV. DO CRISTO REI 14, ALMADA

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

AVENIDA ARSENAL DO ALFEITE – FEIJÓ

PARQUE URBANO DO FRÓIS

R. DO MOINHO AO RAPOSO, CAPARICA

PISTA MUNICIPAL DE ATLETISMO ALBERTO CHAÍÇA

QUINTA DA VÁRZEA - ENIO, SOBREDA

PONTO DE ENCONTRO

R. TRINDADE COELHO 3, CACILHAS

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.: 212 594 700

FICHA TÉCNICA

Capa: "Parterre"

Transborda - Mostra Internacional de Artes Performativas de Almada

@Laurent Philippe

Edição, redação, fotografia:

Departamento de Comunicação | CMA

Design: Pedro Fernandes

Paginação: Inês Caraça

Periodicidade: Mensal

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

CONTACTOS ÚTEIS:

Tel.: 212 724 000

Gabinete de Atendimento Municipal

Linha Verde Almada Informa: 800 206 770

e-mail: almadainforma@cm-almada.pt

[f](#) [t](#) [v](#) [i](#) [d](#) [j](#) /cmalmada

2026 12 maio

Auditório Fernando Lopes-Graça
Fórum Municipal Romeu Correia | Almada



1ª CONFERÊNCIA ODS

Localizar os Objetivos do Desenvolvimento
Sustentável com ação, parcerias e impacto

ALMADA
CÂMARA MUNICIPAL

10 MAI



21KM
MEIA MARATONA

10KM
CORRIDA

5KM
CAMINHADA

500M
KIDS RACE

2026

MEIA
MARATONA
DE ALMADA



CM-ALMADA.PT

NOVA FACULDADE DE
CIÊNCIAS E TECNOLOGIA

XISTARCA
EVENTOS DESPORTIVOS

CMA CAMARÁ
MUNICIPAL
DE ALMADA