

# Solar

## Com Vida 20 26



## SÁB 5 SET SOLAR DOS ZAGALLOS SOBREDA

entrada  
gratuita

### COMIDAS E BEBIDAS

AdSumus | Cozinha  
Associação Vale d'Acor | Pomar  
Farturas e gelados!

### ANIMAÇÕES

Xadrez gigante  
Jogos tradicionais  
Pufis e camas de rede  
Pinturas Faciais  
Insufláveis

### OFICINAS INSUFLÁVEIS MÚSICA TEATRO DANÇA

#### BEM-ESTAR CHI KUNG

09H – 10H | SALÃO DOURADO | M/18 | MÁX.  
20 | MP\*

A prática do Tai Chi convida a uma verdadeira transformação pessoal e profissional, um caminho de reconexão com a energia vital e com o potencial terapêutico do movimento consciente.

Lucília Simões | Associação de Desenvolvimento da Quinta do Chiado

#### PASSEIO VAMOS ANDAR A CAVALO

10H – 12H • 16H – 18H | JARDIM | M/4 | EI\*

Venha dar uma pequena volta a cavalo (5 minutos aprox.) e perder os pequenos medos.

APTEC – Associação Portuguesa de Terapias Equestres e Complementares Séc. XXI

#### OFICINA OLARIA PARA TODOS!

10H – 13H • 15H – 18H | OLARIA | M/6 | MÁX.  
8 | MP\*

Uma atividade pensada para todos os interessados em fazer olaria. Venha, com a família, pôr as mãos no barro e criar peças únicas.

Fernando Sarmiento

#### OFICINAS ABERTAS DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA

10H – 12H • 15H – 17H | JARDIM | 18 MESES  
AOS 5 ANOS | EI\*

Vamos sentir o mundo ao nosso redor, experienciar diferentes sensações, sentir texturas, explorar materiais. Estão todos convidados para esta viagem sensorial em família!

Projeto Em Flor – Crescer Livre

#### EXPLORAR A POESIA

10H30 – 19H | JARDIM | TODOS | MÁX. 12 |  
MP\*

A poesia quer-se livre – e ao ar livre. Com o sol no auge e a vontade do movimento também, aproveitamos os espaços verdes da cidade para explorar poesia. Em família, para quem sentir. Pretende-se uma espécie de dinâmica interativa, começando com caça palavras, seguindo para a leitura de um conto poético e, por fim, a criação de um poema com as palavras encontradas e inspiração no conto.

Simone Martins

## TEATRO

### ESTRELA A PULAR

**11H | JARDIM | M/6 | EL\***

Uma viagem galáctica de dança, música e imaginação para todas as idades. Inspirada na figura simbólica da estrela — fonte de energia, luz e fantasia —, a performance transforma o espaço num universo retrofuturista onde se cruzam o folclore, o entretenimento e o direito de brincar.

A Bela Associação

### DANÇA CONTEMPORÂNEA

**11H | SALÃO DOURADO | M/6 | MÁX. 20 | MP\***

Venha descobrir a dança contemporânea numa sessão passada em família.

Maria Inês Costa | Ass. Des. Quinta do Chiado

## MÚSICA

### BANDA FILARMÓNICA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE CACILHAS

**12H30 – 17H | JARDIM | TODOS | EL\***

Em 1980 foi criada a Escola de Música dos Bombeiros Voluntários de Cacilhas, com 45 alunos, com idades compreendidas entre os 7 e os 25 anos e em 1990 atuaram a primeira vez como banda. Seguiram-se uma série de atuações em festivais de bandas, concertos e guardas de honra.

### MERCADO DE TROCAS

**14H – 20H | JARDIM | 2€**

Este Mercado incentiva a libertação de peças que já não usamos, trocando por peças que precisamos. Faz uma seleção do que já não usas e contribui para uma vida mais sustentável e liberta-te de roupa, acessórios ou livros que já não precisas e segue para casa mais feliz com novas peças.

Associação Mercado de Trocas

## OFICINA

### ENTRE TRAÇOS E CORES – ENCONTRO ARTÍSTICO

**15H – 17H | JARDIM | TODOS | MÁX. 15 | MP\***

O histórico Solar do Zagallos transforma-se num atelier ao ar livre para receber todos os amantes de desenho e pintura — iniciantes, curiosos, autodidatas e artistas experientes. Mais do que uma sessão técnica, este evento propõe uma experiência sensorial e artística, onde património, natureza e criatividade se encontram.

Gonçalo Almeida | Ass. Des. Quinta do Chiado

## MÚSICA

### BAQUE DO TEJO DE MARACATU

**16H | ÁTRIO + JARDIM | TODOS | EL\***

O Baque do Tejo é um grupo de percussão e cultura popular brasileira dedicado ao Maracatu de Baque Virado que promove a ancestralidade afro-brasileira através de ensaios abertos, apresentações de rua e cortejos festivos.

## OFICINA

### ARTEFACTOS DO FUTURO

**16H – 17H | JARDIM | TODOS | MÁX. 15 | MP\***

A partir da modelação do barro, criaremos objetos que ficcionem e, por isso, evoquem futuros.

Sara Sousa

## OFICINA

### HOTEL DE INSETOS

**17H – 19H | JARDIM | M/3 | MÁX. 12 | MP\***

Convidamos as famílias a dar uma mãozinha à promoção da biodiversidade local. Recorrendo à reutilização de materiais, esta oficina desafia as famílias a dedicarem-se à construção de Hotéis de Insetos e, assim, contribuir para a propagação de insetos auxiliares, que reduzem o número de espécies-praga e promovem a dispersão de muitas outras espécies através da polinização de espécies vegetais.

Anime.Paf

## MÚSICA

### BATUCADEIRAS SHOW D'ÁFRICA

**17H – 19H | JARDIM | TODOS | EL\***

As Batucadeiras Show d'África são um vibrante grupo de mulheres cabo-verdianas sediado em Almada, dedicado a preservar e promover a tradição cultural do batuque e da dança da Ilha de Santiago. Apoiado pela associação local Ad Sumus, o grupo atua regularmente na região e celebra a herança, a força e a identidade do povo cabo-verdiano

## MÚSICA E DANÇA

### RODA DE SAMBA NAQUELE TEMPO

**18H – 20H30 | ÁTRIO | TODOS | EL\***

O Projeto Naquele Tempo nasce do encontro entre os músicos Márcio Lima e Julio Brechó. Márcio é professor, cantor e compositor nascido em Itabirito, Minas Gerais e Júlio é cantor, compositor e produtor cultural nascido no Rio de Janeiro.

#### \* LEGENDA

**EL** – Entrada livre, sujeita a limitação de espaço

**MP** – Marcação prévia. Inscrição a partir de 26/08, através de [solar@cm-almada.pt](mailto:solar@cm-almada.pt)

- 1- ÁTRIO
- 2- PONTO DE BIBLIOTECA
- 3- COZINHA
- 4- SALÃO DOURADO
- 5- POMAR
- 6- OLARIA
- 7- PALCO DE PEDRA
- 8- INSUFLÁVEL
- 9- CAVALOS
- 10- MERCADO DE TROCAS



## INFORMAÇÕES

### Solar dos Zagallos

212 947 000 | [solar@cm-almada.pt](mailto:solar@cm-almada.pt)

Terça-feira a Sábado: 10h-13h|14h-18h

Encerra aos domingos, segundas-feiras e feriados

