



AGENDA **Socio** **Cultural**

MAR/ABR '26

SANTA CASA
Misericórdia de Lisboa

scml.pt

Ficha técnica

Propriedade e Edição:

Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Coordenação:

Luna Marques - UASE

Redação:

Andreia Tomás - UASE

Design, fotografia e revisão de conteúdos:

Direção de Comunicação

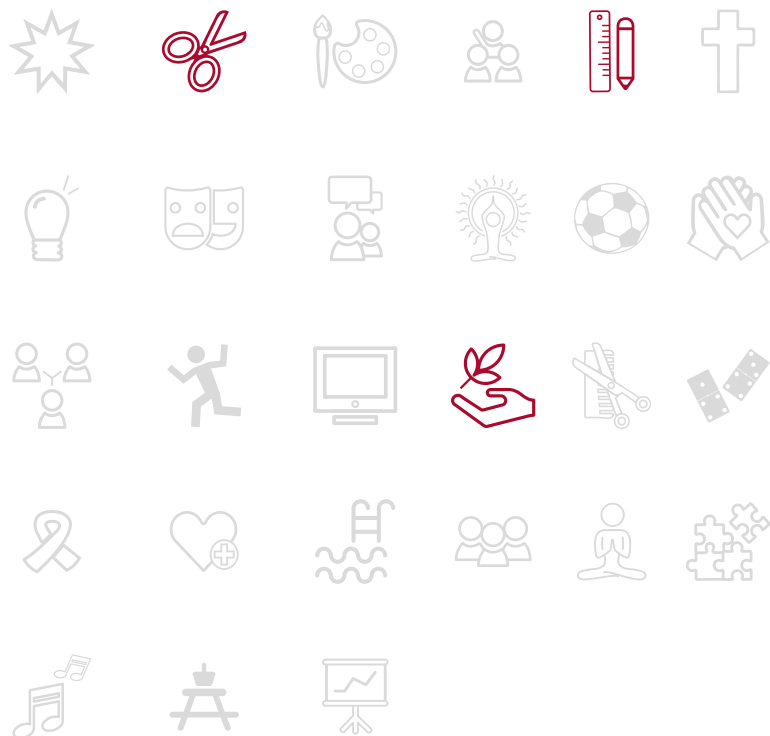
Índice

Atividades Manuais e Artísticas	08
Atividades Intelectuais e de Aprendizagem	14
Atividades Sociais	22
Atividades Físicas e Desportivas	26
Atividades de Imagem e Bem-estar	36
Atividades Religiosas e Espirituais	42
Atividades Lúdico-recreativas	46

Atividades Artísticas e Culturais	54
Atividades Participação Social	62
Outras Atividades	66
Mapa de Atividades	92
Contactos	112



ATIVIDADES MANUAIS E ARTÍSTICAS



Agenda Sociocultural | março e abril

AULAS DE GUITARRA

Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Segunda e terça-feira | 16h00 – aula de iniciados

Terça-feira | 18h30 – aula 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 | 217 128 600 | cps.prodac@scml.pt

TARDES ATIVAS

Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Segunda a sexta-feira (exceto feriados) | 14h30 às 17h30

Espaço de convívio e partilha de saberes em torno das artes manuais como costura, reutilização e transformação de roupas e outras atividades artesanais.

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

ATELIER DE PINTURA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

6 | 13 | 20 | 27 março

3 | 10 | 17 | 24 abril

Sexta-feira | 14h00 às 16h00

Atividade que 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.15 participantes
CD Nossa Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

03 | 10 | 17 | 24 | 31 março

07 | 14 | 21 | 28 abril

Terça-feira | 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

5 | 12 | 19 | 26 março

2 | 9 | 16 | 23 | 30 de abril

Quinta-feira | 10h30 às 12h30

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

Público em geral | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)

CD Rainha D. Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

A AVÓ SAI DA CAIXA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

10 | 17 | 24 | 31 março

14 | 21 | 28 abril

Terça-feira | 14h30 às 16h00

Kits criativos que desafiam os participantes a explorar novas formas de expressão plástica, oferecendo materiais para experimentação, ensinando técnicas variadas e inspirando maneiras inovadoras de usar a criatividade e as manualidades.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 2 participantes

CD Nossa Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

A ARTE – A IMAGINAÇÃO COMANDA

Centro Social e Polivalente do Bairro da Boavista

15 abril

Quarta-feira | 11h00 às 12h00 | 15h00 às 16h00

Vamos celebrar o Dia Mundial da Arte através da arte abstrata. Nesta atividade, é essencial libertar a imaginação e explorar a criatividade, dando origem a composições únicas e expressivas. A proposta é criar arte sem regras rígidas — apenas inspiração, cor e liberdade para experimentar.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes

CSP Bairro da Boavista | 217 620 640 | joana.oliveira@scml.pt

WORKSHOP DE FLORES DE PAPEL

Centro de Apoio Familiar

5 março

Quinta-feira | 10h00 às 12h30

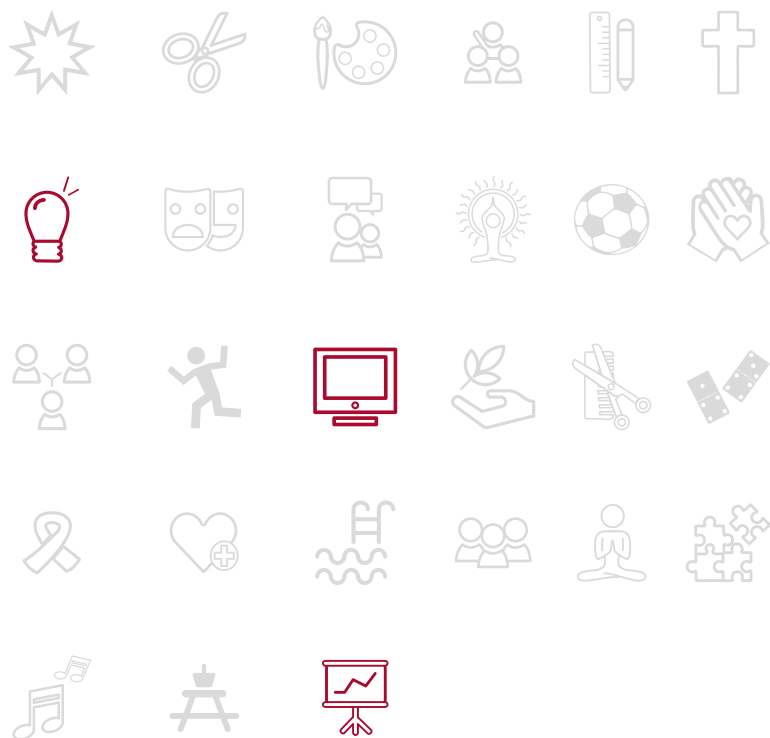
Workshop de confeção de flores de papel, focado em técnicas de corte, modelagem e montagem. Inclui produção de elementos decorativos.

Público adulto | Mediante marcação

CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt



ATIVIDADES INTELECTUAIS E DE APRENDIZAGEM



Agenda Sociocultural | março e abril

WORKSHOPS

Centro de Apoio Familiar

Março | abril
Terça-feira | 10h00 às 12h00

Ações de capacitação e desenvolvimento de competências:

Processos de mudança | 3 de março e 14 de abril

Resiliência à vergonha | 10 de março

Estou nervos@ e agora? | 17 de março

Resolução de problemas | 24 de março

Comunicação assertiva | 31 de março

Público adulto | Mediante marcação
CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt

NÚCLEO DE XADREZ

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

3 | 6 | 10 | 13 | 17 | 20 | 24 | 27 | 31 março

3 | 7 | 10 | 14 | 17 | 21 | 24 | 28 abril

Terça e sexta-feira | 10h00 às 12h00

O Núcleo de Xadrez é dinamizado por um mestre e tem como objetivo desenvolver a concentração dos participantes e fomentar a capacidade de estratégia durante o jogo.

Público em geral | Mediante inscrição até 3 dias antes da data pretendida
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

CLUBE DE LEITURA

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

3 | 10 | 17 | 24 | 31 março

7 | 14 | 21 | 28 abril

Terça-feira | 11h00 às 12h00

Sessão dinamizada por Susana Gago, 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. Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

CLUBE DE LEITURA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

5 | 12 | 19 março

2 | 9 | 23 abril

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

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

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

CLUBE DE LEITURA

Centro de Dia do Alto do Pina

5 | 12 | 19 março

2 | 9 | 23 abril

Terça-feira | 14h30 às 16h00

Atividade de promoção da leitura, proporcionando momentos de reflexão e diálogo.

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

ATIVAMENTE

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

4 | 11 | 18 | 25 março

8 | 15 | 22 | 29 abril

Quarta-feira | 15h00 às 16h00

Atividade de estimulação cognitiva em grande grupo, com recurso a provérbios populares adivinhas, mímica, entre outros. São utilizadas diferentes formas de apresentação, no sentido de tornar a sessão mais dinâmica e interativa.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 15 participantes
CD Nossa Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

LITERACIA DIGITAL

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

5 | 12 | 19 | 26 março

9 | 16 | 23 | 30 abril

Quinta-feira | 18h00 às 19h00

Atividade dedicada à capacitação digital, com o objetivo de dotar o grupo de competências essenciais para compreender e utilizar a internet de forma autónoma e segura.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 3 participantes
CD Nossa Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

PROJETO SER+

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

4 | 18 março

1 | 15 | 29 abril

Quarta-feira | 14h30 às 15h30

Conjunto de ações formativas e informativas, centradas na promoção do envelhecimento ativo e desenvolvidas de acordo com as necessidades específicas da população mais velha.

Os conteúdos abordam temáticas como envelhecimento saudável, saúde mental, importância da atividade física, cidadania, direitos e outros assuntos relevantes para o bem-estar e autonomia dos participantes.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição até um dia antes da data pretendida.
CDC Bairro dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

TERTÚLIAS TEMÁTICAS

Residência Quinta Alegre

6 | 20 março

10 | 24 abril

Sexta-feira | 16h30 às 18h00

Tertúlias temáticas onde são abordados diversos temas promovendo a participação de todos e havendo lugar para troca de ideias, partilha de opiniões e experiências. Este espaço tem como objetivos valorizar os diferentes pontos de vista e experiências de vida, desenvolver a capacidade de empatia e escuta ativa, criar momentos de proximidade entre os participantes e promover a aquisição de conhecimentos de cultura geral.

Público em geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência | Máx. de 6 participantes
ERPI Quinta Alegre | 210 521 760 | patricia.duque@scml.pt | dora.g santos@scml.pt

ENCONTROS COM PESSOA

Centro Intergeracional Ferreira Borges

16 março

27 abril

Segunda-feira | 14h00 às 15h30

O Centro Intergeracional Ferreira Borges recebe mensalmente, às segundas-feiras, o Serviço Educativo da Casa Fernando Pessoa para uma viagem literária pela vida e obra de Fernando Pessoa e dos seus heterónimos. Através de conversas acessíveis, curiosidades, leituras e partilha de memórias, os participantes são convidados a descobrir o universo pessoano de forma envolvente e próxima, estimulando a reflexão, a imaginação e a convivência.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes
CI Ferreira Borges | 213 263 280 | isabel.botelho@scml.pt

AULAS DE INGLÊS BÁSICO

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

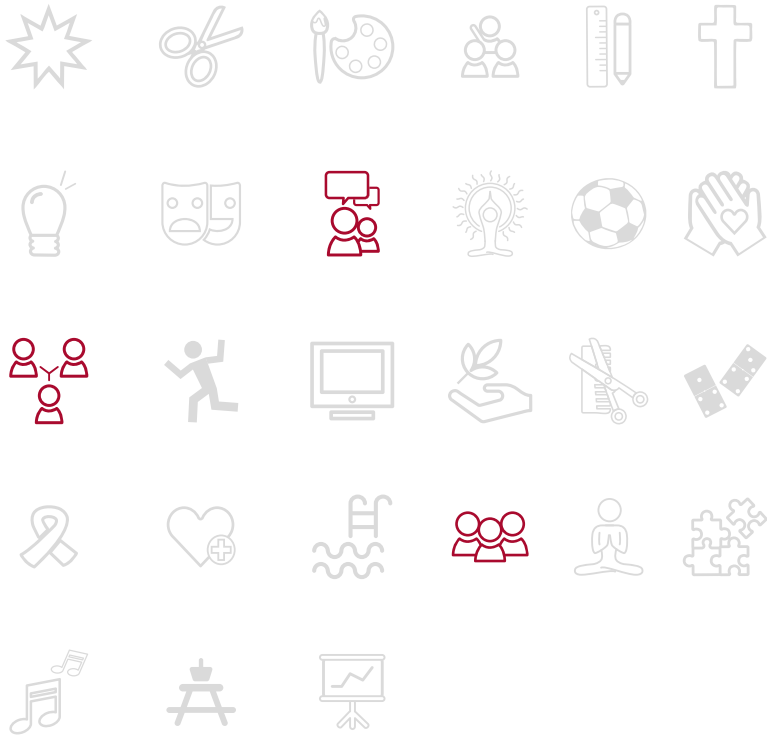
05 | 06 | 12 | 13 | 19 | 20 março

Quinta-feira e sexta-feira | 09h30 às 12h30

O Centro Comunitário vai oferecer aulas de inglês básico para jovens e adultos da comunidade. O objetivo é ajudar os participantes a ganhar mais autonomia na língua inglesa e melhorar a sua empregabilidade, preparando-os para comunicar em situações básicas no trabalho e no quotidiano. As sessões serão dadas por um formador experiente, num ambiente informal e acessível. O curso terá 7 sessões de 3 horas, com materiais adaptados e exercícios práticos. Esta ação é promovida pelo Projeto R.I.T.M.O (Da Associação RIZOMA e CDC Ameixoeira, financiado pelo Programa Bip Zip).

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





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

CHÁ DO CARMO

Residência Nossa Senhora do Carmo

18 março

Quarta-feira | 14h30 às 16h00

Atividade que visa a promoção de convívio e bem-estar, num ambiente tranquilo e acolhedor. Entre uma chávena de chá quente e algumas bolachinhas, os participantes são convidados a partilhar histórias, memórias e boas conversas, fortalecendo laços, valorizando o prazer de estar em companhia.

Público em geral | Todas as idades | Máx. de 4 participantes | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência)
ERPI Nossa Senhora do Carmo | 217 712 530 | dora.taborda@scml.pt

FESTA DA PÁSCOA

Centro de Apoio Familiar

1 abril

Quarta-feira | 14h30 às 16h30

Festa da Páscoa com atividades temáticas, música e convívio, promovendo partilha, celebração das tradições e momentos de alegria, através de jogos e lanche festivo para todos os participantes.

Público adulto | Mediante marcação
CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt

PROJETO (RE)VISITAR LISBOA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

3 de março

28 de abril

Terça-feira | 14h00 às 15h30

Projeto dinamizado em parceria com o Arquivo da CML, com o objetivo de dar a conhecer o acervo do arquivo fotográfico e promover a interação dos participantes nas temáticas abordadas.

Público em geral | Mediante inscrição com cinco dias de antecedência
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

A NOSSA PERCEÇÃO DE OUVIR - COMO COMUNICAMOS COM O OUTRO!

Centro Social e Polivalente do Bairro da Boavista

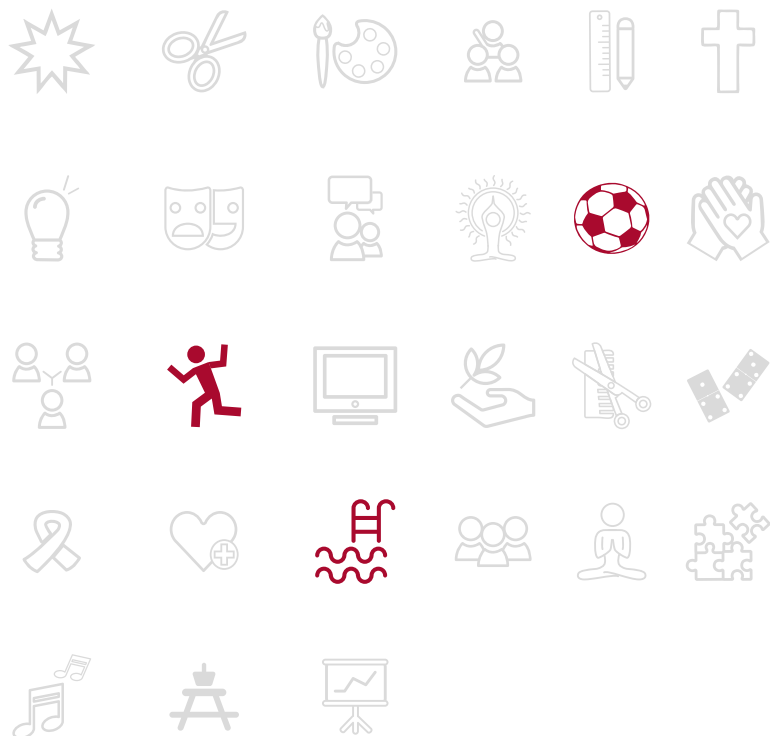
3 março

Terça-feira | 14h30 às 15h30

No âmbito do Dia Mundial da Comunicação, esta ação pretende abordar o tema da comunicação, destacando a importância de saber escutar e a forma como percebemos aquilo que o outro nos transmite. A atividade contará com uma componente prática, na qual será construído um “telefone estragado”, promovendo a reflexão sobre a escuta ativa e a precisão na transmissão de mensagens.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes
CSP Bairro da Boavista | 217 624 640 | joana.oliveira@scml.pt

ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS



GINÁSTICA LOCALIZADA Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril
Segunda-feira | 19h00 às 20h00

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.

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

BOCCIA Centro Social de São Boaventura

Março | abril
Terça-feira | 13h30 às 15h30

Jogo de equipa que tem como objetivos: estimular a concentração, a coordenação motora, o trabalho de equipa, a cooperação e estratégia, assim como potenciar as boas relações entre os participantes.

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

ZUMBA Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril
Sexta-feira | 19h00 às 20h00

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.

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

AULAS DE ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

2 | 5 | 9 | 12 | 16 | 19 | 23 | 26 | 30 março

2 | 6 | 9 | 13 | 16 | 20 | 23 | 27 | 30 abril

Segunda e quinta-feira | 10h30 às 11h30

Atividade promovida pelo Gabinete de Atividade Física e Bem-Estar da Unidade de Animação Socioeducativa, e desenvolvida pela professora de ginástica, com o objetivo da manutenção das capacidades motoras.

Público em geral | mais 55 anos | Mediante inscrição com 3 dias de antecedência | Máx. de 20 participantes

CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

GINÁSTICA ADAPTADA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

3 | 10 | 17 | 24 | 31 março

7 | 14 | 21 | 28 abril

Terça-feira | 11h00 às 12h00

Sessões pensadas especialmente para participantes com mobilidade reduzida, onde cada exercício é ajustado às suas necessidades. Aqui, o objetivo é simples: mexer o corpo, ganhar bem-estar e aproveitar o momento.

As sessões incluem alongamentos suaves para relaxar e aumentar a flexibilidade, exercícios de força leves para manter os músculos ativos e fortes e atividades de equilíbrio para reforçar a segurança e prevenir quedas.

Uma aula tranquila, segura e cheia de energia positiva — ideal para quem quer melhorar a sua qualidade de vida de forma confortável e divertida!

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes

CD Nossa Sra. dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

MOVIMENTO E RITMO

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

3 | 6 | 10 | 13 | 17 | 20 | 24 | 27 | 31 março

3 | 7 | 10 | 14 | 17 | 21 | 24 | 28 abril

Terça e sexta-feira | 10h30 às 11h15

Atividade de alongamentos realizada ao som de música, promovendo a manutenção da postura corporal, a flexibilidade e o bem-estar físico.

Público em geral | Mediante inscrição até 3 dias antes da data pretendida |

Máx. de 15 participantes

CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

CAMINHAR PARA SER FELIZ

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

3 | 5 | 10 | 12 | 17 | 19 | 24 | 26 março

2 | 7 | 9 | 14 | 16 | 21 | 23 | 28 | 30 abril

Terça e quinta-feira | 10h00 às 11h00

Percurso pedestre ao ar livre pelas áreas verdes e vias públicas do Bairro dos Lóios, promovendo a mobilidade, a resistência física e o bem-estar geral dos participantes.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição até um dia antes da data pretendida.

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

ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

04 | 11 | 18 | 25 março

01 | 08 | 15 | 22 | 29 abril

Quarta-feira | 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

EXPRESSÃO E MOVIMENTO

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

3 | 10 | 17 | 24 março

7 | 14 | 21 | 28 abril

Terça-feira | 14h30 às 15h30

Promover medidas de prevenção em saúde através de atividades de movimento, alongamento e relaxamento, fomentando a mobilidade, a consciência corporal e o bem-estar físico e emocional dos participantes.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição até um dia antes da atividade.
CDC Bairro dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

BOCCIA

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

6 | 13 | 20 | 27 março

10 | 17 | 24 abril

Sexta-feira | 10h30 às 12h00

Jogo de precisão que consiste no lançamento de bolas com o objetivo de as posicionar o mais perto possível da bola-alvo. Esta atividade promove o raciocínio estratégico, bem como o desenvolvimento da destreza física e motora dos participantes, contribuindo para a manutenção das suas capacidades funcionais.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição | Máx.de 12 participantes
CDC Bairro dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

DANÇAS CIRCULARES

Centro de Dia Rainha D. Maria I

5 | 19 março

2 | 16 | 30 abril

Quinta-feira | 14h00 às 15h00

Atividade desenvolvida em parceria com o Teatro Espaço Avenidas, dinamizada pela professora Lúcia. Os utentes encontram-se sentados em roda e, ao som da música e de movimentos selecionados pela professora, vão realizando os movimentos.

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

BOWLING

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

4 | 18 março

1 | 22 abril

Quarta-feira | 14h00 às 14h30

Atividade de carácter individual que pode ser realizada na posição sentada ou de pé, consistindo no lançamento de uma bola em direção a pinos com o objetivo de os derrubar. A prática promove a concentração, a coordenação motora e a precisão dos movimentos.

Público em geral | + 55 anos | Máx. de 10 participantes | Inscrições até cinco dias antes do dia pretendido
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

BOCCIA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

11 | 25 março

8 | 29 abril

Quarta-feira | 14h00 às 15h30

Jogo de precisão que consiste no lançamento de bolas com o objetivo de as posicionar o mais perto possível da bola-alvo. Atividade jogada em equipas, com o objetivo de estimular a concentração, coordenação motora, trabalho de equipa, cooperação e estratégia.

Público em geral | Mediante inscrição até três dias antes do dia pretendido
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

GINÁSTICA PARA TODOS

Centro Social e Polivalente do Bairro da Boavista

5 | 19 março

9 | 23 abril

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

A atividade física é essencial para manter a saúde e o bem-estar das pessoas mais velhas. Promovida pela UASE, esta iniciativa incentiva a prática regular de exercício, contribuindo para o controlo da ansiedade e para a melhoria da postura corporal.

Público em geral | Mediante inscrição, até três dias antes da atividade
CSP Bairro da Boavista | 217 624 200 | joana.oliveira@scml.pt

BOCCIA

Centro Social e Polivalente do Bairro Padre Cruz

12 março | 9 abril

Quinta-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, estimula a concentração, a destreza física, a coordenação motora e a cooperação entre os participantes.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 7 participantes
CSP Bairro da Boavista | 217 624 200 | joana.oliveira@scml.pt

PEDALAR NÃO TEM IDADE

Centro de Promoção Social PRODAC

18 março

15 abril

Quarta-feira | 10h00 às 12h00

“Aprenda a andar de bicicleta” - Porque pedalar não tem idade, e estamos sempre a tempo de aprender, enquadrado no projeto Bicicletas&Companhia, o CPS PRODAC disponibiliza aulas gratuitas a qualquer pessoa que queira dar as suas primeiras pedaladas. Temos bicicletas disponíveis e um espaço adequado à aprendizagem.

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

ZUMBA ADAPTADO

Centro Intergeracional Ferreira Borges

24 março

14 abril

Terça-feira | 14h30 às 15h15

Atividade física que decorre ao som de música animada com movimentos simples e adaptados às capacidades individuais. Promove o bem-estar físico, a coordenação, o equilíbrio e o bem-estar geral.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes
CI Ferreira Borges | 213 263 280 | isabel.botelho@scml.pt

BOCCIA

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

26 março

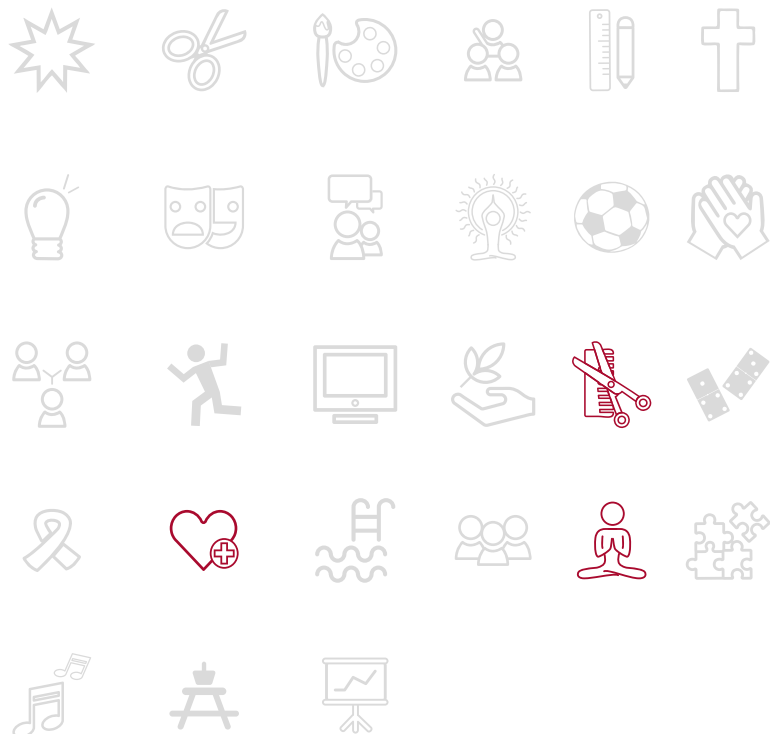
Quarta-feira | 14h30 às 16h00

É um desporto acessível e estratégico, permite que pessoas de várias idades e condições físicas participem, por poder ser jogado sentado ou em pé. Entre outras vantagens, promove a destreza física, coordenação motora e cooperação dos seus participantes e combate o isolamento social.

Público em geral | mais 18 anos | Mediante inscrição até uma semana de antecedência
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt



ATIVIDADES DE IMAGEM E BEM-ESTAR



Agenda Sociocultural | março e abril

MEDITAÇÃO

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

2 | 5 | 9 | 12 | 16 | 19 | 23 | 26 março

6 | 9 | 13 | 16 | 20 | 23 | 27 | 30 abril

Segunda-feira | 11h00 às 12h00

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Prática que recorre a técnicas de postura, respiração e focalização da atenção, orientadas para conduzir a mente a um estado de calma, relaxamento profundo e autorregulação emocional.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição até um dia antes da atividade.

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

SNOEZELEN

Residência Quinta Alegre

3 | 6 | 10 | 13 | 17 | 20 | 24 | 27 | 31 março

7 | 10 | 14 | 17 | 21 | 24 | 28 abril

Terça e sexta-feira | 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 | entidade externa participante.

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

MINDFULNESS – (CON)CENTRADO EM MIM

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

3 | 6 | 10 | 13 | 17 | 20 | 24 | 27 março

7 | 10 | 14 | 17 | 21 | 24 abril

Terça-feira | 16h00 às 17h00

Sexta-feira | 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 e emoções.

Atividade dirigida aos participantes do equipamento e outros públicos da SCML, mediante inscrição até um dia antes da atividade.
CDC Bairro dos Lóios | 218 365 000 | cdc.loios@scml.pt

REIKI

Centro de Dia do Alto do Pina

3 | 10 | 17 | 24 | 31 março

7 | 14 | 21 | 29 abril

Terças-feiras | 13h30 às 17h00

O Reiki é uma terapia complementar que promove o equilíbrio energético e o bem-estar físico e emocional. Através da imposição suave das mãos, procura-se aliviar tensões, reduzir o stress e favorecer um estado de calma e harmonia interior.

Público em geral | Mediante inscrição (máx. de 2 participantes)
CD Alto do Pina | 218 411 070 | ana.rogerio@scml.pt

MUSICOTERAPIA

Centro de Dia do Alto do Pina

2 | 9 | 16 | 23 | 30 março

6 | 13 | 20 | 27 abril

Segundas-feiras | 14h00 às 15h30

A Musicoterapia é uma prática clínica no uso terapêutico da música, contribuindo para o bem-estar físico emocional e cognitivo. As sessões são orientadas por uma professora com formação na área, que decorrem em dois pequenos grupos, num ambiente calmo e descontraído, promovendo o relaxamento, a expressão emocional e a estimulação sensorial.

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

TERAPIA DE BAUER

Centro de Dia do Alto do Pina

11 | 25 março

8 | 22 abril

Quarta-feira | 11h00 às 12h00

A Terapia de Bauer é uma prática corporal que utiliza movimentos suaves e alongamentos para promover relaxamento, aliviar tensões e melhorar a circulação contribuindo para um bem-estar geral ajudando a aumentar a energia vital e sensação de equilíbrio físico e emocional.

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

BIODANZA

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

4 março

7 abril

Terça-feira | 14h30 às 16h00

Sessões que promovem a integração entre o sentir, o pensar e o agir através de exercícios vivenciais que estimulam o movimento, a expressão emocional e a conexão consigo e com os outros.

Público em geral | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes
CD Nossa Senhora dos Anjos | 218 164 000 | susana.anjos@scml.pt

BIODANZA

Centro Social de São Boaventura

26 março

23 abril

Quinta-feira | 14h30 às 15h30

Atividade que promove a estimulação sensorial, a expressão emocional e o relaxamento através de movimentos integrativos e música. A sessão é desenvolvida em parceria com a Direção de Saúde Santa Casa e dinamizada pela Enfermeira Filipa Domingues, Especialista em Saúde Mental da SCML.

Público em Geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência | Máx. de 7 participantes
CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

BIODANZA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

16 abril

Quinta-feira | 14h00 às 15h30

Atividade que promove a estimulação sensorial, a expressão emocional e o relaxamento através de movimentos integrativos e música. A sessão é desenvolvida em parceria com a Direção de Saúde Santa Casa e dinamizada pela Enfermeira Filipa Domingues, Especialista em Saúde Mental da SCML.

Público em geral | + 65 anos | Mediante inscrição prévia, até três dias antes do dia pretendido
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

SNOEZELN

Centro Desenvolvimento Comunitário da Charneca

17 abril

Sexta-feira | 11h00 às 12h30

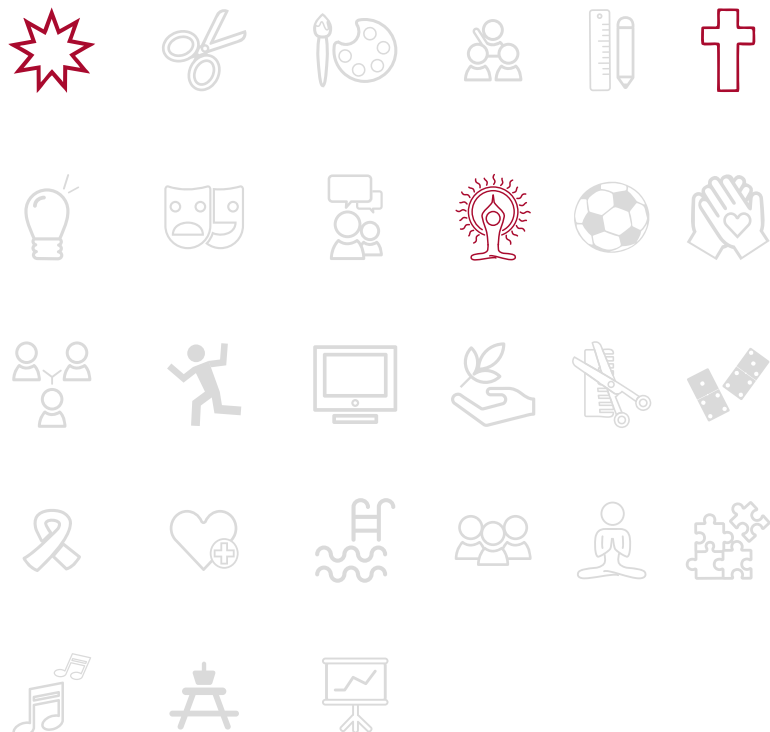
Atividade realizada na sala Snoezelen, equipada com diversos recursos sensoriais que promovem o relaxamento, a estimulação sensorial e o bem-estar global. Este ambiente multissensorial é benéfico para pessoas de todas as idades, proporcionando experiências personalizadas que favorecem a calma, o foco e a regulação emocional.

Por motivos de segurança, a atividade é contraindicada para pessoas com epilepsia fotossensível, devido às possíveis reações a estímulos visuais presentes no espaço.

As sessões têm a duração máxima de uma hora, podendo ser realizadas individualmente ou em pequenos grupos, de forma a garantir tranquilidade e a acompanhar as necessidades de cada participante.

Público em geral | Mediante inscrição, com uma semana de antecedência | Inscrições limitadas
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

ATIVIDADES RELIGIOSAS E ESPIRITUAIS



Agenda Sociocultural | março e abril

CELEBRAÇÃO DA PALAVRA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

17 março

7 abril

Terça-feira | 14h00 às 15h00

Uma parceria com a Irmandade de S. Roque, com o objetivo de proporcionar aos participantes momentos de reflexão e introspeção.

Público em geral | Mediante inscrição até três dias antes da data pretendida
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt



ATIVIDADES LÚDICO- -RECREATIVAS



Agenda Sociocultural | março e abril

TOCA A MEXER

Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Terça-feira | 10h00 às 10h45

Sexta-feira | 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 | Todas as idades | Mediante inscrição
CPS PRODAC | 217 128 600 | cps.prodac@scml.pt

MEMÓRIA DE ELEFANTE

Centro Social de São Boaventura

Março | abril

Sexta-feira | 11h30 às 12h30

A Memória de Elefante consiste em tertúlias com diferentes temáticas que pretendem reavivar ou recordar momentos positivos e marcantes que perduram na memória dos participantes. É uma atividade gratificante e enriquecedora, onde todos podem participar livremente.

Público em geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência | Máx. de sete participantes
CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

LABORATÓRIO DE RECICLAGEM DE PLÁSTICO

Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Quinta-feira | 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. O laboratório também está disponível noutros dias/horas a combinar.

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

BINGO

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

4 | 11 | 18 | 25 março

8 | 15 | 22 | 29 abril

Quarta-feira | 14h30 às 16h00

Tardes animadas de jogo, convívio e boa disposição! O Bingo é uma atividade que desafia a atenção e a concentração, criando um ambiente de partilha e proximidade entre todos os participantes. Uma oportunidade perfeita para testar a sorte, exercitar a mente e divertir-se em boa companhia.

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

JOGO DO BINGO

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

6 | 13 | 20 | 27 março

3 | 10 | 17 | 24 abril

Sexta-feira | 14h00 às 15h30

Tardes animadas de jogo, convívio e boa disposição! O Bingo é uma atividade que desafia a atenção e a concentração, criando um ambiente de partilha e proximidade entre todos os participantes. Uma oportunidade perfeita para testar a sorte, exercitar a mente e divertir-se em boa companhia.

Público em geral | Mediante inscrição (até cinco dias antes da data pretendida) | Máx. de 10 participantes
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

QUIZZ MUSICALMENTE

Centro de Dia Rainha Dona Maria I

13 | 20 | 27 março

17 | 24 abril

Sexta-feira | 14h30 às 16h00

Jogo interativo de perguntas e respostas no âmbito da música, no qual 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. Maria I | 217 815 298 | cd.rainhadonamaria@scml.pt

PASSEIOS DE BICICLETA PARA TODOS

Centro de Promoção PRODAC

17 março e 14 abril

Terça-feira | 10h00 às 12h00

18 março e 15 abril

Quarta-feira | 10h00 às 12h00

Passeios em bicicleta “táxi”, que permite transportar passageiros com limitações de mobilidade, possibilitando que todos possam usufruir de um passeio de bicicleta. Esta é conduzida por voluntários e pode levar entre um a dois passageiros em cada volta. Os passeios começam junto do parque ribeirinho do Oriente e decorrem naquela zona, ao longo da margem do Tejo, num percurso particularmente bonito e agradável.

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

FOLAR DA PÁSCOA

Centro de Apoio Familiar

31 março

Terça-feira | 14h30 às 16h30

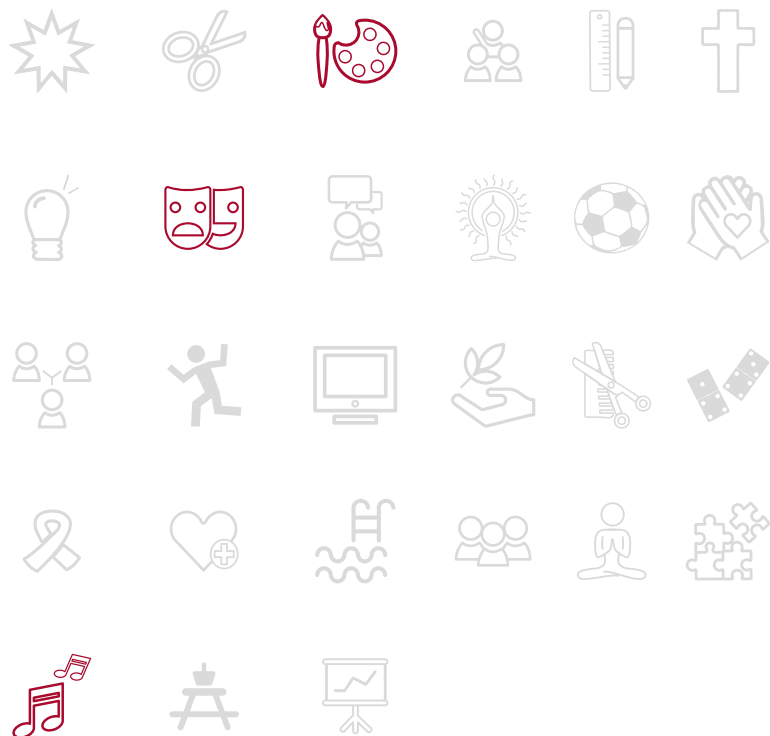
Atividade na qual os participantes preparam um foliar da Páscoa, explorando tradições, trabalho em equipa e técnicas culinárias simples, promovendo convívio, partilha cultural e experiência sensorial enriquecedora para todos.

Público adulto | Mediante marcação

CAF | 213 240 520 | caf.bairroalto@scml.pt



ATIVIDADES ARTÍSTICAS E CULTURAIS



Agenda Sociocultural | março e abril

REDESCOBRIR LISBOA Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Quinta-feira | Quinzenalmente | 14h00 às 18h00

Visitas guiadas para redescobrir o património histórico e cultural da cidade de Lisboa — museus e outros monumentos tanto na cidade como na Área Metropolitana.

Para mais informações contactar o CSP PRODAC.

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

OFICINA DE VOZ Centro Social de São Boaventura

Março | abril

Quarta-feira | 14h30 às 15h30

Dirigida a todos os que tenham gosto pela música, esta oficina consiste em ensaios de voz, em grupo, onde todos podem participar — os que cantam muito bem, os que cantam mais ou menos e os que só encantam.

Público em geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência |
Máx. de 7 participantes
CSS Boaventura | 213 403 320 | cs.saoboaventura@scml.pt

CORO PRODAC Centro de Promoção Social PRODAC

Março | abril

Todas as quartas-feiras | 16h45 às 18h45

Cantar liberta endorfinas de bem-estar, as hormonas que diminuem o stress e nos fazem sentir mais felizes e em paz. 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.

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

CICLO DE CINEMA

Centro de Dia Rainha D. Maria I

2 | 9 | 16 | 23 | 30 março

6 | 13 | 20 | 27 abril

Segunda-feira | 13h30 às 16h00

Visualização de filmes ou programas de televisão — preferencialmente de produção portuguesa — selecionados de acordo com os interesses dos participantes, seguida de um momento de debate e reflexão sobre a obra assistida.

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

CANTARES POPULARES

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

4 | 11 | 18 | 25 março

1 | 8 | 15 | 22 | 29 abril

Quarta-feira | 11h às 12h00

A atividade desenvolve-se em parceria com a UPV, com o apoio do voluntário, tendo por objetivo estimular a memória, atenção e voz, com canções populares e tradicionais portuguesas.

Público em geral | mais 55 anos | Mediante inscrição com cinco dias de antecedência | Máx. de 15 participantes
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

TANGOTERAPIA

Centro Social e Polivalente do Bairro das Furnas | Espaço ComVida

4 | 11 | 18 | 25 março

1 | 8 | 15 | 22 | 29 abril

Quarta-feira | 13h45 às 14h45

A Tangoterapia é uma forma de terapia que se adapta às necessidades e às dinâmicas dos grupos. Cada aula é planeada de uma forma única, o que exige da equipa um compromisso honesto e emocional, além de criatividade para conseguir motivar os participantes. A ideia é desviar o foco das dificuldades físicas para o prazer da dança, transformando os exercícios de reabilitação em passos de dança menos desgastantes. Quando as pessoas se apercebem que afinal conseguem realizar certos movimentos ficam emocionadas.

Atividade dirigida a pessoas mais velhas e com mobilidade reduzida | Mediante inscrição | Máx. de 5 participantes
CSP Bairro das Furnas | 217 223 631 | vanessa.fcarvalho@scml.pt

À DESCOBERTA DA CULTURA

Centro Social e Polivalente S. Cristóvão e S. Lourenço

2 | 9 | 16 | 23 março

6 | 13 | 27 abril

Segunda-feira | 14h00 às 15h30

A atividade desenvolve-se em parceria com a UPV, com o apoio do voluntário, tendo por objetivo proporcionar conversas sobre temas da atualidade e artistas portugueses, assim como visitar museus e monumentos no âmbito das temáticas.

Público em geral | mais 55 anos | Mediante inscrição com cinco dias de antecedência | Máx. de 15 participantes
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço | 218 824 060 | ana.psousa@scml.pt

BORDALO AO CUBO

Centro de Dia Rainha D. Maria I

17 março | terça-feira

23 abril | quinta-feira

Horário: 10h30 às 12h30

Estão a decorrer no Museu Bordalo Pinheiro várias sessões dinamizadas pelos Utentes do Centro de Dia Rainha D. Maria I. Nestes encontros, os participantes irão apresentar, de forma sucinta, o trabalho desenvolvido ao longo dos anos de parceria com o Museu, bem como a forma como o Projeto CUBO foi integrado nas atividades com o Bordalo.

Convidam-se, assim, os centros interessados em conhecer o Museu e em participar no Projeto CUBO, através do contributo que irão realizar durante a visita, a inscreverem-se.

Público em geral | Necessidade de inscrição prévia até duas semanas de antecedência | Máx. de 10 participantes por sessão

CD Rainha D. Maria I | 217 815 298 | diana.ferreira@scml.pt

MÚSICA DAS PALAVRAS

Centro de Dia Rainha D. Maria I

11 março

8 abril

Quarta-feira | 11h às 12h00

Sessões realizadas uma vez por mês, com a duração de uma hora, onde são explorados temas musicais nacionais e internacionais analisando a música, o poema e o seu intérprete.

Público em geral | Mediante inscrição até uma semana de antecedência

CD Rainha D. Maria I | 217 815 298 | diana.ferreira@scml.pt

TARDES MUSICAIS

Centro Social e Polivalente do Bairro da Boavista

24 março

28 abril

Terça-feira | 14h30 às 16h00

Tardes musicais com a participação especial do voluntário Fernando Lomba. Momentos dedicados às recordações de músicas antigas, acompanhados de muita dança, alegria e animação. Uma tarde para cantar, reviver memórias e partilhar sorrisos ao som de grandes clássicos.

Público em geral | Mediante inscrição

CSP Bairro da Boavista | 217 624 200 | joana.oliveira@scml.pt

CINEMA

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

30 março

27 abril

Segunda-feira | 14h00 às 16h00

Apresentar o cinema como fonte de cultura e agente transmissor de conhecimento. Promover a literacia cinematográfica e a valorização do cinema português enquanto forma de arte.

Público em geral | Mediante inscrição, até à sexta-feira antes do dia pretendido

CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@cml.pt

VIVER A CIDADE

Unidade de Animação Socioeducativa

31 março

Terça-feira | 14h30 às 17h00

Visita guiada ao Museu de História Natural e da Ciência de Lisboa, promovida pela Unidade de Animação Socioeducativa, com o objetivo de aproximar a comunidade da ciência e do património natural, além de proporcionar aos participantes contacto com exposições artísticas temporárias presentes no museu.

Ponto de encontro: Espaço Santa Casa às 13h30 (Morada: Campo de Santa Clara, 160 loja – Lisboa)

Público em geral | Mediante inscrição | Valor por pessoa 2 €
UASE | 213 261 340 | gatasc@scml.pt

A.S.E. ARTISTAS SECRETOS ESPECIAIS

Unidade de Animação Socioeducativa

6 a 10 abril

Segunda a sexta-feira | 09h30 às 17h30

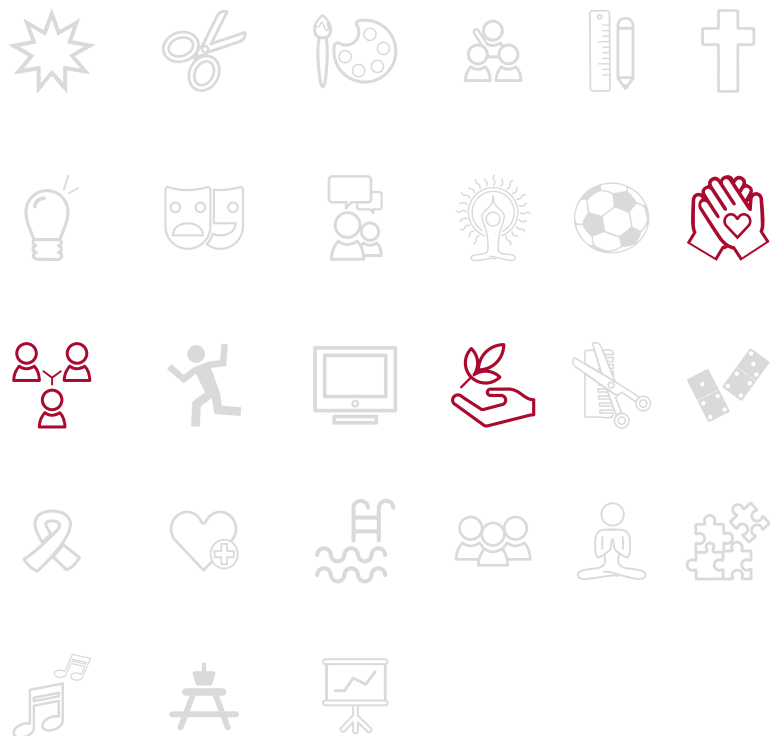
A exposição A.S.E. Artistas Secretos Especiais, que na realidade significa Animação Socioeducativa, uma prática que promove aprendizagens, criatividade e participação ativa através de atividades culturais, lúdicas e formativas, é constituída por jovens do Centro Social Polivalente do Bairro Padre Cruz e reúne três diferentes núcleos que mostram algumas das obras e atividades que criámos e vivemos ao longo do ano de 2025. No Bairro das Artes, apresentam-se pinturas de temáticas livre e máscaras do filme, bem como a Banda Desenhada, onde se pode conhecer o poster tutorial e as histórias ilustradas que revelam a expressão artística do grupo. O núcleo Oficina dos Filmes reúne o filme A Aldeia Adormece e o Bairro Acorda (*), bem como os seus bastidores, máscaras, posters e documentos de trabalho. Também o Foto-Livro Click! Olhares entre filmes e Fotografias, combinando histórias em imagens e materiais de processo criativo. Já em Atividades da A.S.E. reúnem-se fotografias de uma parte das experiências mais significativas realizadas por todos - judo, dança, campismo, colónia de férias e visitas, que completam um registo visual único dos Artistas Secretos Especiais.

(*) O filme vai ter exibição única, sexta-feira dia 10 de abril pelas 17h00, no auditório do Espaço Santa Casa.

Público em geral | Visita Livre
CSP Bairro Padre Cruz | 217 122 220 | pedro.augusto@scml.pt



ATIVIDADES PARTICIPAÇÃO SOCIAL



CONVERSAS COM CHÁ

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

12 março

16 abril

Quinta-feira | 10h30 às 12h30

Atividade de culinária, onde se coloca em prática a receita dos Biscoitos PURA DOÇURA (receita do CDCC). Durante a atividade, decorrem conversas do interesse dos participantes, que terminam com um chá acompanhado dos Biscoitos PURA DOÇURA.

Público em geral | mais 18 anos | Mediante inscrição, até à segunda-feira anterior
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

NOITE DE FADOS

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

13 março

Sexta-feira | 19h30

O Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca abre portas para mais uma edição da Noite de Fados.

O evento contará com a presença dos fadistas Ana Lúcia, Liliana Santos, Hortense Coutinho e Osvaldo Coutinho, acompanhados pelos músicos Filipe Campos (viola) e José Catarino (guitarra), que nos conduzirão por melodias profundas e histórias cantadas com autenticidade.

Para tornar a noite ainda mais acolhedora, haverá degustação de sabores tradicionais: caldo verde, chouriço, pastéis de bacalhau, azeitonas, pão, arroz doce entre outros.

Público em geral | Mediante inscrição até dia 6 de março para o email: ines.ramos@scml.pt | Atividade Gratuita
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

JANTAR COMUNITÁRIO

Centro Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

31 março

24 abril

Última sexta-feira do mês | 19h00 às 23h00

Tem como objetivo promover o diálogo e a cooperação entre vizinhos, de diferentes culturas e faixas etárias, num ambiente inclusivo, seguro e participativo. Cada participante é encorajado a trazer uma iguaria gastronómica para partilhar, preferencialmente refletindo a diversidade culinária da sua comunidade ou território. O objetivo é tornar o evento tão diversificado quanto possível, de modo a enriquecer as interações e troca de experiências. Esta dinâmica permite ainda um espaço de diálogo promovendo a diversidade e estabelecendo laços positivos de convivência.

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

FÓRUM MULHERES CIGANAS

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

25 março

29 abril

Última quarta-feira do mês | 10h00

Tem com objetivo a criação de um espaço seguro de partilha, reflexão e empoderamento feminino. O fórum será dinamizado pela AIMA e a associação AMUCIP, através da realização de círculos de mulheres ciganas que irão debater temas fundamentais como a igualdade de género, papéis sociais, educação, autonomia, saúde e violência baseada no género. Serão valorizadas as experiências pessoais e o saber das mulheres participantes, promovendo o diálogo intergeracional e a construção coletiva de conhecimento. Esta ação é promovida pelo Projeto R.I.T.M.O (Projeto BIP ZIP da Associação RIZOMA e do CDC Ameixoeira).

Comunidade Santa Clara | +18 anos | Mediante inscrição (até uma semana de antecedência),
CDC Ameixoeira | 217 552 780 | 962 056 135 | cdcameixoeira@scml.pt

APANHA DO TOMATE | ESPAÇO ALFACINHA

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

19 março

quinta-feira | 10h30 às 12h30

Atividade de apanha de tomate na horta do CDC da Charneca, criada para promover a partilha e a aprendizagem de saberes ligados à agricultura. A iniciativa incentiva a troca de conhecimentos e experiências de cultivo — práticas que podem ser transmitidas, replicadas e valorizadas ao longo do tempo. Para além do trabalho agrícola, a atividade proporciona momentos de convívio entre os utilizadores, reforçando o espírito de comunidade e o prazer de cuidar da terra em conjunto.

Público em geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência |
Atividade sujeita a alterações conforme as condições atmosféricas
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

COLHEITA DA FAVA | ESPAÇO ALFACINHA

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

23 abril

Quinta-feira | 10h30 às 12h30

Atividade de apanha de favas, cultivadas na horta do CDC da Charneca. Promove a partilha de saberes agrícolas, o convívio entre participantes e a valorização das experiências de cultivo que podem ser transmitidas e replicadas ao longo do tempo.

Público em geral | Mediante inscrição, até uma semana de antecedência |
Atividade sujeita a alterações conforme as condições atmosféricas
CDC Charneca | 217 529 020 | ines.ramos@scml.pt

The background is a solid dark red color, densely populated with a repeating pattern of small, white, line-art icons. These icons represent a wide variety of concepts including technology (laptops, monitors, lightbulbs), nature (trees, leaves), health (hearts, ribbons), education (books, graduation caps), and social interaction (groups of people, hands shaking).

OUTRAS ATIVIDADES

Palácio Nacional da Ajuda | Visitas com voluntários

Palácio Nacional da Ajuda

Março | abril

Todas as quintas-feiras | 15h00

Às quintas-feiras, há voluntários no Palácio Nacional da Ajuda que, com dedicação e generosidade, oferecem uma visita que revela histórias fascinantes, curiosidades e segredos em cada sala do palácio. É também uma oportunidade única para ver os lustres acesos em todo o seu esplendor.

Público em geral | Marcação prévia

+info: 213 637 095 | se.pnajuda@museusemonumentos.pt |

<https://www.palacioajuda.gov.pt/>

Templo Radha Krishna | Visita Guiada

Templo Radha Krishna

Março | abril

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. As visitas são gratuitas para grupos a partir de sete pessoas.

Público em geral | Necessária marcação prévia

+ info: 217 576 524 | secretaria@comunidadehindu.org

Júlio Pomar – comemoração do centenário do nascimento | Exposição

CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito

Março | abril

Segunda a sábado | 10h00 às 13h00 e 14h00 às 19h00

Para celebrar o centenário do nascimento de Júlio Pomar é apresentada no CAMB uma exposição com uma seleção de obras de 1944 a 2004, que percorre praticamente todas as fases do artista. Júlio Pomar expôs na Galeria 111 durante quase meio século e é o artista mais representado na coleção Manuel de Brito.

Público em geral | Entrada gratuita

+ info através: 219 369 734 | info@camb.pt |

<http://www.camb.pt>

Fábrica da Eletricidade | Exposição

Museu da Eletricidade

Março | abril

Todos os dias (exceto terças-feiras) | 13h30 às 17h00

Visita que percorre vários espaços da antiga Central Tejo, central termoelétrica construída em 1908 e que abasteceu toda a região de Lisboa de eletricidade. Entre maquinaria original, em perfeito estado de conservação, conta-se a história desta antiga fábrica, bem como a evolução da eletricidade até às energias renováveis.

Organização: MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia

Público em geral | Visita gratuita mediante apresentação de bilhete de entrada no Museu | Consultar condições de ingresso: <http://www.maat.pt>

ISTAMBUL E LISBOA, ALMAS GÉMEAS | Exposição

Museu de Lisboa – Palácio Pimenta

Março | abril

Terça-feira a domingo | 10h00 às 18h00

A meio da exposição permanente do Museu de Lisboa - Palácio Pimenta, que mapeia a evolução da cidade desde a sua génese até ao século XX, uma obra contemporânea surpreende ao aproximar a capital portuguesa de Istambul, a cidade turca por excelência.

Istambul e Lisboa – Almas Gémeas, do pintor Devrim Erbil (1937), interliga as duas cidades, revelando símbolos e formas que as caracterizam, sob uma atmosfera singular em tons de vermelho e verde, aproximando assim duas cidades que podem representar os dois extremos de uma Europa histórica, no tempo e no espaço. Ambas as cidades de cara virada para o rio, Lisboa e Istambul partilham as cores vivas, o clima ameno do Mediterrâneo, a abundância de esplanadas e uma certa nostalgia melancólica que é difícil de descrever para ambas as culturas. Fruto de uma parceria entre o Museu de Lisboa, a Embaixada da Turquia e a Museu e Monumentos de Portugal, a exposição desta obra é, também, um modo de celebrar as relações diplomáticas dos nossos dois países, estabelecidas em 1843.

Devrim Erbil, nascido em Uşak, na Turquia, é uma figura fundamental no movimento da arte moderna na Turquia. Com uma carreira de mais de seis décadas, Erbil é mais conhecido como pintor, mas também trabalhou com mosaicos, gravuras e tapeçarias. É conhecido pelas suas interpretações poéticas da paisagem urbana de Istambul, que captam o ritmo e as texturas da cidade. O estilo de Erbil reúne motivos tradicionais e uma sensibilidade contemporânea, apresentando frequentemente uma vista panorâmica e uma paleta vibrante que representa a vida agitada e as vistas panorâmicas de Istambul. Ao longo da sua carreira, realizou inúmeras exposições individuais em todo o mundo e recebeu diversos prémios.

Organização: Museu de Lisboa – Palácio Pimenta

Público em geral | 3€/pax

www.museudelisboa.pt

Quintas-feiras no Palácio | Visita Temáticas

Palácio Nacional da Ajuda

Março | abril

Todas as quintas-feiras | 15h00

Às quintas-feiras, há voluntários no Palácio Nacional da Ajuda que, com dedicação e generosidade, oferecem uma visita que revela histórias fascinantes, curiosidades e segredos em cada sala do palácio. É também uma oportunidade única para ver os lustres acesos em todo o seu esplendor.

Público em geral | Marcação prévia

+info: 213 637 095 | se.pnajuda@museusemonumentos.pt |

<https://www.palacioajuda.gov.pt/>

TAKE 1 | Exposição

Pavilhão Julião Sarmento

Março | abril (até dia 29 abril)

Terça-feira a domingo | 11h00 às 19h00

A exposição inaugural, TAKE 1, apresenta uma seleção de obras da coleção de Julião Sarmento e tem como referência a ação cinematográfica – a “primeira tomada” – para assinalar o início de um percurso expositivo que se desdobrará em múltiplas leituras. A mostra propõe dois grandes núcleos temáticos: “Arte e Vida”, centrado na amizade, amor, partilha e celebração entre artistas; e “Espaço e Arquitetura”, revelando o fascínio do artista pelo habitar, pela construção do desenho arquitetónico e pela materialidade. Entre os artistas representados nesta exposição encontram-se nomes fundamentais da arte contemporânea internacional. A coleção, marcada pela proximidade afetiva e por trocas entre pares, reflete um entendimento profundo da arte enquanto campo expandido de relações artísticas.

Organização: Pavilhão Julião Sarmento, curadoria de Isabel Carlos.

Público em geral | Consultar condições de ingresso em:

<https://www.pavilhaojuliaoсарmento.pt/>

MEU NOME ANTÓNIO | Exposição Fotográfica

MUDE – Museu do Design

Março | Até dia 26 de abril

Terça a quinta-feira | 10h00 às 18h00

Sexta-feira e sábado | 10h00 às 20h00

Domingo | 10h00 às 18h00

“Meu Nome António” é a nova exposição temporária do MUDE - Museu do Design, dedicada a António Variações. A mostra reúne 85 fotografias captadas entre 1981 e 1983, por Teresa Couto Pinto, fotógrafa, agente e amiga do artista, que nunca aceitou vender o seu espólio. As fotografias mostram a personalidade forte, a liberdade criativa, o carisma e a estética visual que marcaram António Variações, e evidenciam a cumplicidade entre o artista e a fotógrafa. Não houve pós-produção, alterações de cor ou de métodos de inteligência artificial, apenas um restauro que preserva a essência da fotografia analógica dos anos 80.

MUDE | Público em geral | Vários descontos aplicados | Consultar condições de ingresso em:

www.mude.pt

FESTIVAL CRIASONS | Música e Literatura

Vários Locais (Lisboa)

Até dia 26 de março

Sob o tema Música e Literatura, a 5.ª edição do Festival Criasons decorre entre janeiro e março, com curadoria do escritor José Luís Peixoto. Concebido pela Musicamera Produções, o festival explora a relação natural entre palavra e música, promovendo a criação musical contemporânea a partir de obras de alguns nomes da literatura portuguesa recente. Atividades como Concertos com Livros, Encontros em Diálogo, Biblioteca Extravagante (público infantil) e Encontros com o Hip-Hop fazem parte do programa e contam com a participação de escritores como Valter Hugo Mãe, José Luís Peixoto, Gonçalo M. Tavares, Dulce Maria Cardoso ou Joana Bértholo, e de músicos como Chullage, Sam the Kid ou o Quarteto Lopes-Graça, entre outros. Os eventos decorrem em bibliotecas com o propósito de aproximar artes, territórios e comunidades.

Público em geral | Todas os espetáculos são gratuitos
Consultar programação em:

www.musicamera.pt

Filhos de todos...Filhos de quem?

Os expostos da roda de Lisboa | Exposição | Visita Guiada

Galeria de exposições da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Até 29 de março de 2026

Terças-feiras | 14h30

Quintas-feiras | 10h30

O Arquivo Histórico da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa apresenta a exposição “Filhos de todos... filhos de quem? Os expostos da roda de Lisboa”. Uma abordagem curatorial inédita convida a refletir sobre o abandono infantil, os sistemas de acolhimento, a identidade e a memória, partindo dos sinais deixados com as crianças expostas na roda: bilhetes manuscritos, pequenos objetos, imagens, entre outros. A exposição integra ainda obras de Leonardo da Vinci, Almada Negreiros, Graça Morais, Júlio Pomar e Paula Rego.

A SCML conserva perto de noventa mil sinais de expostos, organizados em cinco séries documentais, com datas entre 1658 e 1939. Trata-se da maior coleção de documentos deste tipo a nível mundial. A exposição integra-se na candidatura destas séries ao Registo da Memória do Mundo da UNESCO, apresentada em articulação com outras instituições nacionais e internacionais.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação gratuita | Mediante marcação

Visitas guiadas para grupos organizados: em português ou inglês, de terça-feira a sábado.

(NOTA: estas visitas não se realizam às segundas-feiras e feriados)

Informações: Museu de São Roque | 213 235 444 | arquivo.historico@scml.pt

Marcações de visitas guiadas (max. grupos de 25 participantes) | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | Exposição | Visita Guiada

3 | 10 | 17 | 24 | 31 março

5 | 12 | 19 | 26 março

Terça-feira | 11h00

Quinta-feira | 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 vinte 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 | Participação individual | Sem marcação | Participação paga – 12,00€

Máximo 20 participantes.

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

Peça do Mês – Pintura do interior da Capela de São João Batista | Visita guiada Museu e Igreja de São Roque

4 de março

Quarta-feira | 13h30

Ao longo de 2026 são analisadas ao detalhe doze peças da coleção do Tesouro da Capela de São João Batista do Museu de São Roque, numa visita breve, à quarta-feira, sempre à hora de almoço. Este mês o destaque vai para a pintura oitocentista do interior da Capela de São João Batista pintada por James Holland.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação paga

3.50€ | Máximo 25 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Visitas guiadas à Igreja e Museu de São Roque | Visita Guiada Museu e Igreja de São Roque

06 e 20 | março

Sexta-feira | 15h00

As visitas guiadas à Igreja e ao Museu de São Roque oferecem uma leitura aprofundada de um dos mais extraordinários conjuntos patrimoniais de Lisboa. A Igreja, notável pela sua arquitetura maneirista e barroca, resistiu quase intacta ao terramoto de 1755, preservando um acervo raro e valioso. Destaca-se a Capela de São João Batista, um dos mais ricos conjuntos de arte sacra do século XVIII, encomendado em Roma e instalado em Lisboa com grande aparato, e em vias de ser classificada como Tesouro Nacional. No Museu de São Roque, fundado em 1905, além do tesouro da Capela de São João Batista, a coleção apresenta quadros quinhentistas de São Roque, revela a dimensão global da missão jesuíta, com peças de arte sacra, paramentaria e objetos devocionais que testemunham séculos de espiritualidade e intercâmbio cultural, entre o Ocidente e o Oriente. No seu último núcleo relata a presença da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, fundada em 1498, e que desde 1768 assegura neste local a continuidade da preservação e valorização deste património único de Portugal.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Sem marcação | Participação paga – consultar condições | Max. 20 participantes

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt



A Obra Eleita

12 março | Maquete da Capela de São João Batista

Quinta-feira | 15h00

24 março | Braço-relicário de São Anchieta

Terça-feira | 15h00

Durante o mês de maio de 2025, o Museu de São Roque promoveu a iniciativa “A Obra Eleita”, uma ação participativa que convidou o público a escolher a sua obra favorita entre uma seleção de vinte peças icónicas do Tesouro da Capela de São João Batista, com grande entusiasmo e envolvimento dos visitantes. Reconhecendo a importância e o sucesso desta eleição, o Museu irá dedicar o primeiro quadrimestre de 2026 à realização de atividades que evidenciem esta e outras escolhas do Tesouro da Capela de São João Batista. A próxima edição será dedicada às relíquias da Coleção de São Roque, convidando o público a descobrir, apreciar e escolher a peça que mais o emociona e representa.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação gratuita | Max. 20 participantes

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Mulheres na arte de São Roque | Visita temática Museu e Igreja de São Roque

08 março

Domingo | 15h00

O Museu de São Roque apresenta uma importantíssima coleção de pintura dos séculos XVI, XVII e XVIII, que constitui um precioso documento para o entendimento da mulher na história, cultura e sociedade portuguesas daquele período. Através de uma visita especializada, comemorando o Dia Internacional das Mulheres, serão analisadas diversas obras que nos informam dos diversos e insubstituíveis papéis da mulher: mãe, religiosa, artesã, educadora, sedutora ou estadista. Todas estas perspetivas estão representadas em obras de arte que comunicam hoje com o observador, tal como faziam há séculos.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação gratuita | Max. 20 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Museu de São Roque | 213 235 065 - 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Seminário sobre religiões: Religiões do Japão | Conferência

12 março

Quinta-feira | 18h00 às 19h00

Desde a assimilação do Budismo, no século VI, o pluralismo religioso caracterizou o Japão. Ainda na atualidade os japoneses afirmam pertencer a duas tradições religiosas: o Xintoísmo e o Budismo. A coexistência de diversas tradições é amplamente reconhecida. Xintoísmo, religião nativa, Budismo introduzido no Japão nos primórdios da sua história, Confucionismo, sistema “quasi religioso” importado da China, e Cristianismo, introduzido pelos missionários católicos. Ainda a acrescentar, já no século XX, as Novas Religiões. Falar de religião no Japão é, por isso, olhar para um sistema combinatório, onde diferentes tradições se foram cruzando, embora mantendo distinções claras no espaço físico e no tipo de rituais.

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação paga – 10,00€
Desconto de 20% (8€) até 3 dias antes | Máx. de 50 participantes.

Link para inscrição e pagamento:

<https://lojadacultura.scml.pt/products/jan-abr-seminario-sobre-religioes>

Marcações e/ou Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 ou 213 235 400 ca.cfc@scml.pt

Linhas em Movimento: O Poder do Esboço | Workshop Museu e Igreja de S. Roque Exposição Filhos de todos... Filhos de quem? Os expostos da roda de Lisboa

14 março

Sábado | 15h00

Esta atividade convida os participantes a explorar o esboço como linguagem artística essencial, onde cada traço é uma descoberta e cada linha abre caminho para novas possibilidades. O esboço será apresentado não apenas como preparação para a obra final, mas como expressão autónoma de ideias, emoções e gestos. Inspirados nos estudos de José Malhoa, que revelam a força da observação e da prática constante, e no desenho de Leonardo da Vinci, símbolo da curiosidade e da genialidade criadora, os participantes mergulharão na tradição e na inovação do gesto artístico. Através de exercícios práticos, experimentarão diferentes técnicas de desenho rápido, observação e improvisação, valorizando o processo criativo acima do resultado. O objetivo é despertar o olhar sensível e a liberdade de expressão, mostrando que o esboço é o coração pulsante da arte.

Organização: Cultura Santa Casa

Famílias com crianças dos 13 aos 17 anos | Marcação prévia | Participação paga
- Bilhete família 7,50€ por adulto acompanhado de duas crianças; Participante adicional acresce 1,50€ | Max. De 15 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 21 323 5065 |
museusaoroque@scml.pt

Os Rostos da Capela de São João Batista - Federico Ludovice, O Arquiteto | Visita temática

Museu e Igreja de São Roque

19 março
Quinta-feira | 15h00

A Capela de São João Batista, na Igreja de São Roque, é um dos maiores símbolos do esplendor artístico e diplomático do reinado de D. João V, o monarca que ambicionou colocar Portugal no centro da cultura europeia. Este ciclo de visitas guiadas revela os protagonistas que tornaram possível esta obra-prima. Além da Magnânima majestade, destacam-se as figuras de: Manuel Pereira de Sampaio, embaixador junto da Santa Sé, que coordenou a execução e transporte da capela; Tomás de Almeida, cardeal-patriarca e conselheiro próximo do rei; Alexandre de Gusmão, diplomata e estratega que consolidou a posição portuguesa em Roma; Frederico Ludovice, o grande arquiteto responsável da obra em Portugal; e Giovanni Battista Carbone, o padre cientista jesuíta, que assegurou a dimensão teológica e simbólica do projeto.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação gratuita | Max. de 30 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Budismo – Escolas e Práticas na Ásia | Visita temática

Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo

20 março
Sábado | 10h30 às 12h00

Na cultura asiática existem várias escolas do Budismo, cada uma com as suas orientações e práticas. Nesta visita iremos explorar algumas destas escolas, assim como são feitas muitas das práticas nas coleções dos vários países representados na Casa Ásia – Coleção Francisco Capelo.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação paga – 12,00€ | Max. 20 participantes.
Link para inscrição e pagamento: <https://lojadacultura.scml.pt/products/jan-mar-visitas-tematicas-na-casa-asia>

Marcações e/ou Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 ou 213 235 400 | ca.cfc@scml.pt

Mistérios em São Roque | Peddy Paper

Museu e Igreja de São Roque

21 março
Sábado | 15h00

Um código de letras encontrado numa pedra com mais de 500 anos será o início de uma aventura onde os participantes irão 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 6 aos 12 anos | Marcação prévia | Participação paga - Bilhete família 7,5€ por adulto acompanhado de duas crianças; Participante adicional acresce 1,5€ | Máximo 20 participantes.
Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 21 323 50 65 | museusaoroque@scml.pt

Comunidade de leitores | Clube de Leitura

Biblioteca da SCML

26 março
Sábado | 18h00

A Cura, de Pedro Eiras - Sinopse
Uma vez por mês, sempre à meia-noite, dois homens encontram-se num consultório. Um deles é psicanalista.
A Cura: uma sátira, um combate furioso, uma questão de vida ou morte. «Para um psicanalista que passou a vida a guardar os segredos dos outros, é difícil começar a escrever este testemunho. Gostaria de jurar, como num tribunal, que direi a verdade, toda a verdade, nada senão a verdade. Pelo contrário, tenho consciência de que farei desvios e omissões. Na minha profissão, estou habituado a encontrar meias-verdades e meias-mentiras, não porque os pacientes queiram iludir-me, mas porque estão iludidos e eles próprios não o sabem. Nesse momento, convido-os a encontrarem a verdade que ignoram. Mas que eu mesmo escreva agora, omitindo quanto posso, enche-me de uma angústia mortal. Vale a pena escrever nestas condições? [...]» (Almedina)

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Grátis | Com inscrição prévia | Max. de 15 participantes

Marcações e/ou Informações: Biblioteca da SCML | 213 235 858 | biblioteca@scml.pt

Seminário sobre Religiões: Confucionismo | Conferência

Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo

26 março
Quinta-feira | 18h00 – 19h00

O confucionismo, criado por Confúcio no séc. VI a.C., é uma filosofia chinesa que valoriza a moral, a educação e o respeito às relações sociais. Defende que a harmonia da sociedade depende da virtude e do bom exemplo dos governantes. Tornou-se uma base da cultura e organização social da China, influenciando o pensamento e os costumes até hoje.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação paga – 10,00€
| Desconto de 20% (8€) até 3 dias antes | Max. 50 participantes.

Link para inscrição e pagamento:
<https://lojadacultura.scml.pt/products/jan-abr-seminario-sobre-religioes>

Marcações e/ou Informações: Casa Ásia - Coleção Francisco Capelo | 213 235 250 ou 213 235 400 ca.cfc@scml.pt

Peça do Mês - Castiçais de credência | Visita guiada

Museu e Igreja de São Roque

1 abril
Quarta-feira | 13h30

Ao longo de 2026 são analisadas, ao detalhe, doze peças da coleção do Tesouro da Capela de São João Batista do Museu de São Roque, numa visita breve, à quarta-feira, sempre à hora de almoço.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação paga – 3,50€
| Max. 25 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

A Obra Eleita | Visita guiada

Museu e Igreja de São Roque

Relicários monumentais
07 abril | terça-feira | 15h00

Busto Relicário de São Francisco Xavier
30 abril | quinta-feira | 15h00

Durante o mês de maio de 2025, o Museu de São Roque promoveu a iniciativa “A Obra Eleita”, uma ação participativa que convidou o público a escolher a sua obra favorita entre uma seleção de vinte peças icónicas do Tesouro da Capela de São João Batista. Reconhecendo a importância e o sucesso desta eleição, o Museu irá dedicar o primeiro quadrimestre de 2026 à realização de atividades que evidenciem esta e outras escolhas do Tesouro da Capela de São João Batista. A próxima edição será dedicada às relíquias da Coleção de São Roque, convidando o público a descobrir, apreciar e escolher a peça que mais o emociona e representa.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Marcação prévia | Participação gratuita | Max. de 25 participantes.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt

Visitas guiadas à Igreja e Museu de São Roque | Visita guiada Museu e Igreja de São Roque

10 e 24 abril
Sexta-feira | 15h00

As visitas guiadas à Igreja e ao Museu de São Roque oferecem uma leitura aprofundada de um dos mais extraordinários conjuntos patrimoniais de Lisboa. A Igreja, notável pela sua arquitetura maneirista e barroca, resistiu quase intacta ao terramoto de 1755, preservando um acervo raro e valioso. Destaca-se a Capela de São João Baptista, um dos mais ricos conjuntos de arte sacra do século XVIII, encomendado em Roma e instalado em Lisboa com grande aparato, e em vias de ser classificada como Tesouro Nacional. No Museu de São Roque, fundado em 1905, além do tesouro da Capela de São João Baptista, a coleção apresenta quadros quinhentistas de São Roque, revela a dimensão global da missão jesuíta, com peças de arte sacra, paramentaria e objetos devocionais que testemunham séculos de espiritualidade e intercâmbio cultural, entre o Ocidente e o Oriente. No seu último núcleo relata a presença da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, fundada em 1498, e que desde 1768 assegura neste local a continuidade da preservação e valorização deste património único de Portugal.

Organização: Cultura Santa Casa
Público adulto | Participação individual | Sem marcação | Max. de 25 participantes | Participação paga, consultar valor da entrada no Museu.

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 |
museusaoroque@scml.pt

Cria o teu Tesouro | Workshop Museu e Igreja de São Roque

11 abril
Sábado | 15h00

A atividade “Cria o Teu Tesouro” convida as crianças e famílias a explorar o Tesouro da Capela de São João Baptista de forma criativa e divertida. Usando materiais simples como papel, tesoura e cola, os participantes são desafiados a construir o seu próprio tesouro, personalizando-o com elementos decorativos e detalhes únicos. Esta atividade estimula a imaginação, a coordenação motora e o interesse pela história e cultura, proporcionando uma experiência enriquecedora e educativa.

Organização: Cultura Santa Casa
Famílias com crianças dos 4 aos 12 anos | Marcação prévia | Max. de 15 participantes | Participação paga; bilhete família 7,50€ por adulto acompanhado de duas crianças; participante adicional acresce 1,50€

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 |
museusaoroque@scml.pt

Desenhar a Cidade – Exercícios sobre Arquitetura e Urbanismo | Workshop Museu e Igreja de São Roque

18 abril
Sábado | 15h00

Os conceitos de arquitetura e de urbanismo são trabalhados em grupo através de um exercício de desconstrução de palavras. Uma vez discutidos os conceitos, passa-se para a análise do real, questionando a cidade, os bairros, as ruas e os edifícios que nos rodeiam. A dialética entre função e forma assume protagonismo neste debate.

Organização: Cultura Santa Casa
Famílias com crianças dos 6 aos 15 anos | Marcação prévia | Max. de 15 participantes | Participação paga

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 |
museusaoroque@scml.pt

Comunidade de leitores - As memórias de Adriano, de Marguerite Yourcenar | Clube de leitura

Biblioteca da SCML

23 abril

Quinta-feira | 18h

Memórias de Adriano tem a forma de uma longa carta dirigida pelo velho imperador, já minado pela doença, ao jovem Marco Aurélio, que deve suceder-lhe no trono de Roma (século II d. C.). Uma carta em que lhe promete contar toda a verdade, sem as reservas próprias da história oficial. Pouco a pouco, através desta serena confissão, suscitada pelo pressentimento de que a morte se aproxima, ficamos a conhecer os episódios decisivos da vida deste homem notável, que soube pacificar o império, tornar a sociedade romana um pouco mais justa e melhorar a sorte das mulheres e dos escravos.
(Bertrand)

Organização: Cultura Santa Casa

Público adulto | Participação individual | Grátis | Marcação prévia | Max. de 25 participantes

Marcações e/ou Informações: Museu de São Roque | 213 235 449 | museusaoroque@scml.pt





MAPA DE ATIVIDADES

MARÇO	1	2	3	4	5	6	7
CDC Ameixoeira			ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR	AULAS DE INGLÊS RODA DOS VIZINHOS	AULAS DE INGLÊS	
CSP B° das Furnas Espaço ComVida				TANGOTERAPIA			
CD Alto do Pina		MUSICOTERAPIA	REIKI		CLUBE DE LEITURA		
CD Rainha D. Maria I		CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA	NO RAINHA ACONTECE AÇÃO KIT DE EMERGÊNCIA BINGO	OFICINAS CRIATIVAS DANÇAS CIRCULARES		
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço		ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCELO DE XADREZ (RE)VISITAR LISBOA MOVIMENTO E RITMO	BOWLING CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR	NÚCELO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO	
CAF			AÇÃO PROCESSOS DE MUDANÇA		WORKSHOP FLORES DE PAPEL		
CSP PRODAC		AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM REDESCOBRIR LISBOA	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER	
CDC B° dos Lóios		MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS	PROJETO SER +	CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS	
CS S. Boaventura			BOCCIA	OFICINA DE VOZ		MEMÓRIA DE ELEFANTE	
CSP B° da Boavista				A NOSSA PERCEPÇÃO DE OUVIR COMO COMUNICAR COM O OUTRO	GINÁSTICA PARA TODOS		
CD Nª Sr.ª dos Anjos			GINÁSTICA ADAPTADA	ATIVAMENTE BIODANZA	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA	
ERPI Quinta Alegre			SNOEZELEN			TERTÚLIAS TEMÁTICAS SNOEZELEN	

MARÇO	8	9	10	11	12	13	14	15
CDC Charneca					CONVERSAS COM CHÁ	NOITE DE FADOS		
CDC Ameixoeira			ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR	AULAS DE INGLÊS RODA DOS VIZINHOS	AULAS DE INGLÊS		
ERPI Nª Sr.ª do Carmo				TANGOTERAPIA				
CD Alto do Pina		MUSICOTERAPIA	REIKI	TERAPIA DE BAUER	CLUBE DE LEITURA			
CD Rainha D. Maria I		ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA	BINGO MÚSICA DAS PALAVRAS	OFICINAS CRIATIVAS	QUIZZ MUSICALMENTE		
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço		À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCELO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO	BOCCIA CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR	NÚCELO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO		
CAF			AÇÃO RESILIÊNCIA À VERGONHA					
CSP PRODAC		AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER		
CDC Bº dos Lóios		MEDIATÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS		CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS		
CS S. Boaventura			BOCCIA	OFICINA DE VOZ		MEMÓRIA DE ELEFANTE		
CSP Bº da Boavista					BOCCIA			
CD Nª Sr.ª dos Anjos			A AVÓ SAI DA CAIXA GONÁTICA ADAPTADA	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA		
ERPI Quinta Alegre			SNOEZELEN			SNOEZELEN		

MARÇO	16	17	18	19	20	21	22	23
CDC Charneca				APANHA DO TOMATE ESPAÇO ALFACINHA				
CDC Ameixoeira		ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FISICA E BEM-ESTAR	AULAS DE INGLÊS RODA DOS VIZINHOS	AULAS DE INGLÊS			
ERPI Nª Sr.ª do Carmo			CHÁ DO CARMO					
CSP Bº das Furnas Espaço ComVida			TANGOTERAPIA					
CI Ferreira Borges	ENCONTROS COM PESSOA							
CD Alto do Pina	MUSICOTERAPIA	REIKI		CLUBE DE LEITURA				MUSICOTERAPIA
CD Rainha D. Maria I	CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA BORDALO AO CUBO	BINGO CANTARES POPULARES	OFICINAS CRIATIVAS DANÇAS CIRCULARES	QUIZZ MUSICALMENTE			CICLO DE CINEMA
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO CELEBRAÇÃO DA PALAVRA	BOWLING	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO			ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA
CAF		AÇÃO ESTOU NERVO@ E AGORA?						
CSP PRODAC	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS PEDALAR NÃO TEM IDADE TOCA A MEXER PASSEIO DE BICICLETA PARA TODOS	TARDES ATIVAS PASSEIO DE BICICLETA PARA TODOS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM REDESCOBRIR LISBOA	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA
CDC Bº dos Lóios	MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS	PROJETO SER +	CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO
CS S. Boaventura		BOCCIA	OFICINA DE VOZ		MEMÓRIA DE ELEFANTE			
CSP Bº da Boavista				GINÁSTICA PARA TODOS				
CD Nª Sr.ª dos Anjos		A AVÓ SAI DA CAIXA	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA			
ERPI Quinta Alegre		SNOEZELEN			TERTÚLIAS TEMÁTICAS SNOEZELEN			

MARÇO	24	25	26	27	28	29	30	31
CDC Charneca			BOCCIA				CINEMA	
CDC Ameixoeira	ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR FÓRUM MULHERES CIGANAS	AULAS DE INGLÊS RODA DOS VIZINHOS					ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS JANTAR COMUNITÁRIO
UASE								VIVER A CIDADE
CSP B° das Furnas Espaço ComVida		TANGOTERAPIA						
CI Ferreira Borges	ZUMBA ADAPTADO							
CD Alto do Pina	REIKI	TERAPIA DE BAUER					MUSICOTERAPIA	REIKI
CD Rainha D. Maria I	CLUBE DE LEITURA	BINGO CANTARES POPULARES	OFICINAS CRIATIVAS	QUIZZ MUSICALMENTE			CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO	BOCCIA	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO				NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO
CAF	AÇÃO RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS							AÇÃO COMUNICAÇÃO ASSERTIVA FOLAR DA PÁSCOA
CSP PRODAC	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER
CDC B° dos Lóios	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS		CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ
CS S. Boaventura	BOCCIA	OFICINA DE VOZ	BIODANZA	MEMÓRIA DE ELEFANTE				BOCCIA
CSP B° da Boavista	TARDES MUSICAIS							
CD Nª Sr.ª dos Anjos	A AVÓ SAI DA CAIXA	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				A AVÓ SAI DA CAIXA
ERPI Quinta Alegre	SNOEZELEN			SNOEZELEN				SNOEZELEN

ABRIL	1	2	3	4	5	6	7
CDC Ameixoeira	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DOS VIZINHOS					
CSP B° das Furnas Espaço ComVida	TANGOTERAPIA						
CD Alto do Pina		CLUBE DE LEITURA				MUSICOTERAPIA	REIKI
CD Rainha D. Maria I		OFICINAS CRIATIVAS DANÇAS CIRCULARES				CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	BOWLING CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO BINGO			ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO CELEBRAÇÃO DA PALAVRA
CAF	FESTA DA PÁSCOA						
CSP PRODAC	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER
CDC B° dos Lóios	PROJETO SER +	CAMINHAR PARA SER FELIZ	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS
CS S. Boaventura			MEMÓRIA DE ELEFANTE				BOCCIA
CD Nª Sr.ª dos Anjos			ATELIER DE PINTURA				GINÁSTICA ADAPTADA BIODANZA
ERPI Quinta Alegre							SNOEZELEN

ABRIL	8	9	10	11	12	13	14	15
CDC Ameixoeira	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	RODA DOS VIZINHOS						ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR
CSP B° das Furnas Espaço ComVida	TANGOTERAPIA							TANGOTERAPIA
CI Ferreira Borges							ZUMBA ADAPTADO	
CD Alto do Pina	TERAPIA DE BAUER	CLUBE DE LEITURA				MUSICOTERAPIA	REIKI	
CD Rainha D. Maria I	BINGO MÚSICA DAS PALAVRAS	OFICINAS CRIATIVAS				CICLO DE CINEMA	CLUBE DE LEITURA	BINGO
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	BOCCIA JOGO DO BINGO CANTARES POPULARES	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO			ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO	CANTARES POPULARES
CAF							AÇÃO PROCESSOS DE MUDANÇA	
CSP PRODAC	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM REDESCOBRIR LISBOA	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	TARDES ATIVAS TOCA A MEXER PASSEIO DE BICICLETA PARA TODOS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS PEDALAR NÃO TEM IDADE
CDC B° dos Lóios		CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO	PROJETO SER + PASSEIO DE BICICLETA PARA TODOS
CS S. Boaventura	OFICINA DE VOZ		MEMÓRIA DE ELEFANTE				BOCCIA	OFICINA DE VOZ
CSP B° Padre Cruz		EXPOSIÇÃO A.S.E ARTISTAS SECRETOS ESPECIAIS	EXPOSIÇÃO A.S.E ARTISTAS SECRETOS ESPECIAIS					
CSP B° da Boavista		GINÁSTICA PARA TODOS BOCCIA						A ARTE - A IMAGINAÇÃO COMANDA
CD N° Sr.ª dos Anjos	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				A AVÓ SAI DA CAIXA GINÁSTICA ADAPTADA	ATIVAMENTE
ERPI Quinta Alegre			TERTÚLIAS TEMÁTICAS SNOEZELEN				SNOEZELEN	

ABRIL	16	17	18	19	20	21	22
CDC Charneca	CONVERSAS COM CHÁ	SNOEZELEN					
CDC Ameixoeira	RODA DOS VIZINHOS					ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR
CSP B° das Furnas Espaço ComVida							TANGOTERAPIA
CD Alto do Pina	MEDITAÇÃO				MUSICOTERAPIA	REIKI	TERAPIA DE BAUER
CD Rainha D. Maria I	OFICINAS CRIATIVAS DANÇAS CIRCULARES	QUIZZ MUSICALMENTE				CLUBE DE LEITURA	BINGO
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO			ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO	BOWLING CANTARES POPULARES
CSP PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS TOCA A MEXER	TARDES ATIVAS CORO PRODAC
CDC B° dos Lóios	CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ EXPRESSÃO E MOVIMENTO MINDFULNESS	
CS S. Boaventura		MEMÓRIA DE ELEFANTE					OFICINA DE VOZ
CSP B° da Boavista						BOCCIA	
CD Nª Sr.ª dos Anjos	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				A AVÓ SAI DA CAIXA GINÁSTICA ADAPTADA	ATIVAMENTE
ERPI Quinta Alegre		SNOEZELEN				SNOEZELEN	

ABRIL	23	24	25	26	27	28	29	30
CDC Charneca	COLHEITA DA FAVA ESPAÇO ALFACINHA				CINEMA			
CDC Ameixoeira	RODA DOS VIZINHOS	JANTAR COMUNITÁRIO				ATELIER DE EXPRESSÕES CRIATIVAS	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR FÓRUM MULHERES CIGANAS	RODA DOS VIZINHOS
CSP B° das Furnas Espaço ComVida							TANGOTERAPIA	
CI Ferreira Borges	OFICINAS CRIATIVAS	ENCONTROS COM PESSOA						OFICINAS CRIATIVAS
CD Alto do Pina	CLUBE DE LEITURA				MUSICOTERAPIA	REIKI		
CD Rainha D. Maria I	BORDALO AO CUBO	QUIZZ MUSICALMENTE				CLUBE DE LEITURA	BINGO	DANÇAS CIRCULARES
CSP S. Cristóvão e S. Lourenço	CLUBE DE LEITURA ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	NÚCLEO DE XADREZ MOVIMENTO E RITMO JOGO DO BINGO			ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR À DESCOBERTA DA CULTURA	NÚCLEO DE XADREZ (RE)VISITAR LISBOA MOVIMENTO E RITMO	BOCCIA CANTARES POPULARES	ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR
CSP PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM REDESCOBRIR LISBOA	TARDES ATIVAS ZUMBA TOCA A MEXER			AULAS DE GUITARRA TARDES ATIVAS GINÁSTICA LOCALIZADA	TARDES ATIVAS TOCA A MEXER	TARDES ATIVAS CORO PRODAC	TARDES ATIVAS LABORATÓRIO DE RECICLAGEM
CDC B° dos Lóios	CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO	BOCCIA MINDFULNESS			MEDITAÇÃO	CAMINHAR PARA SER FELIZ	PROJETO SER +	CAMINHAR PARA SER FELIZ MEDITAÇÃO
CS S. Boaventura	BIODANZA	MEMÓRIA DE ELEFANTE					OFICINA DE VOZ	
CSP B° da Boavista	GINÁSTICA PARA TODOS					BOCCIA TARDES MUSICAIS		
CD Nª Sr.ª dos Anjos	LITERACIA DIGITAL	ATELIER DE PINTURA				A AVÓ SAI DA CAIXA GINÁSTICA ADAPTADA	ATIVAMENTE	LITERACIA DIGITAL
ERPI Quinta Alegre		TERTÚLIAS TEMÁTICAS SNOEZELEN				SNOEZELEN		





CONTACTOS

CAF - Centro de Apoio Familiar

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

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Charneca

Azinhaga do Reguengo
1750-245 Lisboa
217 529 020/9

Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bairro dos Lóios

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

Centro de Dia do Alto do Pina

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

Centro de Dia Nossa Senhora dos Anjos

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

Centro de Dia Rainha D. Maria I

Rua Tenente Espanca, n.º 27 - 1º
1050-220 Lisboa
217 815 298

Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira

Rua Fernando de Gusmão, Lotes 4 e 5
1750-428 Lisboa
217 529 020

Centro de Promoção Social PRODAC

Rua Pedro de Azevedo (Giro, 610-B)
1900-785 Lisboa
217 128 600

Centro Intergeracional Ferreira Borges

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

Centro Social de São Boaventura

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

Centro Social e Polivalente do Bairro da Boavista

Rua Rainha D. Brites
1500-534 Lisboa
217 624 200

Centro Social e Polivalente do Bairro das Furnas | Espaço ComVida

Rua Padre Carlos dos Santos - Bairro das Furnas
1500-901 Lisboa
217 223 631

Centro Social e Polivalente do Bairro Padre Cruz

Rua Rio Guadiana, Lote 22
1600-716 Lisboa
217 122 220

Centro Social e Polivalente São Cristóvão e S. Lourenço

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

Residência Nossa Senhora do Carmo

Largo General Sousa Brandão, n.º 1
1500-326 Lisboa
217 712 530

Residência Quinta Alegre

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

Unidade de Animação Socioeducativa

Campo de Santo Clara, 160
1100 – 475 Lisboa
213 261 340



SANTA CASA
Misericórdia de Lisboa