

# 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](mailto: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.  
Subscreva a newsletter na página inicial do site da CMS.  
<http://www.cm-sesimbra.pt>**

# **sum** sumário

<b>3</b>	<b>editorial</b>	
	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](mailto:informacao@cm-sesimbra.pt)

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

**Capa**  
Leo Aversa

**Pré-impressão e impressão**  
Jorge Fernandes, L.<sup>da</sup>

**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 vinculada, 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](http://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 prémios, 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 Camoesa, 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](http://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

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

- \* 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



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**

**Tarô**

• 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**

### **Tarô 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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  
Filatélica 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@ludysefera.com / www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Ludysefera

**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@ludysefera.com / www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Ludysefera

**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@ludysefera.com / www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Ludysefera

**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@ludysefera.com / www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Ludysefera

**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@ludysefera.com / www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Ludysefera



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](mailto: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](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:geral@ludyesfera.com) / [www.ludyesfera.com](http://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](mailto:geral@ludyesfera.com) / [www.ludyesfera.com](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:geral@ludyesfera.com) / [www.ludyesfera.com](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:geral@ludyesfera.com) / [www.ludyesfera.com](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:sergiocapitulo@hotmail.com)
  - Instrutor: Sérgio Capítulo
- Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**  
Org.: Artes Marciais de Sesimbra

quartas | 17 e 18h

## Yoga Sámkhya para Crianças

17h | crianças dos 3 aos 5 anos

18h | crianças dos 6 aos 12 anos

- Inscrições: 96 524 52 57 / [yogasesimbra.com](http://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](mailto:desporto@cm-sesimbra.pt)
- Lagoa de Albufeira**

sábados | 10h

## Yoga

- Preço: 20 €
  - Inscrições: 96 148 69 15 / [se7esoais.als@gmail.com](mailto: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](mailto: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

## **OFICINAS E ATELIÊS**

**dias 2, 16 e 30 | ter | 10.30h**

**ESPAÇO BEBETECA**

**Um Conto**

**e Dois Passos...**

- Destinatários: crianças até aos

3 anos acompanhadas pelos pais

- Inscrições: 21 210 22 31

**Polo de Leitura**

**da Quinta do Conde**

**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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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**

de Peter Lord e Nick Park

- 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**

**Projeto Hora e Meia**

- 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](mailto:espaco.zambujal@gmail.com)

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

quartas

**VISITAS GUIADAS**

**Biblioteca Municipal**

- Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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: [cineteatro@cm-sesimbra.pt](mailto:cineteatro@cm-sesimbra.pt)

#### Informações e reservas:

21 223 40 34/ reservas.cineteatro@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](mailto: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](mailto:info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt)

Site:

[www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena](http://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](mailto:espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Site: [www.espaco-zambujal.blogspot.com](http://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](mailto: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](mailto: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](http://www.sesimbra.pt)**

parceiros:



**SESIMBRA**