



# SÁBADOS em Família

Solar dos Zagallos

set | out 2026



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?

SETEMBRO

5 SET - SOLAR COMVIDA 2026

🌱10H | SALÃO DOURADO  
OFICINA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**CHI KUNG**  
Com LUCÍLIA SIMÕES - ASS. DESENV. QTA. CHIADO  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

10H-13H | 15H-18H | **ESPAÇO OLARIA**  
**ESGOTADO**  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**OLARIA PARA TODOS!**  
**ESPECIAL SOLAR COMVIDA**  
Com FERNANDO SARMENTO  
Lotação máxima: 8 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

10H-13H | 15H-18H | JARDIM  
PASSEIO | M/4 ANOS | ENTRADA LIVRE  
🌱**VAMOS ANDAR A CAVALO**  
Com APTEC – ASSOC. PORT. DE TERAPIAS  
EQUESTRES E COMPLEMENTARES SÉC. XXI

10H-12H | 15H-17H | JARDIM  
OFICINA | 18M-5 ANOS | ENTRADA LIVRE  
🌱**OFICINAS ABERTAS DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA**  
Com PROJETO EM FLOR-CRESCER LIVRE

10H30 | JARDIM  
OFICINA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**EXPLORAR POESIA**  
Com SIMONE MARTINS  
Lotação máxima: 12 participantes  
Inscrições >26/08: solar@cm-almada.pt

11H | JARDIM  
TEATRO | M/6 ANOS | ENTRADA LIVRE<sup>1</sup>  
🌱**ESPETÁCULO ESTRELA A PULAR**  
Com A BELA ASSOCIAÇÃO

11H | SALÃO DOURADO  
DANÇA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**DANÇA CONTEMPORÂNEA**  
Com MARIA INÊS COSTA – APD QTA. CHIADO  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

12H30 | JARDIM  
MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE<sup>1</sup>  
🌱**BANDA FILARMÓNICA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE CACILHAS**  
Com ESCOLA DE MÚSICA DOS BOMBEIROS  
VOLUNTÁRIOS DE CACILHAS

14H-20H | JARDIM  
TROCAS | TODOS  
🌱**MERCADO DE TROCAS**  
ORG. ASSOCIAÇÃO MERCADO DE TROCAS  
Inscrição: 2€ - MAX 10 peças

15H | JARDIM  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**ENTRE TRAÇOS E CORES – ENCONTRO ARTÍSTICO NO SOLAR**  
Com GONÇALO ALMEIDA – APD QTA. CHIADO  
Lotação máxima: 10 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

16H | ÁTRIO + JARDIM  
MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE<sup>1</sup>  
🌱**BAQUE DO TEJO DE MARACATU**  
Com BAQUE DO TEJO

16H | JARDIM  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**ARTEFACTOS DO FUTURO**  
Com SARA SOUSA  
Lotação máxima: 15 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

17H | JARDIM  
**ESGOTADO**  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
🌱**HOTEL DE INSETOS**  
Com ANIME PAF  
Lotação máxima: 12 participantes  
Inscrições > 26/08: solar@cm-almada.pt

17H | JARDIM  
MÚSICA | TODOS | ENTRADA LIVRE<sup>1</sup>  
🌱**BATUCADEIRAS SHOW D’AFRICA**  
Com BATUCADEIRAS SHOW D’AFRICA

18H | ÁTRIO  
MÚSICA E DANÇA | TODOS | ENTRADA LIVRE<sup>1</sup>  
🌱**RODA DE SAMBA NAQUELE TEMPO**  
Com PROJETO NAQUELE TEMPO

12 SET  
10H | **ESPAÇO OLARIA**  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**OLARIA PARA TODOS!**  
Com FERNANDO SARMENTO  
Lotação máxima: 8 participantes  
Inscrições > 02/09: solar@cm-almada.pt

10H | COZINHA  
OFICINA | M/5 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**FRUSHI**  
Com ANIME PAF  
Lotação máxima: 8 participantes  
Inscrições > 02/09: solar@cm-almada.pt

19 SET  
10H | **ESPAÇO OLARIA**  
OFICINA | M/8 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**CERÂMICA NO SOLAR**  
Com TERESA CAREPO  
Lotação máxima: 10 participantes  
Inscrições > 09/09: solar@cm-almada.pt

15H | COZINHA  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**SABORES COM HISTÓRIA - MARMITAS**  
Com CLUBE RECREATIVO SOBREDENSE  
Lotação máxima: 10 participantes  
Inscrições > 09/09: solar@cm-almada.pt

OUTUBRO

03 OUT  
10H | **ESPAÇO OLARIA**  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**OLARIA PARA TODOS!**  
Com FERNANDO SARMENTO  
Lotação máxima: 8 participantes  
Inscrições > 23/09: solar@cm-almada.pt

10H | **SALÃO DOURADO**  
BEM-ESTAR | M/5ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**KARATÉ**  
Com DIOGO TOJEIRA – APD QTA. CHIADO  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 23/09: solar@cm-almada.pt

10 OUT  
10H | COZINHA  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**SABORES COM HISTÓRIA - SOPAS**  
Com CLUBE RECREATIVO SOBREDENSE  
Lotação máxima: 10 participantes  
Inscrições > 01/10: solar@cm-almada.pt

10H | **SALÃO DOURADO**  
BEM-ESTAR | M/18 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**DORMIR COM CALMA**  
Com APESSOAR  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 01/10: apessoar.info@gmail.com

14H30-17H30 | JARDIM  
TROCAS | TODOS  
**MERCADO DE TROCAS**  
ORG. ASSOCIAÇÃO MERCADO DE TROCAS  
Inscrição: 2€ - MAX 10 peças

15H | JARDIM  
OFICINA | M/3 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**SEMENTEIRAS E PLANTAÇÕES**  
Com ANIME PAF  
Lotação máxima: 12 participantes  
Inscrições > 01/10: solar@cm-almada.pt

17 OUT  
10H-21H | **SALÃO SOURADO + JARDIM**  
OFICINA | TODOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**DIA DOS LIVROS DO HARRY POTTER 2026**  
Preço: Gratuito  
Inscrições > 07/10: solar@cm-almada.pt

24 OUT  
10H | **ESPAÇO OLARIA**  
OFICINA | M/8 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**CERÂMICA NO SOLAR**  
Com TERESA CAREPO  
Lotação máxima: 10 participantes  
Inscrições > 14/10: solar@cm-almada.pt

10H | **SALÃO DOURADO**  
BEM-ESTAR | M/9 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
**MEDITAÇÃO – RESPIRAR E SENTIR**  
Com ASSOCIAÇÃO SHALA ACADEMIA DE YOGA  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 14/10: solar@cm-almada.pt

10H30 | COZINHA  
OFICINA | M/6 ANOS | MARCAÇÃO PRÉVIA  
CLUBE DE LEITURA  
- LER COM APETITE  
“COMO SACIAR UM DITADOR”,  
DE WITOLD SZABLOWSKI  
Com ZIBAIA RAFAEL  
Lotação máxima: 20 participantes  
Inscrições > 14/10: solar@cm-almada.pt

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

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

<sup>1</sup> - condicionada à lotação do espaço