



FUNDAÇÃO LIGA

ATELIERS | AULAS |
CONVERSAS |
EXPERIMENTAÇÕES |
VISITAS

LIGA OPEN DAY

01 • OUTUBRO • 2024



A Fundação LIGA assinala este ano a 9ª edição do nosso OPEN DAY.

Neste dia poderá descobrir e experimentar o que fazemos diariamente nesta Organização com mais de 68 anos.

Venha participar nos nossos ateliers/aulas abertas, visitar as nossas instalações e conhecer os nossos serviços



PROGRAMA DO EVENTO

ATELIERS ABERTOS

ATELIER DE HORTA URBANA

10H00 - 11H00 - 14H30

Venha aprender mais sobre ervas aromáticas! Aprenda a identificar algumas ervas aromáticas e as suas potencialidades, bem como aprender sobre a sua plantação e cuidado.

ATELIER DE PASTELARIA

14H30

Na Fundação LIGA, gostamos muito de inovar. Ter momentos doces e alegres faz parte do nosso dia-a-dia. Então, venha aprender a fazer bolinhos de chocolate com amêndoa. Será um momento de convívio e aprendizagem!

ATELIER DE CERÂMICA

10H00 - 11H00 - 14H30

Venha dar largas à imaginação e moldar cerâmica.



PROGRAMA DO EVENTO

ATELIERS ABERTOS

ATELIER DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

10H00 - 11H00 - 14H30

Temos no atelier telas em branco para serem preenchidas com a vossa criatividade.

ATELIER DE PAPEL MACHÊ

10H00 - 11H00 - 14H30

Conhece as nossas bonecas de papel machê? Venha aprender a construir a nossa boneca Maria.

ATELIER TOYS 4 PET

10H00 - 11H00

Gosta de animais? Então venha testar a sua criatividade na construção de brinquedos para cães e gatos.



PROGRAMA DO EVENTO

ATELIERS ABERTOS

10H00

RODA DOS DESAFIOS

A atividade integra vários jogos e desafios (adivinha a música, mimica, gastronomia, adivinhas, cultura popular portuguesa, entre outros), proporcionando um momento de troca de experiências e memórias com os membros do Clube Sénior da Fundação LIGA.

CONVERSAS PARA A MUDANÇA

14H30

FORA DA CAIXA

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 e histórias para abrir mentalidades.

INCLUSÃO PROFISSIONAL DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA - PRINCIPAIS ESTEREÓTIPOS VS REALIDADE

15H30

A OED - Operação de Emprego para Pessoas com Deficiência trabalha diariamente em conjunto com as empresas para promover uma verdadeira Inclusão. Junte-se a nós para desmistificar estereótipos e construir um ambiente de trabalho mais justo e acolhedor para todos!



PROGRAMA DO EVENTO

AULAS ABERTAS

PILATES CLÍNICO

12H00

Venha usufruir de uma sessão de movimento, conhecendo este método, que contribui de forma significativa para a sua saúde e bem estar.

BASQUETEBOL

10H00 - 11H00

A participação em jogos coletivos como o basquetebol contribui para o desenvolvimento de competências sociais, tais como: respeito mútuo, cooperação, cumprimento das regras, responsabilidade e proatividade. Os professores do CACI pretendem trabalhar estes aspetos aliando-os à prática desportiva.

TÊNIS DE MESA

14H30

Com uma valorização cada vez maior da componente da atividade física e desportiva junto da população com deficiência, deu-se a introdução de algumas modalidades no ainda CAO da Fundação LIGA. Atualmente no CACI, esta é uma das atividades que mais praticantes reúne e que permitiu uma enorme valorização pessoal dos nossos clientes, graças a um enorme crescimento desportivo, bem como pela participação em diferentes torneios de maior ou menor dimensão realizados por todo o país.



PROGRAMA DO EVENTO

EXPERIMENTAÇÕES

VENHA RELAXAR (SNOEZELEN)

10H00 - 11H00 - 14H30

Neste espaço poderá experimentar as sensações da nossa sala snoezelen, desfrutando de um ambiente tranquilo e relaxante.

VAMOS BRINCAR COM OS SENTIDOS

10H00 - 11H00

Atividade destinada exclusivamente a crianças. Os participantes vão ter a oportunidade de experimentar diversas sensações com o próprio corpo, de uma forma lúdica.

VISITAS À FUNDAÇÃO LIGA

Realização de visitas guiadas ao edifício da Fundação LIGA, permitindo ao público em geral ficar a conhecer os diferentes Programas de Intervenção.

10H00 - 11H00 - 14H30



INSCRIÇÃO

O OPEN DAY tem entrada livre, no entanto a participação em algumas atividades está sujeita a inscrição mediante as vagas disponíveis. Poderá inscrever-se enviando a ficha de inscrição por email (fundacaoliga@fundacaoliga.pt) ou através de marcação telefónica (T. 213 616 910).



COMO CHEGAR À FUNDAÇÃO LIGA?

RUA DO SITIO AO CASALINHO
DA AJUDA 1349-011, LISBOA

TEL. 213 616 910

TRANSPORTES PÚBLICOS:
AUTOCARROS 742 E 760

MAIS INFORMAÇÕES EM:
WWW.FUNDACAOLIGA.PT
