

S'A

SES!MBR'ACONTECE

197 · JUN'24



Santos 6 Populares

12 feira festa

festival 22
intercultural

46 parque Ecológico
da VÁRZEA

festival DA Criança 60

Índice

Sesimbra bilhete-
-postal 74

Contactos
Úteis 78

Passatempo 16
Comemorações 16

Música 16

teatro 18

Conferências
tertúlias 20

Cursos
Oficinas 24

leituras 28

Exposições 30

feiras 31

desporto 34

Ar livre 36

Saúde 54

Corpo e Mente 54

Visitas 54

juventude 58

Mais Novos 60

SESIMBRA



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 DIRP/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 selecionar toda a informação de natureza redatorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.



▲ Lagoa de Albufeira

ficha TÉCNICA

Propriedade Câmara Municipal de Sesimbra **Diretor** Francisco Jesus (presidente) **Design gráfico, edição, coordenação, paginação e revisão** Divisão de Informação e Relações Públicas (DIRP) Avenida da Liberdade, n.º 7 | 2970-635 Sesimbra | Tel.: 21 151 72 67 **Capa** Simas Vaz | Adelaide Cidade | Raquel Santana **Pré-impressão e impressão** Grafisol - Edições e Papelaria, Ld.º **Distribuição** Salto Cordial, Ld.º **Periodicidade** Mensal **Tiragem** 5000 exemplares **ISSN** 2182-6315 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

informação | participação | cidadania

edi TORIAL

Multiculturalidade, animação e o regresso

Com mais de uma década de existência, o Cem Diferenças, Sem Diferença assume-se como um dos grandes eventos de promoção da multiculturalidade do concelho de Sesimbra e da região. Este ano, o festival realiza-se no Parque Augusto Pólvora e conta com um programa cheio de música de vários quadrantes, gastronomia do mundo e muita partilha de tradições. O ponto alto é o espetáculo de Celina da Piedade, cantora e instrumentista que já trabalhou com grandes nomes da música mundial e que é uma das grandes vozes da nossa multiculturalidade. O Cem Diferenças é também uma forma de dar a conhecer o trabalho da autarquia junto das diversas comunidades do concelho, e de reforçar laços com estas mesmas comunidades, que são par-

ceiros privilegiados no trabalho regular de apoio à receção e integração de imigrantes. Durante três dias, o Parque Augusto Pólvora vai ser palco desta grande festa que nos leva a viajar por África, pela Ásia, pela América do Sul e pela Europa. A Quinta do Conde assinala no próximo ano 40 anos de elevação a freguesia e é, também, uma terra de encontro de cidadãos de vários pontos do país e do mundo. Esta diversidade cultural, parte indissociável da sua identidade, fica todos os anos bem patente na Feira Festa, o grande ponto de encontro da comunidade quintacandense, que tem acompanhado a vida da freguesia há mais de três décadas. Iniciada pelos primeiros moradores, conhecidos como pioneiros, a Feira Festa é, ainda hoje, organizada por uma comissão



Francisco Jesus | Presidente da Câmara Municipal

das festas de verão

composta por membros de associações locais, que trabalham lado a lado com a Câmara Municipal e Junta de Freguesia para criar, ano após ano, este grande evento regional.

Nos últimos anos, a Câmara Municipal tem dado um grande apoio ao nível da programação, e dessa forma, a Festa tem recebido grandes nomes da música nacional. Desta vez, teremos na Quinta do Conde os Anjos, provavelmente o duo mais popular da música portuguesa, que tem forte ligação ao concelho de Sesimbra. Aliás, Sesimbra foi o cenário escolhido para o seu último teledisco, que promete ser o grande sucesso de verão. Inconfundível, genuíno e único, Toy é outro sucesso de popularidade que arrasta multidões. É também um homem da terra, do distrito

de Setúbal, e que conhece bem a região e a Quinta do Conde, onde já atuou. Saliento ainda o espetáculo Rouxinol Faduncho, personagem criado pelo humorista Marco Horácio que, curiosamente, também vive no concelho de Sesimbra, e vai à Feira Festa mostrar como se canta o fado. Pelo palco passará ainda a voz inconfundível de Tatanka. Para além dos músicos consagrados há espaço para os projetos locais, que apoiamos e aos quais queremos dar destaque, tanto na Feira Festa como, em breve, no novo Auditório que estamos a construir mesmo ali ao lado. Neste mês de junho, em que recebemos o verão, a época balnear e os santos populares, são muitas as propostas para os seus momentos de descanso e lazer no concelho. Participe.

Comemorações





Em junho, Sesimbra “cheira” a Santos Populares. As ruas enfeitadas, as marchas populares, os bailaricos, a sardinha assada e a caldeirada são os principais ingredientes desta festa, com grande tradição, sobretudo na vila de Sesimbra. Este ano, o programa apresenta mais de uma dezena de ruas e largos enfeitados por todo o concelho, com animação musical e os tradicionais petiscos desta época. As marchas populares desfilam nos dias 22 e 29, no largo da Junta de Freguesia da

Quinta do Conde, e no dia 30, no Largo 5 de Outubro, na vila de Sesimbra. O desfile é composto pelas marchas da União Desportiva Recreativa da Quinta do Conde, Associação Centro Social Cultural e Desportivo da Quinta do Conde, Centro Comunitário da Quinta do Conde e do Museu Municipal de Sesimbra.

Destaque também para o Festival do Caracol, que decorre entre 14 e 17 de junho, no Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde. O caracol pode ser apreciado nas mais variadas receitas, e atrai centenas de visitantes ao recinto.

PROGRAMA

1 JUN | SÁB |
DAS 22 À 1H

LUÍS MIGUEL CASANOVA

Largo da Marinha, Sesimbra

7 JUN | SEX
DAS 20 À 1H

CARLA CARAPETO

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

21.53H

**GUITAR BROTHERS
& CO**

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 22 À 1H

JORGE EXPADA

Largo da Marinha, Sesimbra

8 JUN | SÁB
DAS 20 À 1H

JÚLIO PANÃO

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

21.42H

ETERNA GALÉ

Largo José António Pereira,
Sesimbra

DAS 22 À 1H

LUÍS MIGUEL CASANOVA

Largo da Marinha, Sesimbra

23.18H

DJ SET TIAGO ANDRADE

Largo José António Pereira,
Sesimbra

9 JUN | DOM
DAS 20 À 1H

**MOLEQUES
DO SAMBA**

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

DAS 22 ÀS 1H

ALPHA TRIO

Largo da Marinha, Sesimbra

13 JUN | QUI
DAS 20 ÀS 23H

FADO AMADOR

Pátio da ERPI Sr. Jesus
das Chagas, Sesimbra

DE 14 A 17 | SEX A SEG | 21H
FESTIVAL DO CARACOL

Largo da Junta

Org.: JF Quinta do Conde

14 JUN | SEX
DAS 20 À 1H

CARLA CARAPETO

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

DAS 21 ÀS 24H

JÚLIO PANÃO

Avenida Padre António
Pereira de Almeida, Santana

21.30H

EUCLIDES DOURADO

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

DAS 22 ÀS 1H

LUÍS MIGUEL CASANOVA

Largo da Marinha, Sesimbra

22.13H

DJ SET MDM

Largo José António Pereira,
Sesimbra

DAS 24 ÀS 2H

**BANDA MAIS
QUE SAMBA**

Avenida Padre António
Pereira de Almeida, Santana

15 JUN
DAS 18 ÀS 2H

**ARRAIAL PEXITO COM
MOLEQUES DO SAMBA**

Complexo Desportivo
da Maçã

DAS 20 ÀS 1H

ETERNA GALÉ

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

DAS 20.30 ÀS 23H

TRIO BOA ONDA

Avenida Padre António
Pereira de Almeida, Santana

21.30H

SÉRGIO PASTOR

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

21.46H

SANCTIRENE

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 22 À 1H

JORGE EXPADA

Largo da Marinha, Sesimbra



23.28H

DJ SET MDM

Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 23 ÀS 2H

DJ PEDRO MONCHIQUE

Avenida Padre António
Pereira de Almeida, Santana

16 JUN | DOM

DAS 19 ÀS 21H

LUÍS MIGUEL CASANOVA

DAS 21 ÀS 23H

ETERNA GALÉ

Avenida Padre António
Pereira de Almeida, Santana

21.30H

JÚLIO PANÃO

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

17 JUN | SEG | 21.30H

VÂNIA SILVA

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

18 A 30 JUN | 21H

ARRAIAL DE SANTOS POPULARES

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

18 JUN | TER | 21.30H

FÁTIMA DIAS

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

19 JUN | QUA | 21.30H

BRUNO MARQUES

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

20 JUN | QUI | 21.30H

TRIO ABEL GEADAS

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

21 JUN

DAS 20 ÀS 23H

NOITE DE FADOS AMADOR

Pátio da ERPI Sr. Jesus
das Chagas, Sesimbra

DAS 20 À 1H

JOSÉ VÍTOR

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra
DAS 22 À 1H

ALPHA TRIO

Largo da Marinha, Sesimbra

22.09H

DJ SET RAFA

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

22 JUN

DAS 19 À 1H

SÃO JOÃO NO INTERMARCHÉ Santana

DAS 20 À 1H

JORGE NICE

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

DAS 22 ÀS 2H

JÚLIO PANÃO

Rua do Comércio, n.º 43,
Aldeia do Meco

21.30H

MARCHAS POPULARES

TOY MATIAS

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

21.38H

LILIANA MARTINS

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 22 À 1H

ALPHA TRIO

Largo da Marinha, Sesimbra
23.31H

DJ SET DJOHNNYDAY

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

23 JUN | SEG | 21.30H

CARLA CARAPETO

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

24 JUN | TER | 21.30H

FILOMENA RAPOSO

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

25 JUN | QUA | 21.30H

JACINTO SILVA E PAULO FARIA

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde



26 JUN | QUI | 21.30H

JOÃO DO CARMO

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

27 JUN | SEX | 21.30H

DUO MARCO PINA E PALOMA

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

28 JUN

DAS 12 ÀS 17H

ZÉ VÍTOR

Pátio da ERPI Sr. Jesus
das Chagas, Sesimbra

DAS 20 À 1H

SALGADINHO

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

21H

TRIO CONTRAPONTO

Largo das Forças
Armadas, Alfarim

21.30H

TOKAMAR

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

21.51H

DJ SET DJJOHNNYDAY

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 22 À 1H

ALPHA TRIO

Largo da Marinha, Sesimbra

29 JUN | SÁB

DAS 20 À 1H

NOITE DE FADOS

Largo 1.º Dezembro, Sesimbra

20.30H

ETERNA GALÉ

21.30H

DJ SET DJJOHNNYDAY

Largo das Forças
Armadas, Alfarim

21.30H

MARCHAS POPULARES

Largo da Junta de Freguesia
da Quinta do Conde

21.51H

JAM SESSION

Grémio, Largo José António
Pereira, Sesimbra

DAS 22 À 1H

JORGE EXPADA

Largo da Marinha, Sesimbra

ORNAMENTAÇÕES

SANTIAGO

Rua dos Pescadores
Pátio da ERPI Sr. Jesus das Chagas
Largo José António Pereira
Largo da Marinha
Largo 1.º Dezembro
Largo Gonçalo Velho

CASTELO

Avenida Padre António Pereira de Almeida, Corredoura
Largo das Forças Armadas, Alfarim
Rua do Comércio, n.º 43, Aldeia do Meco
Complexo Desportivo da Maçã

QUINTA DO CONDE

Rua Gama Pinto
Largo da Junta de Freguesia

MARCHAS POPULARES

DIA 30 | DOM | 21.30H
Largo 5 de Outubro, Sesimbra

DIAS 22 E 29 | SÁB | 21.30H
Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

PARTICIPANTES

União Desportiva Recreativa da Quinta do Conde

OS PESCADORES

Autor da Letra: Arcílio Silva

Autor da Música: Marina Silva e Rafael

Associação Centro Social Cultural e Desportivo da Quinta do Conde

BRINDAR À AMIZADE

Autor da Letra: Ricardo Verdelho

Autor da Música: Ricardo Verdelho

Centro Comunitário da Quinta do Conde

JARDINS DA SOLIDARIEDADE

Autor da Letra: Anónimo

Marcha Popular do Museu

AS INDÚSTRIAS CONSERVEIRAS

Autor da Letra: Iolanda Ávila

Autor da Música: maestro Duarte Zacarias



FEIRA FESTA²⁰²⁴

A Feira Festa na Quinta do Conde (FFQC) está volta, de 1 a 10 de junho, com espetáculos, tasquinhas, carrosséis e vários stands para visitar.

Com uma forte presença do movimento associativo e do comércio local, a 32.^a edição vai receber em palco nomes bem conhecidos da música portuguesa como Toy, Jorge Guerreiro, Anjos, Tatanka ou Rouxinol Faduncho (personagem interpretada pelo ator Marco Horácio).

Sendo um dos principais eventos que acontecem na Quinta do Conde, há mais de três décadas que a Feira Festa é ponto

de encontro de quem vive nesta freguesia. O investimento da Câmara Municipal na oferta de concertos em todas as noites da festa, com artistas conhecidos do público, tem atraído à Feira Festa milhares de quintacondenses de várias gerações, mas também de visitantes que não residem na freguesia ou no concelho.

A Câmara Municipal também vai estar representada na FFQC, que se mantém no mesmo local, com uma exposição onde vai ser possível conhecer o ponto de situação dos principais projetos previstos para a vila, como o Auditório da Quinta do Conde, já em fase inicial de construção mesmo junto ao recinto da feira.



SE!MBRA

FEIRA FESTA

2024



QUINTA DO CONDE

dia 1 | sáb | 22h

NOBLE

DJ João Dias

dia 2 | dom | 22h

**LUCKY
DUCKIES**

dia 3 | seg

21h | **Corvo de Prata**

21.30h | **Grupo Coral
A Voz do Alentejo**

22h | **TOY**

dia 4 | ter

21h | **Grupo Musical Renascer**

21.30h | **DR - African Dance Roots**

22h | **JORGE
GUERREIRO**

dia 5 | qua

21h | **Batuque da Quinta**

21.30h | **Grupo Musical ECOS**

22h | **MANUEL
CAMPOS**



1 a 10 de JUNHO

dia 6 | qui

21h | **Tuna da Universidade Sênior**
O Sonho Não Tem Idade

21.30h | **Grupo de Gaiteiros**
da Freguesia da Quinta do Conde

22h | **CONCEITO**

RUI SERRINHA
E JOÃO SEIXO

23h | **MIGUEL NOGUEIRA**

dia 7 | sex

21.15h | **Folclore com História - 40 Anos**

22h | **BELITO CAMPOS**

24h | **4Funk**

dia 8 | sáb | 22h

ANJOS

DJ Mark Soul

dia 9 | dom | 22h

TATANKA

DJ Paulo Trindade

dia 10 | seg | 22h

ROUXINOL
FADUNCHO

Passatempo



13 A 30 JUN

PASSATEMPO

SANTOS POPULARES

Uma Tradição muito Nossa!

Org.: Espaço Zambujal

Participe com uma quadra e use as palavras freguesia, sardinha e manjerico. Ganhe um porta-chaves em forma de sardinha. Para participar basta enviar mensagem privada para a página do Espaço Zambujal.

Comemorações

DIA 1 | SÁB | DAS 10 ÀS 2H

25.º ANIVERSÁRIO DO MOTOCLUBE DE CEZIMBRA

Feira motard, atuações de grupos de rock-pop e rock de covers, DJ e comes e bebes.

Moagem de Sampaio

Org.: Motoclube de Cezimbra
Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

1 E 2 JUN

92.º ANIVERSÁRIO DA SOCIEDADE SANTANENSE INSTRUÇÃO E RECREIO

A construção de uma sede é uma das metas da Sociedade, que desde 2018 ganhou nova vida com a realização de atividades e momentos de convívio juntando os sócios e amigos na tentativa de dinamizar a comunidade local.

1 JUN | SÁB

Hastear da Bandeira

Sede da Sociedade

2 JUN | DOM | 11H

Celebração de Missa

Igreja da Corredoura

13H

Almoço Convívio Animação Musical

com Júlio Panão e Zé Vítor

Inscrições: *96 414 98 74 / 96 972 92 28 / 96 239 72 44 / 96 573 80 18 / 91 101 5751 / 96 363 83 72 / 91 271 22 29

Quinta dos Sonhos, Maçã

Org.: Sociedade Santanense Instrução e Recreio

Música

DIA 15 | SÁB | 15.01H

MÚSICA

COME AS YOU ARE: UM TRIBUTO A NIRVANA

pela escola de rock Beat Fish

Para assinalar os 30 anos da morte de Kurt Cobain, a escola de rock Beat Fish oferece um concerto de tributo a Nirvana. Mais de que um concerto grunge, é um momento para relembrar a importância das questões da saúde mental, do espírito de comunidade, do anticonsumismo e da autenticidade. *Come as you are* é o nosso lema, tragam os vossos instrumentos e juntem-se à festa.

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIAS 10 E 26

SEG E QUA | 19.30H

FADOS A BORDO

Passeio de barco de 2h a bordo de embarcação tradicional de 1943; vinho regional e tábua de petiscos; fadista acompanhada de viola e guitarra portuguesa.

Valor: 85 €

Reservas: info@ahoyportugal.com / 91 479 79 35 / 91 892 02 50

Local de embarque:
Cais Espadarte, Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Ahoy Portugal



CINETEATRO
MUNICIPAL
JOÃO MOTA
SESIMBRA



CICLO DE CINEMA
ÓSCARES 2024
domingo, às 21h

SESIMBRA.PT



7 JUL
NAPOLEÃO



14 JUL
**POBRES
CRIATURAS**



21 JUL
**VIDAS
PASSADAS**



28 JUL
**EU,
CAPITÃO**



4 AGO
**A COR
PÚRPURA**



11 AGO
**A ZONA DE
INTERESSE**



18 AGO
OS EXCLUÍDOS



25 AGO
**ANATOMIA
DE UMA QUEDA**

BILHETEIRA

CINETEATRO MUNICIPAL
quarta a sábado, das 16 às 20h
dias de espetáculo ou cinema:
abertura 1 hora antes do início da sessão
e encerramento 30 minutos
após o início da mesma.
encerra entre as 19 e as 20h

BÚS DA QUINTA DO CONDE
de segunda a sexta, das 8 às 19h
e ao sábado, das 8:30 às 15h

Informações: 21 223 40 34

reservas: cineteatro@cm-sesimbra.pt

WWW.TICKETLINE.PT

A FESTA VAI À PRAÇA

EVARISTO, C DE MILHÃO

PELO **GRUPO DE TEATRO AMADOR DE V**

Santos populares é sinónimo de um novo episódio da vida do Ti Evaristo. Este ano, a sorte volta a bater à porta do castiço taberneiro, que, ao arriscar as últimas moedas num novo golpe, fica “euromilionário”. Mas mais uma vez, sem pensar no risco, decide investir às cegas num novo negócio, desta vez no setor imobiliário. Um investimento que se vai transformar numa dor de cabeça, e com peripécias atrás de peripécias, a sua vida corre sério risco de voltar à estaca zero. Evaristo iniciou a sua atividade profissional como varredor, mas rapidamente descobriu que a sua paixão pelo vinho o tornaria num famoso taberneiro. Alegre, empreendedor e amante do tinto, morre de amores pela sua amada Francelina. Instável na relação e na vida, passou pela Troika, pandemia, desfalques e negócios duvidosos, mas nunca desistiu de ser feliz e de comemorar os Santos Populares junto da vizinhança e amigos.

A Festa vai à Praça é uma história assente na crítica social criada por Mário João Sargedas, e que voltou aos palcos em 2010 pelo grupo de teatro amador sesimbrense De Vez Em Quando.

Elenco:

Carlos Silva, Paula Gatinho, Maria Manuel Gomes, Laura Correia, Maria João Crespo, Rosário Cagica, Eduardo Cunha, Graça Pólvora, António Martins, Alexandra Pólvora, Ana Ribeiro, Vítor Fidalgo, Ana Ferreira, Helena Martins, Luís Pombo, André Fernandes

Texto:

Maria Manuel Gomes

Cenários

e adereços:

Eduardo Cunha

Destinatários:

maiores de 6 anos

Bilhete: 5 €

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

ORAÇÃO

EZ EM QUANDO



DIAS 13, 14, 15, 21 E 22 | 21.30H • DIA 16 | DOM | 15.30H



DIA 7 | SEX | 21.30H

CONVERSA NA CAPELA

A MITOLOGIA E OS ELEMENTOS NATURAIS

por Filomena Barata

Inserido no programa Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes – 20 anos

Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Os mitos, essas narrativas que atravessam o tempo milenar, revelando-nos crenças, histórias, saberes, divindades, é também um sistema holístico em que, Deuses, Homem e Natureza se abraçam.

Filomena Barata é técnica superior do Museu Nacional do Traje. A sua área preferencial de

investigação centra-se em torno das temáticas do Património Cultural, tendo-se dedicado com particular atenção ao estudo da Religião na Época Romana, tema sobre o qual tem publicado vasta bibliografia. É doutoranda da Universidade de Évora, na área da Museologia, centrada na *Mitologia nos Museus*.

**DIA 1 | SÁB | DAS 9.30
ÀS 13.30H**

II FÓRUM ASSOCIATIVO DO CONCELHO DE SESIMBRA

Programas de Apoio no âmbito do Desporto e Juventude, Candidaturas e Apoios ao Movimento Associativo e Reconhecimento a Dirigentes Associativos do Concelho de Sesimbra são alguns dos momentos do programa.

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

DIA 1 | SÁB | 22.36H

STAND-UP COMEDY

BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

Bruno Porta Nova

“Embora a “chegada do calor” seja uma coisa tão incerta como uma estação do ano ou a sanidade de um líder político, queremos contar com o vosso “calor humano” para mais uma sessão de stand-up comedy intitulada *Bruno Porta Nova Convida Amigos?* que terá lugar no famigerado Grémio Clube Sesimbrense. Teremos comediantes para todos os gostos, carteiras e ideologias, por isso não sejam infantis e apareçam”.

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio



DIA 27 | QUI | 14.30H

CICLO DE CONFERÊNCIAS

20 ANOS A TRATAR O FUTURO

Inscrições: <https://www.simarsul.adp.pt/content/20-anos>

Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra

Org.: SIMARSUL

Para celebrar os impactos positivos de duas décadas de serviço público de saneamento na Península de Setúbal, resultado da parceria dos Acionistas Municipais e da Águas de Portugal, está a decorrer o Ciclo de conferências *20 Anos a Tratar o Futuro*, para fazer um balanço deste projetor transformador do território e projetar o futuro em estreita articulação com cada município parceiro da SIMARSUL e de forma próxima com a comunidade e os principais stakeholders. A quarta conferência realiza-se em Sesimbra para abordar o impacto do desempenho ambiental na proteção do Património Natural e Turístico da Arrábida ao Sado, nomeadamente nos seus ecossistemas marinhos, zonas húmidas, praias galardoadas e atividades associadas.

festival

FESTIVAL INTE

CEM DIFERENÇAS, SEM DIFERENÇA

promoção da multiculturalidade em comunidade

Da dança chinesa à música moldava, de Bollywood aos sons mexicanos, da música francesa aos tambores japoneses, há muito por descobrir no festival intercultural Cem Diferenças, Sem Diferença, que durante três dias vai trazer ao Parque Augusto Pólvora a música, a dança e os sabores e aromas caraterísticos dos países de muitos dos imigrantes que escolheram Sesimbra para viver. O festival encerra no Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, com o espetáculo de Celina da Piedade, cantora, compositora e acordeonista, que já colaborou com Rodrigo Leão, Mayra Andrade, Ludovico Einaudi, Kepa Junkera e Uxía. O seu repertório a solo é inspirado na música tradicional portuguesa, cante alentejano, folk e grooves de fusão. A música portuguesa está também representada pela atuação do Grupo de Gaiteiros da Quinta do Conde. Viajar pela gastronomia e artesanato da Ucrânia, Japão, Marrocos, Brasil, África, Países Francófonos, México, Tailândia, Índia e Síria é outro dos atrativos deste festival, dinamizado no âmbito do Centro Local de Apoio à Integração de Imigrantes, e do projeto Promoção da Multiculturalidade em Comunidade – PRR. Para os mais novos, entre as 17 e as 19 horas, há histórias, workshops e block printing.

DIA 8 | SÁB
17H

DANÇA DO LEÃO
Clube Hong Long

18H

BOLLYWOOD
Isha Arts

19H

WORKSHOP
DE DANÇAS
DO MUNDO
Patrícia Vieira

20.30H

MÚSICA TRADICIONAL
FRANCESA
Nuno Reis

21.30H

DJUMBAI JAZZ
Maio Coopee



comunidades em ação
Castelo



SESIMBRA

Associação
de Imigrantes
de Sesimbra



PRR
Plano de Integração
e Recuperação
da Região



REPÚBLICA
PORTUGUESA



Financiado pela
União Europeia
NextGenerationEU

ERCULTURAL

ENÇA

, 9 E 10

SÁB E DOM | DAS 16.30 ÀS 22.30H
SEG | DAS 16 ÀS 20H
Parque Augusto Pólvora, Maça

DIA 9 | DOM

17H

TAMBORES JAPONESES

Taikoo Portugal

18H

MÚSICA E DANÇA

Associação

Moldava Busioc

19H

**WORKSHOP DE DANÇA
MEXICANA**

20.30H

KHATAK

Isha Arts

21H

SONES DE MI MÉXICO

Alebrije

22H

**MÚSICA E DANÇA
TRADICIONAL
DA MOLDAVIA**

Associação

Moldava Busioc

DIA 10 | SEG

16H

**WORKSHOP DE DANÇA
TRADICIONAL INDIANA**

Isha Arts

17H

**GRUPO DE GAITEIROS
QUINTA DO CONDE**

18H

MÚSICA

CELINA DA PIEDADE

PROGRAMA

SÁBADO

17H

MOMENTO
DO CONTO

**ERA UMA VEZ...
ARCO-ÍRIS,
O MAIS BELO PEIXE
DOS OCEANOS,
Mafalda Duque**

19H

BLOCK PRINTING

DOMINGO

17H

WORKSHOP
DE BONECOS

**AS CORES DO MUNDO
Thais Stierli**

19H

BLOCK PRINTING

SEGUNDA

17H

MALA MÁGICA

**HISTÓRIAS
DO MUNDO
E WORKSHOP
Patrícia Reis**

ESPAÇO INFANTIL



DIAS 8 E 22 | SÁB | DAS 15 ÀS 16.30H

WORKSHOP

DEM APRENDER INGLÊS

pelo voluntário João Gonçalves

Destinatários: crianças e comunidade em geral

Inscrições: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Um workshop interativo para todas as idades, onde os participantes aprendem inglês de uma forma divertida e descontraída. Não perca!

DIA 5 | QUA | 10.30H

OFICINA ARTÍSTICA

DIA DO AMBIENTE - VAMOS CRIAR O MUNDO DOS 3 R'S

Destinatários:

comunidade educativa

Inscrições: até dia 4 (96 241 73 27/
espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Org.: Espaço Zambujal

DIA 20 | QUI | 14.30H

OFICINA DE
EXPRESSÃO PLÁSTICA

ARTE DO SABER

Mandalas!

Inspirada nestas formas geométricas, vamos incentivar os idosos a pintar dando largas à imaginação de cada um.

A oficina permite ainda que os idosos desenvolvam a sua criatividade e estimulem a motricidade fina, a destreza manual e a coordenação psicomotora.

Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares do concelho

Inscrições: 21 228 85 88

ana.marinheiro@cm-sesimbra.pt

Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra



DIA 23 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

OFICINA DE ESCRITA CRIATIVA MAR DE PALAVRAS

Museu Marítimo de Sesimbra

Utilizando as peças em exposição como fonte de inspiração, os participantes são incentivados a explorar temas como a

aventura, a tradição e a descoberta, resultando em narrativas que celebram a conexão entre o homem e o mar.



DIA 30 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

CONSERVAÇÃO E REGISTO DE COLEÇÕES DO MUSEU

Informações: laura.moura@cm-sesimbra.pt

Museu Marítimo de Sesimbra

O Centro Cultural Costeiro | Sesimbra, projeto financiado pelo mecanismo EEA Grants - cultura), já está a receber as coleções que se encontravam nas antigas Reservas Museológicas e que passam agora a integrar as novas Reservas Visitáveis do Centro, acessíveis à comunidade e público em geral. Previamente à transferência de instalações, as coleções estão a ser higienizadas e está a ser reavaliado o estado de conservação e os

registos de inventário pré-existentes, além de se estar a proceder a um novo registo fotográfico.

As coleções do Museu Marítimo de Sesimbra também estão a ser incluídas neste processo. Com orientação de uma conservadora-restauradora, vamos higienizar e registar objetos da coleção museológica, tendo em conta a sua materialidade, patologias e histórias.

a decorrer...

SEGUNDAS

COMUNICAÇÃO DIGITAL DE PROXIMIDADE

WORKSHOPS

Princípios Básicos de Imagem

Conhecimentos sobre luz, ótica, objetiva, aparelho fotográfico, filtro e cor.

Introdução ao Vídeo Digital

Conhecimentos sobre câmara, som, plano e guião.

Edição de Vídeo

Conhecimentos sobre equipamento, edição, software de edição em formato de vídeo.

Live Streaming

Conhecimentos sobre software, preparação, canais, equipamento e edição.

Inscrições: comunicacao.proximidade@cm-sesimbra.pt

Estúdio, Piso 0, Biblioteca Municipal de Sesimbra

SEGUNDAS, TERÇAS E QUINTAS

ATELIÊS

MODELAGEM, CORTE E COSTURA DE VESTUÁRIO

por Fátima Fernandes

segundas, das 15 às 18, terças e quintas, das 19.30 às 22 horas

Inscrições: 96 606 76 55 / mfd2010@gmail.com

CAIES, Santana

SEGUNDAS E QUARTAS | DAS 17 ÀS 18.30H

MÚSICA ENTRE NÓS

APRENDIZAGEM EM GRUPO DE INSTRUMENTOS DE CORDA E PERCUSSÃO

Inscrições: 96 241 73 27
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

**Lugar da Terra,
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo

SEGUNDA A SEXTA

CURSO DE INGLÊS CERTIFICADO PELO CAMBRIDGE

Destinatários: adultos com ou sem conhecimentos de Inglês

Valor: desde 12,50 € /aula

Inscrições: 91 152 76 65 /
innestudos@gmail.com

Condições de participação: aulas individuais, em pares ou em grupo

**Rua do Valparaíso, n.º 5,
Sesimbra**

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

SEGUNDA A SEXTA

CURSO DE PORTUGUÊS PARA ESTRANGEIROS

Valor: desde 12,50 € /aula

Inscrições: 91 152 76 65 /
innestudos@gmail.com

Condições de participação: aulas individuais, em pares ou em grupo

**Rua do Valparaíso,
n.º 5, Sesimbra**

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

TERÇAS E QUINTAS | DAS 15 ÀS 16.30H

FORMAÇÃO

INFORMÁTICA SÊNIOR

Conhecimentos na ótica do utilizador, navegação na Internet, boas práticas no uso do e-mail e pesquisa no catálogo da Biblioteca.

Destinatários: maiores de 18 anos

Inscrições: 21 228 85 88
jorge.rocha@cm-sesimbra.pt

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

TERÇAS OU QUINTAS | DAS 14.30 ÀS 18H

AULAS DE COSTURA

COSTURA CRIATIVA

por Gisela Marques

Inscrições: 96 241 73 27
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: JF Castelo

QUARTAS OU QUINTAS | DAS 15 ÀS 16.30H

SESSÕES DE INFORMÁTICA SÊNIOR

Destinatários: maiores de 50 anos

Material necessário: computador/tablet próprio

Inscrições: 96 241 73 27
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



1 A 29 JUN

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

AMAR O MAR À LUZ DOS ODS

Sala de Leitura, Piso 2, Biblioteca Municipal de Sesimbra

“Onde a terra se faz céu e o céu toca no mar”, assim começa uma viagem de uma descoberta triste – a de que a poluição causada pelo plástico está a destruir a vida marinha. Com o intuito de alertar os mais pequenos sobre os riscos do lixo marinho e, sobretudo, transmitir conhecimentos como podem cuidar do mar, a Biblioteca sugere uma seleção de livros, que vai ao encontro do ODS 14 – Proteger a Vida Marinha.

1 A 29 JUN

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

PAUL AUSTER – AUTOR DO MÊS

Escritor norte-americano, nasceu em Newark em fevereiro de 1947. Autor de vários best-sellers como *Timbuktu*, *O Livro das Ilusões*, *A Noite do Oráculo* e *A Música do Acaso*, teve como influências escritores como Dostoiévski, Ernest Hemingway, F. Scott Fitzgerald, Faulkner, Kafka, Samuel Beckett, entre outros. Recebeu vários prémios ao longo da sua carreira literária como o Prémio Príncipe das Astúrias de Literatura 2006, foi nomeado Comendador da Ordem das Artes e das Letras de França em 2007, membro da Academia Americana de Artes e Letras e da Academia Americana de Artes e Ciências. Autor de culto, tem a sua obra traduzida em mais de quarenta línguas e foi um dos maiores nomes da literatura contemporânea. Este mês a Biblioteca Municipal sugere a leitura deste autor, que faleceu no dia 30 de abril de 2024, e que nos deixou um vasto legado literário.

Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal de
Sesimbra

1 A 29 JUN

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA**A BANDA
DESENHADA
HELVÉTICA****A 9.ª Arte na Biblioteca**

Durante o mês de junho, a Biblioteca Municipal dedica a sua mostra de BD aos autores vindos de terras helvéticas.

**Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal de
Sesimbra**

1 A 29 JUN

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA**OCEANO DE
PLÁSTICO OU
OCEANO AZUL
À LUZ DOS ODS**

É do conhecimento geral a criação e a expansão de ilhas de plástico nos oceanos. Os riscos que os plásticos comportam para o ambiente e saúde humana apelam para a urgência de agir para travar este flagelo ambiental. Em sintonia com o tema referido, a Biblioteca sugere uma seleção de livros relacionada com o ODS 14 – Proteger a vida marinha, contemplado na Agenda 2030.

**Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal de
Sesimbra**



1 A 29 JUN

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

**O LOBO NAS
HISTÓRIAS INFANTIS****Sala de Leitura, Piso 2, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

O lobo está presente em muitas histórias que pertencem à infância, especialmente os contos de fadas. Este é um dos personagens mais recorrentes nas histórias para crianças. E estas narrativas são muito populares. O medo é uma emoção importante, que precisa ser elaborada, entendida, para assim lidarmos com ela de forma mais saudável. Mas surgiram livros em que essa figura assustadora se desconstrói, torna-se cómica, para então demonstrar vulnerabilidade. Lobo mau? Lobo bom? Somos muito mais do que a visão que as outras pessoas têm de nós e somos muito mais do que a visão que temos de nós próprios. Vem descobrir estas histórias com as sugestões da Biblioteca Municipal.



DIA 29 | SÁB | 15H

**APRESENTAÇÃO
DE LIVRO**

O MANUSCRITO - ANTES QUE A MEMÓRIA SE APAGUE de Maria Adelaide Oliveira

**Sala Polivalente,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra**

O *Manuscrito* reúne várias histórias, inspiradas em muitas outras que a autora foi ouvindo ao longo da sua existência, uma viagem ao passado que homenageia as mulheres que viveram entre 1898 e 1945 e que tiveram a coragem de mudar o rumo das suas vidas e a vontade de concretizarem os seus sonhos. Uma viagem no tempo que abrange a Península de Setúbal, durante a Segunda Guerra Mundial, evidenciando o medo provocado pela PIDE. A autora é natural do distrito de Setúbal, onde viveu e trabalhou antes de emigrar para o Canadá, onde reside há mais de 45 anos.

**DIAS 5, 12, 19 E 26
QUA | 17.45H**

BIBLIOTERAPIA

LIVROS COM COMPORTAMENTO dinamizado por Cristina Saraiva

O envolvimento do leitor com o livro, o preenchimento dos vazios do texto literário, a significação como continuidade e retomada do texto, permitem que se pense na terapia por meio de livros, a Biblioterapia. (Clarice Fortkamp Caldin)

Destinatários: a partir dos 16 anos
Inscrições: cristina.saraiva@cm-sesimbra.pt

**DIAS 5, 12, 19 E 26
QUA | 17.45H**

**Sala Polivalente,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra**

DIA 8 | SÁB | 10.30H

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

BÚS A LER

Serviço de proximidade ao cidadão, na área da leitura. Para ter acesso a este serviço basta ser leitor da Rede de Bibliotecas do Concelho. Caso não o seja poderá fazer a sua inscrição através do serviço Leitor na Hora e usufruir de imediato dos serviços disponibilizados.

Informações: 21 228 85 88
/bibliotecas.leitura@cm-sesimbra.pt

BÚS Móvel

ATÉ DIA 15

**EXPOSIÇÃO
DE PINTURA
E DE DESENHO**

RENASCER

de Mónica Canteiro

**Curadores: Cláudia Matoos
e Luís Jorge Gonçalves**

Na exposição *Renacer*, Mónica Canteiro revela a sua grande força interior, e exemplo de superação e resiliência, depois de ter sofrido um AVC em 2015. Esta mostra é um testemunho de que a arte pode integrar, interrelacionar, ser inclusiva e capaz de articular a nossa visão do mundo.

**Átrio e Piso 1, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

8 JUN A 3 JUL

**EXPOSIÇÃO
ARTÍSTICA**

ARABESCO ARRÁBIDA

Ludovic Duprez

As diversas obras apresentadas nesta exposição têm todas algo em comum: os arabescos e o Parque Natural da Arrábida.

Os desenhos da Pedra da Anixa, magnífico vestígio do Mioceno, cujas camadas de sedimentos se dobraram ao longo do tempo até a verticalidade, testemunham essas gigantescas forças telúricas em ação na região.

Valor sugerido: 3 €
Inauguração no dia 8, às 18.06h.

Grémio, Sesimbra



17 JUN A 8 JUL

EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA PROFISSIONAL

A VERSATILIDADE DA MULHER QUE EVOLUI NO TEMPO

Átrio e Piso 1, Biblioteca Municipal de Sesimbra

É soberana, real, guerreira, moderna, sonhadora mas agarra a fragilidade e transforma-a em força, levando-a à conquista do seu Mundo! Trabalho realizado em equipa pela fotógrafa profissional Maria Olas e a modelo Andreia Neto com a colaboração do A&M Centro de Cópias da Cotovia.

feiras

a decorrer...



SÁBADOS E
DOMINGOS | 9.30H

PRODUTOS LOCAIS

SABORES DA NOSSA TERRA

Moagem de Sampaio

A Moagem de Sampaio, símbolo da forte ligação de Sesimbra à atividade agrícola, é o cenário perfeito para a venda de produtos locais Sabores da Nossa Terra, onde é possível adquirir pão cozido em forno a lenha, queijo da Azoia, frutas e legumes bem frescos e doçaria.

2.º E 4.º SÁBADOS
DAS 10 ÀS 18H

VENDAS

ARTESÃOS E VELHARIAS NA VILA

Parque da Vila,
Quinta do Conde

Org.: JF Quinta do Conde





Os encantos da paisagem de Sesimbra prolongam-se desde a superfície até ao fundo do mar, que revela verdadeiros tesouros rodeados de vida e cor, e que atraem milhares de mergulhadores todos os anos. Em junho, estes cenários únicos voltam a inspirar uma nova exposição de fotografia subaquática, *Sesimbra Underwater*, que vai estar patente na Avenida 25 de Abril. A mostra em grande formato é composta por 20 fotografias, da autoria de Luís Campos, que pretende dar a conhecer a beleza do mundo subaquático de Sesimbra, alertando o público para a necessi-

dade da sua preservação e para uma maior consciencialização e proteção dos recursos naturais.

Luís Campos iniciou a sua jornada no mergulho em 2002. A sua dedicação e paixão levaram-no a atingir o nível de instrutor em 2008. Desde os primeiros momentos, a fotografia tornou-se uma extensão natural da sua experiência subaquática. Em 2017, entrou no mundo da competição de fotografia subaquática, e logo no ano seguinte foi integrado na Seleção Nacional. Desde então, tem participado em quase todas as provas nacionais e várias competições em águas internacionais. Nesta área, destaca-se o título de Campeão Nacional em 2019 e 2023, a participação no Mundial Fotografia Subaquática e a vitória no prestigiado MARES Underwater Photo Marathon, ambos em 2021.

SESIMBRA UNDERWATER

DE LUÍS CAMPOS



**DIAS 12, 14, 15, 16, 19,
21, 26 E 28**

| DAS 18 ÀS 23H

DIAS 22, 23 E 29

| DAS 7 ÀS 23H

TORNEIOS E ENCONTROS DE FORMAÇÃO - FUTEBOL PRAIA

Destinatários:
equipas/escalões
de formação de futebol
de praia inscritos na AFS

**Campo de Jogos
da Praia do Ouro**

Org.: Associação Futebol Setúbal

Torneio de futebol de
praia dos escalões de
formação da Associação de
Futebol de Setúbal.

DIA 1 | SÁB | DAS 8 ÀS 14H

III JOGOS DE PRAIA PROF. JOSE ROCHA

Jogos de praia dinamizados
pela Equipa de Desporto
Escolar da Península de
Setúbal, onde participam
alunos das diversas escolas
da Península de Setúbal.

Destinatários: alunos
da Península de Setúbal

**Campo de Jogos
da Praia do Ouro**

Org.: Equipa de Desporto Escolar
da Península de Setúbal

DIA 4 | TER | DAS 8 ÀS 14H

BEACH ATHLETICS

Provas de atletismo na praia
dinamizadas pela Equipa de
Desporto Escolar da Península
de Setúbal, onde participam
alunos das diversas escolas.

Destinatários: alunos
da Península de Setúbal

**Campo de Jogos
da Praia do Ouro**

Org.: Equipa de Desporto Escolar
da Península de Setúbal

DIAS 22 E 23 | SÁB E DOM

12.º EVENTO INFANTIL CAPOEIRA ALTO ASTRAL SESIMBRA

Junte-se a nós para um fim
de semana dedicado à
Capoeira, com mestres
renomados e oficinas
enriquecedoras.

O ponto alto é o espetáculo
de domingo no Cineteatro,
complementado pela
emocionante cerimónia
de troca de graduações e
batizado. Celebre a tradição
e cultura capoeirista connosco!

Bilhetes à venda na bilheteira
do Cineteatro

DIA 22 | DAS 9 ÀS 20H

Pavilhão de Sampaio

DIA 23 | DAS 18 ÀS 20H

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

Org.: Capoeira Alto Astral Sesimbra
- professor Meia Dúzia (João Pereira)

a decorrer...

**TERÇAS E QUINTAS
| 10, 11 OU 12H**

CORPO EM MOVIMENTO SENIOR

**Aulas de ginástica
em grupo**

Destinatários: + 55 anos
Inscrições: 96 241 73 27
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



DIA 29 | SÁB | 20H

SESIMBRA NIGHT TRAIL

Destinatários: atletas juniores (18 e 19 anos) e juvenis (16 e 17 anos)

Sesimbra

Org.: Associação o Mundo da Corrida | Apoio: CM Sesimbra

A Fortaleza de Santiago, a Marginal de Sesimbra, o Ribeiro do Cavalo ou o Castelo de Sesimbra são alguns dos pontos do percurso que os participantes vão poder admirar durante a segunda edição do Sesimbra Night Trail. A prova mais longa tem

20 km e percorre as zonas mais emblemáticas de Sesimbra. Na distância de 10 km, o Castelo de Sesimbra é a maior dificuldade do percurso. Já a caminhada é destinada a quem quer ter uma primeira experiência ou para quem quer apenas apreciar a natureza.



DIA 8 | SÁB | DAS 10 ÀS 12H

DIA MUNDIAL DO AMBIENTE

PEDDY-PAPER

Limite: entre 10 e 30 participantes

Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde

Para as famílias ou grupo de amigos que queiram desafiar os seus conhecimentos e capacidade de resolver desafios. Temos um conjunto de perguntas, orientadas num percurso de mapa na mão. Os participantes são convidados a descobrir os enigmas espalhados no Parque Ecológico da Várzea e a conhecer a importância das zonas húmidas, da floresta mediterrânica e muito mais!

Este peddy-paper irá proporcionar uma experiência educativa e emocionante, uma conexão mais profunda com a natureza e um compromisso renovado com a conservação do ambiente. Vem aprender mais sobre como podemos proteger os espaços verdes e aproveitá-los para te divertires! Aceitas o desafio?

Vem celebrar o dia Mundial do Meio Ambiente!



comunidades-em-ação

SESIMBRA



DIA 1 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JEEP
E PEDESTRE

ROTA DOS DINOSSAUROS E PRAIAS SELVAGENS

Preço: 32,5 € (crianças
até 12 anos, 50% desconto)

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até 28 MAI
(96 478 49 24 / hello@
lookaroundtours.com)

Org.: Look Around Tours

DIAS 1 E 2 | SÁB E DOM | DAS 9 ÀS 18H

RADIOMODELISMO

2.ª PROVA DO CAMPEONATO REGIONAL CENTRO/ SUL 1/8TT NITRO

Prova de carros
telecomandados a combustão
na escala de 1/8 TT (Todo
o Terreno) integrada no
campeonato Regional Centro/
Sul.

Entrada livre

**Pista de Todo o Terreno, na
Estrada de Argéis, Pedreira
do Sanchez**

Org.: Clube de Radiomodelismo
de Sesimbra

DIA 1 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE BARCO

OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS

Preço: 50 €

(crianças até 8 anos, 40 €)

Duração: 2 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 31 (93 600 57
43 / activities@arrabidalife.com)

Ponto de encontro:

Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life

DIA 1 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DO CABO ESPICHEL

**Visita ao Castelo
de Sesimbra**

Preço: 55 € (crianças

até 12 anos: 35 €)

Duração: 3 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até 31 MAI (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 1 | SÁB | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até 31 MAI (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro:

Porto de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra

Org.: Vertente Natural

DIA 2 | DOM | 9H

PASSEIO PEDESTRE

TOPO DA SERRA DO RISCO

Preço: 25 €

Duração: 6 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: até 29 MAI (96 478 49
24 / hello@lookaroundtours.com)

Ponto de encontro:

Manuel Graça, Pedreiras

Org.: Look Around Tours

DIA 2 | DOM | 9H

COASTEERING

COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 1 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro:

Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life

DIA 2 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA

**Visita às Caves
em Azeitão e Prova
de Vinhos**

Preço: 60 € (crianças

até 12 anos: 40 €)

Duração: 4,5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até ao dia 1 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari



DIA 8 | SÁB | 10.30H

OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS

GOLFINHOS DA ARRÁBIDA

Preço: 40 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 24 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro: Porto de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra

Org.: Vertente Natural

DIA 2 | DOM

ARRÁBIDA
SUBTERRÂNEA

À DESCOBERTA DOS FÓSSEIS DA ARRÁBIDA

Ateliê de Paleontologia
por Pedro Viegas

O investigador de Ciências da Terra Pedro Viegas leva-nos numa viagem ao passado da Serra da Arrábida, aos seres que cá habitavam e às marcas que deixaram nas rochas.

DAS 10 ÀS 12.30H

Ateliê Educativo

Sítio do Covão, Alfarrim

DAS 14 ÀS 17.30H

Percurso Pedestre

**Afloramentos Fósseis das
Aguncheiras, Areia de Mastro**

Preço: 20 € (crianças com menos
de 12 anos - 10 €)

Inscrições: arrabidasubterranea.org

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 2 | DOM | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até 31 MAI (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural



DIA 9 | SÁB | 9H

PEDALAR, CAMINHAR E NAVEGAR PELO PATRIMÓNIO

CABO ESPICHEL

Caminhada

Destinatários: maiores de 12 anos

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

Comemorações do Dia Mundial do Ambiente

Ponto de encontro: Cabo Espichel

Esta caminhada segue em direção à Baía dos Lagosteiros, de onde se observa toda a linha de costa. Ao chegar ao ponto de observação da Pedra da Mua, voltados para sul, apresenta-se outra perspetiva do Santuário do Cabo Espichel e da Ermida da Memória, conjunto arquitetónico do início do

século XVIII. Ao chegar ao aqueduto, cruza com a estrada de acesso ao Cabo Espichel, atravessa os campos de pastagem e segue em direção ao farol. No regresso, já próximo do Santuário, o percurso contorna a Casa da Água pelo lado sul e segue até ao ponto de partida, ao longo do aqueduto.



DIA 15 | SÁB | DAS 10 ÀS 12H

AÇÃO DE VOLUNTARIADO

ATUAR EM TERRA, PROTEGER O MAR

Limite: entre 10 e 30 participantes

Inscrições: até dia 14 (Formulário de Inscrição ou ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt)

Ponto de encontro: Centro de Atividades Ambientais e Desportivas (CAAD)

A manutenção da Lagoa de Albufeira como ecossistema costeiro depende de todos! Junte-se a nós na segunda Ação de Voluntariado para remover o chorão de praia, a espécie invasora mais abundante, e recolher algum lixo marinho nas suas

margens. Ajude a recuperar a vegetação autóctone e a conservar o equilíbrio ecológico e a biodiversidade deste local! Faça parte deste movimento para a sustentabilidade da Lagoa de Albufeira! Preservar o meio ambiente é uma missão de todos.



comunidades-em-ação

SESIMBRA

Associação
Municipal de
Sesimbra



PRR
Plano de Recuperação
e Resiliência



REPÚBLICA
PORTUGUESA



Financiada pela
União Europeia
NextGenerationEU

DIA 8 | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

LAPA DA COVA

Preço: 25,5 €

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: alto

Inscrições: até dia 6 (96 478 49 24 / hello@lookaroundtours.com)

Org.: Look Around Tours

DIA 8 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA

**Visita à Lapa
de Santa Margarida**

Preço: 60 € (crianças
até 12 anos: 40 €)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 7 (93 600 57 43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 8 | SÁB | 9.30H

SNORKELING COM
PASSEIO DE BARCO

O PARAÍSO SUBAQUÁTICO DA PRAIA DA BALEIRA

Preço: 45 € (crianças
até 12 anos: 35 €)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 7 (activities@arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Org.: Arrábida Life



D.R.

DIAS 15 E 16 | SÁB E DOM

ARRÁBIDA SUBTERRÂNEA

VJAGEM À PRÉ-HISTÓRIA - COMO SE VIVIA HÁ 5000 ANOS?

DIA 15 | SÁB | DAS 10 ÀS 17H

Ateliê de Arqueologia Experimental
por Pedro Cunha

Ponto de encontro: Fonte do Covão, Alfárim

DIA 16 | DOM | DAS 9.30 ÀS 13H

Visita à Gruta da Furada
por Rui Francisco

Preço: 25 € (crianças com menos de 12 anos - 12,5 €)

Inscrições: arrabidasubterranea.arrabida.org

Org.: Arrábida Subterrânea

As grutas da cadeia montanhosa da Arrábida guardam vestígios dos primeiros tempos do estabelecimento do homem na região. Ao longo de milénios, estes primeiros povoadores usaram sobretudo as nossas grutas como espaços de enterramento para os seus entes queridos. Mas havia os “espaços de vida”, os habitats onde os nossos antepassados viviam e tinham as suas atividades.



DIA 22 | SÁB | DAS 10 ÀS 12.30H

SAÍDA DE CAMPO

A VÁRZEA NO VERÃO

Inscrições: até dia 21 (93 045 42 38 / varzea@cm-sesimbra.pt)

Condições de participação: recomendado trazer calçado apropriado para caminhada.

Em caso de chuva a atividade não se realiza.

Parque Ecológico da Várzea e Parque da Ribeira, Quinta do Conde

Org.: ANIME.PAF e CM Sesimbra

Identificação e registo da fauna e flora num percurso de baixa dificuldade, adequado a famílias. Esta atividade pretende promover uma relação de proximidade com a Natureza e, em simultâneo, capacitar os participantes com algumas técnicas de identificação dos principais grupos de seres vivos.



comunidades-em-ação

SESIMBRA



Financiado pela
União Europeia
NextGenerationEU

**DIA 8 | SÁB
DAS 10 ÀS 11H**

DIA MUNDIAL
DOS OCEANOS

AÇÃO DE LIMPEZA DE PRAIA

Pop-up store, no sábado e domingo; aula de yoga, na manhã de sábado; ofertas da SIZ para os participantes na limpeza de praia e muitas surpresas.

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Org.: SIZ | Apoio: Museu Marítimo de Sesimbra, JF Santiago

DIA 8 | SÁB | 15H

SNORKELING

DESCOBRIR O PARQUE MARINHO

Preço: 51 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)

Duração: tarde

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 7 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro: Porto de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra

Org.: Vertente Natural

DIA 9 | DOM | 9H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA

**Visita a oficina
artesanal de azulejos**

Preço: 60 € (crianças
até 12 anos: 40 €)

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 8 [93 600 57 43
/ sesimbrasafari@gmail.com]

**Ponto de encontro:
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

DIA 9 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE KAYAK

PRAIA DO RIBEIRO DO CAVALO E GRUTA DA BOCA DO TAMBORIL

Preço: 35 € (por pessoa)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 8 [activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43]

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIA 9 | DOM | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 7 [21 084 89
19 / info@vertentenatural.com]

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 10 | DOM | 9.30H

CONFIRMAR

COASTEERING

ENSEADA DA MULA

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 7 [21 084 89 19
/ info@vertentenatural.com]

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 9 | DOM | 9H

PASSEIO PEDESTRE

COSTA OESTE SELVAGEM

Preço: 35 €

Duração: 4/5 horas

Inscrições: até dia 6 [96 478 49 24
/ hello@lookaroundtours.com]

Org.: Look Around Tours

DIA 15 | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

TOPO DA SERRA DA ARRABIDA

Preço: 25 €

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: até dia 11 [96 478 49
24 / hello@lookaroundtours.com]

Org.: Look Around Tours

DIA 15 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA NATUREZA

Preço: 60 € (crianças
até 12 anos: 40 €)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 14 [93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com]

Org.: Sesimbra Safari

DIA 15 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE BARCO, JIPE E PEDESTRE

Passeio de barco com almoço
em frente à praia, jipe tour
ao Cabo Espichel e visita às
pegadas de dinossauros

Preço: 160 € (crianças
até 12 anos: 100 €)

Duração: 6 a 8 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 14 [activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43]

Org.: Arrábida Life e Sesimbra Safari

DIA 15 | SÁB | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 14 [21 084 89
19 / info@vertentenatural.com]

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 16 | DOM | 9H

PASSEIO CULTURAL
E VINÍCOLA

ARRÁBIDA CULTURAL NA REGIÃO DOS 3 CASTELOS

Preço: 70 €

Duração: 5 horas

Inscrições: até dia 10 (96 478 49
24 / hello@lookaroundtours.com)

Org.: Look Around Tours

DIA 16 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE BARCO

MISTÉRIOS DO CABO ESPICHEL

Preço: 35 € (crianças
até 10 anos, 25 €)

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 15 (93 600 57 43
/ activities@arrabidalife.com)

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIA 16 | DOM | 10H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DO CASTELO, CABO ESPICHEL, PRAIA DO MECO E LAGOA DE ALBUFEIRA

Preço: 55 € (crianças
até 12 anos: 35 €)

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 15 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 16 | DOM | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 14 (21 084 89 19
/ info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto de
Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 16 | DOM | 10.30H

OBSERVAÇÃO
DE GOLFINHOS

GOLFINHOS DA ARRÁBIDA

Preço: 40 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 14 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 22 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRÁBIDA

Visita ao Museu
Oceanográfico
Professor Luiz Saldanha

Preço: 60 € (crianças
até 12 anos: 40 €)

Inscrições: até dia 21 (93 600 57 43
/ sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 22 | SÁB | 9.30H

COASTEERING

ENSEADA DA MULA

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 21 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto de
Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 22 | SÁB | 9.40H

COASTEERING

COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 21 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

**Ponto de encontro:
Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIA 23 | DOM | 9H

PASSEIO DE KAYAK

PRAIA DO RIBEIRO DO CAVALO E GRUTA DA BOCA DO TAMBORIL

Preço: 35 € (por pessoa)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 22 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIA 23 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DO CABO ESPICHEL

Visita ao Castelo de Sesimbra

Preço: 55 € (crianças
até 12 anos: 35 €)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 22 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 23 | DOM | 10H

PASSEIO PEDESTRE

CAMINHO DOS DINOSSAUROS

Destinatários: maiores de 6 anos

Preço: 20 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 21 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro:

Santuário do Cabo Espichel

Org.: Vertente Natural

DIA 23 | DOM | 10.30H

OBSERVAÇÃO
DE GOLFINHOS

GOLFINHOS DA ARRABIDA

Preço: 40 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 21 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto
de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural



DIA 16 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

VISITA ACOMPANHADA AO CASTELO DE SESIMBRA

pelo arqueólogo Rui Gil

Inserido nas comemorações da classificação do Castelo como
Monumento Nacional a 16 de junho de 1910.

**Ponto de encontro: Adro da Igreja de Nossa
Senhora da Consolação do Castelo**

○ Castelo de Sesimbra, classificado como Monumento Nacional em 16 de junho de 1910, é o último dos castelos sobre o mar, que chegaram bem preservados até aos nossos dias. Para celebrar 114 anos da sua classificação preparámos uma manhã dedicada a descobrir a sua história numa narrativa guiada pelos vestígios arqueológicos da vila Medieval e Castelo.

QUEM TE QUEM TE

PARQUE ECOLÓGICO DA VÁRZEA



VIU, VÊ!



O Parque Ecológico da Várzea (PEV), na Quinta do Conde, é hoje uma “casa cheia”, com água e uma enorme mancha verde, onde vivem dezenas de espécies de aves e animais. A “vida” voltou a esta zona, depois de um importante trabalho de recuperação ambiental, que teve início em 2010, Ano Internacional da Biodiversidade. Devolver à Várzea a beleza da paisagem original foi um sonho idealizado pela Anime – Projeto de Animação e Formação, e ao qual a Câmara Municipal e a Junta de Freguesia decidiram partilhar desde a primeira hora. Por isso, quem viu este espaço há 14 anos, onde o verde era quase inexistente, e quem o vê agora, depois da plantação de milhares de árvores, arbustos e plantas autóctones, parece outro local.

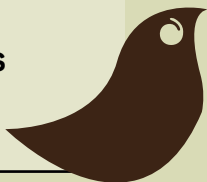
O PEV ocupa uma área de aproximadamente 112 mil metros quadrados, entre a Ribeira de Coima e a Estrada Nacional 10, classificada como zona húmida, e com um papel de extrema importância na minimização de alguns dos efeitos das alterações climáticas, como as cheias e o aumento da temperatura.

«Esta zona funciona como um tampão, que, ao se manter naturalizada, recolhe a água que está em excesso, evitando cheias na zona urbana, e permitindo depois que a água se infiltre, contribuindo para a recarga dos aquíferos», explica Catarina Carvalho, arquiteta paisagista no Gabinete de Ambiente da autarquia, enquanto admira a Lagoa dos Cágados, que nesta altura do ano ainda está cheia.

«As zonas húmidas também são conhecidas como os rins do planeta porque filtram a água e as suas plantas filtram o carbono», completa Daniela Reis, que começou como voluntária da Anime e desde fevereiro foi contratada pela autarquia no âmbito de uma candidatura ao PRR Operação Integrada Local – Quinta do Conde. «Adoro ouvir as rãs», confessa. Assim como a Lagoa, um dos pontos altos de quem visita a Várzea, os percursos interpretativos, o anfiteatro ou o parque de areia, estão devidamente identificados e complementados com painéis informativos que identificam a fauna e a flora existente no local.

Todos os meses, o PEV recebe dezenas de visitantes: alunos do pré-escolar ao ▶

Para além da sua importância na retenção de água, o PEV tem um papel crucial na regulação da temperatura na vila da Quinta do Conde, onde o risco das ondas de calor está identificado, e é outras das consequências das alterações climáticas.



2.º ciclo, no âmbito do projeto educativo; público em geral, que participa nas atividades divulgadas nesta agenda; ou aqueles que procuram a tranquilidade deste lugar para caminhar ou simples-

uinta do Conde



mente para uma pausa na natureza. «Os mais novos ficam fascinados com a Lagoa e perguntam logo se há crocodilos ou tubarões», conta Daniela, que a par do colega da Anime, Fernando

Pinto, fazem as visitas guiadas e dinamizam as diversas atividades, que têm como objetivo envolver a comunidade na preservação e valorização deste património natural. ►

Para além da sua importância na retenção de água, o PEV tem um papel crucial na regulação da temperatura na vila da Quinta do Conde, onde o risco das ondas de calor está identificado, e é outras das consequências das alterações climáticas. «Quando faz muito calor, o ar fresco que se sente aqui é deslocado através das brisas, baixando a temperatura na zona urbana», refere Catarina, responsável pela candidatura ao programa COMPETE 2020 Corredor Ecológico da Quinta do Conde – Requalificação de Zonas Verdes de Uso Público, que permitiu, em 2023, plantar mais duzentas espécies de árvores típicas da floresta mediterrânica e das zonas húmidas. «Espécies que deviam estar cá e com o tempo foram desaparecendo, como pinheiros mansos, carvalhos, freixos, choupos ou ciprestes, e foram plantadas já com alguma dimensão para acelerar a formação da mancha de sombra», afirma. «Grande parte das árvores das zonas húmidas são de folha caduca, que no verão têm folhas verdes e no inverno ficam apenas com os troncos, para deixar passar o sol», realça. Para Daniela, «estas zonas são muito ricas porque a paisagem muda muito ao longo do ano». Mas há um atrativo especial, e que é paragem obrigatória para quem visita o PEV: o sobreiro de 90 anos, a sua árvore mais antiga. «Aproveitamos também para explicar a importância destas árvores, que por terem uma grande capacidade de absorver humidade e por isso o solo muito húmido, são conhecidas como “árvores bombeiras”, pela sua capacidade em travar um fogo», destaca. Com o aumento da diversidade de árvores, plantas e arbustos, o PEV ganhou



“novos inquilinos”. Estão identificadas 17 espécies de borboletas e aves, como galinhas de água, galeirões, cegonhas, que regressaram depois de décadas de ausência. «Este espaço funciona como uma autoestrada, que liga os estuários do Sado e Tejo e por onde passam muitas espécies de aves, sendo que já há muitas que permanecem cá». Para apoio às atividades do PEV, existe o Centro Agrícola e Ambiental da Várzea, que guarda verdadeiros “tesouros”, que fazem as delícias de pequenos e graúdos: um ninho de chapim, que surpreende pelo pormenor da sua construção, e uma toupeira, um musaranho e várias cobras conservadas em frascos. «É raro conseguirmos ver estes bichinhos a passear,



por isso esta é uma boa forma de os conseguirmos mostrar», assume Daniela. Em junho, o PEV comemora o Dia Mundial do Meio Ambiente com um peddy-paper para famílias ou grupos de amigos, cujo objetivo é descobrir os enigmas e conhecer a importância das zonas húmidas e da floresta mediterrânica, e assinala a chegada do verão com uma saída de campo para identificar e registar a fauna e flora típica desta época do ano.

Visitar a Várzea ao longo do ano, ou mesmo todos os meses, pode ser uma experiência bem diferente e única. A biodiversidade existente faz de cada percurso uma aventura e uma descoberta em cada recanto. 🌿



DIA 29 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DO CABO ESPICHEL

**Visita às Pegadas
de Dinossauros**

Preço: 55 € (crianças
até 12 anos: 35 €)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 28 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 29 | SÁB | 9H

SNORKELING COM
PASSEIO DE BARCO

O PARAÍSO SUBAQUÁTICO DA PRAIA DA BALEEIRA

Preço: 45 € (crianças
até 12 anos: 35 €)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 28 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Org.: Arrábida Life

DIA 29 | SÁB | 9.30H

COASTEERING

BOCA DO TAMBORIL

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 42,50 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 28 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto de
Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

DIA 29 | SÁB | 10H

CAMINHOS
DO CASTELO

CAMINHADA NO ESPAÇO INTERPRETATIVO DA LAGOA PEQUENA

Inscrições: até dia 27 (96 241 73 27
/ espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

**Ponto de encontro: entrada
do Espaço Interpretativo
da Lagoa Pequena**

Org.: Espaço Zambujal

**DIAS 29 E 30 | SÁB E
DOM | DAS 9 ÀS 18H**

RADIOMODELISMO

SWORKZ MASTERS

Prova de carros
telecomandados a combustão
e elétricos na escala de 1/8 TT
(Todo o Terreno), conta com
as classes de buggy elétrico,
buggy nitro (combustão),
buggy senhores e truggys.
Troféu internacional da marca
Sworkz e que também vai
ter a participação de outras
marcas.

Entrada livre

**Pista de Todo o Terreno, na
Estrada de Argéis, Pedreira
do Sanchez**

Org.: Clube de Radiomodelismo
de Sesimbra

DIA 30 | DOM | 9H

COASTEERING

COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 29 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

**Ponto de encontro:
Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIA 30 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA

**Visita à Lapa
de Santa Margarida**

Preço: 60 € (crianças
até 12 anos: 40 €)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 29 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari

DIA 30 | DOM | 10H

TOUR DE KAYAK

SESIMBRA SELVAGEM

Preço: 25 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 28 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Porto de
Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural



DIA 23 | DOM | 9 E 14H

PEDALAR, CAMINHAR E NAVEGAR PELO PATRIMÓNIO

NAVEGAR PARA LESTE

Destinatários: maiores de 12 anos

Limite: 18 participantes por percurso

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

Ponto de encontro: Cais

Navegar pela costa leste de Sesimbra, coração do Parque Marinho Professor Luiz Saldanha, é ter a oportunidade de ver a Serra do Risco a partir do mar, e ter a real dimensão daquela que é a escarpa calcária

mais alta da Europa continental. Nas águas ricas em biodiversidade, podemos ver desde peixes-lua até aos golfinhos (se eles quiserem), navegando por cima dos locais onde no séc. XX eram instaladas as armações de pesca.

Saúde



12 JUN A 19 JUL **RASTREIO DO CANCRO DA MAMA**

12 A 26 JUN

Mercado Municipal
da Quinta do Conde

27 JUN A 8 JUL

junto à Igreja
da Corredoura

10 A 19 JUL

junto à Piscina,
na Avenida da Liberdade,
vila de Sesimbra

Destinatários: mulheres entre
os 50 e os 69 anos

Informações: rcm.admin@ligacontracancro.pt | 245 009 299 | 91 599 98 90

**Unidade Móvel da Liga
Portuguesa Contra o
Cancro**

Org.: LPCC-NRS, em parceria
com o SNS

Corpo e Mente

DIA 15 | SÁB
DAS 15 ÀS 17H

CÍRCULO DE SOM PARA GRAVIDAS

por **Fátima Parada**

Momento para a mãe se conectar ao seu bebé através do som das taças Tibetanas, o som primordial. Vem sentir a vibração e relaxar o teu corpo físico, mental e emocional.

Valor: 10 €

Inscrições: até dia 20 | 96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

DIA 15 | SÁB
DAS 15 ÀS 19H

CONSTELAÇÕES FAMILIARES E SISTÊMICAS

Destinatários: maiores de 18 anos

Inscrições: até dia 13 | articoracao@gmail.com / 96 672 42 73

Valor: 60 €

**Estúdio Articoração, Rua
Jorge Barradas, Almoinha**

Org.: Articoração

DIA 22 | SÁB | 10.30H

YOGA

**Carla Shivanni,
certificada por Yoga
Alliance Professionals.**

Destinatários: maiores de 16 anos

Valor: 5 €

Inscrições: até dia 21 | 96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

Visitas

a decorrer...

SEGUNDA
A DOMINGO
| DAS 10 ÀS 18H

CIRCUITO MUSEOLÓGICO DO CASTELO DE SESIMBRA

Castelo de Sesimbra

SEGUNDA
A DOMINGO
| DAS 9 ÀS 12.30
E DAS 14 ÀS 17.30H

PATRIMÓNIO

CAPELA DO ESPÍRITO SANTO DOS MAREANTES

Informações: 21 014 92 24 /
21 014 94 61 / museu@cm-sesimbra.pt

**Rua Cândido dos Reis,
n.º 17, Sesimbra**

TERÇA A SEXTA
| DAS 10 ÀS 12H

MEMÓRIAS DA NOSSA ESCOLA

Vivência de uma aula dos
anos 30 a 70 do século XX.

Destinatários:
comunidade educativa

Marcações: 96 241 73 27 /
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: JF Castelo

TERÇA A DOMINGO
| DAS 10 ÀS 12.30
E DAS 15 ÀS 17.30H

PATRIMÓNIO

MUSEU MARÍTIMO DE SESIMBRA

Fortaleza de Santiago,
Sesimbra

QUARTAS | DAS 14 ÀS 17H
VISITAS GUIADAS

Farol do Cabo Espichel

Org.: Direção de Faróis - 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



DIA 21 | SEX | 21H

VISITA ACOMPANHADA

SANTO ANTÓNIO, PREGADOR, UM DOS MESTRES DA LOURINHÃ

Conhecer e Valorizar a Arte

Inscrições: até às 17h do dia 21

(21 014 92 24, cristina.conceicao@cm-sesimbra.pt)

Inserida no programa Núcleo Museológico da Capela
do Espírito Santo dos Mareantes – 20 anos

**Núcleo Museológico da Capela
do Espírito Santo dos Mareantes**

Junho é por excelência o mês dos Santos Populares, traduzido num ambiente exterior de celebração e alegria, onde se recuperam memórias de manifestações tradicionais locais. Santo António é um dos quatro santos celebrados localmente, pelo que o convidamos a conhecê-los tendo por base uma das obras mais estimulantes da exposição permanente de arte sacra da Capela do Espírito Santo dos Mareantes atribuída ao Mestre da Lourinhã.

1.º sábado de cada mês
Das 7 às 13h e das 14 às
20h

**Espaço Interpretativo
da Lagoa Pequena**

NAScer E PÔR DO SOL NA LAGOA PEQUENA

Entre junho e setembro, o primeiro sábado de cada mês no Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena “veste” um horário XL, para que o público possa observar a magia do nascer do sol, às 7 horas, ou a beleza do pôr do sol, às 20 horas. O caimão, o galeirão, o pato-real, a garça-vermelha, o chapim-de-poupa, o chapim-real, o guarda-rios, rouxinóis, estorninhos e mergulhões são algumas das espécies que podem ser observadas na Lagoa Pequena, a maior zona húmida da Península de Setúbal e um dos territórios de circula-

ção de aves mais importantes da Europa. O Espaço Interpretativo é composto por vários percursos e observatórios, que permitem apreciar uma grande variedade de aves que vivem e nidificam neste local. A diversidade de espécies de aves, a beleza da paisagem e as estruturas de acolhimento criadas oferecem as condições ideais para os amantes da observação de aves e da fotografia de natureza. Traga a máquina fotográfica e os binóculos e garantimos-lhe que não se vai arrepender de acordar mais cedo ou adiar a hora de jantar.





ACADEMIAS DE VERÃO

Inscrições até dia 10

Destinatários: jovens entre os 12 e os 18 anos

Valor: 40 euros/semana/academia

Condições e informações: www.sesimbra.pt

Concelho de Sesimbra

As Academias de Verão acontecem de 15 de julho e 9 de agosto e as inscrições estão a decorrer até 10 de junho. Dança, fotografia e vídeo, sensibilização ambiental, skate e grafitti, multimédia, desenho 3D e robótica, surf, skimming, bodyboard ou

paddle são as propostas das Academias que acontecem nas três freguesias do concelho. Cada Academia tem a duração de uma semana. Disponibilizar aos jovens do concelho várias atividades durante as férias de verão é o objetivo deste programa municipal.



BIBLIOTECA
MUNICIPAL
SESIMBRA



1 JUL a 5 SET 2024

BIBLIOTECAS

PRAIA
JARDIM
e
ecobiblioteca



SESIMBRA.PT

Mais Novos | famílias

FESTIVAL DA

PROGRAMA GERAL _ ESPAÇO

DIA 1 | SÁB

10H

ABERTURA OFICIAL

**Chegada das
Personagens Infantis**

Animação Musical

Tripa Mijona

10H

PASSEIOS DE BICICLETA

**Entra na Aventura e vai
de Cabelos ao Vento**

CrisAnima.pt

Valor: contribuição livre

SESSÕES

Forest School

**Sementes_Comunidade
Escola da Floresta**

Destinatários: crianças
dos 6 meses aos 10 anos

10H

OFICINA

Aqui Há... Veterinários

11H

**Roda de Capoeira
e Aula Aberta**

Alto Astral

12H

OFICINAS ARTÍSTICAS

**Aqui Há... Super Heróis
e Varinhas Mágicas**

14H

**Atividades Sensoriais,
Psicomotoras
e Linguísticas**

Centro Crescimento

14H

Onde está o Wally???

14.30H

PASSEIOS DE BICICLETA

**Entra na Aventura e vai
de Cabelos ao Vento**

CrisAnima.pt

Valor: contribuição livre

14.30H

WORKSHOP

Decoração de Bolachas

Andrea Rouleau

15H

**ANIMAÇÃO MUSICAL
Charanga do Rosário**

17H

**Artes Circenses
Andas e Malabarismo**
Pinóquio, Fun and Culture

17.30H

**Pinturas Faciais de
Crianças para Crianças**

19H

OFICINAS LIVRES

20H

ESPETÁCULO

**Bolhas de Sabão
Gigantes**

Pinóquio, Fun and Culture

21H

Encerramento

DIA 2 | DOM

10H

**ABERTURA DO FESTIVAL
Animação com D'Fiesta**

10H

**MOMENTOS
COM HISTÓRIAS**

Lambareiros

por Patrícia e Lília,
Associação PIPA

CRIANÇA

INFANTIL



DIAS 1 E 2 | SÁB E DOM | DAS 10 ÀS 21H

10H

OFICINAS LIVRES

10 E 14.30H

PASSEIOS DE BICICLETA Entra na Aventura e vai de Cabelos ao Vento

CrisAnima.pt

Valor: contribuição livre

10.30H

PRÁTICA EM FAMÍLIA Jardim da Imaginação

Obra literária A Joia Interior
por Ana Maria Soromenho
e Renato Veríssimo

11H

Desenho Criativo Centro Crescimente

11.30H

Workshop de Fantoques Thais Stierti

14.30H

Espectáculo de Magia Palhaça Mimi

15.30H

Ateliê de Barro Claúdia Vieira

15.30H

Onde está o Wally???

16H

Aula de Ballet para Todos Escola de Ballet da ACDC

16H

OFICINAS ARTÍSTICAS

Aqui Há... Reis e Rainhas Ateliê de Coroas Mickey e Minnie Ateliê de Bandoletes

17H

Desfile de Moda Infantil Miúdos da Vila

18H

Atuação da Associação Zana Batuta Êxitos da Disney

18H

ENCONTRO DE FUTEBOL Todos Diferentes, Todos Iguais

Inscrição: tenda Stand infantil

18H

Pinturas Faciais de Crianças para Crianças

19H

Ateliê de Culinária Bolachas

19H

OFICINAS LIVRES

21H

Encerramento

Parque Augusto
Pólvora, Maçã,
Sesimbra

Org.: JF Castelo

Mais Novos

ATÉ DIA 28

EXPOSIÇÃO
ITINERANTE
DE LIVROS
PARA A INFÂNCIA

FALAR DE... COMO CUIDAR DO NOSSO PLANETA

Destinatários: crianças, famílias
e profissionais ligados à infância.
Entidades promotoras: CMS/
Biblioteca Municipal e ELI de
Sesimbra

Projeto inserido no âmbito dos
Objetivos do Desenvolvimento
Sustentável

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

Org.: creches e jardins de infância
das IPSS do concelho

**DIA 1 | SÁB
DAS 9.30 ÀS 13H**

DIA MUNDIAL
DA CRIANÇA

A BICICLETA VAI AO PARQUE

**Atividade
de Aprendizagem
de Bicicleta**

Pinturas faciais

Destinatários: dos 4 aos 14 anos

**Parque da Vila,
Quinta do Conde**

DIA 1 | SÁB | 14.30H

ATELIÊ DE
VOLUNTARIADO

EU PELOS OLHOS DO OUTRO

por Sara Patrício

Aventura-te neste ateliê
aprendendo a trabalhar
a pares, explorando a
motricidade fina, as cores e a
criatividade.

Destinatários: crianças dos 3 aos
12 anos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIAS 1 E 2 | SÁB E DOM

FESTIVAL DA CRIANÇA

Parque Augusto Pólvora

Org.: JF Castelo

DIA 4 | TER | 15.30H

AQUI HÁ ESTÓRIA ...

O SR. CAVALO MARINHO

de Eric Carle

por Sofia Delfino

É mesmo verdade: acontecem
de facto coisas maravilhosas
no fundo do mar.

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

DIAS 4 E 18 | TER | 16.30H

ART&MANHAS

OFICINA

por Sofia Delfino

Lugar onde os artistas podem
dar asas à sua imaginação,
através da expressão
plástica, dramática, musical
e dos 5 sentidos. Forma de
a criança comunicar através
de uma linguagem verbal e
não-verbal, expressões que
exploram técnicas que ajudam
a promover a imaginação, a
curiosidade e as gargalhadas
na criança.

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

DIAS 6 E 20 | QUI | 11H

ESPAÇO BEBETECA

DO BERÇO ATÉ À LÚA...

por Sofia Delfino

Mas os bebés, não sabem ler!!!
Claro que sabem!!!

Desde tenra idade que os bebés
sabem ler imagens, expressões
faciais, cheiros, sabores, cores,
sons e muito mais.

No espaço Bebeteca, vamos
ativar os sentidos dos bebés,
para enriquecer o seu
crescimento e desenvolvimento,
introduzindo-os no Mundo.

Destinatários: bebés até aos 36
meses acompanhadas por um
adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**



DIA 2 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

SERÁ O MAR O MEU LUGAR COM ARTE

Museu Marítimo de Sesimbra

Nesta oficina direcionada para famílias, que tem como inspiração a leitura da história *Será o Mar o Meu Lugar*, de Sarah Roberts, o Serviço Educativo do Museu propõe a elaboração de um papagaio de papel, a partir

de materiais recicláveis.

No final, os participantes são convidados a expor o seu papagaio numa das salas do Museu, junto da exposição permanente, ligada ao mar.



DIAS 3, 17 E 24 | SEG | 10H

AQUI HÁ ESTÓRIA...

O CASO DO MISTERIOSO LADRÃO DE CORES

de Richard Byrne

por Sofia Delfino

Destinatários: comunidade escolar do pré-escolar,
1º e 2º ciclo do ensino básico

Inscrições: 21 210 22 31 / felisbela.delfino@cm-sesimbra.pt

Polo de Leitura da Quinta do Conde

OH, NÃO! Alguém anda a roubar os maravilhosos
desenhos dos paus de giz....

Anda daí e junta-te ao Sargento azul nesta investigação
bem colorida.

DIA 8 | SÁB | 11H

ESPAÇO BEBETECA

UM CONTO E DOIS PASSOS...

por Inês Santos

O contacto com o livro nos primeiros anos de vida da criança é fundamental, por isso venha até à biblioteca e alimente momentos únicos de aprendizagem, partilha e prazer, tudo em torno do livro e da leitura. O seu bebé será brindado com histórias coloridas, divertidas, com cheiros, sons e sabores... Histórias que o ajudam a crescer e promovem de forma harmoniosa a linguagem.

Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhadas por um adulto

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 8 | SÁB | 16H

OFICINA DO FAZ DE CONTA...

E porque a brincar também se aprende, na Oficina do Faz de Conta vais poder realizar muitas atividades divertidas onde a imaginação e a criatividade não conhecem limites! Expressão plástica, jogos, escrita criativa, música e movimento são algumas das propostas que vão ajudar-te a crescer mais feliz...

Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra



DIA 8 | SÁB | 15H

HORA DO CONTO

DE QUE TAMANHO É O MUNDO

de Britta Teckentrup

por Inês Santos

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

De que tamanho é o mundo? – é tudo o que a pequena toupeira tão corajosamente procura saber. Será pequeno... será grande? Ou será apenas uma questão de perspetiva?

História ritmada onde entram e saem personagens, numa tentativa de descoberta e conhecimento do mundo. As crianças são

estimuladas para um jogo de repetição e exploração de vários ambientes e animais, que se vão revelando à medida que a história vai sendo contada.

Vamos embarcar nesta maravilhosa viagem da conceituada autora e ilustradora Britta Teckentrup, com mais de 40 livros publicados e traduzidos em mais de 20 idiomas.

Mais Novos | Famílias

III FESTIVA DOS PAPAGA

ASSOCIAÇÃO CABEÇAS NO AR TE



L AIOS

Habitado às velas coloridas dos praticantes de kitsurf, o céu da Lagoa de Albufeira recebe, no dia 8 de junho, sábado, a partir das 10 horas, a terceira edição do Festival dos Papagaios, organizado pela Junta de Freguesia do Castelo. Polvos gigantes, peixes e várias personagens bem conhecidas do público vão prender os olhares até dos mais distraídos. O evento, que atraiu nas últimas edições dezenas de visitantes, inclui um ateliê de construção de papagaios, voo com papagaios estáticos e anéis rotativos gigantes, modelagem de balões e muitas surpresas para os mais novos.



DIA 8 | SÁB | DAS 10 ÀS 12.30 E DAS 14 ÀS 17.30H

Informações: 96 241
73 27 / [espaco.zambujal@](mailto:espaco.zambujal@jf-castelo.pt)
jf-castelo.pt

Lagoa de Albufeira

Org.: JF Castelo



DIA 9 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

JUNTOS POR UM MAR MAIS AZUL

Espaço Multiusos, Museu Marítimo de Sesimbra

Uma experiência única dedicada ao mar! Com o nosso Kit de Exploração vamos descobrir a diferença entre recursos do mar e lixo marinho, enquanto mergulhamos na sensibilização para a importância da proteção dos oceanos. Vai ser possível observar à lupa binocular amostras de areia e água do

mar, a missão é descobrir se encontramos microplásticos. De onde vêm? Para onde vão? Ainda a acrescentar a esta manhã, haverá uma oficina criativa. O lixo marinho encontrado nas praias, especialmente os plásticos, irá transformar-se numa verdadeira obra de arte. Seguimos juntos para tornar o mar mais azul!



comunidades-em-ação

SESIMBRA





Paulo Campos

DIA 15 | SÁB | DAS 10 ÀS 12.30H

MAMÍFEROS: ONDE ANDAM ELES QUE NÃO OS VEMOS?

Destinatários: famílias com crianças dos 6 aos 12 anos, amantes de natureza

Inscrições: até dia 10 (<https://forms.gle/baLQsxtFpGTiQRg6>)

Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

Org.: SPEA e CM Sesimbra

A volta da Lagoa Pequena vamos procurar indícios da presença de lontra, de geneta e outros bichos de pelo. Mas antes iremos aprender um pouco sobre eles e como os

encontrar no campo. A nossa atividade divide-se em duas partes, uma teórica e outra prática. Vem connosco aprender como procurar estes seres esquivos da natureza.



comunidades-em ação

SESIMBRA





DIA 22 | SÁB | 11H

YOGA COM CONTO INFANTIL

O COELHINHO BRANCO

de Antônio Torrado e Tânia Clímaco

pela Associação de Yoga de Sesimbra

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

O Yoga tal como a leitura preserva e mantém a flexibilidade, a criatividade e grande capacidade de aprendizagem da criança.

Vem desfrutar de uma aula de yoga, combinada com a maravilhosa história infantil *O Coelho Branco*.

DIA 15 | SÁB | 11.37H

HISTÓRIA

ERA UMA VEZ... AS CABRAS E A ABELHA

por Mafalda Duque

Era uma vez ... é o momento do conto, encenado através de personagens feitas de lã, à mão, pela Mafalda. Com histórias inspiradas na natureza e nas estações do ano em que nos encontramos. No final, a Mafalda propõe uma atividade inspirada na história contada.

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 15 | SÁB | 14.30H

ATELIÊ DE
VOLUNTARIADO

ANIMAIS DO MAR **por Daniela Reis**

Com a chegada do verão vem explorar as cores, as texturas, criando vários animais marinhos com diversos materiais do dia-a-dia.

Destinatários: crianças
dos 3 aos 12 anos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIA 18 | TER | 15.30H

AQUI HÁ ESTÓRIA...

UM DIA O PINCEL **de Guida Pina e Cláudia Alves**

por Sofia Delfino

Uma história contada em verso sobre um pincel que se cansa das cores, mas descobre que o mundo sem cor não tem graça nenhuma.

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

DIA 22 | SÁB | 10.43H

HISTÓRIA E ATIVIDADE
DE PINTURA

TUBARÕES HÁ MUITOS!

Nani e Leonor
"duas avós inquietas"

Uma história contada por duas avós inquietas usando como recurso o retroprojetor, acetatos coloridos e figuras em cartolina.

Atividade: exploração das potencialidades expressivas do retroprojetor e construção de figuras tri e bidimensionais (com a colaboração dos pais).

Destinatários: crianças
entre os 4 aos 8 anos

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 22 | SÁB | 14.30H

ATELIÊ EM FAMÍLIA

CHAPÉU SARDINHA - 2 EM 1!

Cria o teu chapéu em forma de sardinha para os Santos Populares.

Destinatários: famílias

Inscrições: até dia 20 (96 241 73 27
/ espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

DIA 27 | QUI | 15.30H

À VONTADE DO FREGUÊS...

por Sofia Delfino

Vem ajudar a escolher! Uma vez que existe uma imensidão de livros que tratam da mesma temática e que os leitores, podem e devem ter preferências, damos a oportunidade de entre uma seleção mensal de livros, que sejam os próprios a escolher a estória/história que se vai contar.

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

Mais Novos

DIA 28 | SEX | 15H

SESSÃO DE
ESCLARECIMENTO/
WORKSHOP

TEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

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

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

Inscrições:
joao.bizarro@cm-sesimbra.pt

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 29 | SÁB | 10.37H

MERGULHAR

LABORATÓRIO DE CRIAÇÃO COM A INFÂNCIA

por Ricardo
Guerreiro Campos

Mergulhar é um laboratório de criação e experimentação artística com a infância que surge no Grémio no sentido de reforçar, em continuidade, a relação do espaço com todas as infâncias.

No seu poema *As Cem Linguagens da Criança*, Loris Malaguzzi, reforça as potencialidades expressivas e comunicativas da criança como um todo, valorizando as inúmeras possibilidades de investigação a partir daquilo que o seu corpo é capaz de sentir e experienciar. Neste sentido, as diferentes práticas

artísticas (Artes Visuais, Jogo Dramático/Teatro, Música e Dança), que integram a exploração das possibilidades expressivas do som, do corpo, da voz, da imagem são meios de desenvolvimento da criatividade e da empatia, dos sentidos estéticos e críticos, fundamentais para um crescimento integral da criança.

Destinatários: crianças entre os 4 aos 8 anos

Inscrições: clube.sesimbrense@gmail.com

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 29 | SÁB | 14.30H

ATELIÊ DE
VOLUNTARIADO

BALÃO DE AR QUENTE

por Joana Marquês

Aventura-te a construir um pequeno balão de ar quente, onde a imaginação e a criatividade não tem limites...

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

**SEGUNDA A SEXTA |
DAS 18 ÀS 19H**

CURSO DE INGLÊS CERTIFICADO PELO CAMBRIDGE

Destinatários: crianças e jovens dos 6 aos 18 anos

Valor: desde 60 € + IVA (mensal)

Inscrições: 91 152 76 65 /
innestudos@gmail.com

Observações: é feito um pequeno teste de escolha múltipla para determinar o nível em que os alunos se encontram

Condições de participação: mínimo 4 alunos por nível

**Rua do Valparaíso,
n.º 5, Sesimbra**

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

**TERÇAS | DAS 18.30
ÀS 19.30H**

MÚSICA ENTRE NÓS CORO INFANTIL

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

Inscrições: 96 241 73 27
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: JF Castelo



QUARTAS | 10.30H

ESPAÇO

AQUI BRINCAMOS TODOS

pela Biblioteca Municipal de Sesimbra e ELI/Cercizimbra

Com 18 anos de parceria, a Biblioteca Municipal e a ELI/Cercizimbra dinamizam semanalmente, este projeto destinado a famílias com crianças até aos seis anos que não frequentem equipamentos educativos. Um espaço onde acontecem atividades de expressões artísticas integradas, onde se ouvem e se contam histórias, se partilham as experiências educativas, as vivências e as preocupações das famílias.

Destinatários: famílias com crianças até aos 6 anos

Biblioteca Municipal de Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e em parceria com a ELI/Cercizimbra

ESPAÇO

NO TEU ESPAÇO

AS SETES CAMAS DO ARGANAZ

de Susanna Isern

Destinatários: jardins-de-infância da rede pública e privada e escolas básicas da freguesia do Castelo

Org.: JF Castelo



QUARTA E QUINTA | 10.30 E 14H

ONDAS DE PALAVRAS

BIBLIOTERAPIA

por Cristina Saraiva

Destinatários: crianças e jovens dos 4 aos 15 anos

Inscrições: cristina.saraiva@cm-sesimbra.pt

DIAS 5, 12 E 19 | QUA | 10.30H

Polo de Leitura da Quinta do Conde

DIAS 6, 13, 20 E 27 | QUI | 10.30 E 14H

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

A teliê inspirado nas obras *O que Vês em Ti?*, de Kobi Yamada e Elise Hurst, e *Quando for Grande Quero Mudar o Mundo*, de Diana Silva, Liliana Ribeiro e Oupas Design. Fomentar a leitura em qualquer idade é sempre sinónimo de enriquecimento, mas incentivar esse hábito desde cedo é uma garantia total de um futuro melhor! Uma criança que lê vai tornar-se um adulto com ideias próprias e uma mentalidade firme, capaz de questionar o que a cerca e de compreender mais facilmente o seu lugar no mundo. Uma criança que lê será livre para sempre!



▲ Fotografia de grupo na Rua dos Pescadores, 1955 | CHMS.G.G.04 FOTO1 | Coleção Histórica Município Sesimbra (CHM)





MS). A fotografia está disponível no repositório digital do Arquivo Municipal (arquivo.cm-sesimbra.pt).

As crianças da Rua

É desconhecida a ocasião em que esta fotografia foi captada, mas tudo indica que teve como único objetivo registar as dezenas de crianças e jovens que viviam na Rua dos Pescadores ou que a escolhiam para brincar. Sete décadas depois, alguns destes amigos voltaram a encontrar-se no mesmo local, para assinalar o Dia Mundial da Criança e recordar as brincadeiras e peripécias vividas naquela altura, e que deixam a todos muitas saudades.

Rosalina Cagica faz 72 anos no dia 1 de junho, e apesar de naquele tempo não comemorar o aniversário, recorda-se bem das brincadeiras. «Enrolávamos um bocado de flanela numa pedra e fazíamos de conta que era uma boneca, jogávamos às pedrinhas e à macaca e saltávamos à corda».

Hélia Rosa, 72 anos, uma das melhores amigas de Rosalina, não morava na Rua dos Pescadores, mas era aqui que passava a maior parte do seu tempo. «Íamos para a praia jogar às escondidas, brincávamos dentro das aiolas, nadávamos até às armações e dávamos mergulhos». São muitas as lembranças, mas há um episódio especial, que as deixa a chorar a rir: «Eramos pequenas e fomos as duas para os carrinhos de choque, mas bateram-nos com tanta força, que quase

íamos partindo os dentes».

Elisa Cagica, 87 anos, tem «muitas saudades» da sua infância. «Em troca dos recados que levava ao namorado de uma amiga mais velha, ele dava-me as aparas da madeira para pôr no cabelo e fazer de conta que eram saca-rolhas», recorda. «Eras a minha filha», diz, apontando para a amiga Rosa Maria Mota, 82 anos, com quem cresceu e brincou. «E o teu sobrinho, que fazia de meu filho, ainda hoje, quando me encontra, fala das nossas brincadeiras», refere Rosa. «São tempos que nos deixam muitas saudades». Basiliano Soro-menho, 86 anos, tem de passar todos os dias pela Rua dos Pescadores. «Eramos uma grande família», afirma. Gracinda Baeta, 76 anos, recorda-se de brincar aos «comerinhos» nas escadas

a dos *Pescadores*



da avó. «Quem tinha mais posses ia a casa buscar alguma coisa para podermos cozinhar». Havia sempre alguém para brincar na rua. «Com redes fazíamos véus de noiva e as latas de conservas eram os nossos brinquedos», revela. «Era uma rua pobre, mas muito divertida», garante Rosalina. «A minha irmã fazia-me caracóis com bocadinhos de trapo, e depois molhava-me a cabeça com chá», descreve. Segundo António Cagica, 71 anos, era na rua que se pas-

sava a maior parte do tempo. «Jogava à rolha, ao alho, ao palito, às escondidas e à carica pelo passeio da rua do hotel espadarte». Ao contrário dos dias de hoje, «fazíamos os nossos brinquedos e dávamos muito valor ao que tínhamos». Nos Santos Populares, a Rua dos Pescadores ganhava ainda mais vida. «Era uma animação», revela Basiliano. «Íamos apanhar alecrim, pedíamos dinheiro para ajudar a comprar as resmas de papel e ficávamos acordados até de manhã».

contactos ÚTEIS

EQUIPAMENTOS E SERVIÇOS MUNICIPAIS

Arquivo Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 86 71

E-mail:

arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt

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

Balcão Único de Serviços Sesimbra

Rua da República, 3, 2970-741

Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal,

Av. Manuel de Arriaga

2975-337 Quinta do Conde

Tel.: 21 801 56 12

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

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

BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93

Horário: 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,
sábados, das 10 às 18h (as salas do
piso 1 e piso 2 encerram das 13 às 14h)

Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido do Reis, n.º 17

2970 - 724 Sesimbra

Tel.: 21 014 94 61 / 21 014 92 24

E-mail: museu@cm-sesimbra.pt

Horário: todos os dias,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Castelo de Sesimbra

Rua de Sta. Maria do Castelo,

Corredoura, 2970 - 063 Sesimbra

Tel.: 21 228 82 06 / 21 240 01 56

E-mail: museu@cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a domingo,
das 7 às 19h

Centro de Apoio à Empregabilidade e Formação

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

Tel.: 21 014 92 09 / 93 998 27 74

E-mail: gjp.qtaconde@gmail.com

Horário: segunda a sexta, das 14 às 17h

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

Cineteatro 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: quarta a sábado, das 16 às 20h

Em dias de espetáculo/cinema, a
bilheteira abre 1 hora antes do início
do espetáculo/cinema e encerra 30
minutos após o início dos mesmos.
Quando o espetáculo/cinema é às
12.30h, a bilheteira encerra entre as
19.30 e as 20.30h. As reservas de
bilhetes têm de ser levantadas com
48 horas de antecedência.

Espaço Cidadania - CLAI

Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 06

Horário: terça a sexta, das 9 às 12h

Sesimbra

Tel.: 93 801 01 40 / 21 223 40 83

21 228 82 37 (Ação Social)

Horário: segundas,
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: 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

Espaço Solidário

Cotovia

Tel.: 21 015 66 80

Horário: segunda a sexta,
das 9 às 12 e das 14 às 17h

Quinta do Conde

Tel.: 21 210 94 91 / 93 998 06 21

Horário: terça a sexta,
das 9 às 12 e das 14 às 17h

Espaço Zambujal

Tel.: 21 268 27 53 / 96 241 73 27

E-mail: espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Site: www.espaco-zambujal.blospot.com

Horário: terça a sábado,
das 10 às 13 e das 14 às 18h

Fortaleza de Santiago

Horário: das 9.30 às 20h

Gabinete de Inserção Profissional

Sesimbra

Bairro de Argêis, FORMAR,

Tel.: 21 228 10 27 / 93 998 06 17

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

Centro de Recolha Oficial de Animais de Companhia de Sesimbra

Rua das Esmeraldas, Pinhal do Cabedal

2970 Sesimbra

Tel.: 93 998 20 40 / 21 400 35 25 / 21
013 82 03

E-mail: veterinario@cm-sesimbra.pt

Horário: segunda a sexta,
das 9 às 12 e das 14.30 às 17h

Gabinete Médico-veterinário Municipal

Posto Veterinário Municipal

Tel.: 21 228 85 62 / 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

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
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário: de quarta a domingo,
das 9 às 13 e das 14.30 às 17.30h

Museu Marítimo de Sesimbra

Fortaleza de Santiago
Rua da Fortaleza, 2970 – 738
Sesimbra
Tel.: 93 842 74 79
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Site: museusesimbra.pt
Horário: de terça a domingo,
das 10 às 12.30 e das 15 às 17.30h

Parque Augusto Pólvora

Avenida D. Manuel da Silva Martins
Horário: das 8 às 21h

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.: 21 228 86 27 (portaria)
21 011 72 79 (gabinete técnico)

Pavilhão Municipal de Sampaio

Tel.: 21 228 85 51 (portaria)
21 228 85 52 (gabinete técnico)

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: segunda a sexta,
das 9 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

Parque Augusto Pólvora, Maça
Tel.: 21 228 86 35 / 93 998 25 96
E-mail: juventude@cm-sesimbra.pt

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: 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: 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: jf-santiago.pt

COMUNICAÇÃO SOCIAL

Comércio do Seixal e Sesimbra

Tel.: 21 099 16 83 / 96 985 68 02

Sesimbra FM

Tel.: 21 086 84 59

O Sesimbrense

Tel.: 21 223 31 33

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
Piquete da Quinta do Conde
Tel.: 21 228 84 50

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 / 93 998 25 39
E-mail: cpcj.sesimbra@cnpdpcj.pt

Cruz Vermelha Portuguesa

(sede - Seixal)
Tel.: 21 222 77 46

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

GNR

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

Raúl 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)

21 228 85 00 (opção 3)

Polícia Marítima

Tel.: 91 849 80 53

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

SESIMBRA

1 a 30
JUNHO



SANTOS POPULARES

Animação Musical 2024
Arraiais

Marchas
Populares

Tasquinhas

Ruas
Ornamentadas

SESIMBRA

Em parceria com:

Junta de Freguesia
Santiago
SESIMBRA



Paróquia
Castelo
Junta de Freguesia

PROGRAMA COMPLETO EM



www.sesimbra.pt