

Sesimbr'Acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

134

*Temporada
2018/2019
do Cineteatro
Municipal*



SESIMBRA

informação participação cidadania

A agenda Sesimbr'Acontece visa promover e valorizar a identidade cultural do concelho de Sesimbra, afirmar a diversidade de oferta de acontecimentos e serviços da responsabilidade da Câmara Municipal de Sesimbra e dos agentes públicos ou privados promotores de eventos no concelho, e cativar e criar novos públicos.

Para divulgar iniciativas, contribuir com sugestões ou receber mensalmente a Sesimbr'Acontece em PDF no seu e-mail contacte-nos através de sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt. A informação sobre os eventos deve chegar à UFCI/CMS até dia 8 de cada mês. Os eventos que não têm indicação da entidade organizadora são da responsabilidade da CMS. A programação pode ser alterada por motivos imprevistos. A CMS não se responsabiliza pela devolução de material, salvo quando haja solicitação expressa, e reserva-se no direito de seleccionar toda a informação de natureza redatorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

SESIMBRA



**Receba a Sesimbr'Acontece no seu e-mail.
Subscriba a newsletter na página inicial do site da CMS.
<http://www.cm-sesimbra.pt>**

sum sumário

3	editorial	
	destaques	4
	música . teatro . dança . cinema	14
	conferências . ateliês . cursos	15
	feiras . exposições	18
	desporto . movimento . ar livre	20
	e ainda...	26
	...e para os mais novos	28

34 contactos úteis

ft ficha técnica

Propriedade
Câmara Municipal de Sesimbra

Diretor
Francisco Jesus (presidente)

**Edição, coordenação,
redação, fotografia,
paginação, revisão
e secretariado**
Unidade Funcional de Comunicação
e Informação (UFCI)
Avenida da Liberdade, n.º 7
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 90
E-mail: informacao@cm-sesimbra.pt

Design Gráfico
Rui Dias (direção de arte)
Hugo Flório (paginação)

Capa
Leo Aversa

Pré-impressão e impressão
Jorge Fernandes, L.^{da}

Periodicidade
Mensal

Tiragem
5000 exemplares

ISSN
2182-6315

Temporada 2018/2019

Filha de fadista, Carminho nasceu para o fado, cresceu com o fado e é hoje uma das grandes representantes deste género musical, tão português. O seu talento foi por diversas vezes premiado, e é reconhecido por grandes referências do panorama musical mundial. As colaborações com Pablo Alboran, Milton Nascimento, Chico Buarque, Marisa Monte ou Caetano Veloso não deixam dúvidas que estamos perante uma das grandes vozes da nova geração de fadistas, e uma das artistas portuguesas com maior projeção internacional.

Carminho vem a Sesimbra em outubro para um espetáculo muito especial, que assinala o início da temporada 2018/2019 do Cineteatro Municipal, um programa que se prolonga até ao verão de 2019 e que foi organizado com base na qualidade e diversidade das propostas, na componente formativa e no apoio a projetos locais.

Em primeiro lugar, pretendemos continuar a trazer a Sesimbra os grandes nomes da música nacional, para dar a conhecer o seu trabalho ao nosso público em espetáculos intimistas, e a um valor acessível. Para além de Carminho, teremos connosco nesta Temporada Fernando Tordo, Tiago Bettencourt, Sara Tavares, os Orelha Negra, o guitarrista Pedro Jóia ou o maestro Rui Massena, entre outros.

Depois, quisemos continuar a apoiar e a incentivar os projetos locais, mantendo viva uma ideia que pusemos em prática desde 2007, e que já levou ao palco vários artistas do concelho.

Por fim, vamos manter a forte aposta na programação infanto-juvenil, em muitos casos associada a uma componente formativa vincada, cujo objetivo é aproximar os mais novos das artes performativas, e ao mesmo tempo proporcionar momentos em família. O cinema vai ter também um lugar de destaque nesta programação, com a exibição de dois filmes por mês, a preços muito acessíveis, e as habituais sessões dos Domingos em Família, com os mais populares filmes para crianças.

Toda a oferta da sala estará disponível numa publicação, com informação detalhada sobre cada espetáculo, e em www.sesimbra.pt. A partir de outubro, passe pelo Cineteatro e conheça as propostas para os próximos meses. Esperamos por si!

Felícia Costa

Vereadora do Pelouro da Cultura



Carminho em Sesimbra

Carminho é uma das maiores vozes do fado da nova geração, e uma das artistas portuguesas com maior projeção internacional. Nasceu no meio das guitarras e de vozes do fado. Filha da conceituada fadista Teresa Siqueira, estreou-se a cantar em público aos doze anos, no Coliseu. O fado esteve sempre tão presente na sua vida, que nunca pensou que pudesse ser outra a sua profissão.

Fado, o seu primeiro disco, editado em 2009, tornou-se num álbum aclamado. No mesmo ano, colabora com Pablo Alborán, em *Perdoname*, e torna-se na primeira artista portuguesa a atingir o número um do top espanhol. Em 2012, surge o segundo álbum, *Alma*. Estreia-se no primeiro lugar de vendas em Portugal e alcança posições de destaque em vários tops internacionais. No ano seguinte é distinguida em Portugal com um Globo de Ouro e o Prémio Carlos Paredes. No final de 2014 edita *Canto*, e a sua relação com o Brasil ganha raízes ainda mais profundas, com a primeira parceria com Caetano Veloso, e com o seu filho mais novo Tom, que lhe oferecem o inédito *O Sol, Eu e Tu*. Em 2016, grava *Carminho Canta Tom Jobim*, com a última banda que o acompanhou ao vivo. *Carminho Canta Tom Jobim* é já platina e, com este disco, a fadista foi novamente galardoada com o Globo de Ouro de melhor interprete.

Carminho atua no dia 6, sábado, às 22 horas, num espetáculo que marca o início da temporada 2018/2019 do Cineteatro Municipal.

dia 6 | sáb | 22h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)



Rui Massena - Um palco, um piano e um homem

Os maestros são figuras fascinantes, quase sempre excêntricas, tocadas pelo gênio. É certamente o caso de Rui Massena, conhecida figura do panorama cultural nacional, que ajudou a transformar Guimarães 2012 - Capital Europeia da Cultura num estrondoso caso de sucesso. Assim aconteceu com a Orquestra Clássica da Madeira, onde foi maestro e diretor artístico durante 12 anos. Fora de portas, entre muitos concertos em numerosos países, destaca-se o facto de ter sido maestro convidado principal da Orquestra Sinfónica de Roma, entre 2007 e 2009, e a proeza de ter sido o primeiro maestro português a dirigir na mítica sala Carnegie Hall, em Nova Iorque, dois exemplos da sua capacidade de extravasar fronteiras. Por cá, embarcou de corpo e alma na aventura *Expensive Soul Symphonic Experience*, um espetáculo onde uma orquestra clássica encontrou espaço ao lado do moderno *hip hop* dos nortenhos Expensive Soul, e que originou um DVD de sucesso (o mais vendido em Portugal em 2012). A sua vasta experiência musical dá-lhe uma bagagem invejável e singular, que, no seu trabalho mais pessoal, se traduz num fascinante universo de melodias que promete apaixonar quem se embrenhe nesta nova aventura solitária de Rui Massena. Um palco, um piano e um homem. Uma história, muitos prêmios, um percurso artístico singular. Tudo se conjuga num espetáculo único, imperdível e surpreendente.

dia 27 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)



Cinema no Cineteatro

Este mês o Cineteatro propõe dois filmes, em duas sextas-feiras. O primeiro é *Mamma Mia! Lá Vamos nós de Novo!*, no dia 12. A comédia musical, de De Ol Parker, leva-nos à ilha grega de Kalokairi onde Sophie aguarda impientemente o nascimento do seu primeiro filho. No percurso, vai conhecer alguém muito especial: a sua excêntrica avó materna Ruby. No dia 26 é exibida a comédia dramática *BlackKlansman: O Infiltrado*, que nos transporta até ao final da década de 1970 e ao primeiro detetive negro a entrar na polícia de Colorado Springs. Infiltrado na secção local do Ku Klux Klan, fala ao telefone com os líderes e ganha o respeito deles mas às reuniões, em seu lugar, vai um colega que é branco e judeu. Baseado no livro de memórias do próprio detetive, o filme compara o passado com o contexto político atual dos Estados Unidos. Os bilhetes estão à venda na bilheteira do Cineteatro, de quarta a domingo, das 16 às 20 horas.

dias 12 e 26 | sex | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Música na Fortaleza

No dia 20, sábado, às 16 horas, o Espaço Multiusos, na Fortaleza de Santiago, recebe o espetáculo Salvini e os seus Contemporâneos: Árias de Ópera, com apresentação do CD *Cancioneiro Musical Português*. As sopranos Tânia Valente e Alexandra Bernardo, acompanhadas ao piano por Bernardo Marques, apresentam um repertório que destaca o romantismo musical e os seus vários derivados contemporâneos.

dia 20 | sáb | 16h

Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago
(página 14)



Pedro Jóia Trio

Pedro Jóia possui uma aplaudida carreira nacional e internacional que se estende por mais de duas décadas. O músico estreou-se nos discos com *Guadiano*, em 1996, e desde então foi enriquecendo uma linguagem que parte da tradição portuguesa e busca inspiração na música do Brasil, de África, no flamenco e no jazz, para o desenho de uma linguagem guitarrística altamente personalizada e original. Na sua discografia, Pedro Jóia homenageou Carlos Paredes, explorou a sofisticação do flamenco e desenvolveu uma sonoridade que lhe valeu os mais rasgados elogios e como o Prémio Carlos Paredes, em 2007, pelo álbum *À Espera de Armandinho*.

A mestria de Pedro Jóia também lhe tem valido os mais diversos convites e por isso, ao longo dos anos, tem pisado palcos ao lado de grandes vozes como Ney Matogrosso, Gilberto Gil, Raquel Tavares ou Mariza, com quem tem viajado internacionalmente desde 2012.

Neste momento, Pedro Jóia apresenta-se prioritariamente em trio, criando um discurso intenso de envolvimento com o baixo e acordeão em concertos que percorrem a distância entre o fado, o flamenco, o Brasil e o jazz, sempre com um elevadíssimo nível de execução técnica e artística.

dia 20 | sáb | 21.30h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Domingos em Família

Promover momentos de partilha entre pais e filhos é o principal objetivo dos Domingos em Família que, em outubro, propõem dois filmes de animação, para miúdos e graúdos. No dia 14, é a vez do filme de animação infantil *Hotel Transylvania 3: Umás Férias Monstruosas*. Desta vez, a família do Drácula entende que ele deve fazer uma pausa no seu trabalho e marca-lhe uma viagem num cruzeiro. Já em alto mar, conhece a misteriosa comandante do navio por quem se apaixona, mas afinal ela não é quem ele pensava ser. No último domingo do mês, dia 28, o Cineteatro exhibe a versão portuguesa de *Uma Aventura do Outro Mundo*, que traz ao grande ecrã a história de Luís, um rapaz solitário de 12 anos que vê a sua vida transformada quando conhece Nag, Wabo e Mog, três alienígenas amorosos mas muito trapalhões cuja nave se despenhou no seu quintal.

dias 14 e 28 | dom | 16h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 32)



Yoga e Teatro na Quinta do Conde

Em outubro, o salão João Favinha na Junta de Freguesia da Quinta do Conde, recebe três atividades dirigidas aos mais pequenos.

A primeira acontece no dia 14, domingo, com uma aula de yoga para crianças, com as professoras Antónia Ramalho e Isabel Pereira.

No domingo seguinte, dia 21, o espaço recebe o conto animado *A Sereia da*

Varsóvia, através da Mala Mágica, com a manipulação de objetos. A história fala de um jovem pescador que se sentia muito só e que descobre numa aventura a possibilidade de ser feliz. Já no último domingo de outubro, dia 28, a Mala Mágica vai continuar a surpreender os mais pequenos desta vez com o *Monstro das Cores*. Nesta narrativa, as emoções vão ser explicadas aos mais pequenos através das cores. No final, este monstro muito especial vai perceber que muda de cor consoante o que está a sentir.

dias 14, 21 e 28 | dom | 16h

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

(páginas 29 e 33)

Zbigens - Fórum Local de Juventude

O Zbigens – Fórum Local de Juventude está de volta, desta vez ao Parque Augusto Pólvora, na Freguesia do Castelo. Este é um espaço onde os vários grupos de jovens do concelho, ligados à música, ao desporto, às artes, ao empreendedorismo, entre outros, têm a possibilidade de trocar ideias, partilhar experiências e dar o seu contributo para a área da juventude. Um dos grandes desafios desta edição é preparar um grande evento para 2019 com a colaboração de todos os participantes. Durante todo o dia, vai haver diversas atividades, entre as quais um torneio de skate, um *showcooking* com degustação de *sushi*, um concerto com os Espantalho e a pintura ao vivo de um autocarro da Câmara Municipal, por artistas sesimbrenses. Entrada livre.

dia 7 | dom | das 10 às 19.30h
Parque Augusto Pólvora, Maçã
(página 26)

ReVerso - Teatro e Literatura

Poesia e infância são de alguma forma sinónimos, e os poemas de Alexandre Dale são para as Produções Acidentais «para se comer, cheirar, tocar e cantar».

No dia 21 de outubro, domingo, às 16 horas, o Cineteatro recebe *ReVerso*, teatro e literatura, espetáculo inserido no projeto Artemrede, para maiores de 4 anos. Partindo de poemas inéditos de Alexandre Dale, autor duas vezes galardoado com o Prémio Literário Cidade

de Almada, foi construído um espetáculo particularmente dirigido à infância, interpretado pela atriz Luzia Paramés e pelo músico e ator João DaCosta.



dia 21 | dom | 16h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 32)



Travessia da Baía

No dia 5 de outubro, feriado nacional, realiza-se mais uma edição da popular Travessia da Baía em natação, uma das mais prestigiadas provas de mar que se realizam em Portugal, e que todos os anos recebe cerca de quatro centenas de nadadores de todo o país. A competição, com mais de 90 anos, realiza-se entre a Praia da Califórnia e a Praia de Ouro, num percurso com aproximadamente 1500 metros, e é aberta a atletas federados e não-federados.

A primeira Travessia da Baía teve lugar em 1925, mas só na década de 40, com a criação do Clube Naval de Sesimbra e a colocação de uma jangada, passou a realizar-se com maior regularidade. Nos anos 90, do século XX, a Travessia da Baía de Sesimbra passou a ser organizada pela Câmara Municipal de Sesimbra. Atualmente reúne cerca de 400 nadadores, entre federados e populares.

dia 5 | sex | 11h
Baía de Sesimbra
(página 20)



VI Mostra de Maçã Camosesa, Doçaria e Pão

A Maçã Camoesa ou Férrea da Azoia – Variedade Tradicional da Região de Sesimbra volta a estar no centro das atenções em outubro, desta vez acompanhada pela doçaria e pelo pão caseiro de Sesimbra. A sexta edição da mostra dedicada a esta espécie decorre, como é habitual, na Moagem de Sampaio, nos dias 6 e 7, sábado e domingo, das 9.30 às 18 horas. Nestes dois dias, a par da venda de produtos locais e de artesanato, o público pode ainda participar em dois *show cookings*, dedicados à Maçã Camoesa. A mostra conta ainda com muita animação musical e atividades para os mais pequenos.

Este ano, para além da feira dedicada a este fruto, o programa propõe várias atividades. A abertura da mostra arranca no dia 4, quinta-feira, às 18 horas, com a conferência *Valorização de Produtos Locais*, que conta com a presença de Francisco Jesus, presidente da Câmara Municipal de Sesimbra, Elizete Jardim, diretora Regional de Agricultura e Pescas de Lisboa e Vale do Tejo, e Maria Manuel Gomes, presidente da Junta de Freguesia do Castelo.

No dia 5, sexta-feira, a manhã é preenchida com uma visita e apanha de Maçã Camoesa num pomar local e no dia seguinte, das 4 às 8 horas, realiza-se uma visita noturna às padarias do concelho.

Destaque ainda para uma palestra sobre pão, com Lilian Abreu, seguida de degustação, com Maria Lucília Baioneta, e para um *workshop* sobre salada de maçãs de outono. Para assinalar o Dia Mundial do Pão e da Alimentação vão ser distribuídos, pelas escolas do concelho, pães e maçãs camoesas. Horas do Conto, visitas aos moinhos do concelho e ateliês são outras das propostas do programa. Mais informações no site da autarquia em www.sesimbra.pt.

de 4 a 20 de outubro
(páginas 15, 16 e 26)



Conversas ao Pôr-do-sol com Marta Moncacha do blogue *Dolce Far Niente*

«Sou a Marta. Filha única e mãe de 4 filhos, adoro viajar e escrever, e sou apaixonada por partilhar experiências e por criar “pontes”, porque acredito que é nessa partilha que nos redescobrimos e que criamos conexão com os outros.» É assim que Marta Moncacha se apresenta no blogue *Dolce Far Niente*, que criou há uns anos para partilhar muitas das suas experiências e vivências como mãe, mulher e profissional. No dia 4, quinta-feira, às 18.30 horas, a bloguer vem a Sesimbra falar sobre como conciliar a vida pessoal com a profissional e vice-versa. A iniciativa, denominada de Conversas ao Pôr-do-sol, inserida no programa da Receção à Comunidade Educativa, é destinada a professores, educadores, auxiliares de educação, pais e encarregados de educação, e tem entrada livre. As Conversas ao Pôr-do-sol começaram em setembro e contaram já com a participação de Joana Paixão Brás, do blogue *A Mãe é que Sabe*, José Miguel Oliveira, psicólogo educacional, e Catarina Beato, do blogue *Dias de uma Princesa*.

dia 4 | qui | 18.30h
Fortaleza de Santiago, Sesimbra
(página 15)



Museu Marítimo de Sesimbra

No Museu Marítimo de Sesimbra, na Fortaleza de Santiago, é possível conhecer a ligação de Sesimbra ao mar e à pesca, cujas evidências históricas nos transportam até há 5 mil anos.

De forma organizada e sistematizada, as novas tecnologias convivem, lado a lado, com o saber dos homens do mar. A receção situa-se junto ao Posto de Turismo, à entrada do monumento. Depois de adquirir o ingresso e ser devidamente enquadrado, o visitante poderá circular pelos vários espaços e optar por organizar a sua própria visita. O espaço está aberto de terça a domingo, das 10 às 13 e das 14.30 às 17.30 horas.

**terça a domingo | das 10
às 13 e das 14.30 às 17.30h**
Fortaleza de Santiago, Sesimbra
(página 27)



Mamma Mia! Lá Vamos Nós de Novo! | dia 12



Medusa | dia 13

dia 6 | sáb | 22h

MÚSICA**Carminho**

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 15 €

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 11 | qui | 14.30h

O BAÚ DOS FILMES**João Ratão**

de Jorge Brum do Canto, com Óscar de Lemos, Maria Domingas e António Silva. Drama; Portugal; 1940; 106 min.

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 12 | sex | 21.30h

CINEMA**Mamma Mia! Lá Vamos Nós de Novo!**

de Ol Parker, com Cher, Pierce Brosnan, Meryl Streep, Amanda Seyfried, Andy Garcia e Lily James. Comédia musical; EUA; 2018; 114 min.; M/12

- Bilhete: 3,5 €
- Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 13 | sáb | 21.30h

MÚSICA**Medvsa**

- Bilhete: 5 €
- Destinatários: maiores de 3 anos

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 20 | sáb | 16h

MÚSICA**Salvini e os Seus Contemporâneos**Recital de árias de ópera e apresentação do CD *Cancioneiro Musical Português*

- Alexandra Bernardo (soprano)
 - Tânia Valente (soprano)
 - Bernardo Marques (piano)
- Espaço Multiusos,
Fortaleza de Santiago

dia 20 | sáb | 21.30h

MÚSICA**Pedro Jóia Trio**

- Destinatários: maiores de 6 anos
 - Bilhete: 7,5 €
- Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 25 | qui | 14.30h

O BAÚ DOS FILMES**A Menina da Rádio**

de Arthur Duarte, com António Silva, Maria Matos e Fernando Ribeiro. Comédia, Musical; Portugal; 1944; 106 min.

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

- Estudantes até 25 anos e seniores (mais de 65 anos): 30% de desconto
- Crianças até 12 anos: 50% de desconto

BILHETEIRA
Cineteatro Municipal

- Tel.: 21 223 40 34
 - de quarta a domingo, das 16 às 20h
- Spot Jovem, Quinta do Conde**
- Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26
 - de terça a sábado, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

dia 26 | sex | 21.30h

CINEMA**BlackKlansman: O Infiltrado**

de Spike Lee, com John David Washington, Adam Driver, Laura Harrier e Robert John Burke. Comédia dramática; EUA; 2018; 135 min.; M/14

- Bilhete: 3,5 €
- Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 27 | sáb | 16h

CONCERTO DE MÚSICA AMERICANA**Porgy and Bess**

- Leila Moreso (meio-soprano)
 - Leandro Silva (baixo)
 - João Paulo Santos (piano)
- Espaço Multiusos,
Fortaleza de Santiago

dia 27 | sáb | 21.30h

MÚSICA**Rui Massena**

- Destinatários: maiores de 6 anos
 - Bilhete: 15 €
- Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

inscrições**AULAS DE TEATRO Campitos**

- Destinatários: maiores de 55 anos
 - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 760 25 11
 - Limite: 8 participantes
- Lugar da Terra,
Zambujal de Baixo
Org.: JF Castelo



Valorização de Produtos Locais | dia 4



Pitaya e Figo da Índia | dia 13

dia 3 | qua | 10.30 e 14.30h

QUARTAS SENIORES

Clube Ativo

Oficina de culinária

- Destinatários: a partir dos 65 anos
- Limite: 12 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 37 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 4 | qui | 18h

CONFERÊNCIA

Valorização de Produtos Locais

18h | Sessão de abertura

Lançamento de VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão

- Francisco Jesus, presidente da Câmara Municipal de Sesimbra
- Maria Gomes, presidente da Junta de Freguesia do Castelo
- Elizete Jardim, Diretora Regional de Agricultura e Pescas de Lisboa e Vale do Tejo

18.30h | Apresentação da marca Tradicional.pt e do Estatuto da Agricultura Familiar

• António Rego, adjunto do secretário de Estado das Florestas e Desenvolvimento Rural

19h | Apresentação da OPP para as 3 variedades de maçãs: camoesa, riscadinha e reineta

• Isabel Conceição, presidente da ADREPES

19.20h | Caso prático: Maçã Camoesa ou Férrea da Azoia - Variedade Tradicional da Região de Sesimbra

• Ricardo Peralta, produtor

19.40h | Degustação de produtos regionais confeccionados à base de maçã camoesa, riscadinha e reineta

• Inscrições: 21 010 84 43 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt

Sala de Formação do CAIES, Santana

dia 4 | qui | 18.30h

CONVERSAS AO PÔR-DO-SOL

Conciliação Pessoal e Profissional

por Marta Moncacha, blogue Dolce Far Niente

• Inserido no programa de Receção à Comunidade Educativa
Fortaleza de Santiago, Sesimbra

dia 7 | dom | 10h

CURSO

Tarôt

• Preço: a partir de 120 €
• Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

dias 8 e 9 | seg e ter | 19h

CURSO

Barras e Access

com Certificado Internacional

• Preço: 240 €
• Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

de 12 a 30 | 18.30h

WORKSHOP PARA PAIS

Lanche para Mim... Lanche para Ti

• Inserido no programa de Receção à Comunidade Educativa

dia 12 | sex

Jardim de Infância de Alfarim

dia 17 | qua

EB do Pinhal do General

dia 22 | seg

EB de Sampaio

dia 26 | sex

EBI da Quinta do Conde

dia 30 | ter

EB 3 da Quinta do Conde

dia 13 | sáb | das 9.45 às 12.30h

WORKSHOP

Pitaya e Figo da Índia pela Cactacea

• Preço: 50 € (com almoço incluído)
• Inscrições: até 8 de outubro
• Informações: 93 868 2426 / cactacea.sesimbra@gmail.com
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 13 | sáb | 10h

PALESTRA

Pão Fidalgo ou Vilão

Lilian Abreu, nutricionista

DEGUSTAÇÃO

Pão Nosso, de Todos os Dias

Maria Lucília Baioneta, cozinheira

• Inscrições: 21 010 84 43 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt

• Inserida na VI Mostra da Maçã Camoesa, Doçaria e Pão

Sala de Formação do CAIES, Santana



Semana da Alimentação | de 15 a 19



Artesanato com Pão | dia 20

dia 13 | sáb | 10h

Iniciação de Reiki I

• Preço: 90 € (inclui almoço vegetariano)

• Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

dias 13 e 14 | sáb e dom | das 10 às 19h

CURSO

Leitura de Aura

• Inscrições: 92 909 76 07 / mandaladavidaespaco@gmail.com

• Facilitadora: Ana Gomes

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida

de 15 a 19 | seg a sex

SEMANA

DA ALIMENTAÇÃO

Migrações

Receitas típicas dos cinco continentes nos refeitórios escolares

• Inserido no programa de Receção à Comunidade Educativa

Escolas do concelho

dia 20 | sáb | 10.30h

FORMAÇÃO

Hora do Conto para Antigas Crianças

pela escritora

Manuela Ribeiro

• Destinatários: profissionais das IPSS do concelho e todos os interessados na promoção do livro e da leitura

• Limite: 40 participantes

• Inscrições: até 17 de outubro

• Informações: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 20 | sáb | 14h

WORKSHOP

Mandalas em Lã

• Preço: 25 €

• Inscrições: 92 909 76 07 / mandaladavidaespaco@gmail.com

• Facilitadora: Sílvia Pires

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida

dia 20 | sáb | 14h

WORKSHOP

Florais de Bach

• Preço: 35 € (inclui certificado de participação)

• Inscrições e informações: 91 591 86 92 / c.gomes.dra@gmail.com

Sala de Formação do CAIES, Santana

dia 20 | sáb | 14.30h

ATELIÉ

Artesanato com Pão

• Inscrições: até 18 de outubro

• Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

• Inserido na VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 21 | dom | 10h

CURSO

Tarôt Cigano

• Preço: a partir de 120 €

• Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

dias 21 e 28 | dom | 10h

Meditação

das Rosas

• Preço: 100 €

• Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

de 23 a 25 | das 20.30 às 23.30h

FORMAÇÃO

Atendimento

no Comércio Local

• Inscrições: até 18 de outubro

• Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



Cultura de Hortícolas em Modo de Produção Biológico | inscrições

dia 27 | sáb | das 15 às 17.30h

À CONVERSA...

Gestão de Comportamentos, Indisciplina, Oposição e Desafio
Coaching e intervenção infantil, com a psicóloga Susana Silva

- Destinatários: pais, encarregados de educação e técnicos ligados à área da educação
- Preço: 10 €
- Inscrições: até 20 de outubro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 31 | qua | 10.30 e 14.30h

QUARTAS SENIORES

Clube Ativo

Atividade plástica

- Destinatários: a partir dos 65 anos
- Limite: 12 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 37 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

inscrições...

segundas e quintas

ATELIÊS

Modelagem, Corte e Costura de Vestuário

- Inscrições: 96 606 76 55 / mfdj2010@gmail.com
 - Dinamização: Fátima Fernandes
 - Os ateliês decorrem às segundas, das 14 às 17, e às terças e quintas, das 19 às 21.30h
- Sala de Formação do CAIES, Santana**

sábados | das 10 às 12.30h

Oficina de Teatro

- Informações: info. suigeneristeatro@gmail.com
- CIPA, Quinta do Conde**
Org.: Sui Generis Teatro - Associação Cultural

FORMAÇÃO

Cultura de Hortícolas em Modo de Produção Biológico

- Limite: 25 participantes
- Inscrições: 21 010 84 43 / pedro.coelho@cm-sesimbra.pt
- Formador: Gil Feio
- A formação irá decorrer de 9 de novembro a 1 de dezembro, às sextas, das 18 às 23h, e aos sábados, das 9 às 13 e das 14 às 18h

Sala de Formação do CAIES, Santana

Org.: CM Sesimbra e CEARTE – Centro de Formação Profissional do Artesanato

CURSOS

DE FORMAÇÃO

Mestrança e Marinhagem de Pesca

Manuseamento e Conservação do Pescado a Bordo

- Duração: 25 horas
 - Duração: 200 horas
 - Duração: 25 horas
 - Inscrições e informações: 21 228 07 60 / sesimbra@for-mar.pt
- FOR-MAR, Polo de Sesimbra**
Org.: FOR-MAR - Centro de Formação Profissional das Pescas e do Mar



4 Estações | a partir de dia 1



Zimbr'Arte | dias 13 e 27

até dia 13

**EXPOSIÇÃO
DE PINTURA**
Projeto (In)finalito
de Paz Nóbrega
Átrio, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

até dia 28

**EXPOSIÇÃO
DE FOTOGRAFIA**
**Nossa Senhora
da Pedra da Mua**
de José Manuel Arsénio
Igreja de Nossa Senhora
do Cabo Espichel
Org.: JF Castelo

a partir de dia 1

**EXPOSIÇÃO
PERMANENTE**
4 Estações
de António Proença
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

de 2 a 27

**EXPOSIÇÃO
BIOBIBLIOGRÁFICA**
**José Saramago: 20
Anos de Prémio Nobel**
Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

de 2 a 27

**EXPOSIÇÃO
BIBLIOGRÁFICA**
William Shakespeare
Sala de Leitura, Piso 2,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

dia 13 | sáb | das 10 às 18h

**FEIRA DAS ARTES
E DO ARTESANATO**
Zimbr'Arte
Praça da Califórnia, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

de 16 a 27

**EXPOSIÇÃO
DE ILUSTRAÇÃO**
**Muito Barulho
por Nada**
de Susa Monteiro
Ilustrações à volta
de Shakespeare
Átrio, Biblioteca Municipal
de Sesimbra

dia 21 | dom | das 10 às 18h

**Feira das
Antiguidades,
Artes e Artesanato**
Parque da Vila,
Quinta do Conde
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

dia 27 | sáb | das 10 às 18h

**FEIRA DAS ARTES
E DO ARTESANATO**
Zimbr'Arte
Praça da Califórnia, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

dia 28 | dom | das 10 às 18h

**Feira das
Antiguidades,
Artes e Artesanato**
Parque da Vila,
Quinta do Conde
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

a decorrer...

segunda a sábado |
das 15 às 18h

ANUFISE
**Exposição
de Colecionismo**
Edifício Varanda, Avenida
dos Naufragos, Sesimbra
Org.: Anufise – Associação Numismática
Filatética e Afins de Sesimbra

segunda a domingo |
das 7 às 20h

EXPOSIÇÃO
Foral de Sesimbra
A exposição é composta por
quatro painéis que reúnem
informação sobre os direitos e
deveres dos habitantes
que escolhiam Sesimbra
para se instalar, ancorada
em ilustrações que retratam
os costumes e modo de vida
da altura. No mesmo espaço
encontra-se também uma
maqueta que reconstrói
a alcáçova do Castelo em
finais do século XV e inícios
do século XVI.

**Torre de Menagem,
Castelo de Sesimbra**

segunda a domingo |
das 7 às 20h

EXPOSIÇÃO
**O Castelo
de Sesimbra**
Na Torre Nova do Castelo,
erguida no extremo poente
da cerca muralhada da
medieval vila de Sesimbra,
e que tinha a antiga função
militar de atalaia costeira,
é possível visitar uma
exposição sobre a vida
e o quotidiano dos castelos,
durante a Idade Média.

**Torre Nova,
Castelo de Sesimbra**



Exposição de fotografia *Aqui Há Jazz!* | a decorrer



VENDA DE PRODUTOS LOCAIS

Visite a Moagem de Sampaio e adquira produtos locais

A Moagem de Sampaio, núcleo museológico dedicado à zona rural do concelho, acolhe aos fins de semana a iniciativa Sabores da Nossa Terra. No local, aos sábados e domingos, das 9.30 às 14 horas, os visitantes podem adquirir vários produtos da região como pão, queijos, frutas, legumes e doçaria. Para além disso, os interessados podem ainda visitar o museu rural, e ao longo das várias salas, observar os engenhos recuperados, compreender a sua história, conhecer os rostos de quem lá trabalhou e as suas ferramentas, o circuito de funcionamento da unidade e outras curiosidades relacionados com o edifício e com a temática rural. Aproveite o fim de semana para conhecer aquilo que de melhor se cultiva e produz no concelho de Sesimbra e descobrir mais sobre as raízes históricas da freguesia do Castelo.

sábados e domingos | das 9.30 às 14h
Moagem de Sampaio

**segunda a domingo |
das 9.30 às 13
e das 14.30 às 18h**

EXPOSIÇÃO As Primeiras Comunidades Agro-pastoris e Metalúrgicas do Concelho de Sesimbra

Vestígios das primeiras comunidades agro-pastoris e metalúrgicas do concelho de Sesimbra.

*Centro de Interpretação
do Património Rafael Monteiro,
Castelo de Sesimbra*

**sábados e domingos |
das 9.30 às 14h**

VENDA DE PRODUTOS LOCAIS Sabores da Nossa Terra Moagem de Sampaio

EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA Aqui Há Jazz!

*pelos fotógrafos
da Sesimbra Expressão
Fotográfica Associação
Avenida 25 de Abril, Sesimbra*



Fojo e História do Risco | dia 5



Praia do Ribeiro do Cavalo | dias 5, 13 e 27

dia 2 e 7 | ter e dom | 9h
PASSEIO DE JIPE
Região dos 3 Castelos

- Preço: 36 €
- Duração: 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dias 3, 6, 10, 14, 18 e 24
Observação
de Golfinhos

- Preço: 35 € (crianças até 11 anos: 20 €)
- Duração: 2 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 5 | sex | 9h
PASSEIO PEDESTRE
Risco - Baía
das Gorgónias

- Preço: 6 € (crianças até 11 anos: 3 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 5 | sex | 9.30h
PASSEIO PEDESTRE
Fojo
e História do Risco

- Preço: 10 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: até 4 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:
Serra da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dias 5, 13 e 27 | 10h
CANOAGEM
Praia do Ribeiro
do Cavalo

- Preço: 24 € (crianças até aos 10 anos: 12 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 5 | sex | 11h
NATAÇÃO
Travessia
da Baía de Sesimbra

A competição realiza-se entre a Praia da Califórnia e a Praia do Ouro, num percurso com aproximadamente 1500 metros. Às 10 horas haverá uma mini travessia, com 300 metros, que parte às 10 horas junto ao Pontão da Praia do Ouro.

Baía de Sesimbra

Org.: CM Sesimbra | Apoio: Associação de Natação de Lisboa, Clube Naval de Sesimbra, Delegação Marítima de Sesimbra, APSS, Polícia Marítima, Instituto de Socorros a Náufragos e Bombeiros Voluntários de Sesimbra

dia 5 | sex | 15h
PASSEIO DE BARCO
Grutas e Praias
Sagradas em
Semirrigido

- Preço: 26 € (crianças: 15 €)
- Duração: 2 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera



Boca de Tamboril | dia 6



Rota do Cabo Espichel à Lagoa | dia 7

dia 6 | sáb | 9h

**PASSEIO DE JEEP
E PEDESTRE**

Rota da Arrábida

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 5 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra safari

dia 6 | sáb | 9h

COASTEERING

Boca de Tamboril

- Preço: 40 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 4 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com / www.coasteering.pt

**Ponto de encontro: loja nº 6,
junto aos centros de mergulho,
Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

dia 7 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP

Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 6 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

dia 7 | dom | 9.30h

CANOAGEM

Arrábida Mar

- Preço: 25 € (menores de 7 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 4 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: parque
de estacionamento do Creiro,
Portinho da Arrábida**

Org.: Vertente Natural

dia 7 | dom | 10h

CANOAGEM

Portinho da Arrábida

- Preço: 25 € (crianças até aos 10 anos: 13 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Ludyesfera

dia 11 | qui | 9h

PASSEIO DE JIPE

Santuário do Cabo Espichel - Castelo dos Mouros

- Preço: 30 €
- Duração: 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Ludyesfera

dia 12 | sex | 9.30h

**AÇÃO DE
SENSIBILIZAÇÃO
AMBIENTAL**

Os Suspeitos do Costume

*Limpeza da Praia
da Lagoa de Albufeira*

- Informações e inscrições: 21 228 85 40 / 93 245 60 98 / turismo@cm-sesimbra.pt
- Praia da Lagoa de Albufeira**

dia 13 | sáb | 9h

**PASSEIO DE JEEP
E PEDESTRE**

Rota da Arrábida

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de Dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 12 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

dia 13 | sáb | 9h

COASTEERING

Enseada da Mula

- Preço: 35 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: até 12 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com / www.coasteering.pt

**Ponto de encontro: loja nº 6,
junto aos centros de mergulho,
Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural



Lapa Verde | dia 14



Clube Ativo | dia 17

dias 13 e 27 | sáb | 15h

AEROMODELISMO

Treinos da Escola de Aerodelismo

Ponto de encontro: Pista de Voo Circular, Parque Ecológico da Várzea

Org.: Control Line Portugal

dia 14 | dom | 9h

PASSEIO PEDESTRE

Topo da Arrábida - Formosinho

• Preço: 6 € (crianças

até 11 anos: 3 €)

• Duração: 3 a 4 horas

• Informações: 91 785 28 35 / 91

565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Ludyefera

dia 14 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP

Rota do Cabo

Espichel à Lagoa

• Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade: baixo

• Inscrições: até 13 de outubro

• Informações: 93 845 80 58 /

91 342 69 56 / sesimbrasafari@

gmail.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 14 | dom | 9.30h

ESPELEOLOGIA

Lapa Verde

• Preço: 25 €

• Duração: manhã

• Grau de dificuldade: médio

• Inscrições: até 12 de outubro

• Informações: 21 084 89 19 /

info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:

Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 16 | ter | 9h

PASSEIO DE JIPE

Serra da Arrábida

- Lapa de Santa Margarida

• Preço: 35 €

• Duração: 4 horas

• Informações: 91 785 28 35 / 91

565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Ludyefera

dia 17 | qua | 10.30 e 14.30h

QUARTAS SENIORES

Clube Ativo

Atividades

de expressão corporal

• Destinatários: a partir dos 65 anos

• Limite: 12 participantes

• Inscrições: 21 087 08 45 /

96 241 37 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 20 | sáb | 9h

PASSEIO PEDESTRE

Vale da Rasca

• Preço: 6 € (crianças

até 11 anos: 3 €)

• Duração: 3 a 4 horas

• Informações: 91 785 28 35 / 91

565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Ludyefera

dia 20 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE

Rota da Arrábida

• Preço: 25 € (primeira

criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade:

baixo/médio

• Inscrições: até 19 de outubro

• Informações: 93 845 80 58 /

91 342 69 56 / sesimbrasafari@

gmail.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 20 | sáb | 16h

PERCURSO PEDESTRE

Monitorização da

Fauna e Flora do PEV

Ponto de encontro: Centro

Agrícola e Ambiental da Várzea

Org.: Anime.paf



Workshop de Escalada | dia 21



Topo da Arrábida | dia 28

dia 21 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP

Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 20 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 21 | dom | 9.30h

ESCALADA

Workshop

- Preço: 30 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 19 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: parque de estacionamento do Creiro, Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 21 | dom | 10h

CANOAGEM

Lagoa de Albufeira

- Preço: 20 € (crianças até aos 10 anos: 10 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 27 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP

E PEDESTRE

Rota da Arrábida

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 26 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 27 | sáb | das 16 às 19h

HISTÓRIAS VIVAS

Ali-babá e o Tesouro Perdido

Caminhada pela Lapa do Forte do Cavalo - Sentrao

- Limite: 20 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

Ponto de encontro: rotunda junto ao Clube Naval de Sesimbra

Org.: JF Castelo, Grupo de Teatro Às Três Pancadas (GRES Bota no Rego) e Grupo de Teatro da Escola Navegador Rodrigues Soromenho | Apoio: JF Santiago e Cercizimbra

dia 28 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP

Rota do Cabo Espichel à Lagoa Pequena

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 27 de outubro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 28 | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

Topo da Arrábida

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: alto
- Inscrições: até 26 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:
Casais da Serra, Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 30 | ter | 21h

PASSEIO PEDESTRE

Halloween - Pelos Miradouros de Lisboa

- Preço: 8 € (crianças até 11 anos 4 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera



Aprenda a Meditar | quartas

inscrições...

Modalidades Desportivas

Atletismo, Taekwondo,
Taekids, Capoeira, Karaté,
Ballet, Hip-Hop, Localizada,
Pilates, Ginástica
Acrobática, Dança Criativa,
Zumba, Zumba Family,
Gap, Krav Maga, Yoga e
Littlegym

• Inscrições: 21 268 72 52 /
92 638 80 07 / acdcotovia@
gmail.com

Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural e Desportiva
da Cotovia

a decorrer...

segundas | 18.30h Meditação e Relaxamento

• Preço: 20 €
• Inscrições: 96 148 69 15 /
se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

segundas, terças e sextas Yoga

• Preço: 7,50 € por aula
• Inscrições: 92 909 76 07 /
mandaladavidaespaco@gmail.
com

• Facilitadora: Fernanda Pedro
**Espaço Mandala
da Vida, Almoinha**

Org.: Espaço Mandala da Vida

segundas quartas e sextas

ARTES MARCIAIS

Taekwondo

• Informações: sergiocapitulo@
hotmail.com

• Instrutor: Sérgio Capítulo

Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

segunda a domingo Yoga Sámkhya

• Inscrições: 96 524 52 57 /
yogasesimbra.com

Associação do Yoga - Áshrama de Sesimbra

Org.: Associação do Yoga - Áshrama
de Sesimbra

terças e quintas Yoga

• Preço: a partir de 25 €
• Inscrições: 96 148 69 15 /
se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

terças e quintas | 11 e 17h

GINÁSTICA EM GRUPO

Corpo

em Movimento Sénior

• Destinatários: a partir dos
55 anos

• Inscrições: 21 087 08 45 /
96 241 37 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

terça a sexta

ARTES MARCIAIS

Karaté

• Inscrições: 96 602 83 49 /
91 874 90 72

terças e quintas | Centro Cultural Social e Recreativo A Voz do Alentejo

quartas e sextas | Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

Org.: Casa Benfica da Quinta do Conde

quartas | 18h

Yoga para Grávidas

• Preço: a partir de 25 €
• Inscrições: 96 148 69 15 /
se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais

quartas | 19.30h

MEDITAÇÃO

Aprenda a Meditar

• Preço: 5 € por sessão
• Inscrições: 92 909 76 07 /
mandaladavidaespaco@gmail.
com

• Facilitadora: Sílvia Pires

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida

sextas | 21h

MEDITAÇÃO

Um Somos Nós

• Preço: 5 € (por aula)
• Inscrições: 96 148 69 15 /
se7esoais.als@gmail.com

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Se7esoais



Observação de Aves na Lagoa Pequena



Experiências Personalizadas

último sábado de cada mês
VISITAS GUIADAS
Observação de Aves
na Lagoa Pequena

Venha conhecer o belo camião, a elegante garça-real e muitas outras espécies de aves, residentes e migratórias.

- Preço: 6,70 € (menores de 6 anos grátis)
 - Duração: 2 horas
 - Limite: grupos entre 6 a 12 participantes
 - Inscrições: 93 998 22 92 (de quarta a domingo)
 - Observações: para agendar outra data, ou visita em inglês, contacte com pelo menos 2 dias de antecedência. Se o grupo for menor que 6 participantes, o valor será de 40 € por grupo
- Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena**

Org.: ICNF, CM Sesimbra e SPEA

BUJINKAN DOJO
Bujinkan Ninjutsu
segundas e sextas | 20h

Casa da Âncora,
Zambujal de Baixo
terças e quintas | 20.15h

Pavilhão Municipal
da Quinta do Conde

- Inscrições e informações: 96 634 29 68
- Instrutor: Bruno Domingos
- Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

Piscina de Sesimbra

Inscrições
para atividades aquáticas

- Informações: desporto@cmsesimbra.pt / 21 013 50 10 / 21 013 55 96 (Piscina)
 - Inscrições: segunda a sexta, das 7.45 às 21, sábados, das 9 às 19h
- Avenida da Liberdade, Sesimbra**

TÊNIS

Escola para
Jovens e Adultos

- Inscrições: 93 293 90 25 / geral@ctsesimbra.pt
- Informações: página de Facebook do **Clube Centro Municipal de Tênis de Sesimbra, Maçã**

Org.: Clube Escola de Tênis de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

Experiências
Personalizadas

Conheça uma queijaria, pinte um azulejo, prove os vinhos da região, visite as localidades e as suas gentes; personalize um dia de passeio ideal na região de Sesimbra.

- Preço: a partir de 18 €
- Informações e inscrições: 91 321 33 25 / 91 272 98 88 / hello@wearpexitos.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Pexitos – Sesimbra Experiences



Piscina de Sesimbra
Inscrições para atividades aquáticas



Receção à Comunidade Educativa | dia 7



Moagem de Cereais | dia 20

até dia 14

CAMPANHA NACIONAL Pirilampo Mágico 2018

À descoberta
de novas fronteiras!

• Preço: 2 €

**Bancas de rua, escolas públicas
do ensino básico e secundário
e outros estabelecimentos
autorizados**

Org.: Fenacerci, RTP e Antena 1 | Apoio:
CM Sesimbra e Cercizimbra

dia 5 | sex | 9 e 9.30h

Visita/apanha de Maçã Camoesa em Pomar

• Limite: 10 participantes

• Inscrições: 21 010 84 43

/pescas.ruralidade@cm-
sesimbra.pt

• Inserida na VI Mostra de Maçã
Camoesa, Doçaria e Pão

9h | Pomar na Azoia

**9.30h | Pomar na Herdade da
Mesquita**

dia 6 | sáb | das 4 às 8h

Visita Noturna às Padarias

• Inscrições: 21 087 08 45/
96 241 73 27

• Inserida na VI Mostra de Maçã
Camoesa, Doçaria e Pão

**Ponto de encontro: Parque 25
de Abril, Corredoura**

Org.: JF Castelo

dias 6 e 7 | sáb e dom | das

9.30 às 18h

VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão

Com comboio, insuflável,
pinturas faciais, animação
infantil e artesanato.

dia 6 | sáb

**15h | Showcooking A Maçã
Camoesa na Culinária, por
Maria Papoilla**

16h | Espetáculo musical

18h | Encerramento

dia 7 | dom

10h | Showcooking A

**Farinha Torrada e o Pão:
Património Gastronómico
Sesimbrense, por Maria
Papoilla**

16h | Espetáculo musical

18h | Encerramento

Moagem de Sampaio

dia 7 | dom | das 10 às 19.30h

ZBIGENS - FÓRUM LOCAL DE JUVENTUDE

das 10 às 14.30h

Lords of the Boards

Torneio de Skate

com Surf Clube de Sesimbra

das 10.30 às 19h

Arte no Parque

O Autocarre + pexite
de Sesimbra

com Maciel Santos

e João da Cruz

das 14.30 às 17.30h

Zbigens

Fórum local de Juventude

com João Sevilhano

das 17.30 às 18.30h

Showcooking

Degustação de Sushi

com Tiago Claro

das 18 às 19h

Espantinho

Música

• Destinatários: jovens
entre 16 e 35 anos

• Informações: 93 998 25 96 /

info.juventude@cm-sesimbra.pt

/facebook Juventude.Sesimbra

Parque Augusto Pólvora, Maçã

dia 7 | dom | 16h

Receção à Comunidade Educativa

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

dia 16 | ter

Dia Mundial do Pão e Dia Mundial da Alimentação

Distribuição de maçã
camoesa e pão caseiro
nas escolas do concelho

• Inserido na VI Mostra de Maçã

Camoesa, Doçaria e Pão

Escolas do concelho

dia 20 | sáb | 9.30h

VISITA PELOS MOINHOS

Moagem de Cereais

• Inscrições: até 18 de outubro

• Informações: 21 087 08 45 /

96 241 73 27

• Inserida na VI Mostra de Maçã
Camoesa, Doçaria e Pão

Ponto de encontro:

Moagem de Sampaio

Org.: JF Castelo

dia 26 | sex | das 15 às
19.30h

Dádiva de Sangue

Associação Cultural
e Desportiva da Cotovia

Org.: ACD Cotovia



Venha Conhecer a Lota de Sesimbra | a decorrer



Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino | a decorrer

a decorrer...

segunda a domingo | das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

PATRIMÓNIO

Capela do Espírito Santo dos Mareantes

- Entrada: 1 €
 - Informações: 21 223 11 34 / capela@cm-sesimbra.pt
- Rua Cândido dos Reis, nº 17, Sesimbra**

terça a domingo | das 10 às 13 e das 14.30 às 17.30h

PATRIMÓNIO

Museu Marítimo de Sesimbra

- Entrada: 3 € (descontos para estudantes e seniores)
- Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

terças e quintas | 16h
Venha Conhecer a Lota de Sesimbra

- Preço: 5 € (crianças até aos 6 anos, grátis)
 - Limite: 20 participantes
 - Informações e inscrições: 91 321 33 25 / 91 272 98 88 / hello@wearepexitos.com
- Ponto de encontro: entrada do Porto de Abrigo**
Org.: Pexitos – Sesimbra Experiences

quartas
Visitas ao Farol do Cabo Espichel

- das 14 às 17 horas (hora de verão) e das 13.30 às 16.30h (hora de inverno)
- Cabo Espichel**
Org.: Autoridade Marítima Nacional

quarta a domingo | das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

PATRIMÓNIO

Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio

- Informações: 21 228 85 00 / museu@cm-sesimbra.pt
- Estrada Nacional 379, Sampaio**

quintas | 19h
Demonstração de Arte Xávega

Participe nesta arte de pesca milenar, desde a recolha dos materiais para a faina no armazém até ao puxar das redes na praia.

- Limite: 15 participantes
- Informações e inscrições: 21 228 85 40 / 93 245 60 98 /
- Posto de Turismo de Sesimbra

Ponto de encontro: Posto de Turismo de Sesimbra

quintas
VISITAS GUIADAS
Arquivo Municipal de Sesimbra

- Inscrições: 21 228 85 00 / arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt
 - inserido no Serviços e Projetos Educativos
- Arquivo Municipal de Sesimbra**

sábados, domingos e feriados | das 10.30 às 17.30h

PATRIMÓNIO

Casa da Água do Cabo Espichel

Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel

PEGADAS

DE DINOSSAUROS

Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino

- Informações: 21 228 82 06 7 / museu@cm-sesimbra.pt
- Rua do Forno da Cal do Zambujal**

Cabaz do Peixe

- Preço: 22 € (cabaz com 3 quilos de peixe fresco)
- Encomendas: 21 228 05 86 / www.cabazdopeixe.pt

Horários e locais de entrega:

Entregas Semanais
quartas | das 17.30 às 19h

- Fecho das encomendas segundas, às 14h
- Largo 25 de Abril, Arrentela**
sextas | das 17.30 às 19h

- Fecho das encomendas quartas, às 14h
- Moagem de Sampaio**

Entregas Quinzenais
quintas, das 16 às 18h

- Fecho das encomendas quartas, às 14h

Lisboa
quintas | das 17.30 às 19h

- Fecho das encomenda terças, às 14h
- Rua Pedro Álvares Cabral, Quinta do Conde**
sábados | das 10.30 às 12h

- Fecho das encomendas quintas, às 14h
- Espaço Fortuna Artes e Ofícios, Palmela**



A Ovelhinha que Veio Para o Jantar | dia 26



A Tartaruga que Queria Dormir | dia 9

O CONTO NO ESPAÇO

Espaço Zambujal

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Limite: 20 crianças
- Org.: JF Castelo

dia 12 | sex | 10.30h

Ciclo do Pão

de *Cristina Quental* e *Mariana Magalhães*

Na sequência do conto, haverá a dinamização da oficina de expressão plástica *Vem Fazer um Moinho*.

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

• Inserido na VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão

dia 26 | sex | 10.30h

A Ovelhinha que Veio Para o Jantar

de *Steve Smallman*

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

a decorrer...

ESPAÇO

NO TEU ESPAÇO

Corações aos Milhões de Joana Lopes

Projeto que leva às escolas, atividades de leitura e animação.

- Destinatários: crianças das IPSS, pré-escolar, 1.º e 2.º ano das escolas básicas da freguesia do Castelo

HORA DO CONTO

dia 2 | ter | 15.30h

O Dragão Irritante de Julie Sykes

- Destinatários: pais e crianças
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

dia 9 | ter | 15.30h

A Tartaruga que Queria Dormir de Roberto Aliaga

- Destinatários: pais e crianças
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

dia 13 | sáb | 11h

Maruxa

de *Eva Mejuto* e *Mafalda Milhões*

História baseada num conto tradicional, que dá a conhecer de uma forma divertida e lúdica os ingredientes necessários ao fabrico do pão.

- Destinatários: pais e crianças
 - Inserido na VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão
- Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

de 16 a 19 | ter a sex | 10 e 14h

A Lagartinha Muito Comilona de Eric Carle

- Destinatários: crianças do pré-escolar e 1º ciclo
 - Inscrições: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt
 - Inserido na VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão
- Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 16 | ter | 15.30h

Quem Quer ser Amigo do Martim de David Melling

- Destinatários: pais e crianças
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

dia 20 | sáb | 11h

DESCOBRINDO A BEBETECA

Onde Está a História? Nuaahhh...! Há! Há!

- Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 23 | ter | 15.30h

O Cuquedo

de *Clara Cunha*

- Destinatários: pais e crianças
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

dia 27 | sáb | 11h

A Crocodila Mandona de Adélia Carvalho,

com ilustrações de *Marta Madureira*

- Destinatários: pais e crianças
- Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 30 | ter | 15.30h

O Pequeno Grozk de Kathryn Cave

- Destinatários: pais e crianças
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**



Yoga para Crianças | dia 14



Centro Municipal de
Atividades Náuticas | sábados

dia 31 | qua | 14.30h

VOLUNTARIADO

Hoje Temos Visitas... A Avó Vem à Biblioteca Contar Histórias

por *Celestina Baptista*
e *Júlia Baêta*

- Destinatários: crianças do pré-escolar e 1.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

A Horta do Simão de Rocío Alejandro

- Destinatários: alunos dos infantários públicos e privados do concelho
- Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos
Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

A Rainha do Norte de Joana Estrela

- Destinatários: alunos do 1.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos
Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

ATIVIDADE FÍSICA

dias 11, 18 e 25 | qui | 15.30h

Kids Combat

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 14 | dom | 16 e 17h

Yoga para Crianças por Antónia Ramalho e Isabel Pereira

16h | crianças dos 3 aos 5 anos

17h | crianças dos 6 aos 9 anos

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

a decorrer...

segundas e sextas | 19.30h

TAEKWONDO

Taekids

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
 - Informações: sergiocapitulo@hotmail.com
 - Instrutor: Sérgio Capítulo
- Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**
Org.: Artes Marciais de Sesimbra

quartas | 17 e 18h

Yoga Sámkhyá para Crianças

17h | crianças dos 3 aos 5 anos

18h | crianças dos 6 aos 12 anos

- Inscrições: 96 524 52 57 / yogasesimbra.com
- Associação do Yoga - Áshrama de Sesimbra**
Org.: Associação do Yoga - Áshrama de Sesimbra

sábados | das 9 às 12.30h

Centro Municipal de Atividades Náuticas

- Destinatários: jovens dos 6 aos 15 anos
 - Preço: 10 € por mês (para os beneficiários do escalão A da Ação Social Escolar o custo é de 2,50 € e para os do escalão B é de 5 €)
 - Inscrições e informações: 93 998 02 22 / desporto@cm-sesimbra.pt
- Lagoa de Albufeira**

sábados | 10h

Yoga

- Preço: 20 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Se7esoais

sábados | das 10 às 12.30h

HÓQUEI EM PATINS

Academia de Patinagem Custódio Batalha

- Destinatários: crianças dos 3 aos 10 anos
- Grupo Desportivo de Sesimbra**
Org.: GD Sesimbra

sábados | 11h

Dança Criativa

- Preço: 20 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Se7esoais



Ninja Kids | a decorrer



Roda dos Alimentos | dia 2

sábados | das 11 às 12h **Brinca Ténis**

- Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
 - Informações: 93 293 90 25 / geral@ctsesima.pt
- Centro Municipal de Ténis de Sesimbra, Maçã**
Org.: Clube Escola de Ténis de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

Modalidades Desportivas

Capoeira, zumba, ginástica infantil, formativa, pré e competição, patinagem, karaté e futebol

- Inscrições e informações: 21 268 34 14 / 93 977 55 28 / despalfarim.blog@gmail.com
- Grupo Desportivo de Alfirim**
Org.: GD Alfirim

BUJINKAN DOJO Ninja Kids

segundas e sextas | 19h

**Casa da Âncora,
Zambujal de Baixo**

terças e quintas | 19h

**Sala de Judo,
Piscina de Sesimbra**

terças e quintas | 19.15h

**Pavilhão Municipal
da Quinta do Conde**

- Inscrições e informações: 96 634 29 68
 - Instrutor: Bruno Domingos
- Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

BUJINKAN DOJO Bujinkan Ninjutsu

terças e quintas | 20h

Sala de Judo,

Piscina de Sesimbra

terças e quintas | 19.15h

Pavilhão Municipal

da Quinta do Conde

quartas | 19h

sextas | 20h

Casa da Âncora,

Zambujal de Baixo

• Inscrições e informações:

96 634 29 68

• Instrutor: Bruno Domingos

Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

Futsal e Karaté

• Destinatários: crianças

dos 6 aos 9 anos

• Informações: 21 268 72 52 /

92 638 80 07 / 93 347 10 39 /

acdecotovia@gmail.com

Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

dia 2 | ter | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Roda dos Alimentos

Ciclo da alimentação

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 4 e 18 | qui | 15.30h

Oficina do Faz de Conta

- Destinatários: crianças e jovens
 - Inscrições: 21 228 85 88 / ines.santos@cm-sesimbra.pt
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 13 | sáb | 14h

Workshop de Pão para Crianças

por Gisela Marques

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Inscrições: até 11 de outubro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

• Inserido na VI Mostra de Maçã

Camoesa, Doçaria e Pão

**Lugar da Terra,
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo



Tartarugas de EVA com Garrafas | dia 13



Pinturas com Garrafas | dia 30

dia 13 | sáb | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA
Tartarugas de EVA com Garrafas

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 16 | ter | 14.30h

WORKSHOP DE LANCHE SAUDÁVEL
Salada de Maçãs de Outono

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: até 13 de outubro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

• Inserido na VI Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 19 | sex | 10.30h

OFICINA
O Futuro Agora ou um Iceberg à Deriva

- Destinatários: alunos do 1.º, 2.º e 3.º ciclo
- Crianças: 1,5 €
- Acompanhantes: 2,5 € (isento para professores e educadores)
- Serviços e Projetos Educativos

Cineatro Municipal João Mota, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra e Artemrede

dia 20 | sáb | 15h

ATELIÊ
Hoje Sou uma Folha!
por Catarina Sousa e Mariana Capitulo

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
 - Projeto de Voluntariado
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 23 | ter | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA
Vaso de Plantas com Garrafa de Plástico

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 26 | sex | das 15 às 16h

WORKSHOP
Vem Navegar em Segurança

Sessão de sensibilização para uma utilização da Internet de forma segura: aprender a navegar e a pesquisar na Internet. Aprender a fazer trabalhos escolares.

- Destinatários: crianças dos 6 aos 10 anos
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 30 | ter | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA
Pinturas com Garrafas

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

a decorrer...

terças | 16h

Oficina do Faz de Conta

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
 - Inscrições: 21 210 22 31
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

quartas | 10.30h

ESPAÇO
Aqui Brincamos Todos

Atividades de expressão integradas: ouvir e contar histórias, cantar, dançar...

- Destinatários: crianças até aos 6 anos acompanhadas pela família
 - Dinamização: ELI/Cercizimbra e Biblioteca Municipal
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



Uma Aventura do Outro Mundo | dia 28

quintas | das 14.30 às 15.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA 4 Estações

• Destinatários: crianças das IPSS, pré-escolar, 1.º e 2.º ano das escolas básicas da freguesia do Castelo

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

• Inserido na exposição 4 Estações
Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

OFICINA Emaranhando pelas Palavras...

• Destinatários: alunos do 5.º e 6.º ano do 2.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OFICINA Uma História para Devorar com Lambarice!

• Destinatários: alunos do 3.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OFICINA Leituras de Corpo Inteiro

• Destinatários: alunos do ensino secundário

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

AULAS DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA Grupo de Teatro

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 760 25 11

• Limite: 8 participantes
Lugar da Terra, Zambujal de Baixo

Org.: JF Castelo

AULAS DE TEATRO Cenas de Família

• Destinatários: pais e filhos

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 760 25 11

• Limite: 8 participantes
Lugar da Terra, Zambujal de Baixo

Org.: JF Castelo

DOMINGOS EM FAMÍLIA

dia 14 | dom | 16h

CINEMA Hotel Transylvania 3: Umas Férias Monstruosas

de Genndy Tartakovsky.
Animação; EUA; 2018; 97 min.; M/6

• Crianças (até 12 anos): 1,5 €

• Acompanhantes: 2,5 €
Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 21 | dom | 16h

TEATRO E LITERATURA ReVerso

pela Produções Acidentais

• Destinatários: maiores de 3 anos

• Crianças (até 12 anos): 1,5 €

• Acompanhantes: 2,5 €
Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

Org.: CMS e Artemrede

dia 28 | dom | 16h

CINEMA Uma Aventura do Outro Mundo

de Christoph Lauenstein, Wolfgang Lauenstein e Sean McCormack.

Animação; ALE/DIN/LUX; 2018; 86 min.; M/6

• Crianças (até 12 anos): 1,5 €

• Acompanhantes: 2,5 €
Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

**Hotel Transylvania 3:
Umas Férias Monstruosas
dia 14**



Fuga das Galinhas | dia 24

SUGESTÕES

dia 10 | qua | 14.30h

CICLO

DA ALIMENTAÇÃO

Histórias de Vegetais

de Mike Nawrocki e Phil Vischer

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 21 | dom | 16h

MANIPULAÇÃO DE OBJETOS

A Sereia da Varsóvia

Conto animado através da Mala Mágica Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 24 | qua | 14.30h

CINEMA NO ESPAÇO

Fuga das Galinhas

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 28 | dom | 16h

MANIPULAÇÃO DE OBJETOS

O Monstro das Cores

Conto animado através da Mala Mágica Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

a decorrer...

terças e quintas | das 16 às 17.30h

APOIO PEDAGÓGICO

- Destinatários: alunos que frequentem o 1.º ciclo do ensino básico na freguesia do Castelo
- Limite: 5 alunos por grupo
- Duração: 1.30h por sessão
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

quartas

VISITAS GUIADAS

Biblioteca Municipal

- Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos **Biblioteca Municipal de Sesimbra**

quartas | das 10 às 12h

Horticultura de Palmo e Meio

Atividades de agricultura biológica para a comunidade educativa

- Destinatários: alunos do 2.º ciclo
- Inscrições: 21 080 96 66 / anime.paf@gmail.com
- Ponto de encontro: **Pista de Voo Circular do Parque Ecológico da Várzea**
- Org.: Anime.paf



Equipamentos e Serviços Municipais

Arquivo Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00
E-mail: arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt

Horário: das 9.30 às 12 e das 14.30 às 17h

Assembleia Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 86 88
E-mail: assembleiamunicipal@cm-sesimbra.pt

Horário: das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Balcão Único de Serviços Sesimbra

Rua da República, 3, 2970-741 Sesimbra

Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal, Av. Manuel de Arriaga 2975-337 Quinta do Conde
Tel.: 21 228 85 00

E-mail: balcao.unico@cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta, das 8 às 18.30, sábados, das 8.30 às 13h

BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93

Horário: de segunda a sexta, das 9.30 às 17, sábados, das 8.30 às 12.30h

Linha Verde (Reclamações): 800 22 88 50

Biblioteca Municipal de Sesimbra

Av. da Liberdade, n.º 46 2970 - 635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 88 / 21 228 85 00

E-mail: biblioteca@cm-sesimbra.pt
Horário: terça a sexta, das 9.30 às 19h (a sala infantojuvenil encerra às 17.30h), sábado, das 10 às 18h (as salas de leitura encerram das 13 às 14h)

Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido do Reis, n.º 17 2970 - 724 Sesimbra
Tel.: 21 223 11 34 / 21 228 85 50 / 21 228 85 00

E-mail: capela@cm-sesimbra.pt
Horário: todos os dias, VERÃO (15 de julho a 15 de agosto) das 14.30 às 19 e das 21 às 23h INVERNO (16 de agosto a 14 de julho), das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Castelo de Sesimbra

Horário: INVERNO (novembro a março): das 7 às 19h
VERÃO (abril a outubro): das 7 às 20h

Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro

Rua de Sta. Maria do Castelo, Corredoura, 2970 - 063 Sesimbra
Tel.: 21 268 07 46 / 21 228 85 00
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário: todos os dias, das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h

Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra

Av. João Paulo II, n.º 6 - Santana 2970-002 Sesimbra
Tel.: 21 010 84 43

E-mail: caies@cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30 horas

Centro de Recursos

Educativos de Formação

Avenida D. Manuel da Silva Martins, n.º 8, (edifício do Centro de Estudos Culturais e Acção Social Raio de Luz) Maçã/Sampaio

Tel.: 21 015 66 74 / 21 015 96 75

E-mail: geral@cref.pt
Horário: das 9 às 20h (todos os dias)
Encerra de 1 a 29 de agosto

Cinetatro Municipal João Mota

Rua João da Luz, n.º 5 2970-762 Sesimbra

Tel.: 21 228 87 15
E-mail: cinetatro@cm-sesimbra.pt

Informações e reservas: 21 223 40 34/ reservas.cinetatro@cm-sesimbra.pt

Horário: INVERNO quarta a domingo, das 16 às 20h
VERÃO (julho e agosto): quarta a domingo, das 17 às 21h
Em dias de espetáculo/cinema, a bilheteira encerra entre as 19.30 e as 20.30h e o horário é prolongado até 30 minutos depois do início dos mesmos. As reservas de bilhetes têm de ser levantadas com dois dias de antecedência.

CIPA - Centro de Inovação e Participação Associativa

Rua Sacadura Cabral, Conde 3
Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26
E-mail: cipa@cm-sesimbra.pt
Horário: de terça a sábado, das 9 às 12.30 e das 14 às 22h

Espaço Cidadania - CLAI

Quinta do Conde
Tel.: 21 210 95 00
Horário: terça e sexta, das 9 às 12h

Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
Horário: segunda-feira, das 9 às 12.30 e das 14 às 15.30h

Espaço Interpretativo

da Lagoa Pequena
Lagoa de Albufeira
Tel.: 93 998 22 92
E-mail: info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt
Site: www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena

Horário: quartas, sextas, sábados e domingos (terceiro sábado de cada mês abre às 7h) quintas, reservado a escolas, grupos e outras atividades
INVERNO (de 16 de setembro a 14 de junho): das 9 às 13 e das 14 às 17h (última entrada às 16h)
VERÃO (de 15 de junho a 15 de setembro): das 10 às 12.30 e das 14 às 18.30h (última entrada às 17.30h)

Espaço Solidário Cotovia

Tel.: 21 228 87 45
Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h

Quinta do Conde

Tel.: 93 998 27 74
Horário: de terça a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h

Espaço Zambujal

Tel.: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
E-mail: espaco.zambujal@jf-castelo.pt
Site: www.espaco-zambujal.blogspot.com
Horário: de terça a sábado, das 10 às 13 e das 14 às 18h

Fortaleza de Santiago

Horário: das 9.30 às 0h

Cabinete de Inserção Profissional Sesimbra

Bairro de Argéis, FORMAR,
Tel.: 21 228 10 27 / 21 228 82 37
E-mail: gipsesimbra@gmail.com
Horário: segundas, quartas e quintas, das 14.30 às 17, terças e sextas, das 9.30 às 12.30 e das 14.30 às 17h

Quinta do Conde

Junta de Freguesia
Tel.: 21 210 83 70
E-mail: gip.qtaconde@gmail.com
Horário: de segunda a sexta, das 14 às 17h

Cabinete Médico-veterinário Municipal

Posto Veterinário Municipal

Tel.: 21 228 85 00 / 93 998 20 40

E-mail: veterinario@cm-sesimbra.pt

Sesimbra

Rua Mareantes de Sesimbra, Bloco

n.º 6 r/c, 2970-711 Sesimbra

Horário: sextas, das 10 às 12h

Fonte de Sesimbra

Rua Fonte de Sesimbra

2970-271 Sesimbra

Horário: quartas, das 10 às 12h

Quinta do Conde

Rua Ribeiro Sanches

2975-403 Quinta do Conde

Horário: quintas, das 10 às 12h

Moagem de Sampaio

Estrada Nacional 379

Sampaio, 2970 - 137 Sesimbra

Tel.: 21 015 66 71 / 21 228 85 00

Email: museu@cm-sesimbra.pt

Horário: quarta a domingo,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30 h

Museu Marítimo de Sesimbra

Fortaleza de Santiago

Rua da Fortaleza, 2970 - 738 Sesimbra

Tel.: 93 842 74 79 / 21 228 85 00

E-mail: museu@cm-sesimbra.pt

Site: www.museusesimbra.pt

Horário: de terça a domingo, das 10
às 13 e das 14.30 às 17.30h

Parque Augusto Pólvora

Avenida D. Manuel da Silva Martins

Horário: Verão, das 7 às 22h

Inverno, das 7 às 20h

Parque Municipal de Campismo Forte do Cavalo

Tel.: 21 228 85 08

E-mail: campismo.fortedocavalo@cm-sesimbra.pt

Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

Tel.: 21 210 16 91

Pavilhão Municipal de Sampaio

Tel.: 21 268 64 08

Polo de Leitura da Quinta do Conde

Av. Norton de Matos

2975 - 312 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 22 31

E-mail: polo.leitura.qc@cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Posto de Turismo de Sesimbra

Fortaleza de Santiago

Tel.: 21 228 85 40 / 93 245 60 98

E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt

Horário: de 1 de outubro a 31
de maio: das 9.30 às 18h; de 1 a 30
de junho e de 1 a 30 de setembro:
das 9.30 às 20h; de 1 de julho a 31 de
agosto: das 9.30 às 23.30h

Spot Jovem (Quinta do Conde)

Rua Sacadura Cabral

Tm.: 93 998 01 26

E-mail: spotjovem.qc@cm-sesimbra.pt

Horário: de terça a sábado,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Spot Jovem (Sesimbra)

Rua Heliodoro Salgado, n.º 2

Tel.: 93 998 25 96

E-mail: spotjovem.ssb@

cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Juntas de Freguesia

Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

Avenida Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt

Site: www.jf-quintadoconde.pt

Junta de Freguesia do Castelo

Avenida Padre António Pereira

de Almeida, Lote 6, r/c, Santana

2970-590 Sesimbra

Tel.: 21 268 92 10

E-mail: geral@jf-castelo.pt

Site: www.jf-castelo.pt

Junta de Freguesia de Santiago

Largo da Marinha, 26/27

2970-657 Sesimbra

Tel.: 21 228 84 10

E-mail: geral@jf-santiago.pt

Site: www.jf-santiago.pt

Comunicação Social

Comércio do Seixal e Sesimbra

Tel.: 21 099 16 83

Jornal de Sesimbra | Sesimbra FM

Tel.: 21 228 92 00

O Sesimbrense

Tel.: 21 223 21 05

Raio de Luz

Tel.: 21 268 15 54

Rádio Quinta do Conde

Tel.: 21 086 07 87

Emergência

Bombeiros Voluntários de Sesimbra

Piquete de Sesimbra

Tel.: 21 228 84 50

Piquete da Quinta do Conde

Tel.: 21 210 61 74

Carrinha Sea Master

Tel.: 91 940 45 55

Centros de Saúde

Sesimbra – Tel.: 21 228 96 00

Santana – Tel.: 21 268 92 80

Quinta do Conde

Tel.: 21 213 82 00

Comissão de Proteção

de Crianças e Jovens

Concelho de Sesimbra (CPCJ)

Tel.: 21 015 66 77/8

E-mail: cpejsesimbra@gmail.com

Cruz Vermelha Portuguesa

(Quinta do Conde)

Tel.: 21 210 02 12

EDP (avarias)

Tel.: 800 50 65 06

Farmácias

Sesimbra (Lopes) – Tel.: 21 223 30 28

Sesimbra (Leão) – Tel.: 21 228 80 78

Santana (Bearita) – Tel.: 21 268 83 70

Cotovia – Tel.: 21 268 16 85

Alfarim – Tel.: 21 268 85 47

Quinta do Conde (Rodrigues

Pata) – Tel.: 21 210 80 50

Quinta do Conde (Bio-Latina) –

Tel.: 21 210 91 13

Nova Quinta do Conde

– Tel.: 21 210 60 99 / 93 684 89 61

CNR

Sesimbra – Tel.: 21 765 77 00

Alfarim – Tel.: 21 765 76 70

Quinta do Conde – Tel.: 21 765 76 90

Guarda Noturno

da Quinta do Conde

Raul Pereira

Tel.: 92 656 42 32

Hospital Garcia de Orta (Almada)

Tel.: 21 294 02 94

Hospital São Bernardo (Centro

Hospitalar de Setúbal, EPE)

Tel.: 265 54 90 00

Linha SOS Criança

Tel.: 800 202 651 (grátis)

Linha Verde Recados

da Criança

Tel.: 800 206 656 (grátis)

Piquete de Águas (CMS)

Sesimbra

Tel.: 21 015 66 82 / 93 998 06 24

Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 06 / 93 998 06 04

Polícia Marítima

Tel.: 21 228 07 78

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

SESIMBRA



VI MOSTRA

MAÇÃ

CAMOESA

DOÇARIA E PÃO

6 E 7 OUT

SÁB E DOM | DAS 9.30 ÀS 18H

MOAGEM DE SAMPAIO

**PROGRAMA
DE ATIVIDADES
DE 4 A 20 OUT**

**consulte o programa em
www.sesimbra.pt**

parceiros:



SESIMBRA