

AGENDA
Socio
Cultural

JUL/AGO '25

SANTA CASA
Misericórdia de Lisboa

scml.pt

Ficha técnica

Propriedade e Edição:

Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Coordenação:

Luna Marques - UASE

Redação:

Carlos Colaço - UASE

Design, fotografia e revisão de conteúdos:

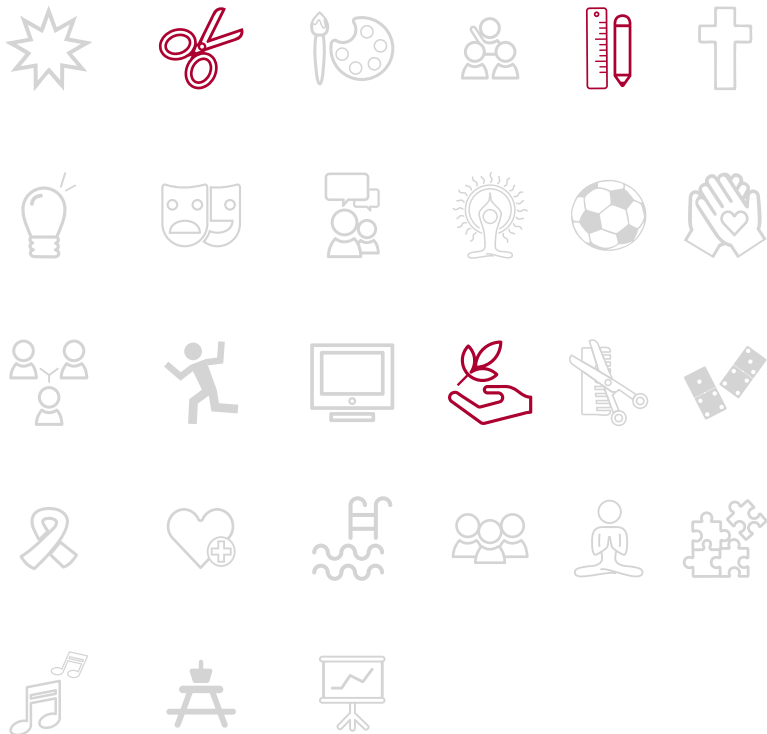
Direção de Comunicação

Índice

Atividades Manuais e Artísticas	08
Atividades Intelectuais e de Aprendizagem	16
Atividades Sociais	24
Atividades Físicas e Desportivas	30
Atividades de Imagem e Bem-estar	38
Atividades Religiosas e Espirituais	44
Atividades Lúdico-recreativas	46

Atividades Artísticas e Culturais	52
Atividades Participação Social	60
Outras Atividades	62
Mapa de Atividades	86
Contactos	106

ATIVIDADES MANUAIS E ARTÍSTICAS



TARDES ATIVAS Centro de Promoção Social PRODAC

01 | 08 | 11 | 15 | 18 | 22 | 25 | 29 julho
Terças e sextas-feiras | 14h30 às 17h30

Espaço de convívio e partilha de saberes em torno das artes manuais e atividades artesanais.

Público em geral | Todas as idades | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS Centro Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

01 | 08 | 15 | 22 | 29 julho
05 | 12 | 19 | 26 agosto
Terças-feiras | 15h00 às 17h00

Este atelier tem o objetivo de promover a interajuda e participação ativa da comunidade através de um processo de aprendizagem baseado numa comunidade de prática, caracterizada por um grupo de pessoas que se unem em torno de um mesmo interesse na área das expressões criativas e trabalham em conjunto de forma a encontrar estratégias para melhorar o que fazem.

Público em geral | Todas as idades | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CDC Ameixoeira | 217 552 780 | 962 056 135 | cdcameixoeira@scml.pt

OFICINAS CRIATIVAS Centro de Dia Rainha Dona Maria I

03 | 10 | 17 | 24 | 31 julho
07 | 14 | 21 | 28 agosto
Quintas-feiras | 10h30 às 12h00

Realização de trabalhos manuais e artísticos, sob orientação da voluntária Marta Paiva.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Rainha Dona Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

LABORATÓRIO DE RECICLAGEM DE PLÁSTICO

Centro de Promoção Social PRODAC

03 | 10 | 17 | 24 | 31 julho
Quintas-feiras | 15h00 às 18h00

Para combater o desperdício e desenvolver a criatividade, neste espaço - Precious Plastic estimula-se a cocriação de soluções eco sustentáveis, a partir da reciclagem de plásticos. Está equipado com triturador, extrusora, injetora, forno, prensa e impressora 3D.

Público em geral | Grupos ou projetos individuais | Mediante inscrição prévia
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

ATELIER DE PINTURA

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

04 julho
22 agosto
Sextas-feiras | 16h00 às 17h30

Este atelier oferece um espaço dedicado à expressão criativa, à aprendizagem e à experimentação no universo da pintura. Através de diferentes materiais, técnicas, cores e temas, os participantes são convidados a explorar livremente as suas ideias, sentimentos e experiências.

Público em geral | + 18 anos | Mediante inscrição (máx. 15 participantes)
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

ATELIER DE PINTURA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

04 | 11 | 18 | 25 julho
01 | 08 | 22 | 29 agosto
Sextas-feiras | 14h30 às 16h00

Este atelier pretende oferecer aos participantes um conjunto de conhecimentos e competências que lhes permitirão desenvolver o seu percurso na pintura acrílica, adquirindo ao longo do tempo uma progressiva autonomia e criatividade. A programação das aulas contempla a prática oficial, com exercícios orientados e demonstrações técnicas de aplicação de procedimentos.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
CD Nª Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

PÃO DE MEMÓRIAS

Centro de Promoção Social PRODAC

09 julho
Quarta-feira | 14h30 às 17h30

O cheiro do pão quente junta-se às palavras e às recordações nesta atividade especial do projeto Pão de Memórias. Mais do que fazer pão, vamos reavivar tradições, partilhar histórias e saborear o passado em conjunto, promovendo o encontro entre gerações e combatendo o idadismo com afeto, escuta e partilha. Através da confeção artesanal de pão, esta oficina convida à conversa em torno da comensalidade, ao resgate de memórias afetivas e à criação de novas memórias coletivas, num ambiente acolhedor e cheio de significado.

Público em geral | +12 anos | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

WORKSHOP DE MANDALAS

Centro Social Comunitário do Bairro da Flamenga

10 julho
Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Em Marvila, os workshops de mandalas com a Emília convidam à criatividade e ao bem-estar, através de diferentes abordagens artísticas. Neste espaço, os participantes podem explorar técnicas como o desenho, pintura, pontilhismo, coloração intuitiva e até a utilização de elementos da natureza na criação de peças únicas e pessoais.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 10 participantes)
CSC Bº Flamenga | 218 394 590 | ruben.sousa@scml.pt

REVISITAR LISBOA

Centro Intergeracional Ferreira Borges

11 julho
Sexta-feira | 11h30 às 12h30

No âmbito do projeto “ReVisitar Lisboa”, em colaboração com o Arquivo Municipal de Lisboa, esta atividade convida os participantes a explorar memórias e vivências ligadas ao mundo do trabalho e às transformações da cidade.

A partir da pergunta “O que fiz eu?”, promovemos o diálogo intergeracional sobre profissões, desafios e sonhos, num espaço de partilha e escuta ativa. A conversa dá lugar à criação de peças manuais e artísticas inspiradas nas histórias e percursos de vida, celebrando as memórias individuais e coletivas de Lisboa.

Público em geral | Mediante inscrição
CI Ferreira Borges | 213 563 280 | isabel.botelho@scml.pt | sonia.gaivota@scml.pt

CULINÁRIA DE VERÃO

Centro Social Comunitário do Bairro da Flamenga

14 julho
Segunda-feira | 14h30 às 15h30

Com os dias mais quentes, chega também a vontade de saborear refeições leves, coloridas e nutritivas. Nesta atividade, vamos preparar espetadas de frutas, sumos naturais e húmus caseiro, explorando combinações simples e saudáveis, ideais para o verão!

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 10 participantes)
CSC Bº Flamenga | 218 394 590 | ruben.sousa@scml.pt

ATELIER PINTURA DE GESSO

Centro de Dia do Alto do Pina

15 | 17 julho
05 | 07 agosto
Terças e quintas-feiras | 14h00 às 16h00

O atelier oferece aos participantes um conjunto de conhecimentos e competências que lhes permitirão desenvolver diversas técnicas que poderão ser aplicadas nas mais diversas soluções.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 4 participantes)
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

WORKSHOP DE FELTRO

Centro de Dia de Santo Eugénio

16 julho
Quarta-feira | 14h30 às 16h30

Atividade de exploração de técnicas de modelagem e costura com feltro. Pretende estimular a coordenação motora fina, trabalhar habilidades manuais essenciais para o bem-estar dos participantes bem como promover a socialização.

Público em geral | Mediante inscrição
CD Santo Eugénio | 218 540 950 | anabela.oriheiro@scml.pt

ATELIER DE CULINÁRIA

Centro de Apoio Familiar

23 julho
06 agosto
Quarta-feira | 10h00 às 12h30

Atividade de desenvolvimento de competências na área da culinária, aprendizagem de técnicas e receitas incentivando a partilha de memórias, o convívio e a criatividade na cozinha.

Receita do mês de julho: Bolo de iogurte com canela.
Receita do mês de agosto: Bolo vulcão de cenoura e brigadeiro.

Público em geral | Mediante inscrição
CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt

ATELIER DE ARTES DECORATIVAS

Centro de Dia do Alto do Pina

26 julho
Sábado | 14h00 às 19h00

O CD Alto do Pina, em parceria com a Junta de Freguesia do Areeiro, convidam a participar num Atelier de Artes Decorativas, que terá lugar no Jardim Fernando Pessa, para assinalar o Dia dos Avós. Esta atividade pretende juntar diferentes gerações numa experiência criativa, recorrendo a técnicas de gesso e pintura, promovendo a partilha, o convívio e a expressão artística ao ar livre.

Público em geral
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

WORKSHOP DE PINTURA ABSTRATA

Centro Intergeracional Ferreira Borges

08 agosto
Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Neste workshop de pintura abstrata, convidamos os participantes a explorar a arte de forma livre e expressiva. Através da demonstração e aplicação de diferentes técnicas, será possível experimentar novas formas de criar e recriar uma pintura com base na intuição, na cor e na emoção. Uma atividade onde não há certo nem errado, apenas a liberdade de deixar fluir a criatividade!

Público em geral | Mediante inscrição
CI Ferreira Borges | 213 563 280 | isabel.botelho@scml.pt | sonia.gaivota@scml.pt

ATELIER DE PAPEL MACHÊ

Centro de Dia do Alto do Pina

19 | 26 agosto
Segundas-feiras | 14h00 às 16h00

O atelier oferece aos participantes um conjunto de conhecimentos e competências que lhes permitirão desenvolver a técnica de Papel Machê, técnica artesanal que utiliza papel, água e outros materiais para moldar e esculpir objetos.

Público em geral | Mediante inscrição
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

ARTE e CONSTRÓI

Centro de Dia de Santo Eugénio

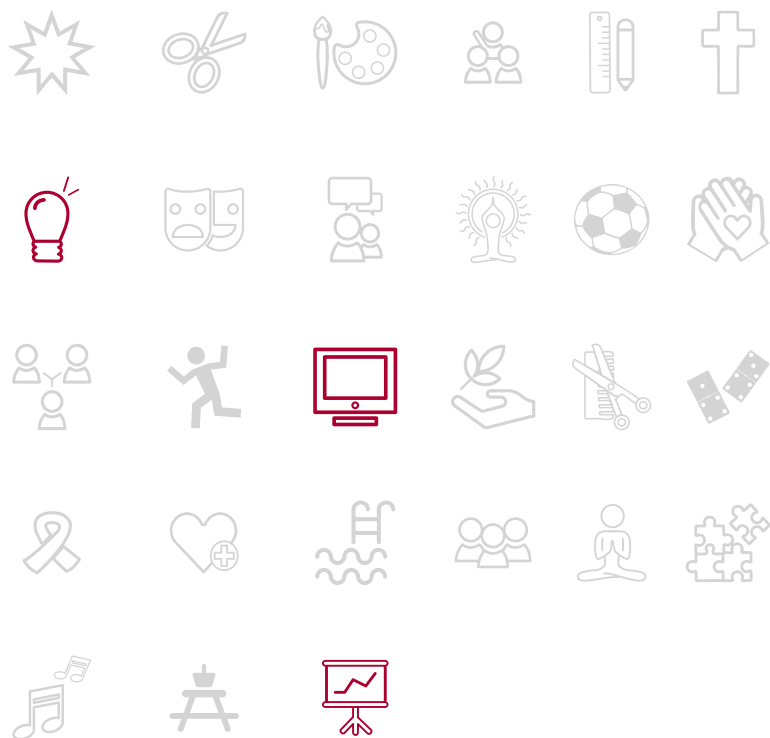
28 agosto
Quinta-feira | 14h30 às 16h30

Nesta atividade, os participantes são convidados a dar forma à imaginação através da criação de bonecos personalizados, recorrendo a técnicas simples de costura. Entre linhas, tecidos e agulhas, cada participante terá a oportunidade de desenvolver a sua peça única, estimulando a coordenação motora, a concentração e a expressão artística.

Público em geral | Mediante inscrição
CD Santo Eugénio | 218 540 950 | anabela.oribeiro@scml.pt



ATIVIDADES INTELECTUAIS E DE APRENDIZAGEM



Agenda Sociocultural | julho e agosto

NÚCLEO DE XADREZ

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

01 | 04 | 08 | 11 | 15 | 18 | 22 | 25 | 29 julho

01 | 05 | 08 | 12 | 19 | 22 | 26 | 29 agosto

Terças e sextas-feiras | 10h00 às 12h00

No Núcleo de Xadrez pretende-se ensinar e praticar a modalidade de xadrez, jogo de tabuleiro com 16 peças e disputado entre dois jogadores. O núcleo é dinamizado por um profissional e tem como objetivo promover a concentração dos jogadores e a estratégia.

Público em geral | Mediante inscrição (até 3 dias de antecedência)
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

CLUBE DE LEITURA

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

01 | 08 | 15 | 22 | 29 julho

05 | 12 | 19 | 26 agosto

Terças-feiras | 11h00 às 12h00

Sessão dinamizada por Susana Vassalo, técnica da Biblioteca da SCML, que consiste na partilha e leitura de textos pelos participantes.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Rainha D.ª Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

OFICINA DE PROCURA ATIVA DE EMPREGO

Centro de Apoio Familiar

01 | 03 | 04 | 08 | 10 | 11 julho

Terças, quintas e sextas-feiras | 10h00 às 12h00

Oficina composta por 9 sessões dedicadas a temas essenciais para a procura ativa de emprego, desde a elaboração de um curriculum à preparação de uma entrevista, passando pela comunicação, resiliência e trabalho em equipa.

Público adulto em situação de desemprego | Mediante inscrição
CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt

HISTÓRIAS DA IDALINA

ERPI Santa Joana Princesa

03 julho
07 agosto
Quintas-feiras | 14h00 às 15h30

Idalina Veríssimo, técnica da Biblioteca da SCML, faz-nos a leitura de um livro, através do qual vamos conversando sobre as nossas vivências e memórias. Mais do que uma leitura, trata-se de um momento de convívio e de partilha.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 5 participantes)
ERPI Santa Joana Princesa | 218 436 100 | ana.scosta@scml.pt

HISTÓRIAS E MEMÓRIAS

Centro Comunitário de Telheiras

03 | 10 | 17 julho
Quintas-feiras | 11h00 às 12h00

A voluntária Fátima Caldeira, traz-nos pequenos textos, literários ou não literários, de autores portugueses ou estrangeiros, que depois de lidos são o mote para boas conversas. Esta atividade, promotora do reconhecimento e valorização de diferentes culturas, pretende também estimular a comunicação e a memória.

Público em geral | Mediante inscrição
CC Telheiras | 217 506 060 | ana.fradique@scml.pt

LITERACIA DIGITAL

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

03 | 10 | 17 | 24 | 31 julho
Quintas-feiras | 18h00 às 19h00

Esta atividade visa capacitar as pessoas mais velhas, de competências que permitam compreender e utilizar o computador e a internet. Capacitar o grupo através de conhecimentos digitais, onde podem realizar tarefas diárias de forma mais simples, como fazer compras online, aceder a serviços públicos e obter informações. Desenvolvido em parceria com a Unidade de Promoção do Voluntariado.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
CD Nª Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

SESSÕES DE HISTÓRIA DE PORTUGAL

ERPI Santa Joana Princesa

04 | 18 julho
Sextas-feiras | 11h00 às 12h00

Sessões de história de Portugal com o Professor Luís Pistola. Por sessão será abordado um tema ou figura marcante da nossa história. O Professor Luís fala-nos sobre a história de Portugal de forma apaixonante, com detalhes cativantes e factos curiosos que nos fazem aprender e ter vontade de conhecer mais. Pretende-se promover a aprendizagem ao longo da vida e estimular a memória e a concentração.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 5 participantes)
ERPI Santa Joana Princesa | 218 436 100 | ana.scosta@scml.pt

SABERES COM SABOR

Centro de dia do Alto do Lumiar

09 | 16 julho

Quartas-feiras | 10h00 às 12h00

Pretende-se explorar novas formas de fazer (e saborear) sobremesas, diferentes das habituais. Esta atividade promove hábitos de cozinha saudáveis e criativos, ao mesmo tempo que estimula competências culinárias (contabilização dos ingredientes e técnicas específicas), o trabalho em equipa e o prazer de cozinhar.

Público em geral | Mediante inscrição (até 2 dias de antecedência, máx. 2 participantes)
CD Alto do Lumiar | 217 553 400 | ilda.vieira@scml.pt

ATIVAMENTE

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

09 | 16 | 30 julho

07 | 14 | 21 | 28 agosto

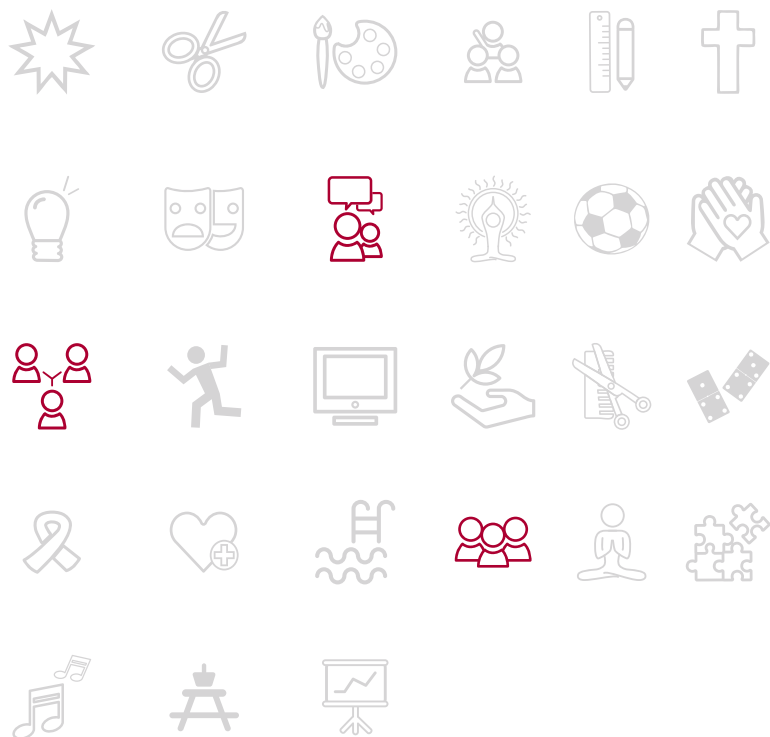
Quartas-feiras | 15h00 às 16h00

Atividade de estimulação cognitiva em grupo, com recurso a provérbios populares, adivinhas, jogo da forca, jogo do stop e outros, com diferentes formas de apresentação, possibilitando tornar a sessão mais dinâmica e interativa.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 10 participantes)
CD N.ª Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt



ATIVIDADES SOCIAIS



Agenda Sociocultural | julho e agosto

DIA DA PIADA

Centro Social de São Boaventura

01 julho

Terça-feira | 10h30 às 17h30

Como forma de assinalar o dia internacional da Piada, o CSS Boaventura irá organizar um dia dedicado às piadas, dando oportunidade a todos de partilharem as suas piadas e anedotas. Queremos passar um dia agradável, promovendo o humor e o bem-estar.

Público mais velho | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 7 participantes)

CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

NO RAINHA ACONTECE - Dia de Aniversário

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

02 julho

Quarta-feira | 14h00 às 16h00

Vamos celebrar mais um ano de histórias, partilhas e momentos vividos! Neste dia especial, assinalamos o aniversário do CD Rainha D. Maria I com um programa repleto de emoção e talento.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Rainha D. Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

RODA DE VIZINHOS

Centro Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

03 | 10 | 17 | 24 | 31 julho

07 | 14 | 21 | 28 agosto

Quintas-feiras | 15h00 às 16h30

Encontros semanais com sessões organizadas por temas de conversa de interesse dos participantes que permitam a promoção do apoio mútuo, o sentimento de segurança entre vizinhos, a socialização entre diferentes faixas etárias e a participação social na comunidade, respeitando a diversidade cultural. Estas sessões promovem um ambiente rico em estímulos que promovem, tanto a estimulação cognitiva das pessoas mais velhas, como a partilha de saberes com pessoas mais jovens.

Os temas partem de sugestões ou interesses comuns abordados em sessões anteriores.

Público em geral | Todas as idades | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CDC Ameixoeira | 217 552 780 | 962 056 135 | cdcameixoeira@scml.pt

ARRAIAL DA PRODAC

Centro de Promoção Social PRODAC

04 julho

Sexta-feira | 15h00

É tempo de festa na PRODAC!

Este arraial pretende juntar todos os que frequentam o centro e a comunidade envolvente, num ambiente descontraído, acolhedor e cheio de animação!

Público em geral | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 217 128 600 | cps.prodac@scml.pt

ARRAIAL FLAMENGA

Centro Social Comunitário do Bairro da Flamengo

04 julho

Sexta-feira | 16h00 às 19h00

Arraial comemorativo dos Santos Populares, com o objetivo de proporcionar aos participantes a vivência das tradições populares de Lisboa.

Público SCML | Mediante inscrição (máx. 20 participantes)
CSC B° Flamengo | 218 394 590 | ruben.sousa@scml.pt

CANTAR E DANÇAR Ó TERRIM TIM TIM...

Centro Comunitário de Telheiras

04 | 11 | 18 | 25 julho

Sextas-feiras | 14h15 às 16h00

Tarde de festa com um baile dinamizado pelo voluntário Fernando Lomba, onde é possível recordar algumas canções tradicionais e populares portuguesas.

Público em geral | Mediante inscrição
CC Telheiras | 217 506 060 | ana.fradique@scml.pt

FESTIVIDADE À PADROEIRA NOSSA SENHORA DO CARMO

ERPI Nossa Senhora do Carmo

16 julho

Quarta-feira | 14h30 às 16h30

Para assinalar o dia dedicado à Padroeira da nossa casa, celebramos esta data especial com uma tarde de música. O momento contará com a atuação do coro "Flores do Beato", que nos brindará com os seus cânticos, num ambiente de convívio e celebração.

Público em geral | Mediante inscrição (até dia 14 de julho, máx. 4 participantes)
ERPI Carmo | 217 712 530 | dora.taborda@scml.pt

28º ANIVERSÁRIO

Centro Social e Polivalente Bairro das Furnas - Espaço ComVida

17 julho

Quinta-feira | 10h00 às 17h00

O Centro Social e Polivalente Bairro das Furnas celebra 28 anos e a data será assinalada com um programa comemorativo que será brevemente divulgado, e que promete momentos de alegria e partilha!

Público em geral | Mediante inscrição

Espaço ComVida | 217 223 631 | csp.bairrofurnas@scml.pt | vanessa.fcarvalho@scml.pt

TARDE DE JOGOS TRADICIONAIS

Centro de Dia de Santo Eugénio

24 julho

Terça-feira | 14h30 às 16h30

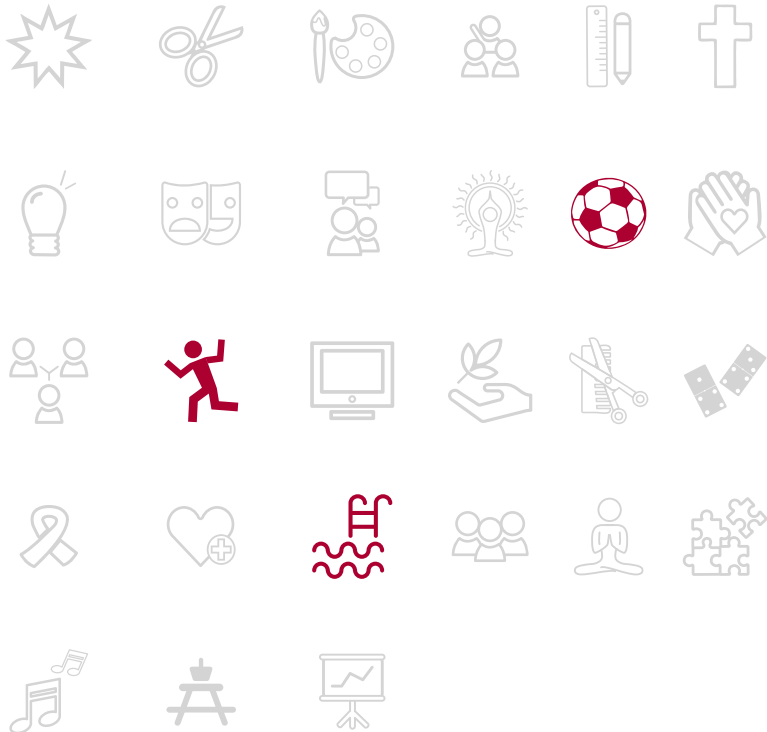
Tarde de jogos tradicionais que fazem parte da cultura popular. Tem como objetivos, a preservação da cultura e tradições, o estímulo da atividade física e mental, bem como promoção de momentos de convívio e interação.

Público em geral | Mediante inscrição

CD Santo Eugénio | 218 540 950 | anabela.oribeiro@scml.pt



ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS



MEXE-TE

Centro de Promoção Social PRODAC

julho

Diferentes dias | vários horários

Espaço de promoção do Desporto para Todos, onde grupos com interesses comuns são capacitados para dinamizar, de forma autónoma, atividades desportivas regulares, abertas e acessíveis à comunidade:

Segundas-feiras | 19h00 às 20h00

Ginástica Localizada

Terças-feiras | 19h00 às 20h00

Ginástica Manutenção

Quintas-feiras | 11h00 às 11h45

Ginástica Adaptada (adaptada às necessidades de cada pessoa)

Sextas-feiras | 19h00 às 20h00

Zumba

Público em geral | Mediante inscrição

CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

CAMINHAR PARA SER FELIZ

Centro Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios

01 | 03 | 08 | 10 | 15 | 17 | 22 | 24 | 29 | 31 julho

19 | 21 | 26 | 28 agosto

Terças e quintas-feiras | 10h00 às 11h00

Convidamos para esta caminhada ao ar livre, pelas hortas, ruas e parques públicos do Bairro dos Lóios e arredores, uma oportunidade para mexer o corpo, respirar ar puro e alimentar o bem-estar. Mais do que exercício físico, este momento é um convite à descoberta do bairro, à convivência e à valorização dos pequenos prazeres da vida ativa.

Público mais velho | Mediante inscrição (até 1 dia antes)

CDC B° dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

TOCA A MEXER

Centro de Promoção Social PRODAC

01 | 04 | 08 | 11 | 15 | 18 | 22 | 25 | 29 julho

Terças-feiras - 10h00 às 10h45 | Sextas-feiras - 14h00 às 14h45

Sessões de roda e movimento que exercitam o corpo e a memória, invocando as danças, jogos de roda, ritmos e canções populares.

Público em geral | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR

Centro Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

02 | 09 | 16 | 23 | 30 julho

07 | 14 | 21 | 28 agosto

Quartas-feiras | 15h45 às 16h30

Esta atividade física é promovida pela UASE e desenvolvida pela professora de atividade física, com vista à manutenção da saúde e da força muscular, bem como a melhoria da qualidade de vida das pessoas da comunidade.

Público em geral | +18 anos | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CDC Ameixoeira | 217 552 780 | 962 056 135 | cdcameixoeira@scml.pt

BOCCIA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

02 | 16 | 30 julho

13 | 27 agosto

Quartas-feiras | 14h00 às 16h00

O Boccia é um desporto misto, em que os participantes podem jogar sentados ou de pé. Estimula a concentração, coordenação motora, trabalho de equipa, cooperação e estratégia. Atividade intercentros, jogada em equipas.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 10 participantes)
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR

Centro de Dia Nossa Senhora da Pena

02 | 09 | 16 | 30 julho

06 | 13 | 20 | 27 agosto

Quartas-feiras | 10h30 às 11h30

Esta atividade física moderada, promovida pela UASE e desenvolvida pela professora de atividade física, visa a melhoria e recuperação da postura corporal, bem como a manutenção da saúde e da força muscular.

Público em geral | + 55 anos | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
CD Nª Sra. Pena | 218 847 060 | isabel.escaleira@scml.pt

BOCCIA

Centro Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios

04 | 11 | 18 | 25 julho

22 | 29 agosto

Sextas-feiras | 10h30 às 12h00

O Boccia é um desporto misto, em que os participantes podem jogar sentados ou de pé. Estimula a concentração, a destreza física, a coordenação motora e a cooperação dos participantes.

Público mais velho | Mediante inscrição (até 1 dia antes)
CDC Bº dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

IOGA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

07 julho

Segunda-feira | 11h00 às 12h00

A atividade consiste num conjunto de exercícios físicos e respiração que tem como objetivo o equilíbrio entre corpo e mente, ajudando a desenvolver força e flexibilidade.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
CD Nª Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

MOVIMENTA-TE

Centro de Dia do Alto do Lumiar

08 | 31 julho

Sextas-feiras | 11h00 às 11h45

Atividade física adaptada e direcionada a pessoas mais velhas.

Público em geral | Mediante inscrição (até 2 dias de antecedência, máx. 10 participantes)
CD Alto do Lumiar | 217 553 400 | ilda.vieira@scml.pt

JOGO DO BOWLING

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

09 | 23 julho

06 | 20 agosto

Quartas-feiras | 14h00 às 16h00

Atividade jogada individualmente e em grupo, com o objetivo de estimular a concentração, coordenação motora, socialização e estratégia.
Os participantes podem jogar sentados ou em pé.

Público em geral | Mediante inscrição (até 8 dias de antecedência, máx. 10 participantes)
CSP São Cristóvão e São Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

TORNEIO INTERGERACIONAL DE BOCCIA

Centro Social Comunitário do Bairro da Flamenga

15 julho

Terça-feira | 14h00 às 16h00

O Torneio Intergeracional de Boccia, que irá juntar utentes do Centro de Dia e jovens da resposta de Animação Socioeducativa (ASE), realiza-se no Pavilhão Desportivo do Agrupamento de Escolas D. Dinis e pretende promover o espírito de equipa, boa disposição e a competição saudável dos participantes. Cada equipa deverá integrar pelo menos um jovem, promovendo o convívio e a cooperação entre gerações. No dia do torneio será apresentado o mapa da competição, que será atualizado consoante os resultados obtidos e o percurso de cada equipa. Vem jogar, apoiar e partilhar esta experiência única onde o desporto aproxima gerações!

Público SCML | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 1 equipa por equipamento)
CSC B° Flamenga | 218 394 590 | ruben.sousa@scml.pt

BOCCIA

Centro Desenvolvimento Comunitário da Charneca

24 julho

21 agosto

Quintas-feiras | 14h30 às 16h00

Promovido pela equipa de Centro de Dia do CDC Charneca, o jogo do Boccia é uma atividade de promoção da competição saudável que permite aumentar o bem-estar e autoestima. Entre muitas outras vantagens, aumenta a capacidade de concentração, o equilíbrio e coordenação motora dos seus participantes e facilita um estilo de vida saudável.

Esta atividade requer a inscrição de um mínimo de 3 pessoas.

Público mais velho | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

SESSÃO DE MOVIMENTO

Centro Social de São Boaventura

28 julho

18 | 25 agosto

Segundas-feiras | 11h30 às 12h30

Sessões de movimento dinâmica, realizadas em grupo, e pensadas numa lógica de manutenção da capacidade funcional. São compostas por exercícios dedicados aos vários segmentos corporais, para treino e promoção da força muscular, coordenação motora, agilidade, ativação cardiovascular, alongamento e relaxamento.

Público mais velho | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 7 participantes)
CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

ZUMBA ADAPTADA

Centro Intergeracional Ferreira Borges

04 | 11 | 18 | 25 agosto

Segundas-feiras | 14h30 às 15h30

Atividade física ligeira adaptada, para iniciantes, com o objetivo de realizar exercícios de baixo impacto que visam manter a coordenação motora, promover a flexibilidade e proporcionar um momento de convívio e descontração. Aconselhado o uso de roupa e calçado confortável.

Público mais velho | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CI Ferreira Borges | 213 563 280 | isabel.botelho@scml.pt | sonia.gaivota@scml.pt

TORNEIO DE BOCCIA

Centro de Dia de Santo Eugénio

26 agosto

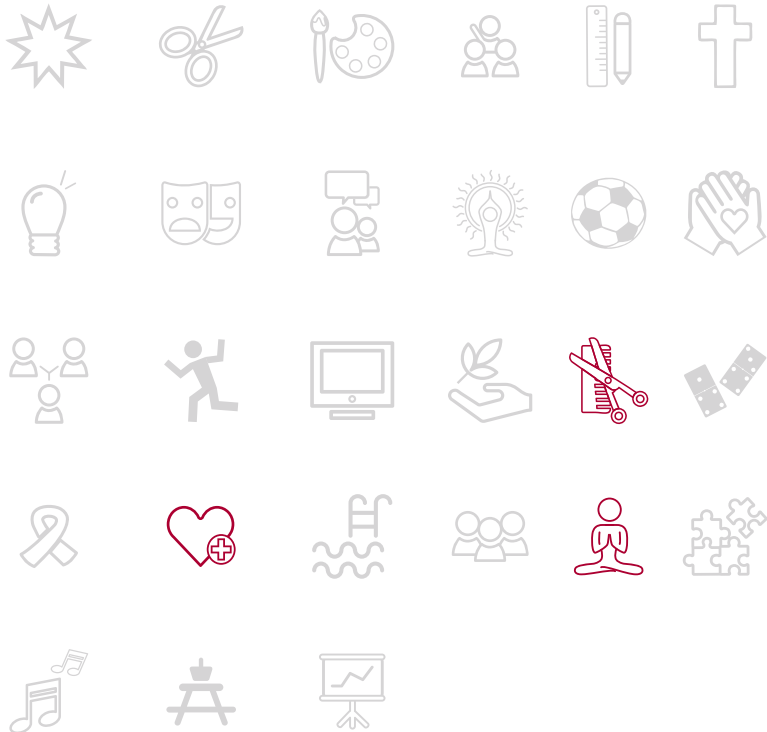
Terça-feira | 14h30 às 16h30

O Boccia é um desporto acessível e estratégico, permite que pessoas de diferentes idades e condições físicas participem, criando um ambiente de convívio e bem-estar. Esta atividade pretende promover a socialização, a atividade física e o espírito competitivo e saudável entre os participantes.

Público em geral | Mediante inscrição
CD Santo Eugénio | 218 540 950 | anabela.oribeiro@scml.pt



ATIVIDADES DE IMAGEM E BEM-ESTAR



EXPRESSÃO E MOVIMENTO

Centro Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios

01 | 08 | 15 | 22 | 29 julho

19 | 26 agosto

Terças-feiras | 14h30 às 15h30

Esta atividade convida os participantes a cuidarem do corpo e da mente através de exercícios de movimento e momentos de relaxamento.

Público mais velho | Mediante inscrição (até 1 dia de antecedência)
CDC B° dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

BIODANZA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

01 julho

05 agosto

Terças-feiras | 14h30 às 16h00

Sessão onde são realizados exercícios que proporcionam a integração entre o sentir, o pensar e o agir. Atividade desenvolvida pela Unidade de Saúde do Pólo Oriental.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 7 participantes)
CD N° Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

MOVIMENTO E RITMO

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

01 | 04 | 08 | 11 | 15 | 18 | 22 | 25 | 29 julho

05 | 08 | 12 | 19 | 22 | 26 | 29 agosto

Terças e sextas-feiras | 10h30 às 11h15

Atividade de alongamento ao som da música, com o objetivo da manutenção da postura corporal.

Público em geral | Mediante inscrição (até 3 dias de antecedência, máx. 15 participantes)
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

MINDFULNESS

Centro Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios

01 | 04 | 08 | 11 | 29 julho

05 | 08 | 12 agosto

Terças-feiras - 16h00 às 17h00 | Sextas-feiras - 11h00 às 12h00

O Mindfulness é um conjunto de práticas para desenvolver a capacidade humana de estar plenamente consciente dos pensamentos, das emoções e do corpo. Implica adotar uma atitude aberta e tolerante em relação aos pensamentos, memórias, sensações, emoções...

Público mais velho | Mediante inscrição
CDC B° dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

MEDITAÇÃO

Centro Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios

03 | 14 | 16 | 21 | 23 | 28 | 30 julho

04 | 06 | 11 | 13 | 18 | 20 | 25 | 27 agosto

Segundas-feiras - 11h00 às 12h00 | Quartas-feiras - 14h30 às 15h30

Utilização de técnicas que permitem conduzir a mente para um estado de calma e relaxamento, através da postura e da focalização da atenção.

Público mais velho | Mediante inscrição
CDC B° dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

REIKI

Centro de dia do Alto do Lumiar

04 | 11 | 18 | 25 julho

Sextas-feiras | 14h00 às 15h00

O Reiki promove equilíbrio, relaxamento, expansão de consciência e sensação de bem-estar, trazendo transformações físicas, mentais e emocionais ao participante. Esta atividade é dinamizada por uma voluntária.

Público em geral | Mediante inscrição (até 2 dias de antecedência, máx. 2 participantes)
CD Alto do Lumiar | 217 553 400 | ilda.vieira@scml.pt

MEDITAÇÃO

Centro de Dia Nossa Senhora da Pena

08 julho

Terça-feira | 14h30 às 15h30

Atividade de bem-estar que promove o relaxamento físico e mental, a tranquilidade, combate o stress e melhora a qualidade do sono.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 4 participantes)
CD N° Sra. Pena | 218 847 060 | isabel.escaleira@scml.pt

REIKI

Centro de Dia do Alto do Pina

08 | 15 julho

Terças-feiras | 13h30 às 16h30

O Reiki promove equilíbrio, relaxamento, expansão de consciência e sensação de bem-estar, trazendo transformações físicas, mentais e emocionais ao participante. Esta atividade é dinamizada por uma voluntária.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

SESSÕES DE SNOEZELLEN

ERPI Quinta Alegre

08 | 11 | 15 | 18 | 22 | 25 | 29 julho

05 | 08 | 12 | 19 | 22 agosto

Terças e sextas-feiras | 09h30 às 12h30

As sessões de Snoezelen proporcionam um ambiente multissensorial pensado para promover o relaxamento, a estimulação sensorial e o bem-estar emocional. Através de luzes suaves, sons tranquilos, aromas delicados e texturas envolventes, estas sessões são especialmente benéficas para pessoas com necessidades especiais, défices cognitivos ou dificuldades sensoriais, mas aberta a todos os que queiram experimentar momentos de serenidade e conforto.

Cada sessão deverá ser assegurada pelo técnico de cada equipamento participante.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 2 participantes)
ERPI Quinta Alegre | 210 521 760 | tania.gomes@scml.pt

BIODANZA

Centro de Dia Nossa Senhora da Pena

15 julho

Terça-feira | 14h00 às 15h00

Sessão onde são realizados exercícios que proporcionam a integração entre o sentir, o pensar e o agir. Atividade desenvolvida pela Enfermeira Filipa Domingues da Unidade de Saúde do Pólo Oriental - SCML.

Público em geral | + 55 anos | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
CD Nª Sra. Pena | 218 847 060 | isabel.escaleira@scml.pt

BIODANZA

Centro Social de São Boaventura

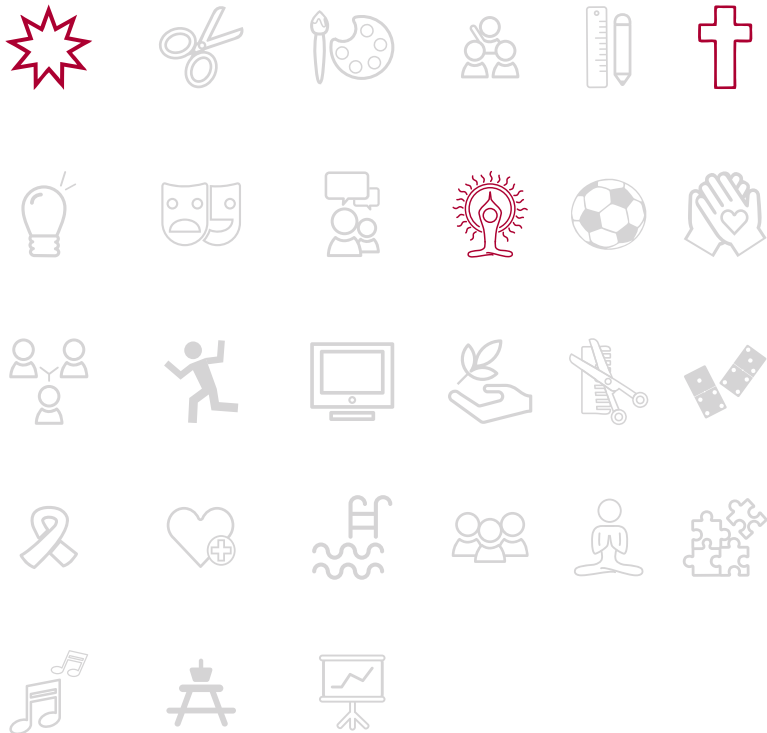
24 julho

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Sessão onde são realizados exercícios que proporcionam a integração entre o sentir, o pensar e o agir. Atividade desenvolvida pela Enfermeira Filipa Domingues da Unidade de Saúde do Pólo Oriental - SCML.

Público mais velho | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 7 participantes)
CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

ATIVIDADES RELIGIOSAS E ESPIRITUAIS



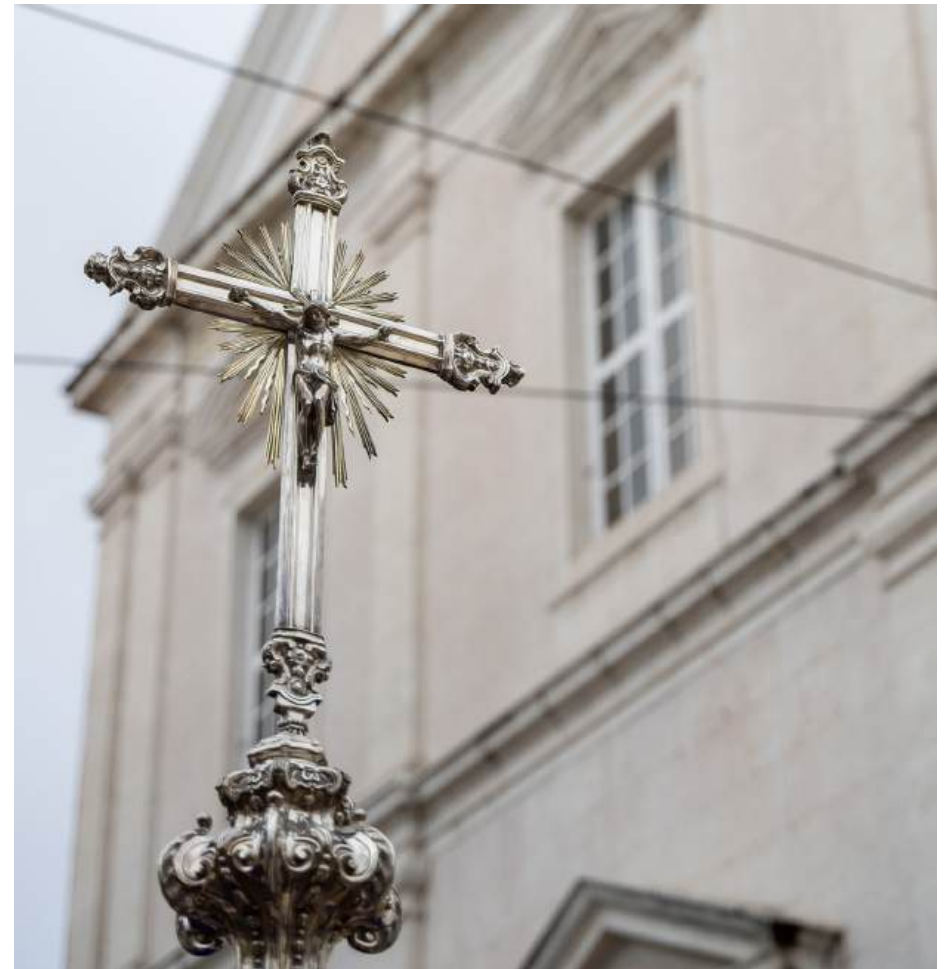
CELEBRAÇÃO EUCARÍSTICA

Centro Social e Polivalente Bairro das Furnas - Espaço ComVida

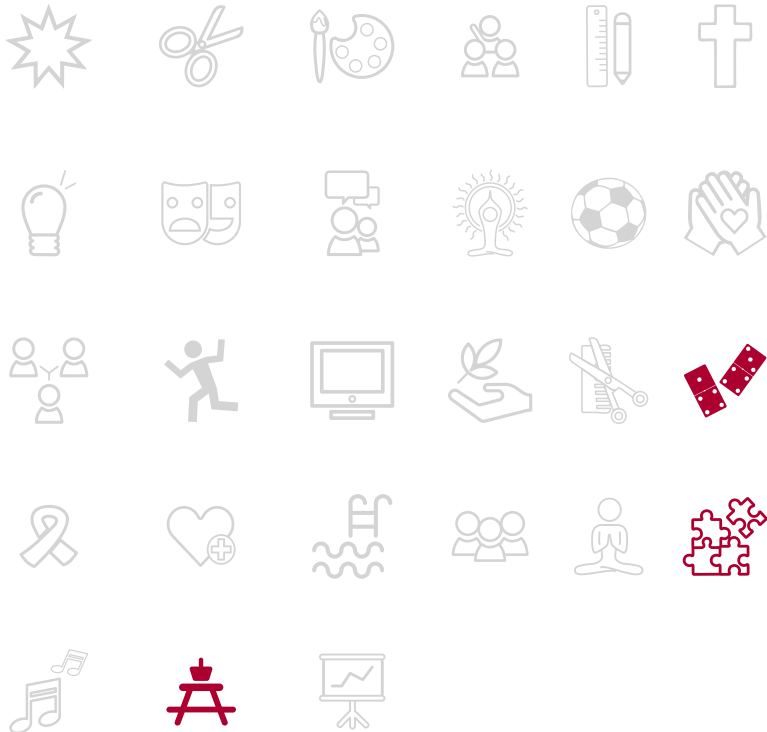
28 julho
Segunda-feira | 15h00 às 16h00

Dinamizada pela Irmandade de S. Roque, os participantes são convidados para, em conjunto, ouvirem e participarem na celebração.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
Espaço ComVida | 217 223 631 | csp.bairrofurnas@scml.pt | vanessa.fcarvalho@scml.pt



ATIVIDADES LÚDICO- -RECREATIVAS



BINGO

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

01 | 08 | 15 | 22 julho

05 | 12 | 19 | 26 agosto

Terças-feiras | 14h00 às 16h00

Atividade desenvolvida com o objetivo de estimular a atenção, concentração e acuidade visual, promovendo a socialização.

Público em geral | Mediante inscrição (até 5 dias de antecedência)
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

QUIZ MUSICALMENTE

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

02 | 09 | 16 | 23 | 30 julho

06 | 13 | 20 | 27 agosto

Quartas-feiras | 14h30 às 16h00

Jogo interativo de perguntas e respostas no âmbito da música, onde se pretende que, após ouvir um trecho musical, se identifique o intérprete do tema, o estilo musical ou o filme/série televisiva associada. Atividade dinamizada por Henrique Martins.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Rainha D.ª Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

JOGOS TRADICIONAIS E PINTURA INTERGERACIONAL

Centro de Dia Nossa Senhora da Pena

03 julho

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Uma tarde cheia de cor, memórias e alegria! Esta atividade intergeracional, realizada em parceria com a Escola Básica nº1 de Lisboa, junta várias gerações num momento de partilha, criatividade e diversão, através de jogos tradicionais e pintura.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 4 participantes)
CD N.ª Sra. Pena | 218 847 060 | isabel.escaleira@scml.pt

BINGO

Centro de dia do Alto do Lumiar

11 | 25 julho

Sextas-feiras | 14h30 às 16h00

Dinamização do jogo do Bingo com vista à promoção do bem-estar, interação social e estímulo cognitivo.

Público em geral | Mediante inscrição (até 2 dias de antecedência, máx. 5 participantes)
CD Alto do Lumiar | 217 553 400 | ilda.vieira@scml.pt

BICICLETAS & COMPANHIA

Centro de Promoção Social PRODAC

16 julho

Quarta-feira | 10h00 às 12h00

Passeios em bicicleta “táxi”, que começam junto ao parque ribeirinho do Oriente e decorrem naquela zona, ao longo da margem do Tejo, num percurso particularmente bonito e agradável. Especialmente pensado para passageiros com limitações de mobilidade, levando a que todos possam usufruir de um passeio de bicicleta.

Público mais velho | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 217 128 600 | cps.prodac@scml.pt

PIC-NIC NO PARQUE MARECHAL CARMONA

Centro de Dia do Alto do Pina

24 julho

Quinta-feira | 11h00 às 15h00

Um dia ao ar livre para saborear a natureza e o bom convívio. Esta saída ao Parque Marechal Carmona, em Cascais, tem como objetivo fortalecer laços num ambiente descontraído, com partilha de refeições, conversas e boa disposição.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 3 participantes)
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

FOTO-PAPER POR CAMPO DE OURIQUE

Centro Intergeracional Ferreira Borges

21 agosto

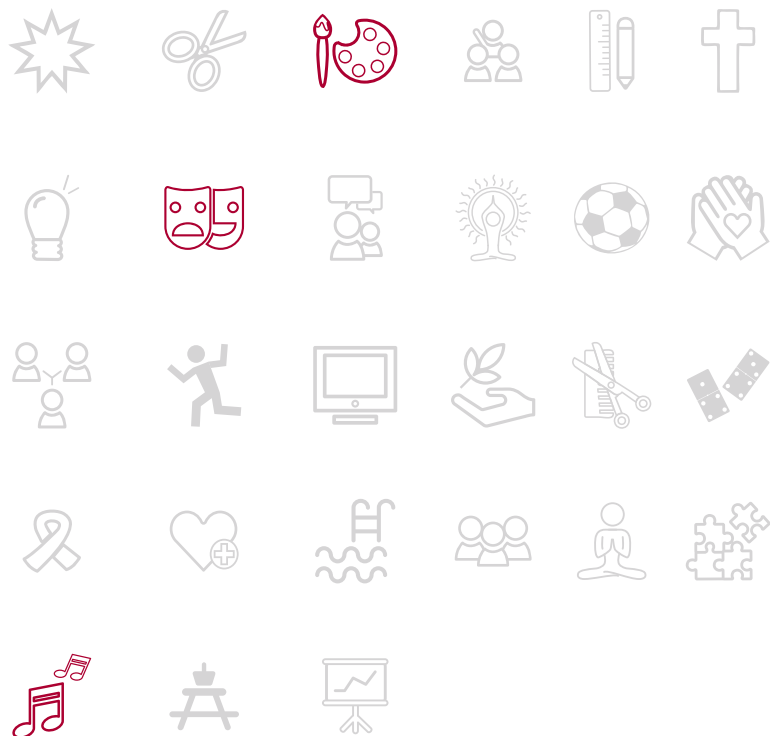
Quarta-feira | 14h30 às 15h30

Nesta atividade, os participantes são convidados a explorar Campo de Ourique e a reconhecer locais emblemáticos através de pistas visuais. Com a ajuda de fotografias, será possível identificar espaços marcantes, promovendo a observação, a memória e o espírito de equipa. Uma aventura fotográfica pelas ruas do bairro!

Público SCML | Mediante inscrição (máx. 20 participantes)
CI Ferreira Borges | 213 563 280 | isabel.botelho@scml.pt | sonia.gaivota@scml.pt



ATIVIDADES ARTÍSTICAS E CULTURAIS



Agenda Sociocultural | julho e agosto

AULAS DE GUITARRA

Centro de Promoção Social PRODAC

julho

Segundas-feiras | Terças-feiras - 16h00 – Iniciados

Terças-feiras | Quartas-feiras - 18h30 - Avançados

Sessões descontraídas onde se aprende a tocar guitarra, se fazem amizades e se sonham projetos. Aprender a tocar um instrumento é uma atividade enriquecedora e gratificante que pode ser realizada e apreciada por pessoas de todas as idades.

Público em geral | + 8 anos | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

CICLO DE CINEMA

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

01 | 08 | 15 | 22 | 29 julho

05 | 12 | 19 | 26 agosto

Terças-feiras | 14h00 às 16h00

Mais do que assistir a um filme, estas sessões convidam à partilha de ideias, emoções e perspetivas. A atividade começa com a exibição de um filme, cuidadosamente selecionado, no final segue-se um momento de conversa dinamizado pelo voluntário João Petisca.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CD Rainha D.^a Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

CORO PRODAC

Centro de Promoção Social PRODAC

02 | 09 | 16 | 23 | 30 julho

Quartas-feiras | 16h45 às 18h30

Esta atividade, com ensaios semanais e algumas apresentações pontuais, é aberta a todas as pessoas, os que cantam muito bem, os que não cantam nada mal, os que cantam assim-assim e até os desafinados. Cantar liberta endorfinas de bem-estar, as hormonas que diminuem o stress e nos fazem sentir mais felizes e em paz.

Público em geral | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

TANGOTERAPIA

Centro Social e Polivalente Bairro das Furnas - Espaço ComVida

02 | 09 | 16 | 23 | 30 julho

Quartas-feiras | 13h45 às 14h45

Sessão de tango adaptado, com o objetivo de melhorar o bem-estar dos participantes, estimulando a memória, a musicalidade, a concentração, a perceção e o raciocínio. Espaço de convívio e aprendizagem entre pares adequado às capacidades de cada participante.

Público com diagnóstico de demência | Mediante inscrição (máx. 5 participantes)
Espaço ComVida | 217 223 631 | csp.bairrofurnas@scml.pt | vanessa.fcarvalho@scml.pt

REDESCOBRIR

Centro de Promoção Social PRODAC

02 | 17 julho

Diferentes dias e horários

Visitas guiadas, quinzenais, para redescobrir o património histórico e cultural da cidade. Museus e outros monumentos em Lisboa e nos arredores.

02 julho | 14h30
Museu da RTP

17 julho | 11h00
Museu do Trabalho de Setúbal

Público em geral | Mediante inscrição (máx. 20 participantes)
CPS PRODAC | 218 310 950 | cps.prodac@scml.pt

CLUBE DE LEITURA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

03 | 10 | 17 | 24 | 31 julho

07 | 14 | 21 | 28 agosto

Quintas-feiras | 14h30 às 15h30

As sessões desenvolvem-se em parceria com a Biblioteca da SCML, promovem a leitura de livros, de poemas ou prosas, que proporcionam momentos de reflexão e diálogo.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência, máx. 7 participantes)
CSP São Cristóvão e São Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

À DESCOBERTA DA CULTURA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

07 | 14 | 28 julho

04 | 11 | 18 | 25 agosto

Segundas-feiras | 14h00 às 16h00

Nesta atividade, dinamizada por um voluntário da Unidade de Promoção do Voluntariado, conversa-se sobre temas da atualidade, artistas portugueses, cultura e visitam-se museus e monumentos da cidade de Lisboa.

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CSP São Cristóvão e São Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

DISCOS PEDIDOS

Centro de Apoio Familiar

08 julho

12 agosto

Terças-feiras | 14h30 às 15h30

Discos Pedidos é uma atividade que convida cada participante a escolher uma música significativa, explorando as emoções, memórias e contextos pessoais que essa escolha evoca. Através da partilha musical, promove-se a autoestima, o relaxamento, o autocuidado, a expressão emocional e a escuta ativa, valorizando as histórias de vida e os afetos que a música desperta.

Público em geral | Mediante inscrição
CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt

TRONOS DE SANTO ANTÓNIO 2025 | EXPOSIÇÃO

Unidade de Animação Socioeducativa

09 a 31 julho

Dias úteis | 09h30 às 17h30

No âmbito do desafio lançado anualmente pela EGEAC e o Museu de Lisboa - Santo António, à cidade de Lisboa, 35 Equipamentos da SCML, em articulação com a Unidade de Animação Socioeducativa, aderiram à participação na elaboração dos Tronos de Santo António de 2025. Nesta iniciativa, os participantes tiveram oportunidade de criar e adornar os tronos de forma criativa e livre, mantendo simultaneamente uma ligação à tradição e cultura lisboeta, na devoção ao Santo António. A exposição de Tronos Santo António 2025, está patente no Espaço Santa Casa - Unidade de Animação Socioeducativa, de 09 a 31 de julho entre as 09h30 e as 17h30.

Inauguração | 09 julho - 14h30

Público em geral
UASE | 213 261 340 | espacosantacasa@scml.pt

VIVER A CIDADE

Unidade de Animação Socioeducativa

25 julho

Sexta-feira | 15h30 às 17h30

No âmbito do projeto “Viver a Cidade”, a Unidade de Animação Socioeducativa, proporciona mensalmente uma visita cultural na cidade de Lisboa com o objetivo de dar a conhecer à comunidade alguns dos seus espaços culturais, acreditando que a arte e a cultura podem ajudar a transformar os indivíduos e as sociedades. A visita de julho será ao Museu de Arte Contemporânea Armando Martins (MACAM) - visita à exposição permanente: Uma coleção a dois tempos. O ponto de encontro é no Espaço Santa Casa às 14h30. Em agosto não se realiza visita.

Público em geral | 2,5/pax | Mediante inscrição
UASE | 213 261 340 | gatasc@scml.pt

CANTARES POPULARES

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

30 julho

06 | 13 | 20 | 27 agosto

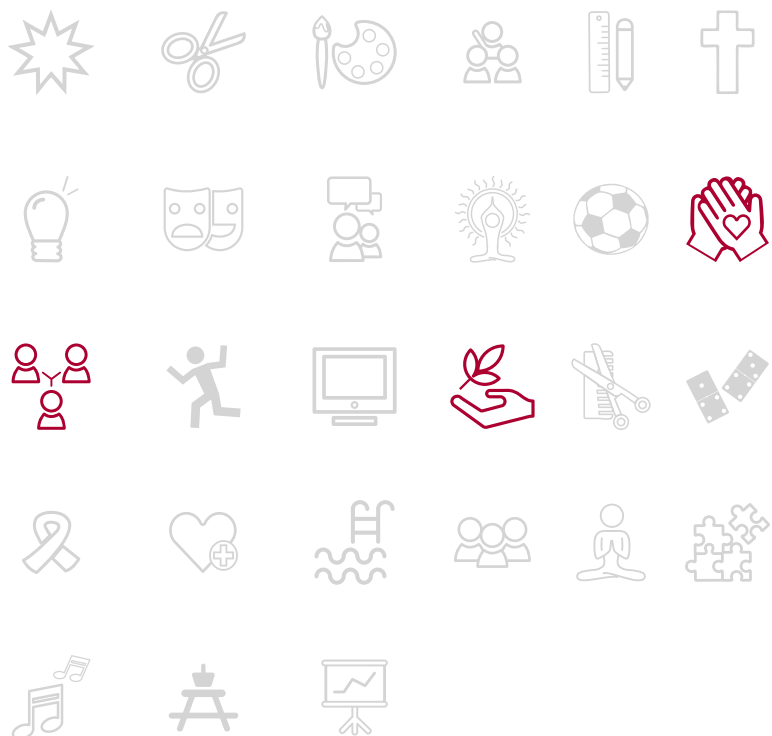
Quartas-feiras | 11h00 às 12h00

Recorrendo a canções populares e tradicionais portuguesas, esta é uma atividade desenvolvida em parceria com a Unidade de Promoção do Voluntariado e que tem como objetivo estimular a memória, a atenção e a voz.

Público em geral | + 55 anos | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
CSP São Cristóvão e São Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt



ATIVIDADES PARTICIPAÇÃO SOCIAL



MERCADOS NA PRAÇA

Centro de Dia do Alto do Pina

12 julho
Sábado | 10h00 às 19h00

Mercados na Praça é uma mostra comunitária organizada pela Junta de Freguesia do Areeiro, realiza-se no Jardim Fernando Pessa e, para além do Centro Dia do Alto do Pina estarão representadas outras instituições, associações e parceiros que desenvolvem atividades nesta freguesia, proporcionando uma oportunidade de interação e partilha de projetos e respostas sociais.

Público em geral
CD Alto do Pina | 218 411 070 | cd.altodopina@scml.pt

MOVIMENT'ARROIOS

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos
Centro de Dia Nossa Senhora da Pena

23 julho
Quarta-feira | 10h00 às 12h00

No âmbito do Dia Mundial dos Avós, o CD N.ª Sra. dos Anjos e CD N.ª Sra. Pena participam na iniciativa Moviment'Arroios, uma atividade intergeracional dinamizada no Campo Mártires da Pátria, em colaboração com a Comissão Social de Freguesia de Arroios - Grupo do Envelhecimento Ativo, Mobilidade e Segurança. Ao longo da manhã, haverá caminhada, ioga, rastreios e ações de sensibilização, num momento dedicado à saúde, ao bem-estar e à valorização das gerações mais experientes.

Público em geral
CD N.ª Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt
CD N.ª Sra. Pena | 218 847 060 | isabel.escaleira@scml.pt

The background is a solid dark blue color, densely populated with a repeating pattern of small, white, line-art icons. These icons represent a wide variety of concepts including technology (computers, lightbulbs, puzzle pieces), nature (trees, leaves), health (hearts, ribbons), sports (soccer balls, running figures), and social interaction (groups of people, hands shaking).

OUTRAS ATIVIDADES

Bordalo em Trânsito | Exposição

Museu Bordalo Pinheiro

julho | agosto

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h00

A exposição Bordalo em Trânsito apresenta-se como uma proposta de releitura dos temas bordalianos à luz do presente, com a preciosa nota de que o espírito crítico e o humor podem ser os aliados perfeitos para a construção de uma cidadania ativa, participada e construtiva. Organizada em três núcleos – Bordalo ao espelho, Zé Povinho, Identidade e Política e Bordalo à Mesa.

Organização: Museu Bordalo Pinheiro
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://museubordalopinheiro.pt/expo/bordalo-em-transito/>

Entre os Vossos Dentes | Exposição

Fundação Calouste Gulbenkian - Centro de Arte Moderna

julho | agosto

Quarta a segunda-feira | 10h00 às 18h00

Depois de uma pequena exposição conjunta no Rio de Janeiro, em 2017, as obras de Paula Rego e da artista brasileira Adriana Varejão voltam a dialogar num mesmo lugar, agora na Nave do Centro de Arte Moderna (CAM). Embora pertençam a continentes e gerações diferentes, e as suas obras sejam radicalmente distintas na forma, “Entre os Vossos Dentes” reúne 80 obras das artistas, dispostas em 13 salas temáticas cenografadas por Daniela Thomas, propondo uma dramaturgia imersiva, reveladora de novas dimensões da profundidade psicológica e do poder imaginativo das autoras.

Organização: Fundação Calouste Gulbenkian - CAM, Curadoria de Adriana Varejão, Helena de Freitas e Vítor Gorgulho
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://gulbenkian.pt/cam/agenda/paula-rego-e-adriana-varejao/>

120 anos do Museu de São Roque | Exposição

Museu e Igreja de São Roque

julho - agosto

Terça-feira a Domingo | 10h00 às 12h00 | 13h30 às 18h00

Em 2025, o Museu de São Roque celebra 120 anos de história, evocando a sua inauguração em 1905 como Museu do Tesouro da Capela de São João Baptista. Esta efeméride é marcada por uma programação especial que decorre até ao dia 11 janeiro de 2026. A exposição homenageia o legado artístico e religioso da coleção e das suas transformações ao longo dos últimos 120 anos, reforçando a importância do Museu de São Roque como um importante lugar de memória e cultura da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | 8€/pax

Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Portugal Pop - A moda em português 1970-2020 | Exposição

MUDE - Museu do Design

julho | agosto

Terça a quinta-feira - 10h00 às 19h00 | sexta-feira e sábado - 10h00 às 21h00

A exposição apresenta a cultura de moda em Portugal, as mudanças ocorridas nos últimos 50 anos e a influência das tradições culturais e memórias coletivas nos vários autores representados, oferecendo uma perspetiva sobre a moda nacional desde as vésperas da Revolução de 1974 até à atualidade.

Organização: MUDE - Museu do Design e a Esad-Idea, curadoria de Bárbara Coutinho
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://mude.pt/>

Os Murais de Almada nas Gares Marítimas | Exposição

Centro Interpretativo das Gares Marítimas

julho | agosto

Vários dias | Diferentes horários

O Centro Interpretativo das Gares Marítimas de Lisboa contempla os 14 painéis de Almada Negreiros, restaurados, num novo polo cultural na capital portuguesa, na ligação de Alcântara a Belém. Este centro permite ficar a conhecer o contexto de construção e decoração dos Terminais de Navegação, a relação entre o arquiteto Pardal Monteiro, autor dos edifícios, e o artista Almada Negreiros, os estudos do artista para as Gares Marítimas e os diferentes momentos políticos e históricos que se refletiram no funcionamento das Gares, da II Guerra Mundial à emigração transatlântica, das partidas para a Guerra Colonial ao processo de descolonização.

Este novo polo cultural em Alcântara resulta de uma colaboração entre o Porto de Lisboa, a Associação de Turismo de Lisboa e a Câmara Municipal de Lisboa.

Organização: Centro Interpretativo das Gares Marítimas de Lisboa

Público em geral | Entrada livre mediante marcação prévia através do site

<https://www.muraisalmadagaresmaritimas.pt/contactos-e-informacoes-uteis>

<https://www.portodelisboa.pt/visitas-ao-porto>

Encontros com memória | Visitas orientadas

Núcleos do Museu de Lisboa

julho | agosto

Segunda a sexta-feira | 10h00 às 18h00

Visitas orientadas e oficinas pensadas para pessoas com demência e para os seus cuidadores. Através destas visitas, procura-se proporcionar um momento de diálogo e partilha, explorar as coleções do Museu e abordar temas como as tradições, histórias e hábitos de vida, conquistas, lugares, objetos do quotidiano, estimulando os participantes intelectual e sensorialmente.

Organização: Museu de Lisboa

Participação gratuita | Atividade limitada a 10 participantes por grupo |

Necessária marcação prévia para:

servicoeducativo@museudelisboa.pt

<https://museudelisboa.pt/pt/events/4189-encontros-memoria/>

Casar - Materiais do arquivo Ephemera | Exposição

Galeria de Exposições Temporárias do Museu de São Roque

julho - agosto

Terça-feira a Domingo | 10h00 às 12h00 | 13h30 às 18h00

Casar - Materiais do arquivo Ephemera é uma exposição que reúne centenas de fotografias do arquivo Ephemera, provenientes de álbuns familiares e espólios diversos e que abarca um arco temporal que percorre todo o século XX. Além das fotografias, a exposição inclui quatro vestidos de noiva, de épocas e origens bem diversas, ementas de copos de água, um vídeo e uma adaptação original da Marcha Nupcial de Mendelssohn. Ao longo do percurso expositivo é possível observar as diferenças sociais patentes nas cerimónias de casamento realizadas quer nas grandes cidades e vilas, quer no interior do país, em casamentos ricos e pobres, em igrejas ou até em Las Vegas.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação gratuita

Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Casa dos Bicos | Visitas

julho | agosto

Segunda-feira a sábado | 10h00 às 18h00

Através da musealização de algumas estruturas arqueológicas encontradas em diversas campanhas realizadas neste espaço desde 1981, a exposição apresenta dados inéditos sobre a evolução ocupacional do sítio, permitindo conhecer diversas fases da evolução desta parcela da frente ribeirinha, entre o período romano e a atualidade.

Da cidade romana de Olisipo, são revelados vestígios de uma unidade fabril de preparados e condimentos de peixe, instalada provavelmente no séc. I d.C. junto à praia fluvial.

Organização: Casa dos Bicos - Museu de Lisboa

Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://www.josesaramago.org/contactos-e-informacoes/>

31 Mulheres - Uma Exposição de Peggy Guggenheim

| Exposição

Museu de Arte Contemporânea MAC/CCB

julho | agosto

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h30

Em 1943, a colecionadora Peggy Guggenheim organizou, na sua galeria Art of This Century, em Nova Iorque, uma das primeiras exposições dedicadas exclusivamente ao trabalho de mulheres artistas nos Estados Unidos.

Provenientes da Europa e dos Estados Unidos, as artistas seleccionadas foram figuras consagradas, mas também novos talentos, sobretudo ligados ao surrealismo e à arte abstrata. Conscientes dos desafios que enfrentavam pelo simples facto de serem mulheres, estas artistas recorreram às linguagens artísticas dominantes da sua época para contrariar a norma, reinterpretando as tendências do surrealismo e do expressionismo abstrato a fim de denunciar os preceitos patriarcais em que estes movimentos se fundavam.

Organização: Fundación MAPFRE em colaboração com o Museu de Arte Contemporânea MAC/CCB, curadoria de Patricia Mayayo
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://www.ccb.pt/evento/31-mulheres-uma-exposicao-de-peggy-guggenheim/>

Visitas ao Templo Radha Krishna

Comunidade Hindu de Portugal

julho | agosto

Segunda a sexta-feira | 10h00 às 12h00

O Templo Radha Krishna foi inaugurado oficialmente a 4 de novembro de 1998 e desde então, tem funcionado diariamente, recebendo todos os membros da Comunidade e tendo as portas abertas a todas as pessoas que queiram visitar este local que é um símbolo do Hinduísmo e onde são levadas a cabo atividades espirituais e religiosas.

Organização: Comunidade Hindu de Portugal
Participação gratuita | Grupos a partir de 7 pessoas | Necessária marcação prévia para secretaria@comunidadehindu.org ou 217 576 524

<https://www.agendalx.pt/events/event/visitas-ao-templo-radha-krishna/>

O Barro Azul de Lisboa | Exposição

Museu de Lisboa - Teatro Romano

julho | agosto

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h00

Em 1755, um violento terramoto arrasou Lisboa e criou um antes e um depois no registo arqueológico, guardando sob os seus escombros testemunhos e vivências da cidade dos séculos XVI, XVII e XVIII. A coleção de faiança do Museu de Lisboa - Teatro Romano, muito homogénea, é a expressão clara do cataclismo.

A exposição está organizada em três núcleos – Casa de Fresco, piso intermédio do museu e área arqueológica do piso inferior –, em cada um destes locais aborda-se uma vertente do tema: a predileção da época pela faiança e a ostentação de riqueza; a origem e características da faiança; as marcas do incêndio nas peças e os respetivos contextos arqueológicos.

Organização: Museu de Lisboa - Teatro Romano
Público em geral | 3€/pax

<https://museudelisboa.pt/pt/events/17877-exposicao-barro-azul-lisboa/>

Pintura em movimento | Exposição

Museu Arpad Szenes-Vieira da Silva

Julho | agosto

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h00

Uma exposição imersiva, uma experiência sensorial, única e inovadora, que alia a obra de arte com a imagem em movimento e o som. O músico e compositor Rodrigo Leão assina a banda sonora original, especialmente criada para esta animação da pintura de Maria Helena Vieira da Silva.

Organização: Museu Arpad Szenes-Vieira da Silva
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://fasvs.pt/eventos/vieira-da-silva-pintura-em-movimento/>

Uma Coleção a Dois Tempos | Exposição Museu de Arte Contemporânea Armando Martins (MACAM)

julho | agosto

Quarta a segunda-feira | 10h00 às 19h00

O MACAM é uma instituição única em Portugal e de visita incontornável, um projeto inédito que torna pública a coleção privada de Armando Martins, que contempla arte moderna e contemporânea, portuguesa e internacional, reunida nos últimos 50 anos. O MACAM inclui no seu espaço um Hotel, ao qual a coleção se estende. Uma proposta inédita criada para proporcionar uma experiência única de vivência das artes, assente nos conceitos de partilha, descoberta e tempo de lazer com qualidade. A exposição “Uma Coleção a Dois Tempos”, que ocupa as galerias 1 e 2 do piso 0 do Palácio, assume um carácter de permanência, de forma a garantir um acesso contínuo a obras relevantes da história de arte, que caracterizam a coleção MACAM.

Organização: MACAM

Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://macam.pt/pt/exposicao-permanente>

Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | Visitas guiadas

01 | 03 | 08 | 10 | 15 | 17 | 22 | 24 | 29 | 31 julho

05 | 07 | 12 | 14 | 19 | 21 | 26 | 28 agosto

Terças-feiras - 11h00 | Quintas-feiras - 15h00

Museu situado no antigo Palácio Portugal da Gama, edifício seiscentista recuperado e musealizado para exibir publicamente o acervo de arte asiática que Francisco Capelo reuniu ao longo de mais de 20 anos. Constituído por cerca de 1300 objetos, abrange uma grande diversidade de obras de arte de várias regiões da Ásia, do século III a.C. aos inícios do século XX, com peças provenientes de catorze países da Ásia: Índia, Nepal, Sri Lanka, Tailândia, Myanmar, Laos, Vietname, Camboja, China, Coreia, Japão, Indonésia, Timor-Leste e Filipinas.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | 12€/pax | Sem marcação prévia (máx. 20 participantes)

Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 | 213 235 401 | ca.cfc@scml.pt

Mostra de Curtas InImpetus 2025 | Cinema Auditório Miguel Rovisco

01 julho

Terça-feira | 19h30

A In Impetus tem o prazer de convidar toda a comunidade a participar numa sessão especial dedicada ao cinema e à expressão artística dos nossos jovens criadores. Será a celebração do talento emergente e do trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo, refletindo o compromisso com a formação.

Organização: InImpetus - Escola de Actores

Público em geral | Entrada livre

<https://www.facebook.com/Inimpetus/posts/-mostra-de-curtas-in-impetus-a-in-impetus-tem-o-prazer-de-convidar-toda-a-comuni/129901505228000/>

527 anos da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa | Visita temática Sede da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

02 julho

Quarta-feira | 10h00 | 15h00

Comemore connosco os 527 anos da Misericórdia de Lisboa, nesta visita guiada a alguns dos espaços mais emblemáticos da Santa Casa. Fique a conhecer a Sala de Extrações da Lotaria Nacional, a Sala de Sessões da Mesa, e ainda o histórico Compromisso da Misericórdia de Lisboa. Ponto de encontro na receção do Museu de São Roque.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação gratuita | Mediante marcação (máx. 25 participantes)

Informações: Direção da Cultura da SCML | 213 240 869 | culturasantacasa@scml.pt

Missa de Aniversário da SCML - 527 anos Irmandade da Misericórdia e de São Roque de Lisboa

02 julho
Quarta-feira | 11h00

Atividade promovida pela Irmandade da Misericórdia e de São Roque de Lisboa.

Organização: Irmandade da Misericórdia e de São Roque de Lisboa
Público em geral | Entrada livre
Informações: Irmandade da Misericórdia e de São Roque de Lisboa | 213 235 066 | geral@irmandadesaoroque.pt

Peça do Mês - Busto de D. João V | Visita guiada Museu e Igreja de São Roque

02 julho
Quarta-feira | 13h30

Visita breve, à hora de almoço, onde será analisada, em detalhe, uma peça da coleção do Museu de São Roque.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | 3,5€/pax | Mediante marcação (Máx. 30 participantes)
Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Uma Rainha, uma Casa, um legado... | Oficina Museu e Igreja de São Roque

02 julho
Quarta-feira | 15h00

Nesta atividade vamos explorar a vida e o legado de uma das figuras mais importantes da história portuguesa. Dona Leonor destaca-se como uma líder visionária, promovendo a educação, a arte e a cultura. Através da sua determinação e compaixão moldou não apenas o seu reino, mas também o futuro de gerações. Entrelaçando fatos históricos com algumas das peças do Museu de São Roque, esta atividade convida-nos a refletir sobre o poder transformador da liderança feminina e a importância do amor e da justiça em tempos de adversidade.

Organização: Cultura Santa Casa
Famílias com crianças dos 6 aos 12 anos | Participação gratuita | Mediante marcação (máx. 20 participantes)
Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

A Idade do Jazz | Concerto comentado Fundação Calouste Gulbenkian - Auditório 2

02 julho
Quarta-feira - 18h00

Celebramos o centenário da Exposição de Artes Decorativas e Industriais Modernas, em Paris, com um concerto comentado que recria o espírito do jazz dos “loucos anos 20”.

Com a história do Jazz como pano de fundo, e recriando o ambiente de um salão típico do período Déco, uma personagem da época leva-nos numa viagem pelo passado deste estilo musical, que acabou por se tornar no reflexo de uma forma de estar generalizada, marcada pela irreverência, pela rotura e por uma cultura de massas.

Organização: Fundação Calouste Gulbenkian
Público em geral | Entrada livre (Levantamento de bilhetes, sujeito à lotação da sala)

<https://gulbenkian.pt/agenda/a-idade-do-jazz/>

Isto não é uma aula – Referências LGBT na literatura portuguesa | Conversa Casa do Comum

02 julho
Quarta-feira | 19h00

Por entre autorias desconhecidas e outras canónicas que estavam mesmo a pedir uma releitura queer, lendo textos que irão do século XIX a 2024, levantamos referências para uma comunidade a quem, apesar da história que possui, frequentemente falta o vocabulário sentimental e social necessários para imaginar um futuro.

As conversas são uma parceria com a Livraria Aberta e terão lugar na Casa do Comum, ficando a responsabilidade de as mediar sobre Paulo Brás. As pessoas que participam não sabem o que é que vai ser lido até ao início da sessão. Os textos são lidos em voz alta por quem quer e comentados. Frequentemente, a leitura é usada como mote para uma conversa à margem da literatura.

Organização: Casa do Comum em parceria com a Livraria Aberta e Causas Comuns Público em geral | Entrada livre | Duração estimada: 01h30

<https://www.casadocomum.org/isto-nao-e-uma-aula-referencias-lgbt-na-literatura-portuguesa-2/>

Jardim Cultural 2025 | Festival Jardim Quinta da Alfarrobeira - São Domingos de Benfica

03 a 06 julho
Vários dias | Vários horários

O Jardim Cultural é um evento de referência no calendário cultural de Lisboa, proporcionando um playground acolhedor e inclusivo para todas as gerações. Este ano, a programação musical terá 12 concertos que garantem uma diversidade de estilos musicais. Uma das grandes atrações do Jardim Cultural é o Summer Market, que reúne uma curadoria de marcas que oferecem produtos trendy e artesanais. Os visitantes poderão também explorar uma vasta gama de opções de Street Foods, com sabores que vão do tradicional ao exótico, servidos por food trucks e bancas de comida.

Organização: Jardim Cultural Público em geral | Entrada livre
Informações: jardimcultural.pt@gmail.com

<https://www.jardimcultural.com/>

Mistérios em São Roque | Peddy Paper Museu e Igreja de São Roque

05 julho
02 agosto
Sábados | 10h30

Um código de letras encontrado numa pedra com mais de 500 anos será o início de uma aventura onde irás descobrir a história de São Roque, os seus painéis de azulejos e os espaços mais escondidos de uma igreja única da cidade de Lisboa

Organização: Cultura Santa Casa Famílias com crianças dos 8 aos 15 anos | 7,50€ por adulto acompanhado de 2 crianças e 1,50€ por cada participante adicional (gratuito para colaboradores SCML) | Mediante marcação (Máx. 25 participantes)
Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Mare è monti na Córsega - Diário de Rodrigo Rato | Apresentação de livro Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Carnide

05 julho
Sábado | 16h30 às 18h00

Uma viagem pelas memórias de infância, pelas paisagens deslumbrantes da Córsega e pelas emoções que nos acompanham no regresso a lugares que marcaram a nossa vida. Rodrigo Rato partilha o seu diário de viagem, num relato intimista, com humor e reflexão, sobre a passagem do tempo, o encanto do Mediterrâneo e a beleza de redescobrir o que já foi vivido.

Organização: Junta de Freguesia de Carnide Público em geral | Participação gratuita

<https://jf-carnide.pt/events/mare-e-monti-na-corsega/>

Jardim de Verão

Fundação Calouste Gulbenkian

Até 06 julho
Sábado e domingo | 14h00

Voltamos a abrir portas para acolher e celebrar as múltiplas culturas de Lisboa que desaguam na Gulbenkian com os sons, as histórias e as memórias de artistas das mais diversas origens, proveniências e ascendências. A programação desta edição inclui concertos no Grande Auditório e no Anfiteatro ao Ar Livre, DJ sets sob o Engawa, uma palestra-concerto, uma série de conversas, um ciclo de cinema, dança e atividades para famílias. Nestes dias, a partir das 14:00, todas as exposições têm entrada gratuita. Os bilhetes para os eventos podem ser levantados no próprio dia, a partir das 15:00.

Organização: Fundação Calouste Gulbenkian, Curadoria de Cláudia Semedo (conversas), Dino D'Santiago (música), Many Takes, Alexandra Matos, Luís Almeida (cinema) e Piny (dança)
Público em geral | Entrada livre

<https://gulbenkian.pt/jardim-de-verao/>

Metropolitana | Concerto final do estágio de verão 2025

Auditório da Paróquia de Santa Joana Princesa

11 julho
Sexta-feira | 17h30

Um momento musical imperdível que marca o encerramento do Estágio de Verão 2025, com a participação destes músicos talentosos da Metropolitana. Sob o lema “Concerto para a Paz”, esta apresentação promete emocionar e inspirar, através da linguagem universal da música. Programa a anunciar.

Organização: Metropolitana
Público em geral | 7€/pax

<https://www.metropolitana.pt/programacao/concerto-final-do-estagio-de-verao-2025/>

Pátio do Fado | Concerto

Biblioteca de Marvila

11 julho
Sexta-feira | 21h00

Atividade em parceria com a Associação Cultural localizada na freguesia de Marvila, ACOF – 1º Escola de Fado, que tem como objetivo principal a promoção e divulgação deste género musical. “Pátio do Fado” são espetáculos para usufruir de uma noite musical com os fadistas da ACOF no pátio da Biblioteca de Marvila.

Organização: ACOF - Associação Cultural O Fado
Público em geral | Entrada livre mediante marcação para: bib.marvila@cm-lisboa.pt

<https://blx.cm-lisboa.pt/evento/musica-patio-do-fado/>

Visitas comentadas

Vários locais

Até 15 julho
Vários dias | diferentes horários

As visitas têm como objetivo dar a conhecer a cidade, o seu património arquitetónico, histórico e cultural. São o resultado de parcerias com entidades públicas e privadas, nomeadamente equipamentos culturais, palácios, museus, fundações, igrejas, lojas e galerias. Acontecem todos os meses em locais diversificados como a Fundação Champalimaud, o Museu Maçónico Português, as Lojas de Artes e Ofícios, o Museu do Aljube ou o Museu da Marioneta.

Organização: Divisão de Promoção e Comunicação Cultural
Público em geral | Participação gratuita | Marcação prévia para: comentadas@cm-lisboa.pt ou para o número 218 170 593 das 14h às 16h.

<https://www.agendalx.pt/events/event/visitas-comentadas/>

O Canto do Tsuru | Teatro de sombras Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo

22 | 24 julho

05 | 07 | 19 | 21 agosto

Terças-feiras - 11h00 | Quintas-feiras - 15h00

Atrás de uma tela branca, existe um imperador japonês que ama a música do seu pássaro cantor e por isso, não o deixa partir. Neste Teatro de Sombras contamos uma história sobre amizade e a liberdade, entre quem tem tudo, uma menina que só tem uma coisa e um Tsuru que quer ser livre.

No final da história, vamos à procura desta ave no museu e do seu significado no Japão. E para tornar a aventura inesquecível, fazemos caixinhas de música decoradas por cada criança, que tocam como um Tsuru, livre e feliz!

Organização: Cultura Santa Casa

Famílias com crianças dos 5 aos 12 anos | Participação gratuita | Mediante marcação (máx. 10 participantes)

Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 | ca.cfc@scml.pt

A Imperatriz viúva - Cixi, a concubina que mudou a China, de Jung Chang | Comunidade de Leitores Biblioteca da SCML

24 julho

Quinta-feira | 18h00

Cixi, a imperatriz viúva (1835-1908) é a mulher mais importante da História da China. Governou a China durante décadas e trouxe um império medieval até aos tempos modernos. Durante uma seleção para consortes reais levada a cabo em todo o reino, Cixi foi escolhida com dezasseis anos para ser uma das inúmeras concubinas do imperador. Ascendendo de uma das mais baixas categorias de concubinato, após a morte do imperador, Cixi tomou o trono aos regentes que haviam sido nomeados por ele, chamando a si a governação da China.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação gratuita | Mediante marcação (máx. 15 participantes)

Informações: Biblioteca da SCML | 213 235 858 | 213 235 753 | biblioteca@scml.pt

Tribunal constitucional | Visitas Guiadas Palácio Ratton

25 julho

29 agosto

Sextas-feiras | 10h00 ou 15h00

O Tribunal Constitucional abre as portas para que todos os cidadãos possam conhecer melhor as funções e as competências deste órgão de soberania. O percurso da visita, que tem a duração de aproximadamente 40 minutos, é acompanhado de uma explicação sobre a história do palácio, as suas magníficas salas, e as funções do Tribunal Constitucional. Para além de ficar a conhecer como e sobre o que decidem os juizes conselheiros, irá descobrir locais inesperados, como o jardim e a biblioteca, segredos escondidos bem no centro de Lisboa.

Organização: Tribunal Constitucional

Público em geral | Mediante marcação (máx 25 participantes)

Formulário disponível em <https://www.tribunalconstitucional.pt/tc/40anos.html>

<https://www.tribunalconstitucional.pt/tc/40anos.html>

História de um pássaro em Kamishibai | Visita com atelier Museu e Igreja de São Roque

26 julho

23 agosto

Sábados | julho - 15h00 | agosto - 10h30

Os pássaros representados nas coleções de arte do Museu de São Roque são o ponto de partida para contar uma história em Kamishibai. Vamos ouvir e ver a história de um pássaro que nos ajuda a entender as emoções, apresentada num teatro de papel que combina uma sequência de ilustrações com o desenvolvimento da história contada pelo narrador. No final, as crianças irão construir um pássaro com a técnica de origami.

Organização: Cultura Santa Casa

Famílias com crianças dos 3 aos 8 anos | 7,50€ por adulto acompanhado de 2 crianças e 1,50€ por cada participante adicional (gratuito para colaboradores SCML) | Mediante marcação (Máx. 20 participantes)

Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Meu matalote e amigo Luís de Camões | Exposição

Centro de Exposições do Pavilhão de Portugal

Até 27 julho

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h00

No âmbito da reabertura do Pavilhão de Portugal, a exposição “Meu matalote e amigo Luís de Camões” promete ser uma viagem pelos grandes eixos narrativos d’Os Lusíadas, propondo um diálogo inovador entre o texto do poeta e as artes visuais.

Organização: Universidade de Lisboa em articulação com a Câmara Municipal de Lisboa e a Junta de Freguesia do Parque das Nações
Público em geral | Entrada livre

<https://www.ulisboa.pt/evento/meu-matalote-e-amigo-luis-de-camoes>

O meu Bairro a pé | Visita guiada

Marvila

Até 27 julho

Vários dias | Vários horários

Depois de percorrer Santa Clara e Lumiar, o programa de visitas O Meu Bairro a Pé chega a Marvila e vai andar por bairros, ruas e antigas azinhagas e conhecer as histórias de quem lá vive, em itinerários dedicados à história e ao património e em percursos encenados, com a participação de moradores e artistas locais.

Organização: Câmara Municipal de Lisboa
Público em geral | Entrada livre | Necessária marcação prévia para visitas.comentadas@cm-lisboa.pt
Informações: 218 170 593 | visitas.comentadas@cm-lisboa.pt

<https://www.agendax.pt/events/event/o-meu-bairro-a-pe-6/>

Ciguatera | Exposição

Fundação Calouste Gulbenkian - Centro de Arte Moderna

Até 28 julho

Quarta a segunda-feira | 10h00 às 18h00

Na sua maior instalação até hoje, a artista Diana Policarpo explora múltiplos media, entre os quais áudio e filme, para criar uma experiência envolvente – uma sensação de estarmos dentro do oceano e de o pensarmos através do seu interior. Ciguatera é uma instalação de grande escala que partiu de uma viagem de investigação às Ilhas Selvagens. As enormes esculturas em forma de rocha enchem a galeria com as vozes da ilha e dos seus habitantes, evocam o lugar de cada um nas histórias e mitologias do arquipélago.

Organização: Fundação Calouste Gulbenkian - CAM, Curadoria de Chus Martínez
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://gulbenkian.pt/cam/agenda/diana-policarpo-ciguatera/>

O Dragão de Akimi | Teatro japonês Kamishibai

Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo

29 | 31 julho

12 | 14 | 26 | 28 agosto

Terças-feiras - 11h00 | Quintas-feiras - 15h00

Há mil anos, numa pequena aldeia japonesa, encravada entre altas montanhas, a amizade entre uma corajosa menina e o seu dragão, salvou toda a povoação de morrer de fome e de medo. Uma história tão extraordinária merece ser contada por toda a parte e é este o desafio que vos propomos: continuar uma longa tradição de itinerância cultural japonesa nas escolas portuguesas. Para isso, vamos contar a história, fazer os cenários e ensinar a montar a estrutura de um Teatro Kamishibai. Quando chegarem à escola, só falta convidarem o público e começar o espetáculo!

Organização: Cultura Santa Casa
Famílias com crianças dos 5 aos 12 anos | Participação gratuita | Mediante marcação (máx. 10 participantes)
Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 | ca.cfc@scml.pt

Pela Calçada - Parque das Nações | Peddy Paper Quinta Conde dos Arcos

Até 31 julho

Terça a sexta-feira | 09h15 às 12h15

Iniciativa lúdico-pedagógica, cujo objetivo é promover a calçada existente no Parque das Nações, a qual assume neste espaço novos desenhos e temáticas, da autoria de artistas contemporâneos.

Tem início na Alameda dos Oceanos, junto às escadas com a placa do Campus da Justiça (Parque das Nações) e termina no Jardim da Esplanada D. Carlos I (zona de repouso frente ao Oceanário).

Organização: Escola de Jardinagem e Calceteiros da Câmara Municipal de Lisboa
Participação gratuita | +12 anos | Grupos entre 12 a 36 pessoas | Necessária marcação prévia para escoladecalceteiros@cm-lisboa.pt

<https://www.agendalx.pt/events/event/pela-calcada-parque-das-nacoes/>

Viagens entre Londres e Lisboa no Azulejo | Exposição Galeria Ratton

Até 31 julho

Segunda a sexta-feira | 10h00 às 13h30 e 15h00 às 19h00

A exposição apresenta obras originais, painéis e azulejos 14x14cm, pintados por Paula Rego e Bartolomeu Cid dos Santos. Algumas obras serão apresentadas pela primeira vez e outras, a última vez que foram vistas foi em 1997.

Organização: Galeria Ratton, curadoria de Ana Maria Viegas e Tiago Montepegado
Público em geral | Consultar condições de ingresso

<https://www.agendalx.pt/events/event/viagens-entre-londres-e-lisboa-no-azulejo/>

Verão Clássico 2025 | Festival & Academia Vários locais

Até 02 agosto

Vários dias | diferentes horários

De 23 de julho a 2 de agosto, o Verão Clássico regressa a Lisboa com a sua 11.ª edição. Concertos imperdíveis no Centro Cultural de Belém e no Museu Nacional dos Coches, com solistas de renome internacional e jovens talentos de todo o mundo. Uma celebração da música clássica com paixão, talento e excelência.

Diretor Artístico e Pedagógico: Filipe Pinto-Ribeiro
Público em geral | Consultar condições de ingresso

https://veraoclassico.com/pt_pt/

Peça do Mês - Sacras da Capela de São João Batista | Visita guiada Museu e Igreja de São Roque

06 agosto

Quarta-feira | 13h30

Visita breve, à hora de almoço, onde será analisada, em detalhe, uma peça da coleção do Museu de São Roque.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | 3,5€/pax | Mediante marcação (Máx. 30 participantes)

Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Calçada Passo a Passo | Oficina Quinta Conde dos Arcos

Até 29 agosto

Terça a quinta-feira | 10h00 às 12h00

A oficina Passo a Passo tem como principal objetivo mostrar como o calceteiro executa o seu trabalho.

Organização: Escola de Jardinagem e Calceteiros da Câmara Municipal de Lisboa
Participação gratuita | Grupos a partir de 8 pessoas | Necessária marcação prévia para: escoladecalceteiros@cm-lisboa.pt

<https://informacao.lisboa.pt/agenda/o-que-fazer/oficina-calcada-passo-a-passo>



MAPA DE ATIVIDADES

Julho 1.º semana	1	2	3	4	5	6	7
Centro Social de São Boaventura	DIA DA PIADA						
Centro de Apoio Familiar	OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO		OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO	OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO			
Espaço ComVida		TANGOTERAPIA					
CDC Ameixoeira	EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DE VIZINHOS				
CDC Charneca				ATELIER DE PINTURA			
Centro Comunitário de Telheiras			HISTÓRIAS E MEMÓRIAS	CANTAR E DANÇAR Ó TERRIM TIM TÍM...			
CD Alto do Lumiar				REIKI			
CDC do Bº dos Lóios	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS		CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			
CSC Bº da Flamengo				ARRAIAL FLAMENGA			
CPS PRODAC	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER AULAS DE GUITARRA	AULAS DE GUITARRA CORO PRODAC REDESCOBRIR	LABORATÓRIO RECICLAGEM PLÁSTICO MEXE-TE	ARRAIAL DA PRODAC MEXE-TE TOCA A MEXER			MEXE-TE AULAS DE GUITARRA
Centro de Dia Rainha Dona Maria I	CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA	NO RAINHA ACONTECE ANIVERSÁRIO QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS				
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	BOCCIA	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO			À DESCOBERTA DA CULTURA
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	BIODANZA		LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA			IOGA
Centro de Dia Nª Sra da Pena		ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	JOGOS TRADICIONAIS E PINTURA INTERGERACIONAL				
ERPI Santa Joana Princesa			HISTÓRIAS DA IDALINA	SESSÕES HISTÓRIA DE PORTUGAL			

julho 2.º semana	8	9	10	11	12	13	14	15
Centro de Apoio Familiar	OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO DISCOS PEDIDOS		OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO	OFICINA PROCURA ATIVA DE EMPREGO				
Espaço ComVida		TANGOTERAPIA						
CDC Ameixoeira	EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DE VIZINHOS					EXPRESSÕES CRIATIVAS
Centro Comunitário de Telheiras			HISTÓRIAS E MEMÓRIAS	CANTAR E DANÇAR Ó TERRIM TIM TÍM...				
CD Alto do Lumiar	MOVIMENTA-TE	SABERES COM SABOR		REIKI BINGO				
CDC do Bº dos Lóios	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS		CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO
CSC Bº da Flamenga			WORKSHOP MANDALAS				CULINÁRIA DE VERÃO	TORNEIO INTERGERACIONAL DE BOCCIA
CPS PRODAC	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER AULAS DE GUITARRA	PÃO DE MEMÓRIAS AULAS DE GUITARRA CORO PRODAC	LABORATÓRIO RECICLAGEM PLÁSTICO MEXE-TE	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER			MEXE-TE AULAS DE GUITARRA	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER AULAS DE GUITARRA
Centro de Dia Rainha Dona Maria I	CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS					CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA
Centro Intergeracional Ferreira Borges				REVISITAR LISBOA				
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	JOGO DO BOWLING	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos		ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				
Centro de Dia Nª Sra da Pena	MEDITAÇÃO	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR						BIODANZA
Centro de Dia do Alto do Pina	REIKI				MERCADOS NA PRAÇA			ATELIER PINTURA DE GESSO REIKI
ERPI Quinta Alegre	SESSÕES DE SNOEZELEN			SESSÕES DE SNOEZELEN				SESSÕES DE SNOEZELEN
UASE		EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO			EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO

Julho 3.º semana	16	17	18	19	20	21	22
Espaço ComVida	TANGOTERAPIA	28º ANIVERSÁRIO					
CDC Ameixoeira	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DE VIZINHOS					EXPRESSÕES CRIATIVAS
Centro Comunitário de Telheiras		HISTÓRIAS E MEMÓRIAS	CANTAR E DANÇAR Ó TERRIM TIM TÍM...				
CD Alto do Lumiar	SABERES COM SABOR		REIKI				
CDC do Bº dos Lóios	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO
CPS PRODAC	BICICLETAS & COMPANHIA AULAS DE GUITARRA CORO PRODAC	LABORATÓRIO RECICLAGEM PLÁSTICO MEXE-TE REDESCOBRIR	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER			"MEXE-TE AULAS DE GUITARRA"	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER AULAS DE GUITARRA
CD de Santo Eugénio	WORKSHOP DE FELTRO						
Centro de Dia Rainha Dona Maria I	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS					CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	BOCCIA	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO				NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				
Centro de Dia Nª Sra da Pena	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR						
Centro de Dia do Alto do Pina		ATELIER PINTURA DE GESSO					
ERPI Quinta Alegre			SESSÕES DE SNOEZELEN				SESSÕES DE SNOEZELEN
ERPI Santa Joana Princesa			SESSÕES HISTÓRIA DE PORTUGAL				
ERPI Carmo	FESTIVIDADE À PADROEIRA NOSSA SENHORA DO CARMO						
UASE	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO			EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO

Julho 4.º semana	23	24	25	26	27	28	29
Centro Social de São Boaventura		BIODANZA				SESSÃO DE MOVIMENTO	
Centro de Apoio Familiar	ATELIER DE CULINÁRIA						
Espaço ComVida	TANGOTERAPIA					CELEBRAÇÃO EUCARÍSTICA	
CDC Ameixoeira	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DE VIZINHOS					EXPRESSÕES CRIATIVAS
CDC Charneca		BOCCIA					
Centro Comunitário de Telheiras			CANTAR E DANÇAR Ó TERRIM TIM TIM...				
CD Alto do Lumiar			REIKI BINGO				
CDC do Bº dos Lóios	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS
CPS PRODAC	AULAS DE GUITARRA CORO PRODAC	LABORATÓRIO RECICLAGEM PLÁSTICO MEXE-TE	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER			MEXE-TE AULAS DE GUITARRA	TARDES ATIVAS MEXE-TE TOCA A MEXER AULAS DE GUITARRA
CD de Santo Eugénio		TARDE JOGOS TRADICIONAIS					
Centro de Dia Rainha Dona Maria I	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS					CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA
CSP S. CRISTÓVÃO E S. LOURENÇO	JOGO DO BOWLING	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	MOVIMENT'ARROIOS	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				
Centro de Dia Nª Sra da Pena	MOVIMENT'ARROIOS						
Centro de Dia do Alto do Pina		PIC-NIC PARQUE MARECHAL CARMONA		ATELIER DE ARTESECORATIVAS			
ERPI QUINTA ALEGRE			SESSÕES DE SNOEZELEN				SESSÕES DE SNOEZELEN
UASE	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO VIVER A CIDADE			EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO

Julho 5.º semana	30	31
Centro Social de São Boaventura		
Centro de Apoio Familiar		
Espaço ComVida	TANGOTERAPIA	
CDC Ameixoeira	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DE VIZINHOS
CDC Charneca		
Centro Comunitário de Telheiras		
CD Alto do Lumiar		MOVIMENTA-TE
CDC do Bº dos Lóios	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ
CPS PRODAC	AULAS DE GUITARRA CORO PRODAC	LABORATÓRIO RECICLAGEM PLÁSTICO MEXE-TE
CD de Santo Eugénio		
Centro de Dia Rainha Dona Maria I	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	BOCCIA CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL
Centro de Dia Nª Sra da Pena	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	
Centro de Dia do Alto do Pina		
ERPI Quinta Alegre		
UASE	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO	EXPOSIÇÃO TRONOS DE SANTO ANTÓNIO

Agosto 1.º semana	1	2	3	4	5	6	7
CDC Ameixoeira					EXPRESSÕES CRIATIVAS		RODA DE VIZINHOS ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR
CDC do Bº dos Lóios				MEDITAÇÃO	MINDFULNESS	MEDITAÇÃO	
Centro de Dia Rainha Dona Maria I					CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS
Centro Intergeracional Ferreira Borges				ZUMBA ADAPTADA			
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	NÚCLEO DE XADREZ			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	JOGO DO BOWLING CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	ATELIER DE PINTURA				BIODANZA		ATIVAMENTE
Centro de Dia Nª Sra da Pena						ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	
Centro de Dia do Alto do Pina					ATELIER PINTURA DE GESSO		ATELIER PINTURA DE GESSO
ERPI Quinta Alegre					SESSÕES DE SNOEZELEN		
ERPI Santa Joana Princesa							HISTÓRIAS DA IDALINA

Agosto 2.º semana	8	9	10	11	12	13	14	15
Centro de Apoio Familiar					DISCOS PEDIDOS			
CDC Ameixoeira					EXPRESSÕES CRIATIVAS		RODA DE VIZINHOS ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	
CDC do Bº dos Lóios	MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	MINDFULNESS	MEDITAÇÃO		
Centro de Dia Rainha Dona Maria I					"CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA"	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS	
Centro Intergeracional Ferreira Borges	WORKSHOP DE PINTURA ABSTRATA			ZUMBA ADAPTADA				
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	BOCCIA CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA	
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos	ATELIER DE PINTURA						ATIVAMENTE	
Centro de Dia Nª Sra da Pena						ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR		
ERPI Quinta Alegre	SESSÕES DE SNOEZELEN				SESSÕES DE SNOEZELEN			

Agosto 3.º semana	16	17	18	19	20	21	22
Centro Social de São Boaventura			SESSÃO DE MOVIMENTO				
CDC Ameixoeira				EXPRESSÕES CRIATIVAS		RODA DE VIZINHOS ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	
CDC Charneca						BOCCIA	ATELIER DE PINTURA
CDC do Bº dos Lóios			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA
Centro de Dia Rainha Dona Maria I				CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS	
Centro Intergeracional Ferreira Borges			ZUMBA ADAPTADA			FOTO-PAPER CAMPO DE OURIQUE	
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	JOGO DO BOWLING CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos						ATIVAMENTE	ATELIER DE PINTURA
Centro de Dia Nª Sra da Pena					ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR		
Centro de Dia do Alto do Pina				ATELIER DE PAPEL MACHÊ			
ERPI Quinta Alegre				SESSÕES DE SNOEZELEN			SESSÕES DE SNOEZELEN

Agosto 4.º semana	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Centro Social de São Boaventura			SESSÃO DE MOVIMENTO						
CDC Ameixoeira				EXPRESSÕES CRIATIVAS		RODA DE VIZINHOS ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR			
CDC do Bº dos Lóios			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA		
CD de Santo Eugénio				TORNEIO DE BOCCIA		ARTE E CONSTRÓI			
Centro de Dia Rainha Dona Maria I				CLUBE DE LEITURA CICLO DE CINEMA	QUIZ MUSICALMENTE	OFICINAS CRIATIVAS			
Centro Intergeracional Ferreira Borges			ZUMBA ADAPTADA						
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço			À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO	BOCCIA CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO		
Centro de Dia Nª Sra dos Anjos						ATIVAMENTE	ATELIER DE PINTURA		
Centro de Dia Nª Sra da Pena					ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR				
Centro de Dia do Alto do Pina				ATELIER DE PAPEL MACHÊ					



CONTACTOS

Unidade de Animação Socioeducativa

Campo de Santa Clara, n.º 160
1100-475 Lisboa
213 261 340

Centro Social de São Boaventura

Rua de São Boaventura, n.º 111
1200-408 Lisboa
213 403 320

Centro de Apoio Familiar

Rua da Rosa, n.º 277
1200-385 Lisboa
213 240 520

Centro Social Polivalente B.º das Furnas

Espaço ComVida
Rua Padre Carlos dos Santos - B.º das Furnas
1500-901 Lisboa
217 223 631

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

Rua Fernando Gusmão, Lote 4 e 5
1750-428 Lisboa
217 552 780

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

Quinta do Reguengo, n.º 20 - Charneca
1750-245 Lisboa
217 529 020

Centro Comunitário de Telheiras

Rua Professor Mário Chicó, n.º 3
1600-645 Lisboa
217 506 060

Centro de Dia do Alto do Lumiar

Rua Vasco da Gama Fernandes, n.º 11 A
1750-000 Lisboa
217 553 400

Centro Desenvolvimento Comunitário B.º dos Lóios

Rua Pedro José Pezerat - Ed. Amarelo/Azul
1900-788 Lisboa
218 365 000

Centro Social Comunitário do Bairro da Flamenga

Rua Ferreira de Castro
1900-135 Lisboa
218 394 590/2

Centro Promoção Social da PRODAC

Rua Pedro de Azevedo (Giro, 610-B)
1900-785 Lisboa
218 310 950

Centro de Dia de Santo Eugénio

Alameda da Encarnação
1800-187 Lisboa
218 540 950

Centro de Dia Rainha D. Maria I

Rua Tenente Espanca, n.º 27 - 1.º
1050-220 Lisboa
21 781 52 97

Centro Intergeracional Ferreira Borges

Rua Ferreira Borges, n.º 122
1350-135 Lisboa
213 263 280

Centro Social Polivalente São Cristóvão e São Lourenço

Rua Marquês de Ponte de Lima, n.º 42
1100-339 Lisboa
218 824 060

Centro de Dia N.ª Sr.ª dos Anjos

Rua Andrade, n.º 13 G
1170-013 Lisboa
218 164 000

Centro de Dia N.ª Sr.ª da Pena

Paço da Rainha, n.º 46
1150-246 Lisboa
218 847 060

Centro de Dia do Alto do Pina

Rua Capitão Henrique Galvão, n.º 2
1900-009 Lisboa
218 411 070

ERPI Nossa Senhora do Carmo

Largo General Sousa Brandão, n.º 1
1500-124 Lisboa
217 712 530

ERPI Quinta Alegre

Rua Campo das Amoreiras, n.º 94
1750-026 Lisboa
210 521 760

ERPI Santa Joana Princesa

Rua dos Lagares Del Rei, n.º 1A
1700-268 Lisboa
218 436 100



SANTA CASA
Misericórdia de Lisboa