



CASAL do FRADE

ALDEIA DO MECO | SESIMBRA

WWW.CASALDOFRADE.COM

A ARTE DE VIVER BEM

ONDE A ARTE CURA EMOÇÕES

30 de outubro a 1 de novembro de 2026

ALDEIA DO MECO-SESIMBRA

A frase da escritora Alice Waller

"Se a arte não nos torna melhores, então para que serve ela, afinal?"

Criar é tocar as camadas mais profundas da nossa existência. O inconsciente manifesta-se em imagens, símbolos, cores, sons, movimentos que curam pelo simples ato de se manifestarem.

Aquilo que não conseguimos dizer, mas que o corpo sabe expressar são caminhos de transformação. Não há o certo nem o errado, não há belo ou feio, bem feito ou mal feito. Há presença, verdade e fluxo.

Quando a arte se abre a escuta, ela cura as emoções. Quando a terapia se abre à criação, ela floresce. Entre as duas nasce um espaço onde o ser humano se reconhece como o todo e o todo respira.

Neste encontro o gesto encontra a escuta interior e deixa que ela se expresse através da pintura escultura e do movimento. É um convite para retomar contacto com a sua essência e aprofundar a consciência de ti e de te escutares de forma honesta e clara. É uma prática necessária no processo de aceitação e transformação pessoal.

"Aprenda a entrar em contacto com o silêncio dentro de si e saiba que tudo nesta vida tem um propósito" como escreveu Elisabeth Kubler-Ross, Psiquiatra.

O produto das nossas criações são um espelho que refletem as nossas angústias, medos e desejos. Vamos fazer nascer no barro e na pintura essas verdades escondidas, damos-lhe forma e depois libertamos-las. Deixar que a arte criada por nós nos transforme e nos acolha.

"Se a arte não nos torna melhores, então para que serve ela, afinal?"

A frase da escritora Alice Waller



O LOCAL

O Casal do Frade, nasceu a pensar em todas as pessoas que gostam do campo, da terra, do mar, das estrelas e de uma vida SAUDÁVEL e equilibrada. Para quem gosta e necessita da natureza e tranquilidade, pode assim ter uma experiência mais genuína, sem abdicar do seu conforto.

"Onde a paz reina e a natureza fala".

Henrique Bilbao Fernandes



ORIENTADORA

MARIA DOS ANJOS FERNANDES

Terapeuta - Licenciada em G.R. Humanos e psicologia do trabalho. Master em gestão de imagem e comunicação. Pós-graduação em terapia de reestruturação vivencial cognitiva. Terapia sistémica - constelação familiar e organizacional. Artista Plástica e escultora.

DATA E HORÁRIO

30 de outubro a 1 de novembro de 2026

Local: Quinta Casal do Frade.
R. do Casalinho. Aldeia do Meco.



PREÇOS

292€ p/ pessoa, inclui:

2 noites de estadia /
2 dias intensivos de workshops

Material Barro, Tinta acrílica,
Pincéis, Papel e Telas

Todas as refeições



Informações e inscrições:

(+351) 918 593 007 | reservas@casaldofrade.pt | www.casaldofrade.com

ALDEIA DO MECO | SESIMBRA

WWW.CASALDOFRADE.COM

 FACEBOOK

