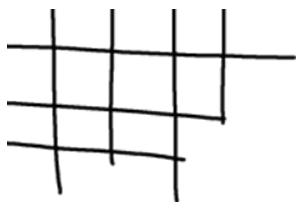




# SÁBADOS em Família

Solar dos Zagallos



ju|l|ago 2026



## INFORMAÇÕES

Solar dos Zagallos  
Lg. António José Plano Júnior, 2815-761 Sobreda  
212 947 000 | solar@cm-almada.pt

## HORÁRIO

Terça a Sábado: 10H-13H | 14H-18H  
Encerra domingos, segundas e feriados



Venha passar o sábado connosco! Temos uma programação variada, direcionada para famílias, com oficinas de olaria, artes plásticas, culinária, observação da natureza, atividades de yoga, dança e relaxamento, para além de concertos ou exposições.

Que tal mergulhar na história, espicaçar a criatividade e desfrutar de tempo em família, num espaço onde o passado ganha vida?

## JULHO

### 4 JUL

15H | PONTO DE BIBLIOTECA  
OFICINA | M/12 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### WORKSHOP DE COSTURA:

#### FAZ O TEU POUF DE PRAIA

Com ARCO-ÍRIS A METRO

Lotação máxima: 7 participantes

Inscrições > 24/06: solar@cm-almada.pt

### 15H | SALA DE EXPOSIÇÕES

VISITA GUIADA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### VISITA GUIADA À EXPOSIÇÃO

#### “UM DESENHO DE SOMBRAS”

Com MARGARIDA GONÇALVES

Lotação máxima: 25 participantes

Inscrições > 24/06: solar@cm-almada.pt

### 16H | COZINHA

OFICINA | M/18 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### SHOW COOKING

#### “NUTRIÇÃO INTEGRATIVA”

Com ADRIAN NOVAK

Lotação máxima: 25 participantes

Inscrições > 24/06: solar@cm-almada.pt

## 11 JUL ♦SOLAR COMVIDA

### 9H | SALÃO DOURADO

OFICINA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦CHI KUNG

Com LUCÍLIA SIMÕES

Lotação máxima: 20 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 10H-12H | 15H-17H | JARDIM

OFICINA | 18M-5 ANOS | ENTRADA LIVRE

#### ♦OFICINAS ABERTAS DE

#### EXPLORAÇÃO DA NATUREZA

Com PROJETO EM FLOR-CRESCER LIVRE

### 10H-13H | 15H-18H | ESPAÇO OLARIA

OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦OLARIA PARA TODOS!

#### ESPECIAL SOLAR COMVIDA

Com FERNANDO SARMENTO

Lotação máxima: 8 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 10H-12H | 16H-18H | JARDIM

PASSEIO | M/4 ANOS | ENTRADA LIVRE

#### ♦VAMOS ANDAR A CAVALO

Com APTEC – ASSOC. PORT. DE TERAPIAS

EQUESTRES E COMPLEMENTARES SÉC. XXI

### 11H | JARDIM

TEATRO | M/6 ANOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦ESPETÁCULO ESTRELA A PULAR

Com A BELA ASSOCIAÇÃO

### 14H-20H | JARDIM

TROCAS | TODOS

#### ♦MERCADO DE TROCAS

ORG. ASSOCIAÇÃO MERCADO DE TROCAS

Inscrição: 2€ - MAX 10 peças

### 15H | ÁTRIO + JARDIM

MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦BAQUE DO TEJO DE MARACATU

Com BAQUE DO TEJO

### 15H | JARDIM

OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦ENTRE TRAÇOS E CORES

#### – ENCONTRO ARTÍSTICO NO SOLAR

Com GONÇALO ALMEIDA

Lotação máxima: 10 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 16H | JARDIM

MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦BANDA FILARMÓNICA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE CACILHAS

Com ESCOLA DE MÚSICA DOS BOMBEIROS

VOLUNTÁRIOS DE CACILHAS

### 16H | JARDIM

OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦ARTEFACTOS DO FUTURO

Com SARA SOUSA

Lotação máxima: 15 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 16H | PONTO DE BIBLIOTECA

OFICINA | M/4 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦“O MUNDO MÁGICO DE...”

Com TELMA MARREIROS

Lotação máxima: 12 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 17H | JARDIM

MÚSICA E DANÇA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦CHOKWÊ

Com ASSOCIAÇÃO HIPARTHOP

### 17H | JARDIM

OFICINA | M/3 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦HOTEL DE INSETOS

Com ANIME PAF

Lotação máxima: 12 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 17H | JARDIM

OFICINA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦EXPLORAR POESIA

Com SIMONE MARTINS

Lotação máxima: 12 participantes

Inscrições > 01/07: solar@cm-almada.pt

### 18H | JARDIM

MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦BATUCADEIRAS SHOW D'AFRICA

Com BATUCADEIRAS SHOW D'AFRICA

### 19H | ÁTRIO

MÚSICA E DANÇA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦RODA DE SAMBA NAQUELE TEMPO

Com MÁRCIO LIMA E JÚLIO BRECHÓ

## 18 JUL

### 9H | SALÃO DOURADO

BEM-ESTAR | M/18 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### SESSÃO DE TAI-CHI

Com MIGUEL LOBATO

Lotação máxima: 20 participantes

Inscrições > 08/07: solar@cm-almada.pt

### 18H | SOLAR DOS ZAGALLOS

DANÇA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### FIESTA

Com ACEDEMIA FLAMENC'A SUL

## 25 JUL ♦DIA DOS AVÓS

### 10H-18H | SOLAR DOS ZAGALLOS

DIA DOS AVÓS | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

### 9H | JARDIM

OFICINA | M/3 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦ENTRE RAÍZES E MEMÓRIAS:

#### UM DIA COM OS AVÓS NO JARDIM DO SOLAR

Com TRIBO VERDE

Lotação máxima: 25 participantes

Inscrições > 15/07: solar@cm-almada.pt

### 10H | COZINHA

OFICINA | M/7 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦FAZER PÃO COM CIÊNCIA

#### (E MAOS NA MASSA!)

Com SOFIA MAGALHÃES (BLOG DA SPICE)

Lotação máxima: 15 participantes

Inscrições > 15/07: solar@cm-almada.pt

### 10H | ESPAÇO OLARIA

OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦MÃOS NO BARRO!

#### ESPECIAL AVÓS E NETOS

Com ÚNICA – Universidade Intergeracional da Charneca da Caparica

Lotação máxima: 10 participantes

Inscrições > 15/07: solar@cm-almada.pt

### 11H | JARDIM

TEATRO | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### ♦ESPETÁCULO ESTRELA A PULAR

Com A BELA ASSOCIAÇÃO

### 16H | PONTO DE BIBLIOTECA

OFICINA | M/4 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### ♦CONTOS DO TEMPO DOS AVÓS E

#### BRINCADEIRAS ANTIGAS COM A BIA

Com TELMA MARREIROS E LUÍS BARRADAS

Lotação máxima: 24 participantes

Inscrições > 15/07: solar@cm-almada.pt

## AGOSTO

### 1 AGO

### 15H | SALAS DE EXPOSIÇÕES

ARTE | INAUGURAÇÃO | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### QUEM TEM DIREITO A OLHAR O RIO?

De MARIA TERESA RIBEIRO

### 15H | SALAS DE EXPOSIÇÕES

ARTE | INAUGURAÇÃO | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### A ARTE DE ENCHER O ESTIO

De ANTÓNIO MARQUES - PRÉMIO AMPLITUDE

### 16H – 23H | COZINHA+ÁTRIO+JARDIM+CAPELAS

MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### INTERCONNECT

Com DOGMA EVENTS

### 8 AGO

### 14H30-17H30 | ÁTRIO

TROCAS | TODOS

#### MERCADO DE TROCAS

ORG. ASSOCIAÇÃO MERCADO DE TROCAS

Inscrição: 2€ - MAX 10 peças

### 6H30 | SALÃO DOURADO

MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE\*

#### REGRESSO A CASA

Com LAURA CAMACHO, DAVID BALICA, MATI GARRET E SOFIA NUNES

### 22 AGO

### 9H | SALÃO DOURADO/JARDIM

BEM-ESTAR | M/18 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### SESSÃO DE TAI-CHI

Com MIGUEL LOBATO

Lotação máxima: 20 participantes

Inscrições > 12/08: solar@cm-almada.pt

### 11H | JARDIM

BEM-ESTAR | M/2 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA

#### YOGA EM FAMÍLIA

Com ASSOCIAÇÃO SHALA – ACADEMIA DE YOGA

Lotação máxima: 20 participantes

Inscrições > 12/08: solar@cm-almada.pt

\*condicionada à lotação do espaço