

**DIA 2** sábado / Saturday**Noite de Karaoke | Karaoke Night** 22h | 10 PM**DIA 7** quinta feira / Thursday**ILGA-te à Leitura** 19h - 20h30 | 7 - 8:30 PMSessão dinamizada por **Ana Vicente**. *Session conducted by Ana Vicente.***DIA 10** domingo / Sunday**Grupo de Encontro e Partilha****para Homens Gays e Bissexuais** 14h - 16hModerado por **Henrique Pereira**, psicólogo clínico*Meeting and Sharing Group for**Gay and Bisexual Men* 2 PM - 4 PM*Moderated by Henrique Pereira, clinical psychologist***DIA 11** segunda feira / Monday**Grupo de partilha do GRIT** 20h30 - 21h30**Grupo de partilha para pessoas trans, moderado por Dani Bento**

Se não estás em Lisboa, participa através de chamada Skype:

grit@ilga-portugal.pt

**GRIT support group** 8:30 PM - 9:30 PM*Sharing group for trans people, moderated by Dani Bento**If you're not in Lisbon, you can participate via Skype call:*

grit@ilga-portugal.pt

**DIA 14** quinta feira / Thursday**Inauguração da exposição "A Cristina Faz AMORICES - isto não é só sim ou não", por A Cristina Faz****19h30 DIA D@S NAMORAD@S**

Patente de 14 de fevereiro a 2 de março.

*"A Cristina Faz AMORICES - isto não é só sim ou não "**Exhibition Opening, by A Cristina Faz* 7:30 PM**VALENTINE'S DAY***In exhibition from 14th of February to the 2nd of March***LONELY LOW ROSA DJ Set** 20h - 22h | 8 - 10 PM**DIA 16** sábado / Saturday**KARAOKE ENAMORADO****+ FESTA DA MENSAGEM** 22hPara quem não festejou o suficiente ou não teve tempo para festejar o dia **d@s namorad@s**.**KARAOKE IN LOVE****+ YOU'VE GOT A MESSAGE PARTAY** 10 PM*For those who didn't celebrate enough or didn't have time to celebrate Valentine's Day.***DIA 21** quinta feira / Thursday**À Conversa com... Joana Vieira** 19h30

Criando um Sistema de Logo para a ILGA

*Talking with... Joana Vieira* 7:30 PM*Creating a Logo System for ILGA***DIA 23** sábado / Saturday**Vamos falar de sexo?...****com a REDE EX AEQUO** 15h30 - 16h30

Para jovens dos 16 aos 30 anos.

*Let's talk about sex...**with REDE EX AEQUO* 3:30 PM - 4:30 PM*For young people between the ages of 16 - 30.***DIA 24** domingo / Sunday**Grupo de Encontro e Partilha****para Homens Gays e Bissexuais** 14h - 16hModerado por **Henrique Pereira**, psicólogo clínico*Meeting and Sharing Group for**Gay and Bisexual Men* 2 PM - 4 PM*Moderated by Henrique Pereira, clinical psychologist***DIA 25** segunda feira / Monday**Grupo de partilha do GRIT** 20h30 - 21h30**Grupo de partilha para pessoas trans, moderado por Dani Bento**

Se não estás em Lisboa, participa através de chamada Skype:

grit@ilga-portugal.pt

**GRIT support group** 8:30 PM - 9:30 PM*Sharing group for trans people, moderated by Dani Bento**If you're not in Lisbon, you can participate via Skype call:*

grit@ilga-portugal.pt

**NOVIDADE! MOVE YOGA****Terças feiras das 19h às 20h**

Por aula: 5€ por pessoa. Pagamento no próprio dia com o prof. Rogério Turini. Envia um email para desporto@ilga-portugal.pt

**Tuesdays, 7 PM to 8 PM***Individual Class: 5€ per person. Payment in each day to Rogério Turini. Send an email to desporto@ilga-portugal.pt***MOVE QUEER MOVES****Domíngos das 10h30 às 11h30**Por aula: 5€ por pessoa | Ao mês: 15 €  
Pagamento no próprio dia com a profª Ana Chaparreiro.  
Envia um email para desporto@ilga-portugal.pt**Sundays, 10:30 AM to 11:30 AM***Individual Class: 5€ per person | Month: 15€  
Payment in each day to Ana Chaparreiro.  
Send an email to desporto@ilga-portugal.pt***ENSAIO DO CORO COLEGAS  
REHEARSAL FOR THE "COLEGAS" CHOIR****Domíngos das 19h às 22h.** Tem a porta aberta a quem queira espreitar!**Sundays, 7-10 PM.** Open doors to anyone who wants a peek!

# Fora de Portas

Going Out

fevereiro

february

2019

**DIA 2** sábado / Saturday

## Passeio ILGA Pets **ILGA PETS**

Para confirmar data e saber **hora e local** junta-te ao grupo do Facebook "ILGA Pets".

## ILGA Pets Walk **ILGA PETS**

To confirm the date and find out about the **time and place** join the Facebook group "ILGA Pets".

**DE 15 A 17** sábado / Saturday

## Queer Women Surf & Yoga Weekend

@ Sal da Costa – Lodging | Ericeira

Mais informações em [queer.surf.yoga@gmail.com](mailto:queer.surf.yoga@gmail.com) e no evento de Facebook com o mesmo nome.

More information at [queer.surf.yoga@gmail.com](mailto:queer.surf.yoga@gmail.com) and on the Facebook event with the same name.



## POLE DANCE **MOVE**

**Dia 26 das 21h15 às 22h15 @ Pensão Amor**

Por aula: 4€ por pessoa. Pagamento no próprio dia com a profª Marina Mey. Apenas se realiza com o mínimo de 3 pessoas. Requer confirmação no dia anterior.

**On the 26th, 9:15-10:15 PM @ Pensão Amor**

4€ per person each class. Payment in each day to Prof. Marina Mey. Minimum 3 people. Requires confirmation the day before.

## PT MOVES **MOVE**

**Precisas de treino pessoal, a preços mais acessíveis?**

**A Ana Chaparreiro aguarda o teu email e interesse.**

**Junt@s decidirão valores, datas e locais!**

*Envia um email para [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)*

**Do you need personal training at more affordable prices?**

**Ana Chaparreiro is waiting for your email and interest.**

**Together you can discuss values, dates and places!**

*Send an email to [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)*

## PADEL 17h | 5 PM **MOVE**

## TÊNIS 18h | 6 PM **MOVE**

**Sábados @ INATEL 1º de Maio**

Por aula: 5€ por pessoa | Ao mês: 15€

Pagamento no próprio dia com a profª Ana Chaparreiro

Apenas se realiza com o mínimo de 3 pessoas

Envia um email para [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)

**Saturdays @ INATEL 1st of May**

Individual Class: 5€ per person | Month: 15€

Payment in each day to Ana Chaparreiro. Minimum 3 people

Send an email to [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)

## FUTPOWER **MOVE**

**Domingos às 9h30 @ Pavilhão Sport Lisboa e Olivais**

Com a Erica Silva e a Verónica Matos. 2,50€ por pessoa, por treino. Envia um email para [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt).

**Sundays, 9:30 AM @ Lisbon and Olivais' Sports Pavillion**

With Erica Silva and Verónica Matos. 2,50€ per person, for each training. Send an email to [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)

## RUNS N' ROSES **MOVE**

**Segundas feiras, 19h @ INATEL 1º de Maio**

Com a Ana Chaparreiro. Se não gostas de correr sozinho@ envia um email para [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)

**Mondays, 7 PM @ INATEL 1st of May**

With Ana Chaparreiro. If you don't like running alone, send an email to [desporto@ilga-portugal.pt](mailto:desporto@ilga-portugal.pt)

## VEM SER UM/A GOLFINH@!

## COME AND BE A DOLPHINI!

**Sábados às 16h @ Piscina do Casal Vistoso**

Envia um email para [centro@ilga-portugal.pt](mailto:centro@ilga-portugal.pt)

**Saturdays, 4 PM @ Casal Vistoso's Swimming Pool**

Send an email to [centro@ilga-portugal.pt](mailto:centro@ilga-portugal.pt)