

Sesimbr'Acontece

n.º 18 v

135

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

Prémio Científico Sesimbra



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...	24
	...e para os mais novos	26

32 memórias

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
Rui João Rodrigues

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

Periodicidade
Mensal

Tiragem
5000 exemplares

ISSN
2182-6315

Celebramos o nosso mar

O mar é o recurso mais valioso do município de Sesimbra, e parte integrante da sua história, cultura e identidade. Por este motivo, este mês, voltamos a assinalar, com merecido destaque, o Dia Nacional do Mar, 16 de novembro, com a conferência *O Mar – Um Universo de Recursos*. No dia seguinte, terá lugar mais uma cerimónia de atribuição do Prémio Científico Sesimbra, iniciativa que nasceu em 2008, numa parceria entre a Câmara Municipal e o Turifórum – Grupo de empresários da área do turismo, e que desde a primeira hora tem tido o mar como elemento preponderante. Aliás, os três trabalhos vencedores e publicados até ao momento têm, todos eles, temáticas associadas ao mar.

Neste quarto prémio, no entanto, o trabalho vencedor tem por base a conservação, restauro e estudo científico da pintura *Nossa Senhora da Misericórdia*, da autoria do pintor régio Gregório Lopes. A preservação de um dos mais importantes exemplares da pintura portuguesa do século XVI, que se iniciou em 2014, por iniciativa da Câmara Municipal, possibilitou o estudo aprofundado desta obra, cujo resultado foi uma publicação que contou com o contributo de investigadores de várias áreas, e que apresenta novos dados sobre as técnicas e materiais utilizados pelo pintor, um dos mais importantes do Renascimento português. O quarto livro do Prémio Científico Sesimbra, é, sem dúvida, mais um importante contributo para o enriquecimento cultural do município.

Nos últimos anos temos feito uma forte aposta na programação infantil. Cinema, teatro, música, ateliês, horas do conto, visitas, formações e tantas outras atividades têm atraído muitas crianças e famílias. Em outubro reforçamos esta oferta na Quinta do Conde, e a partir de novembro vamos produzir um folheto mensal com os principais destaques da programação infantil, que será distribuído a todos os alunos do pré-escolar e do ensino básico. Queremos, desta forma, que a oferta chegue a todos os lares, e que as nossas crianças tenham contacto, desde cedo, com o mundo das artes e da cultura, por ser uma vertente essencial para a sua formação, e porque Sesimbra também acontece para os mais novos!

Felícia Costa

Vereadora do Pelouro da Cultura



Lançamento do livro vencedor do prémio Científico 2017

O lançamento do livro *Descobrimdo o Manto: Decifrando a Paleta e a Técnica do pintor Gregório Lopes com um estudo sobre a pintura Mater Misericordiae de Sesimbra*, da autoria da investigadora Vanessa Henriques Antunes e da professora Marta Manso, vencedor do Prémio Científico Sesimbra 2017, realiza-se no dia 17 de novembro, sábado, às 15.30 horas, no Espaço Multiusos, na Fortaleza de Santiago. O painel *Nossa Senhora da Misericórdia*, exposto no Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes, é uma das grandes obras da pintura portuguesa da primeira metade do século XVI, que marca o início de uma nova fase da obra do pintor régio Gregório Lopes. A pintura foi alvo de uma intervenção de conservação e restauro em 2014, o que possibilitou estudá-la materialmente pela primeira vez. Segundo o resumo do livro, «este estudo permitiu a análise aprofundada desta pintura e o avanço do conhecimento sobre o seu estado de conservação, trazendo novos dados sobre as técnicas e materiais utilizados por este pintor, e contribuindo para o progresso do conhecimento cultural sobre o importante legado artístico da região de Sesimbra». Estimular o desenvolvimento de projetos científicos relevantes para a preservação, recuperação e divulgação do concelho é o principal objetivo do Prémio Científico Sesimbra, criado em 2008.

dia 17 | sáb | 15.30h
Fortaleza de Santiago, Sesimbra
(página 24)



Dia Nacional do Mar

A data de 16 de novembro, escolhida em 1994 para celebrar o Dia Nacional do Mar, coincide com a entrada em vigor da Convenção das Nações Unidas sobre o Direito do Mar, que estabeleceu os limites marítimos inerentes à Zona Económica Exclusiva e à Plataforma Continental. A ratificação deste acordo, a 14 de outubro de 1997, deu a Portugal responsabilidades sobre uma das áreas marítimas mais extensas da Europa, e a maior da União Europeia, com uma dimensão 18 vezes superior ao seu território nacional. Em 1998, esta data foi institucionalizada pela Resolução de Conselho de Ministros e, desde então, tem vindo a ser recordada todos os anos através de várias iniciativas.

Sesimbra, um concelho cuja história esteve desde sempre ligada ao mar, através da pesca, da atividade do porto, um dos mais importantes do país em quantidades e valores de pescado, e do turismo, volta a associar-se às comemorações desta data. Este ano, o dia é assinalado com a conferência *O Mar - Um Universo de Recursos*, que inclui as apresentações do DLBC Costeiro: Financiamento para a Economia do Mar na Península de Setúbal, pela Associação para o Desenvolvimento Rural da Península de Setúbal, e da Escola Azul, um programa educativo do Ministério do Mar, que pretende distinguir as escolas que trabalham o oceano, coordenado pela Direção-Geral de Política do Mar e com o apoio científico e de cooperação da Ciência Viva. O evento termina com uma ação de valorização do carapau, promovida pela Docapesca.

dia 16 | sex | 10.30h

Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra, Santana
(página 16)



O bailado *O Quebra-Nozes*

O bailado *O Quebra-Nozes*, de Tchaikovsky, representado pelas alunas dos 9 aos 16 anos da Escola de Ballet do Externato Santa Joana, sobe ao palco do Cineteatro Municipal, no dia 10 de novembro, sábado, às 21.30 horas. Uma história encantadora que remete o público para o reino da fantasia, repleto de romance, bonecos animados, criaturas maléficas e um herói improvável – o príncipe Quebra-Nozes. Fundada em 2007 pela professora Sónia Rendas, a escola é constituída atualmente por 90 alunos, com idades entre os 3 e os 16 anos.

dia 10 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)



Atelier Paixão nos Domingos em Família

O espetáculo *Atelier Paixão*, uma produção do Projecto Ruínas, com assinatura de Catarina Caetano e Nuno Borda de Água, realiza-se no dia 18 de novembro, às 16 horas, no Cineteatro Municipal, no âmbito do programa Domingos em Família. Escrito a partir de histórias, ideias e relatos, pretende ser um espetáculo sensorial, que procura a cada momento acordar e aguçar os sentidos do público, fazendo bater os corações um bocadinho mais depressa.

dia 18 | sáb | 16h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 30)



Assim Nasce uma Estrela

Assim Nasce uma Estrela tem como protagonistas Bradley Cooper, quatro vezes nomeado para o Óscar, e Lady Gaga, vencedora de mais de uma centena de prêmios no mundo da música, de um Globo de Ouro e uma nomeação para o Óscar. Cooper interpreta Jackson Maine, um músico consagrado com tendências autodestrutivas, que se apaixona por Ally (Gaga), uma artista em dificuldades que nunca abandonou o sonho de se tornar uma estrela. Jackson reconhece o seu talento musical e resolve ajudá-la. Os dois apaixonam-se e vivem uma grande história de amor. Mas, ao mesmo tempo que ela começa a atingir o estrelato, Maine, dominado pelo vício do álcool e drogas, entra numa verdadeira descida aos infernos, deixando marcas profundas no seu relacionamento com Ally.

Um drama musical que marca a estreia na realização do ator Bradley Cooper. O elenco inclui também Andrew Dice Clay, Dave Chappelle e Sam Elliott.

dia 9 | sex | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)



Percurso Pedestre no Parque da Várzea

A Anime dinamiza, no dia 17, sábado, às 16 horas, um percurso pedestre para monotorização da fauna e flora do Parque Ecológico da Várzea, na Quinta do Conde, um espaço importantíssimo, em termos ambientais, para o concelho e para a freguesia. Localizado numa zona húmida contígua à Ribeira de Coina, predominantemente agrícola e de reserva ecológica, ocupa uma área de aproximadamente 112 mil metros quadrados. Para participar basta aparecer no Centro Agrícola e Ambiental da Várzea, na Quinta do Conde.

dia 17 | sáb | 16h

Centro Agrícola e Ambiental da Várzea, Quinta do Conde
(página 21)



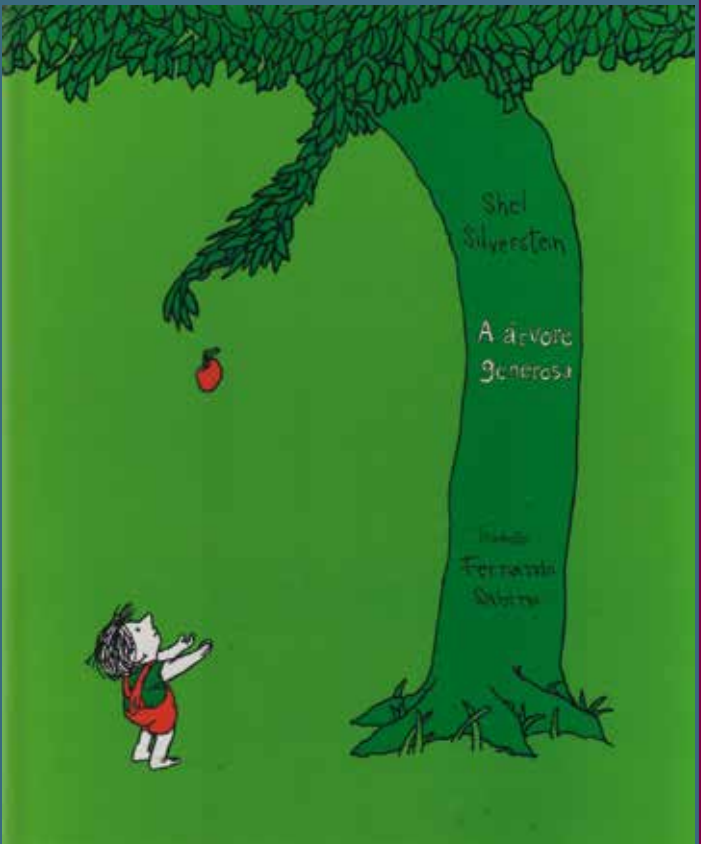
Florestar Portugal

O Parque Ecológico da Várzea, na Quinta do Conde, volta a receber o projeto Florestar Portugal, que pretende aproximar os cidadãos das florestas, alertando para os seus benefícios. No âmbito deste projeto, é promovido o levantamento das árvores autóctones locais e a sua identificação e a plantação e sementeira de árvores e arbustos autóctones. As iniciativas, organizadas pela

Associação Mãos à Obra Portugal, com a coordenação concelhia da Anime – Projecto de Animação e Formação, estão abertas à comunidade e procuram também dar a conhecer a biodiversidade do Parque Ecológico da Várzea e os projetos que têm sido implementados com vista à sua valorização.

de 17 a 25 | das 10 às 12h

Centro Agrícola e Ambiental da Várzea, Quinta do Conde
(página 21)



Yoga e histórias para os mais pequenos

Em novembro, o salão João Favinha, na Junta de Freguesia da Quinta do Conde, volta a abrir portas aos mais pequenos. A primeira iniciativa é uma aula de yoga, que acontece no dia 11, domingo, às 16 (dos 3 aos 5 anos) e às 17 horas (dos 6 aos 9 anos), com as professoras Antónia Ramalho e Isabel Pereira. No domingo seguinte, dia 18, realiza-se uma hora do conto com a história *Acho que Posso Ajudar!*, de Davis Machado, ilustrada por Mafalda Milhões, sobre como é bom ter esperança por um mundo melhor. Depois do conto, os participantes são desafiados a terminar a história de forma criativa. No último domingo do mês, dia 25, o espaço recebe o clássico *A Árvore Generosa*, do escritor e ilustrador norte-americano Shel Silverstein. Escrito em 1964, comoveu gerações com a relação de amizade entre uma árvore e um menino, que ao crescer se transforma num homem egoísta. Cada criança vai plantar uma semente e levá-la consigo para que a história possa perdurar. As iniciativas acontecem às 16 horas e têm a duração de 45 minutos.

dias 11, 18 e 25 | dom | 16h

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde
(páginas 27 e 31)



Foto: Alípio Pedilha

Teatro Praga apresenta a peça *Antes*

Com texto, encenação e interpretação do sesimbrense Pedro Penim, *Antes* é uma peça que leva o público numa viagem nostálgica por cidades ou países que podiam ser Portugal, de tão afundados numa dolorosa saudade do passado, e onde cada tensão do presente é apenas a ponta de um *iceberg*. Ao lado de Pedro Penim, fundador do Teatro Praga, vão estar os atores Bernardo Lacerda e Frederico Serpa.

dia 24 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)



Foto: Bruno De Sousa

Volver

Tangomanso... y Otras Yerbas apresentam o espetáculo *Volver*, que recria a cultura argentina num ambiente intimista e glamoroso. O quinteto, composto por Juan Capriotti, bandoneón e voz, Denys Stetsenko, violino, Miguel Gelpi, contrabaixo, Rui Meira, guitarra, e Duncan Fox, piano, faz também a ligação entre o tango e o fado. O espetáculo conta ainda com a participação da cantora Jacqueline Fernández, da fadista Margarida Cruz e da bailarina argentina de tango Graciana Romeo.

dia 17 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(páginas 14)



Smallfoot: Uma Aventura Gelada

Migo, um yety que vive num dos pontos mais altos dos Himalaias, acredita ter finalmente visto um “pé pequeno”, também conhecido por “homem”, uma estranha criatura que, reza a lenda, é muito perigosa e vive junto ao solo. Para provar a veracidade da sua teoria, Migo decide percorrer uma longa e extenuante descida ao sopé da montanha para encontrar Percy, um verdadeiro exemplar da lendária espécie humana...

Na versão portuguesa, as vozes são de Eduardo Madeira, David Carreira, Ana Bacalhau, Kátia Moreira, Mariana Cabral, Pedro Sousa e do alpinista João Garcia.

dia 11 | dom | 16h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 30)



Beatriz e Romeu

Romeu é um trovador que sonha ser cavaleiro. Um dia conhece a bela Beatriz e apaixonou-se, longe de suspeitar que é a filha do rei. No entanto, a felicidade dos dois jovens não está destinada a durar muito tempo, pois o terrível feiticeiro Chernomor rapta a princesa mesmo diante dos olhos do seu amado e transforma a magia dos contos de fadas em algo que possa controlar em seu benefício. Sem hesitar, Romeu parte em busca da amada provando que o verdadeiro amor é mais forte que a magia. D8, nome artístico de Diogo Couveia, e Laura Dutra dão voz aos principais personagens da versão portuguesa. Realizado por Oleg Malamuzh, este é um filme de animação ucraniano em 3D que se baseia no conto de fadas *Ruslan e Lyudmila*, do poeta russo Aleksandr Pushkin.

dia 21 | dom | 16h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 30)



Bohemian Rhapsody

Bohemian Rhapsody é a canção que dá nome ao filme sobre a história da banda Queen e do seu inigualável vocalista, Freddie Mercury, que desafiou estereótipos e quebrou convenções para se tornar um dos artistas mais amados do planeta. O sucesso meteórico da banda, o estilo de vida de Mercury e o reencontro triunfal na véspera do Live Aid, no estádio de Wembley, em 1985, onde o vocalista, que já era portador do vírus da SIDA, comanda a banda numa das maiores apresentações da história do rock. No ano seguinte, viveu no mesmo local duas noites triunfais, naquela que viria a ser a derradeira digressão com Freddie ao comando - o álbum *Live at Wembley '86*. *Bohemian Rhapsody*, que estreou nas salas nacionais a 1 de novembro, conta com o ator americano Rami Malek no papel de Freddie Mercury, e ainda com Ben Hardy, Gwilym Lee e Joseph Mazzello, que interpretam os restantes membros dos Queen.

dia 23 | sex | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 14)

Arturo Telle Thiemann orienta formação em fotografia subaquática

O fotógrafo subaquático espanhol Arturo Telle Thiemann, vencedor de vários prémios nesta área, entre eles o de subcampeão do Mundo em 2011 e campeão do Mundo na categoria Macro em 2009 e 2011, vai estar em Sesimbra para uma formação em fotografia subaquática, de nível avançado. Thiemann foi um dos júris do 27.º Campeonato Nacional de Fotografia Subaquática, que decorreu em junho, e que trouxe à vila os grandes fotógrafos subaquáticos nacionais e permitiu divulgar as excelentes condições de Sesimbra para o mergulho, modalidade que atrai ao concelho milhares de praticantes durante todo o ano. A formação é organizada pelo Dive Club Cipseia, com apoio da Câmara Municipal de Sesimbra.

de 15 a 18 e de 22 a 25

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra
(página 16)

Sesimbra recebe 1.º Encontro Luso-Brasileiro de Nutrição Funcional

Promover hábitos de alimentação saudável, do ponto de vista pessoal, social e ambiental, é o principal objetivo do 1.º Encontro Luso-Brasileiro de Nutrição Funcional, que tem como tema Nutrição Funcional em Prol da Longevidade. O programa inclui palestras, oficinas de culinária, estudo de casos reais e uma mostra de produtos alimentares, que decorrer, na Sala Polivalente da Biblioteca Municipal. Esta iniciativa destina-se a nutricionistas, profissionais de saúde e estudantes de áreas relacionadas com a alimentação e nutrição. O encontro é organizado pela VP, Centro de Nutrição Funcional, com apoio da Câmara Municipal e Sesimbra.

dia 3 | sáb | 9h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 15)



O Quebra-Nozes, de Tchaikovsky | dia 10



Bohemian Rhapsody | dia 23

dia 9 | sex | 20.30h

MÚSICA**Fados de S. Martinho**

Fadistas convidados acompanhados à viola por Cláudio Lucas e à guitarra por Eduardo Silva (Coté)

• Reservas: 21 268 72 74 / 21 228 14 10 / 96 023 19 28

Salão Nobre do Externato de Santa Joana

Org.: Externato de Santa Joana

dia 9 | sex | 21.30h

CINEMA**Assim Nasce uma Estrela**

de Bradley Cooper, com Lady Gaga, Bradley Cooper, Sam Elliott, Dave Chappelle e Anthony Ramos. Drama, Musical; EUA; 2018; 136 min.; M/14

• Bilhete: 3,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 7)

dia 10 | sáb | 21.30h

DANÇA**O Quebra-Nozes, de Tchaikovsky**

pelos alunos da Escola de Ballet do Externato Santa Joana, com orientação da professora Sónia Rendas

• Destinatários: maiores de 3 anos

• Bilhete: 3 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 6)

dia 10 | sáb | 22h

BAILE POPULAR**Tozé Pratas & Dina Teresa**

Salão de Baile da ACRUTZ, Zambujal

Org.: ACRUTZ

dia 16 | sex | 22h

MÚSICA**Sai da Frente**

Grupo de choro brasileiro vencedor do prémio Independent Music Awards, em Nova Iorque

• Victor Angeleas (bandolim)

• Vinicius Vianna (violão 7 cordas)

• Nelsinho Serra (cavaquinho)

• Júnior Viegas (pandeiro)

• Destinatários: maiores de 3 anos

• Bilhete: 5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 17 | sáb | 21.30h

MÚSICA E DANÇA**Volver**

por Tangomanso y Otras Yerbas

• Destinatários: maiores de 6 anos

• Bilhete: 7,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 10)

dia 23 | sex | 21.30h

CINEMA**Bohemian Rhapsody**

de Bryan Singer, com Rami Malek, Joseph Mazello, Mike Myers e Tom Hollander. Musical, Biografia; EUA/GB; 2018; 134 min.; M/12

• Bilhete: 3,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 12)

dia 24 | sáb | 21.30h

TEATRO**Antes**

pelo Teatro Praga

• Destinatários: maiores de 12 anos

• Bilhete: 7,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 10)

dia 24 | sáb | 22h

BAILE POPULAR**ContraPonto**

Salão de Baile da ACRUTZ, Zambujal

Org.: ACRUTZ

- * 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



Atendimento ao Público | de 6 a 15



Uma Visão Moderna - Architecture and Design Conference | dias 10 e 11

dia 3 | sáb | 9h

**1º ENCONTRO
LUSO-BRASILEIRO DE
NUTRIÇÃO FUNCIONAL**
**Nutrição Funcional
em Prol da
Longevidade**

- Destinatários: nutricionistas, médicos, farmacêuticos, educadores físicos, chefes de cozinha e estudantes das áreas da saúde, alimentar e nutrição
 - Informações: <https://www.vponline.com.br/portugal/encontros/encontro-luso-brasileiro/>
- Cinetatro Municipal
João Mota, Sesimbra**
Org.: VP Centro de Nutrição Funcional |
Apoio: CM Sesimbra
(ver destaque na página 15)

dia 4 | dom | 10h

**CURSO
Tarô**

- Preço: a partir de 120 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
 - Informações: www.se7esoais.pt
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Espaço Se7esoais

**de 6 a 15 | terças, quartas
e quintas | das 20.30 às 23h**

**FORMAÇÃO
Atendimento
ao Público**

- Destinatários: profissionais de estabelecimentos comerciais dos setores do comércio a retalho, restauração, serviços e turismo
 - Limite: 16 participantes
 - Inscrições: 21 010 84 43 / pedro.coelho@cm-sesimbra.pt
 - Formadora: Maria do Carmo Martins
- Sala de Formação
do CAIES, Santana**

dia 8 | qui | 14.30h

**A ARTE DO SABER
Oficina Lúdica**

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
 - Inscrições: 21 228 85 88 / ana.marinheiro@cm-sesimbra.pt
- Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

**9 NOV a 1 DEZ | sextas
e sábados**

**FORMAÇÃO
Cultura de Hortícolas
em Modo de
Produção Biológico**

- Limite: 25 participantes
- Inscrições: até 5 de novembro
- Informações: 21 010 84 43 / pedro.coelho@cm-sesimbra.pt
- Formador: Gil Feio
- A formação irá decorrer 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

**dias 10 e 11 | sáb e dom |
14.30h**

**CONFERÊNCIA
Uma Visão Moderna
- Architecture and
Design Conference**
dia 10 | sáb

- 14.30h | Sessão de Abertura**
- Francisco Jesus, presidente da Câmara Municipal de Sesimbra
- Pedro Lapa, vice-presidente do Centro de Estudos Querubim Lapa
- 15h | Querubim Lapa**
- Rita Gomes Ferrão

15.30h | Conceição Silva

- Célia Gomes

16h | Mobiliário

- Helena Souto

**16.30h | A Técnica
de Querubim**

- Suzana Barros Lapa

17h | Coffee Break

17.30h | Debate

- Moderado por Pedro Moura Carvalho

20h | Jantar

**22h | Concerto de Jazz, pela
Banda da Escola Hot Clube
de Portugal**

dia 11 | dom

**10h | Visita Guiada
ao Hotel do Mar**

- Célia Gomes, Rita Gomes Ferrão e Helena Souto

Hotel do Mar, Sesimbra

Org.: Centro de Estudos Querubim Lapa |
Apoio: CM Sesimbra, Hotel do Mar
e Escola Ibero-Americana

dia 10 | sáb | 15.30h

**APRESENTAÇÃO
DE LIVRO**

**Desfazer Espuma
de José Pinto Sancho,
com apresentação e
comentários de José Luís
Judás e Arménio Mendes
Janeira**

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

dia 11 | dom | 10h

CURSO

**Barras e Access
Com Certificado
Internacional**

- Preço: 240 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
 - Informações: www.se7esoais.pt
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Espaço Se7esoais



Manobrador de Máquinas | dias 17 e 24



Fotografia Subaquática | de 15 a 18 e de 22 a 25

de 13 a 15 | ter a qui |
das 21.30 às 23.30h

WORKSHOP

Vitrinismo e

Embrulhos de Natal

- Inscrições: até 9 de novembro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

- Formadores: Júlia Carvalho e Nuno Baptista

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 14 | qua | das 9.30 às 17h

FORMAÇÃO

O Livro no Pré-escolar

- Destinatários: profissionais das IPSS do concelho
- Limite: 20 participantes
- Inscrições: até 9 de novembro
- Informações: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt
- Formadora: Ana Mourato

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

de 15 a 18 e de 22 a 25

FORMAÇÃO

Fotografia Subaquática

Nível avançado

- Inscrições: 91 725 50 72 / sesimbra@diveclubcipreia.com
- Informações: filomenapinto10@gmail.com / <https://www.facebook.com/events/283210419185440/>
- Os cursos decorrem de quinta a domingo, das 16 às 18h
- Formador: Arturo Telle Thiemann

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Org.: Dive Club Cipreia | Apoio: CM Sesimbra
(ver destaque na página 13)

dia 16 | sex | das 10 às 18h

Iniciação ao Reiki Essencial

Nível I

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

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida

dia 16 | sáb | 10.30h

CONFERÊNCIA

O Mar - Um Universo de Recursos

10.30h | *Recepção dos participantes*

11h | *Sessão de Abertura*

- Francisco Jesus, presidente da Câmara Municipal de Sesimbra
- Isabel Conceição, presidente da Direção da ADREPES

11.30h | **DLBC Costeiro:**

Financiamentos para a Economia do Mar na Península de Setúbal

- Natália Henriques, Diretora Executiva da ADREPES e CIEDAML

12h | *Apresentação*

do Projeto Escola Azul

- Raquel Costa, Diretor-Geral de Política do Mar

12.30h | *Debate*

13h | *Ação de Valorização do Carapau, promovida pela Docapesca*

14h | *Encerramento*

- Inserida nas comemorações do Dia Nacional do Mar

Sala de Formação do CAIES, Santana

Org.: CM Sesimbra, ADREPES e Centro Europe Direct – AML | Apoio: Docapesca
(ver destaque na página 5)

dias 17 e 24 | sáb | das 9 às 13 e das 14 às 18h

FORMAÇÃO

Manobrador de Máquinas

Motosserra, roçadora, motocultivador sem reboque, motoceifeira, rachador de lenha, destroçador florestal, grades de disco florestais, estilhador, retroescavadora, empilhador, pontes rolantes, plataformas elevatórias, multicarregadora telescópica, cilindro, grua móvel e torre, pá carregadora, dumper e rebarbadora.

- Preço: 120 € (inclui cartão e certificado)
- Inscrições: até 13 de novembro
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

Lugar da Terra, Zambujal de Baixo

Org.: JF Castelo

dia 17 | sáb | 10h

Iniciação de Reiki II

- Preço: 110 € (inclui almoço vegetariano)
- Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
- Informações: www.se7esoais.pt

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Espaço Se7esoais

dia 17 | sáb | 14h

WORKSHOP

Mandalas em Lã

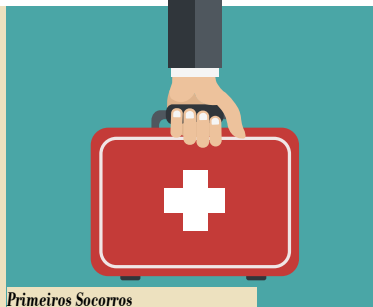
- Preço: 25 €
- Inscrições: 92 909 76 07 / mandaladavidaespaco@gmail.com

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida



Tenho Medo - As Perturbações da Ansiedade na Infância | dia 24



Primeiros Socorros para o Comércio Local | dias 27 e 28

dia 20 | ter | das 14 às 18h

WORKSHOP

Pintura sobre Vidro

por *Jacqueline Streuve*

• Informações: 93 975 49 86 / sesimbrotos@gmail.com

Casa do Bispo, Sesimbra

Org.: Associação Les Sesimbrotos

de 20 a 22 | ter a qui | 14h

WORKSHOP

Acesso à Internet e Redes Sociais

• Destinatários: maiores de 55 anos

• Inscrições: até 16 de novembro

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

• Observações: os participantes deverão trazer o seu computador/tablet próprio

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 24 | sáb | 15h

À CONVERSA...

Tenho Medo - As Perturbações da Ansiedade na Infância

Coaching e intervenção infantil com a psicóloga Susana Silva

Pânico, ansiedade generalizada, ansiedade social e fobias específicas.

• Destinatários: pais, encarregados de educação e técnicos ligados à área da educação

• Preço: 10 €

• Inscrições: até 21 de novembro

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 25 | dom | 10h

CURSO

Tarô Cigano

• Preço: a partir de 120 €

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

• Informações: www.se7esoais.pt

Espaço Se7esoais, Almoinha

Org.: Espaço Se7esoais

dias 27 e 28 | ter e qua |

das 19.30 às 22.30h

WORKSHOP

Primeiros Socorros para o Comércio Local

Como atuar em caso de emergência (5ª edição)

• Destinatários: empresários, empregados do comércio local e público em geral

• Limite: 12 participantes

• Informações e inscrições: 21 010 84 43 / pedro.coelho@cm-sesimbra.pt

• Dinamizadora: Mónica

Franco, técnica do Gabinete Municipal de Proteção Civil

Sala de Formação do CAIES, Santana

dia 28 | 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 / mfdf2010@gmail.com

• Os ateliês decorrem às segundas, das 14 às 17, e às terças e quintas, das 19 às 21.30h

• Dinamização: Fátima Fernandes

CAIES, Santana

quartas | 10h

AULAS DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA

Campitos

Grupo de Teatro

• Destinatários: maiores de 55 anos

• Valor mensal: 7,5 €

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

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: JF Castelo

sábados | das 10 às 12.30h

Oficina de Teatro

• Informações: info.

suigeneristeatro@gmail.com

CIPA, Quinta do Conde

Org.: Sui Generis Teatro

CURSOS DE FORMAÇÃO

Mestrança e Marinhagem de Pesca

Primeiros Socorros Básicos a Bordo

• 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



The Seventy Cookies apresenta
Sweet Paradox | até dia 17



Os Maias: 130 Anos do Mais Celebrado
dos Romances Portugueses | até dia 30

até dia 17

EXPOSIÇÃO

**The Seventy Cookies
apresenta Sweet
Paradox**

Átrio, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

até dia 30

EXPOSIÇÃO

BIBLIOGRÁFICA

**Os Maias: 130 Anos
do Mais Celebrado
dos Romances
Portugueses**

Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

até dia 30

EXPOSIÇÃO

BIBLIOGRÁFICA

**1001 Maneiras
de Ajudar o seu Filho
a Crescer: Ida ao
Médico**

Sala de Leitura, Piso 2,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

dia 10 | sáb | das 10 às 18h

FEIRA DAS ARTES

E DO ARTESANATO

Zimbr'Arte

Praça da Califórnia, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

dia 18 | 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 partir de dia 20

EXPOSIÇÃO

DE PINTURA E OUTRAS

EXPERIÊNCIAS

Proximidades

de Rui Lopes Alves

Átrio, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

dia 24 | sáb | das 10 às 18h

FEIRA DAS ARTES

E DO ARTESANATO

Zimbr'Arte

Praça da Califórnia, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

dia 25 | 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.

Torre de Menagem,
Castelo de Sesimbra

segunda a domingo |
das 7 às 20h

EXPOSIÇÃO

**O Castelo
de Sesimbra**

Torre Nova,
Castelo de Sesimbra



1001 Maneiras de Ajudar o seu Filho a Crescer: Ida ao Médico | até dia 30



As Primeiras Comunidades Agro-pastoris e Metalúrgicas do Concelho de Sesimbra | a decorrer



Exposição sobre o Castelo de Sesimbra

A Torre Nova do Castelo de Sesimbra foi construída no extremo poente da cerca medieval, na primeira metade do século XIV, numa fase posterior à edificação da fortificação, como cunho estratégico marítimo enquanto atalaia. Esta edificação tem patente uma exposição permanente que dá a conhecer a evolução dos Castelos em Portugal e a história do Castelo de Sesimbra. Do conjunto de painéis destaca-se uma ilustração a carvão, tinta-china e aguarela, com 2x1,40 metros, que recria uma manhã no Castelo. Outra das atrações da exposição da Torre Nova é a maquete do Castelo de Sesimbra, elaborada pela escultora Teresa Mateus, que reproduz com grande rigor o quotidiano da fortificação em pleno século XV. Construído à escala de 1/200, o trabalho só foi possível depois de uma intensa pesquisa em documentos e imagens. A autora utilizou diversos materiais, entre eles o gesso para fazer as muralhas, madeira para criar os troncos das árvores e pedra e areia para os pisos e caminhos. O facto de a muralha aparecer caiada é um dos aspetos que muitos desconhecem, mas que se verificava naquela altura.

segunda a domingo | das 7 às 20h
Torre Nova, Castelo de Sesimbra

**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**

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



Cú de Judas | dia 1



Rota da Arrábida | dia 3

dia 1 | qui | 9h

PASSEIO PEDESTRE

Marmitas do Gigante

Rota do Medronho

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

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 1 | qui | 9.30h

ESCALADA

Cú de Judas

- Preço: 20 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Parque de Estacionamento do Creiro, Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 1 | qui | 14h

Observação de Golfinhos

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

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 3 | 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 2 de novembro
- Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 3 | sáb | 10h

CANOAGEM

Praia do Ribeiro do Cavalo

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

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Ludyesfera

dia 4 | 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 3 de novembro
- Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 4 | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

Trilhos do Jurássico

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 2 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:
Praia da Foz

Org.: Vertente Natural

dia 10 | 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 9 de novembro
- Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 10 | sáb | 9.30h

ESPELEOLOGIA

Lapa do Fumo

- Preço: 15 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 9 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:
povoação dos Pinheirinhos

Org.: Vertente Natural



8.º Troféu D'Outono CLP Quinta do Conde | dia 11

dia 10 | sáb | 10h

PASSEIO DE JIPE

**Rota do Pão,
Queijo e Vinho**

Visita a adega e queijaria

- Preço: 65 €
- Duração: 8 horas
- Inscrições: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludysefera.com
- Informações: www.ludysefera.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Ludysefera

dias 10 e 24 | sáb | 15h

AEROMODELISMO

**Treinos da Escola
de Aeromodelismo**

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

Org.: Control Line Portugal

dia 11 | 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 10 de novembro
- Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

dia 11 | dom | 9h

AEROMODELISMO

**8º Troféu D'Outono
CLP Quinta do Conde**

Classes B, D, E, BN

(Combate e Acrobacia)

• Competição do Campeonato Nacional de Aeromodelismo

Ponto de encontro: Pista

**de Voo Circular, Parque
Ecológico da Várzea**

Org.: Control Line Portugal

dia 14 | qua | 10.30 e 14.30h

QUARTAS SENIORES

Clube Ativo

Jogos Tradicionais

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 17 | 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 16 de novembro
- Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

de 17 a 25 | das 10 às 12h

FLORESTAR PORTUGAL

**Levantamento
das Árvores**

**Autóctones Locais
e sua Identificação**

Plantação e sementeira

de árvores e arbustos autóctones

- Inscrições: 21 080 96 66 / anime.paf@gmail.com

Ponto de encontro: Centro

Agrícola e Ambiental da Várzea

Org.: Associação Mãos à Obra Portugal |

Coordenação concelhia: Anime.paf

(ver destaque na página 8)

dia 17 | sáb | 16h

PERCURSO PEDESTRE

**Monitorização da
Fauna e Flora do PEV**

Ponto de encontro: Centro

Agrícola e Ambiental da Várzea

Org.: Anime.paf

(ver destaque na página 8)

dia 18 | dom | 9h

PASSEIO PEDESTRE

Lapa do Fumo

*Pinheirinhos/Praia
do Ribeiro do Cavallo*

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

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Ludysefera



Serra da Arrábida | dia 25



Trail do Cabo Espichel 2018 | inscrições

dia 18 | 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 17 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 18 | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

Na Crista do Risco

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 16 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:

Serra da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 24 | 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 23 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 24 | sáb | 9.30h

ESPELEOLOGIA

Lapa Verde

- Preço: 25 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 22 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro:

Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 25 | 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 24 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

dia 25 | dom | 10h

PASSEIO DE JIPE

Serra da Arrábida

Lapa de Santa Margarida

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

Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Ludyefera

inscrições...

6º Trail do Cabo Espichel

Distâncias: Trail Longo (21 quilómetros) e caminhada (10 quilómetros)

• A prova decorre no dia 16 de dezembro, domingo, a partir das 10 horas

Cabo Espichel

Org.: GDU Azoia | Apoio: CM Sesimbra

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...

Yoga

• Preço: 7,5 € (por aula)

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

Espaço Mandala da Vida, Almoinha

Org.: Espaço Mandala da Vida



Corpo em Movimento Sénior | terças e quintas



Piscina de Sesimbra | a decorrer

segundas | 18.30h
Meditação e Relaxamento

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

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 - Ashrama de Sesimbra**
Org.: Associação do Yoga - Ashrama de Sesimbra

terças e quintas
Yoga

- Preço: a partir de 25 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
 - Informações: www.se7esoais.pt
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Espaço 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 Benfca da Quinta do Conde

quartas | 18h
Yoga para Grávidas

- Preço: a partir de 25 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
 - Informações: www.se7esoais.pt
- Espaço Se7esoais, Almoinha**
Org.: Espaço Se7esoais

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

- Venha conhecer o belo camão, 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 Ninjútsu
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

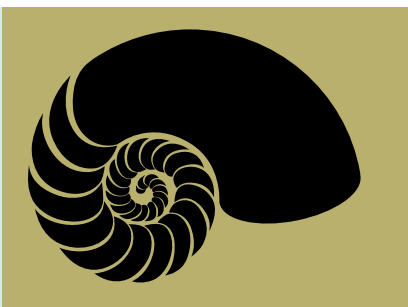
- para atividades aquáticas**
- Informações: piscina.sesimbra@cmsesimbra.pt / 21 013 50 10 / 21 013 55 96 (Piscina)
 - Inscrições: segunda a sexta, das 7.45 às 21, sábados, das 9 às 19h
- Avenida da Liberdade, Sesimbra**

TÊNIS
Escola para Jovens e Adultos

- Inscrições: 93 293 90 25 / geral@ctsesimbra.pt
 - Informações: página de Facebook do Clube
- Centro Municipal de Ténis de Sesimbra, Maçã**
Org.: Clube Escola de Ténis de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo



Condecoração do GD Alfarim e GD Sesimbra | dia 1



Prémio Científico Sesimbra | dia 17

dia 1 | qui | 17h

CERIMÓNIA

Condecoração do GD Alfarim e GD Sesimbra

Homenagem pela conquista dos títulos de Campeão e Vice-campeão Nacional de Futebol de Praia, época 2017/2018. Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 17 | sáb | 15.30h

Prémio Científico Sesimbra

Atribuição do prémio 2017 aos vencedores e lançamento da publicação *Descobrimo o Manto: Decifrando a Paleta e a Técnica do Pintor Gregório Lopes com um Estudo sobre a Pintura "Mater Misericordiae"* de Sesimbra, de Vanessa Antunes.

Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago (ver destaque na página 4)

inscrições...

BOLSA LOCAL

DE VOLUNTARIADO

Sesimbra Aproxima

Tem vontade de ajudar?

Tem disponibilidade?

Inscriva-se neste projeto de voluntariado de proximidade com a população mais vulnerável.

• Informações: 21 228 82 37 / acao.social@cm-sesimbra.pt

Quinta do Conde

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

VISITAS GUIADAS

Arquivo Municipal de Sesimbra

• Inscrições: 21 228 85 00 / arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt

• 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



Museu Marítimo de Sesimbra | terça a domingo



Casa da Água do Cabo Espichel | sábados, domingos e feriados

PEGADAS DE DISSAUAOS 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

Projeto Prove Produtos hortícolas e frutícolas

• **Inscrições:** 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cmsesimbra.pt / www.prove.com.pt

Horários e locais de entrega: terças | das 18 às 20.30h

• **Preço:** 11 €

• **E-mail:**

encomendas.lindaavelha@prove.com.pt

• **Tel.:** 96 783 07 12

(Sónia Ribeiro)

Centro Comunitário de Linda-a-Velha

quartas | das 17 às 19.30h

• **Preço:** 10 €

• **E-mail:** encomendas.alvalade@prove.com.pt

• **Tel.:** 91 919 72 67

(André Manta)

INATEL, Avenida

Rio de Janeiro, Lisboa

quintas | das 17.30 às 19h

• **Preço:** 10 €

• **E-mail:** encomendas.quintadoconde@prove.com.pt

• **Tel.:** 91 231 03 41

(Mafalda Saloio)

Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

quintas | das 18 às 20h

• **Preço:** 10 €

• **E-mail:**

encomendas.setubal@prove.com.pt

• **Tel.:** 91 953 78 77

(Luís Fulgêncio)

Clube Ornitológico de Setúbal

quintas | das 18 às 20h

• **Preço:** 15 €

(Produtos Biológicos)

• **E-mail:**

encomendas.barreiro@prove.com.pt

• **Tel.:** 91 761 67 37

(José Encarnação)

Associação

para o Desenvolvimento

das Artes e Ofícios, Barreiro

sextas | das 16.30 às 17.45h

• **Preço:** 10 €

• **E-mail:**

encomendas.setubal@prove.com.pt

• **Tel.:** 93 588 04 45 (Teresa

Gervásio)

Associação

dos Comerciantes de Sesimbra

sextas | das 16.30 às 19h

• **Preço:** 10 €

• **E-mail:**

encomendas.setubal@prove.com.pt

• **Tel.:** 93 588 04 45 (Teresa

Gervásio)

Moagem de Sampaio

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@wearepexitos.com

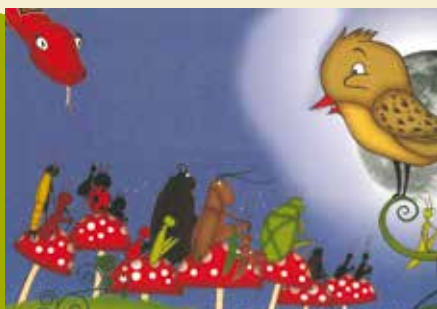
Ponto de encontro:

local a combinar

Org.: Pexitos – Sesimbra Experiences



O Polvo Coceguinhas | dia 2



A Lagartinha que tinha um Sonho | dia 10

O CONTO NO ESPAÇO

Espaço Zambujal

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

dia 2 | sex | 10.30h

CICLO DO MAR

O Polvo Coceguinhas de Ruth Galloway

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

dia 16 | sex | 10.30h

CICLO DO MAR

Conchas na Areia e A Petinguinha de Sesimbra

de Vera Gaspar

A autora dos contos estará presente no Espaço Zambujal para contar as suas histórias alusivas ao mar!

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
- Inserido nas comemorações do Dia Nacional do Mar

dia 30 | sex | 10.30h

CICLO DO MAR

A Menina do Mar de Sophia de Mello Breyner Andresen

- Destinatários: crianças a partir dos 8 anos
- Inserido nas comemorações do Dia Nacional do Mar
- 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 6 | ter | 15.30h

O Gato das Botas

da coleção

Os Teus Contos Clássicos

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

dia 10 | sáb | 11h

YOGA COM CONTO INFANTIL

A Lagartinha que tinha um Sonho

de Cláudia Pinto

Praça e Zeka Cintra

- Destinatários: pais e crianças
 - Inscrições: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt
 - Dinamização: Cláudia Baêta
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 13 | ter | 15.30h

Corre, Corre Cabacinha

de Eva Mejuto

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

dia 17 | 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 20 | ter | 15.30h

Três Desejos

de Eva Mejuto

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

dia 24 | sáb | 11h

As Preocupações do Billy

de Anthony Browne

- Destinatários: pais e crianças
 - Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura
- Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 27 | ter | 15.30h

Chibos Sabichões

de Olalla González

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

O ogre, furioso, desatou aos saltos pela ponte.

E o chibão sabichão grande
baixou a cabeça, bufou...

E marrou no ogre
com todas
as suas forças!

Chibos Sabichões | dia 27

dia 28 | qua | 14h30

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
 - Projeto de Voluntariado
- Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

a decorrer...

A Horta do Simão de Rocio Alejandra

- 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

dia 11 | dom | 16 e 17h

Yoga para Crianças por Antónia Ramalho e Isabel Pereira

16h | crianças dos 3 aos 5 anos

17h | crianças 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

VOLEIBOL

seg, qua e sex | das 18.45
às 20.15h

Minis A e B

Escalões: 2011 a 2006

- Inscrições: 96 275 50 24
- Pavilhão Municipal de Sampaio**
seg, qua e sex | das 17.30 às
20.30h

Iniciadas

Escalões: 2005 e 2004

- Inscrições: 93 629 44 11
- Sala de Desporto do Grupo Desportivo de Sesimbra**
ter, qui e sex | das 19 às 21h
- #### **Juvenis**

Escalões: 2003 a 2002

- Inscrições: 96 371 63 99
- Sala de Desporto do Grupo Desportivo de Sesimbra**

seg, ter e qui | das 20.30
às 22h

Juniores

Escalões: antes de 2001
a 2000

- Inscrições: 92 540 70 35
- Sala de Desporto do Grupo Desportivo de Sesimbra**
Org.: GD 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
- 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 para Crianças

- Preço 20 €
 - Inscrições: 96 148 69 15 / se7esois.als@gmail.com
 - Informações: www.se7sois.pt
- Espaço Se7esois, Almoimha**
Org.: Espaço Se7esois

...e acontece para os mais novos...

Brinca Ténis | a decorrer

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
• Informação: www.se7esoais.pt
Espaço Se7esoais, Almoinha
Org.: Espaço Se7esoais

sábados | das 11 às 12h

Brinca Ténis

• Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
• Informação: 93 293 90 25 / geral@ctsesimbra.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 Alfarrim
Org.: GD Alfarrim

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 Torá Nin Associação

BUJINKAN DOJO

Bujinkan Ninjūtsu

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 Torá Nin Associação

Futsal e Karaté

• Destinatários: crianças dos 6 aos 9 anos
• Informação: 21 268 72 52 / 92 638 80 07 / 93 347 10 39 / aedcotovia@gmail.com
Associação Cultural e Desportiva da Cotovia
Org.: Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

OFICINAS E ATELIÊS

dia 3 | sáb | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Plástico para que vos Quero?

Pinturas com bolinhas de plástico

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dias 6 e 20 | 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 6 | ter | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Mala em Forma de Castanha

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



Um Conto e Dois Passos... | dias 6 e 20



Aqui Brincamos Todos | quartas

dia 8 | qui | 10.30h

ATELIÊ

Histórias e Lendas Portuguesas

por *Amélia Lopes*

Descobre quem foi Martinho, qual a sua história e o porquê de se assinalar o Dia de São Martinho.

• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

• Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dias 15 e 29 | 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 17 | sáb | 15h

ATELIÊ

As Folhas Desta Estação!!!

por *Catarina Sousa e Mariana Capítulo*

• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

• Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 24 | sáb | 10.30h

OFICINA

Hip-hop

pelo grupo *Da Scum*

• Destinatários: crianças dos 5 aos 9 anos

• Bilhete: 1,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

ESPAÇO

Aqui Brincamos Todos

Criar um ambiente de partilha, saberes e vivências, onde cada um dá o seu contributo, é o principal objetivo do espaço Aqui Brincamos Todos, promovido pela Equipa Local de Intervenção Precoce da Cercizimbra (ELI), em parceria com a Câmara Municipal.

A iniciativa é dirigida a pais e famílias com crianças até aos 6 anos, e pretende também valorizar o saber das famílias e a educação informal. Com uma dinâmica de expressão integrada, os participantes são convidados a partilhar, ler, pintar, cantar, dançar, embalar e conversar.

*quartas | das 10.30 às 12 horas
Biblioteca Municipal de Sesimbra*

dia 27 | ter | 14.30h

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Plástico para que vos Quero?

Enfeites de Natal com garrafas de plástico

• Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 30 | sex | das 15 às 16h

WORKSHOP

Vem Navegar em Segurança

• Destinatários: crianças dos 6 aos 10 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

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



Atelier Paixão | dia 18



Beatriz e Romeu | dia 25

quintas | 14.30h

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 11 | dom | 16h

CINEMA

Smallfoot: Uma Aventura Gelada de Kary Kirkpatrick e Jason Reisig. Animação; EUA; 2018; 97 min.; M/6

• Crianças (até 12 anos: 1,5 €)

• Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 11)

dia 18 | dom | 16h

TEATRO

Atelier Paixão pelo projeto Ruínas Associação

• Destinatários: maiores de 3 anos

• Crianças (até 12 anos: 1,5 €)

• Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e Artemrede

(ver destaque na página 6)

dia 25 | dom | 16h

CINEMA

Beatriz e Romeu de Oleh Malamuzh.

Animação, comédia; Ucrânia; 2018; 85 min.; M/6

• Crianças (até 12 anos: 1,5 €)

• Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

(ver destaque na página 11)



Acho que Posso Ajudar! | dia 18



O Ploc do Pollock | dia 15

SUGESTÕES

dia 9 | sex | 10h

Atividades Comemorativas do Dia de São Martinho

- Destinatários: jardins-de-infância e escolas básicas da freguesia do Castelo
- Inscrições: até 7 de novembro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com

**Lugar da Terra,
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo

dia 18 | dom | 16h

CONTO

Acho que Posso Ajudar!

*de Davis Machado,
com ilustrações
de Mafalda Milhões*

Após a leitura da história, vamos propor aos participantes que a terminem à sua maneira e de uma forma criativa.

- Destinatários: crianças e familiares
- Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

dia 15 | qui | 10.30h

TEATRO

O Ploc do Pollock

- Destinatários: alunos do 1.º e 2.º ciclo
- Crianças (até 12 anos: 1,5 €)
- Acompanhantes: 2,5 € (isento para professores e educadores)
- Serviços e Projetos Educativos

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e Artemrede

dia 25 | dom | 16h

CONTO

A Árvore Generosa de Shel Silverstein

Conto animado pela técnica de flanelógrafo, que termina com a sementeira de algumas árvores.

- Destinatários: crianças e familiares

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

quartas | das 10 às 12h

Horticultura de Palma 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

quartas

VISITAS GUIADAS

Biblioteca Municipal

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

sábados | das 10 às 12h

AULAS DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA

Cenas de Família

Grupo de Teatro

- Destinatários: pais e filhos
- Valor mensal: 10 € (1 adulto + 1 criança)
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Lugar da Terra,
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo

Os Postais Ilustrados

Com o advento das novas tecnologias de informação vem-se perdendo, a pouco e pouco, o hábito de enviar bilhetes postais ilustrados, com saudações aos familiares e aos amigos, quando saímos de férias ou em passeios para outras terras dentro ou fora do país.

Durante décadas, o postal ilustrado, como valioso registo fotográfico que é, tornou-se, mais do que outras formas de correspondência ou comunicação, como cartas e cartões, uma importante fonte documental para o conhecimento e estudo das múltiplas vivências do homem num espaço e num tempo.

Não há praticamente nenhuma terra que não disponha de coleções de postais, reproduzindo as suas melhores ou mais significativas imagens, que levavam a toda a parte os testemunhos gráficos do seu território, dos seus monumentos, da sua cultura.

Não dispomos de elementos que nos permitam dizer, com exatidão, quando surgiram os primeiros postais com gravuras da nossa terra, mas podemos adiantar que existem vários dos primórdios do século passado.

É o caso daquele que aqui reproduzimos, um dos mais antigos que conhecemos, que tem o carimbo dos correios de Coimbra, onde foi escrito e expedido para um cidadão residente em Loulé e contém a data de 11 de abril de 1911, portanto já alguns meses depois da proclamação da República mas a respetiva franquia ainda era feita com dois selos, de cinco reis cada, apresentando a efigie do nosso último rei, D. Manuel II.

Este postal foi publicado pela Union Postale Universelle, empresa que promoveu uma das primeiras e maiores edições de postais com imagens de quase todas as

terras do país, os primeiros dos quais no último quartel do século XIX, e mostra-nos uma “vista geral tirada do Castello”.

Como podemos verificar, a vila expandira-se mais no sentido do nascente, porquanto, no lado oposto, tinha e teve durante muito tempo limite na Rua dos Operários Marítimos.

Em primeiro plano vê-se o espaço muralhado do cemitério, que foi construído no ano de 1836 e delimita a povoação no seu topo norte, tal como a muralha da grande propriedade da família Calo Brioso, que descia até à velha Rua do Forno, hoje Rua Prof. J. Marques Pólvora.

Já nos anos vinte apareceram postais com motivos sesimbrenses, com a indicação de terem sido editados pela Casa Africana, que era então um grande estabelecimento de móveis e utensílios domésticos, pertencente à firma Santos Pinto & Batista L.da e instalado no espaço que foi mais tarde o conhecido Café Central.

Na mesma década, o fotógrafo Luís Rocha, o primeiro profissional do ramo que aqui se estabeleceu, foi promotor de uma série de postais de Sesimbra.

Logo depois e integrada na campanha para a construção do porto de abrigo, publicou-se localmente uma pequena coleção com o título Edição Pró-Sesimbra.

No ano de 1933 aparece a primeira grande edição local de postais ilustrados, por iniciativa do ilustre sesimbrense Dr. Fernando Lopes, que com esse e outros trabalhos que empreendeu tanto contribuiu para a afirmação de Sesimbra como grande centro de veraneio.

Na década de 50 publicaram-se outras coleções com “vistas de Sesimbra”, mas ainda a preto e branco, destacando-se pelo número e também pela qualidade a designada Coleção Passaporte, apelido do seu promotor.



Na mesma época e pela mão de Armando Coelho, um sesimbrense que foi conceituado artista gráfico, publicaram-se os primeiros postais coloridos.

Posteriormente e a nível de iniciativas locais, avultam os que foram editados pelos estabelecimentos hoteleiros, com destaque para o do Hotel Espadarte, que embora privilegiassem as imagens das respetivas instalações e espaços envolventes, incluíam também paisagens da vila e da sua praia.

Mais recentemente veio a público aquela que será a maior e mais diversificada edição de postais sesimbrenses, de que é autor Francisco Rasteiro, um nome marcante da nossa cultura pela sua meritória obra na descoberta, proteção e divulgação do património natural de toda a região.

Ainda que espaçadas foram porém muitas as edições de postais relativos a Sesimbra que se registaram através dos anos, constituindo um vasto e bonito acervo documental que, presentemente, e pelo que conhecemos, podemos estimar em cerca de 1200 espécimes.

Mais do que a qualidade ou antiguidade de cada um, releva a mensagem histórica/cultural dessa multiplicidade de imagens que, na sua forma mais imediata, foi pres-timoso veículo de divulgação das nossas potencialidades turísticas.

Parece-nos, portanto, que seria do maior interesse promover-se uma ação de pesquisa e conseqüente inventário do bilhete postal sesimbrense, não só ao nível de imagem mas também do próprio suporte físico, isto é, editores, fotógrafos, data da edição e técnicas de impressão.

Seria o primeiro passo para que, a exemplo do que têm feito com sucesso várias Câmaras Municipais, se efetuasse uma reedição dos mais antigos ou expressivos dos nossos bilhetes postais ilustrados ou então, o que seria ainda melhor, a publicação de um álbum com uma seleção dos melhores, acompanhados com legendas explicativas.

Para além da sua importância bibliográfica, representaria um valioso registo dessa interessante parcela do nosso património cultural.

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: 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

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

comemorações

DIA NACIONAL

MAR

16 NOV | sex | 10.30h
Centro de Apoio à Incubação
de Empresas de Sesimbra, Santana

CONFERÊNCIA

O Mar - Um Universo de Recursos

10.30h **Receção dos participantes**

11h **Sessão de Abertura:**

Francisco Jesus, Presidente da Câmara Municipal de Sesimbra

Isabel Conceição, Presidente da ADREPES

11.30h **DLBC Costeiro: Financiamentos para**

a Economia do Mar na Península de Setúbal

11.30h **Natália Henriques**, Diretora Executiva da ADREPES e CIEDAML

12h **Apresentação do Projeto - Escola Azul**

Raquel Costa, Direção-Geral de Política do Mar

12.30h **Debate**

13h **Ação de Valorização do Carapau**

12.30h promovida pela Docapesca

14h **Encerramento**

12.30h promovida pela Docapesca

14h Encerramento

Organização:

SESIMBRA



Apoio:
 DOCAPESCA
PORTOS E LOTAS, S.A.



É da IFA. É de confiança.