



1 de outubro 2026 | 10h-16h30



OPEN DAY



Fundação LIGA

70 anos de impacto.
Um dia de portas abertas.



PROGRAMA OPEN DAY 2026

No dia 1 de outubro, a Fundação LIGA abre as suas portas para celebrar 70 anos de percurso, de pessoas, de projetos e de impacto, numa data que assinala também o Dia Europeu das Fundações e Doadores, dedicado a dar a conhecer o papel e a importância das fundações na sociedade.



Um dia de encontro e partilha, para conhecer melhor o que fazemos, descobrir quem dá vida à LIGA e celebrar connosco um percurso que continua a construir-se, todos os dias.

Em 2026, o nosso Open Day chega à 11.^a edição, mantendo vivo este momento de proximidade com a comunidade.

Ao longo do dia, poderás participar nos nossos ateliers, experimentar aulas abertas, visitar as nossas instalações e conhecer os nossos serviços e projetos.

Vem celebrar connosco. Participa, descobre e faz parte desta história.

A entrada no Open Day é livre. A participação nas atividades está sujeita a inscrição prévia, mediante a disponibilidade de vagas.

Garante a tua participação através do formulário de inscrição em fundacaoliga.pt

ATELIERS

Atelier de Papel Machê | 10H00 | 14H30

Conheces as nossas bonecas de Papel Machê? Vem aprender a construir a nossa boneca Maria.

Atelier de Cerâmica | 10H00 | 14H30

Vem criar com as tuas mãos! Explora formas, texturas e ideias num momento de criação livre, onde cada peça tem a tua identidade.

Atelier de Expressão Plástica | 10H00 | 14H30

Liberta a imaginação e dá cor ao Mundo! Cria o teu próprio crachá e explora formas, desenhos e combinações originais para dar vida à tua criatividade.

Atelier Toys 4 Pets | 10H00 | 14H30

Gostas de animais? Este atelier é para ti! Testa a tua criatividade e cria brinquedos para cães e gatos, pensados para os acompanhar nos seus momentos de descoberta e interação.

Atelier Mãos na Terra | 10H00 | 14H30

Mãos na Terra, criatividade em ação! Aprende a criar vasos em cerâmica e dá vida a pequenos jardins de suculentas, combinando texturas e natureza.



Atelier de Acabamentos Gráficos | 10H00 | 14H30

Cria um bloco à tua medida! Aprende a personalizar e dar um toque especial ao teu próprio bloco de apontamentos, para registares ideias, notas e momentos do dia a dia.



ATELIERS

Roda dos Desafios | 10H00

Vem pôr-te à prova na Roda dos Desafios! Experimenta diferentes jogos e desafios e junta-te aos membros do Clube Sénior da Fundação LIGA para um momento de diversão, partilha de experiências e boas memórias.



Atelier de Pastelaria | 14H30

Na Fundação LIGA, gostamos de adoçar os dias! Vem aprender a preparar deliciosos bolinhos de chocolate com amêndoa, num momento de convívio, partilha e aprendizagem.

EXPERIMENTAÇÕES

Vamos Brincar com os Sentidos | 10H00

Vem descobrir o mundo através dos teus sentidos! Nesta atividade, exclusiva para crianças, vais poder experimentar diferentes sensações com o corpo, de forma divertida e descontraída.

Wellness 4 Kids | 10H00

Sente o prazer de estar ativo! Nesta atividade, dirigida a crianças, vais explorar as tuas capacidades através de desafios divertidos e dinâmicos, que podem ajudar-te a sentires-te bem e com energia.

Pilates Clínico | 11H00

Vem conhecer o Pilates Clínico. Participa numa sessão de movimento e explora este método, que te ajuda a melhorar a mobilidade, a fortalecer o corpo e a promover o teu bem-estar.

CONVERSAS PARA A MUDANÇA

Inclusão Profissional de Pessoas com Deficiência

Principais Estereótipos vs Realidade | 14H30

Junta-te a nós para desmistificar ideias preconcebidas sobre a inclusão profissional de pessoas com deficiência. Descobre diferentes perspetivas e contribui para construir ambientes de trabalho mais justos e acolhedores para todos.

Fora da Caixa | 15H30

Minutos que inspiram e mudam mentes por uma missão.

5 minutos, uma imagem, uma história, por uma mensagem.

Testemunhos pessoais que demonstram que "pensar fora da caixa" alteram vidas para abrir mentalidades.

VISITA À FUNDAÇÃO LIGA | 10H00

Vem conhecer a Fundação LIGA! Participa numa visita guiada ao nosso edifício e descobre os diferentes programas de intervenção e o trabalho que desenvolvemos diariamente.

ATUAÇÕES

Plural Companhia de Dança | Fundação LIGA | 10H00

Grupo Coral do Cante Alentejano | Junta de Freguesia da Ajuda | 10H00

Grupo Dança com Impacto | Casalinho da Ajuda | Ensaio d'Elogios | 16H30



COMO CHEGAR?



Morada

Rua do Sítio ao Casalinho da Ajuda, 1349-011, Lisboa



Telefone

213 616 910



Transportes Públicos

Autocarros 742 e 760

