

An aerial photograph of a sandy beach. In the top right, a person is lying on the sand with a blue beach umbrella. In the center, two people are sitting on the sand near a yellow beach ball. The bottom of the image shows the blue ocean with white foam from a wave.

# S'A

SESIMBRA CONTECE

198 · JUL | AGO'24

ANIMAÇÃO DE VERÃO

Feira do Livro

Carnaval de Verão

ZIMBRAMEL

**Ciclo de Óscares 6**

**14**  
**Carnaval  
de Verão**

**34**  
**feira do livro**

**Zimbramel 36**

**58** **Mercearia ideal**

**bibliotecas de praia 54**

# Índice

**Sesimbra bilhete-  
-postal 74**

**Contactos  
Úteis 78**

**Cinema 6**

**Música 14**

**Comemorações 27**

**teatro 28**

**dança 29**

**Conferências  
tertúlias 30**

**caies 32**

**Cursos  
Oficinas 32**

**leituras 33**

**Exposições 38**

**feiras 39**

**desporto 39**

**ar livre 42**

**Corpo e Mente 51**

**Visitas 58**

**Mais Novos 62**

**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](mailto: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.



▲ Praia do Meco

# 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** Sérgio Carvalho **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



# edi TORIAL

## Dois meses com muita an

Em julho e agosto, a Câmara Municipal de Sesimbra volta a reforçar a oferta cultural para responder à maior disponibilidade dos munícipes, devido aos períodos de férias, e também ao grande número de turistas que procura o concelho nesta altura do ano. Parque da Vila, na Quinta do Conde, e Fortaleza de Santiago, em Sesimbra, voltam a ser os dois palcos principais das noites amenas de verão.

A música assume papel de destaque em ambos os casos, com propostas que cruzam vários estilos, desde fado à bossa nova, passando pelas bandas de tributo e pelo jazz. A animação de verão é um projeto que a autarquia desenvolve há vários anos e que leva ao espaço público um conjunto de espetáculos de qualidade que juntam, normalmente, muito público. São uma forma de aproximar a cultura dos cidadãos e de lhes proporcionar momentos

de lazer perto de casa, de forma gratuita. Durante este período, o Cineteatro Municipal volta a apresentar o Ciclo de Óscares, filmes premiados pela academia este ano. Quem não teve oportunidade de ver alguns dos grandes sucessos de bilheteira, pode fazê-lo em Sesimbra durante o verão por valores bastante simpáticos.

Outro dos marcos da programação é o Carnaval de Verão, que transporta para uma noite quente de julho os ritmos e a emoção dos grandes desfiles de Carnaval de Sesimbra. As escolas e grupos esmeram-se e apresentam um desfile de grande beleza, que atrai à vila de Sesimbra milhares de pessoas. Os ritmos brasileiros prosseguem com a 10.<sup>a</sup> edição do MegaSamba, uma organização da Escola de Samba Bota. O evento, que assinala uma década este ano, já cruzou fronteiras e é uma referência



**Francisco Jesus** | Presidente da Câmara Municipal

# imação de verão

mundial neste género de música. A leitura faz também parte das férias de verão, e em Sesimbra as Bibliotecas de Praia levam os livros até ao areal, para todos os que queiram pôr a leitura em dia no período de descanso. Para além disso, dinamizam uma série de atividades destinadas a crianças e jovens. No mesmo âmbito, a Feira do Livro de Sesimbra é já uma presença assídua nesta altura do ano. Durante cerca de um mês, os grandes títulos e todas as novidades estão a preços bastante convidativos na Praça da Califórnia, a um passo da praia. A ZimbraMel, Feira do Mel da Península de Setúbal, completa 25 anos. Já se realizou no Castelo de Sesimbra, no Cabo Espichel, até que se fixou no Parque Augusto Pólvora, onde público e produtores têm melhores condições. É uma feira que promove a atividade apícola e, para

além do mel, que é a estrela do evento, há diversos derivados da apicultura, que nos surpreendem pela variedade e pelas capacidades deste pequeno inseto. Apesar de não ser uma organização da Câmara Municipal, refiro, pela sua importância, mais uma edição do Super Bock Super Rock, na Herdade do Cabeço da Flauta. É um dos grandes eventos do município, que traz todos os anos grandes nomes da música mundial e atrai ao concelho milhares de visitantes, contribuindo para a promoção de Sesimbra, não só como destino turístico, mas também como terra com qualidade de vida e onde é bom viver. Aqui ficam as propostas que lhe fazemos para o verão em Sesimbra. Entre um mergulho e um petisco, assista a um espetáculo, dê um pezinho de dança ou leia um livro à beira-mar.



Neste verão, os Óscares estão de regresso a Sesimbra nas noites de domingo. Pela tela do Cineteatro Municipal João Mota vão passar alguns dos filmes que marcaram uma das cerimónias mais aguardadas do cinema. Depois de *Napoleão*, de Ridley Scot, e interpretado pelo talentoso Joaquin Phoenix, é exibido *Pobres Criaturas*, vencedor nas categorias de Melhor Atriz (Emma Stone), Melhor Design de Produção, Melhor Maquilhagem e Cabelos e Melhor Guarda-roupa. O cartaz de julho fica completo com *Vidas Passadas*, nomeado nas categorias de Melhor Filme e Melhor Argumento Original, e *Eu, Capitão*, que concorreu na categoria de Melhor Filme Internacional.

Nos domingos de agosto os eleitos são *A Cor Púrpura*, um filme musical nomeado na categoria de Melhor Atriz Secundária, *A Zona de Interesse*, vencedor do óscar de Melhor Som, *Os Excluídos*, que arrecadou a estatueta de Melhor Atriz Secundária (Da'Vine Joy Randolph) e *Anatomia de uma Queda*, vencedor na categoria de Melhor Argumento Original.

Mais informações



Bilhete: 3,5 €\*

**Cineteatro  
Municipal João  
Mota, Sesimbra**

# CICLO DE ÓSCARES



7 JUL | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

# NAPOLEÃO

de Ridley Scott, com Joaquin Phoenix, Mark Bonnar, Ludivine Sagnier, Rupert Everett, Vanessa Kirby  
Biografia/Histórico; GB, EUA; 158 min; 2023; M/14

Nomeado nas categorias de Melhor Figurino,  
Melhor Design de Produção e Melhores Efeitos Visuais.

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

**N**apoleão é um filme épico, repleto de ação, que acompanha a ascensão e queda do icónico imperador francês Napoleão Bonaparte, interpretado por Joaquin Phoenix. Com cenários deslumbrantes, caraterísticos do “grande” cinema, orquestrados pelo lendário realizador Ridley Scott, o filme

apresenta a implacável subida ao poder de Napoleão através da viciante e volátil relação com o seu único e verdadeiro amor, Josephine, enquanto expõe a sua visão militar e as suas táticas políticas, através das sequências de batalha mais empolgantes alguma vez filmadas.





14 JUL | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

# POBRES CRIATURAS

de Yorgos Lanthimos, com Emma Stone, Mark Ruffalo,  
Willem Dafoe, Vicki Pepperdine, Carminho

Romance/Comédia; UK/EUA; 141 min; 2023; M/16

Vencedor nas categorias de Melhor Atriz (Emma Stone), Melhor Design  
de Produção, Melhor Maquilhagem e Cabelos e Melhor Guarda-Roupa.

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Do cineasta Yorgos Lanthimos e da produtora Emma Stone, chega a história incrível e fantástica evolução de Bella Baxter (Stone), uma jovem trazida de volta à vida pelo brilhante e pouco ortodoxo cientista Dr. Godwin Baxter (Willem Dafoe). Sob a proteção de Baxter, Bella está ansiosa para aprender.

Faminta pelo mundo que a rodeia, foge com Duncan Wedderburn (Mark Ruffalo), um advogado astuto e perverso, numa aventura turbulenta pelos continentes, com paragem em Lisboa. Livre dos preconceitos da sua época, Bella cresce firme no seu propósito de defender a igualdade e a libertação.



21 JUL | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

## VIDAS PASSADAS

de Celine Song, com John Magaro, Greta Lee, Moon Seung-ah, Teo Yoo  
Romance/Drama; KOR/EUA; 105 min; 2023; M/12

Nomeado nas categorias de Melhor Filme, Melhor Argumento Original

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Nora (Greta Lee) e Hae Sung (Teo Yoo), dois amigos de infância com uma ligação profunda, são separados quando a família de Nora emigra da Coreia do Sul. Duas décadas mais tarde, reencontram-se em Nova Iorque durante uma semana fatídica, onde confrontam noções de destino, amor e as escolhas que fazem uma vida, neste comovente romance moderno.



28 JUL | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

## EU, CAPITÃO

de Matteo Garrone, com Seydou Sarr, Moustapha Fall, Issaka Sawagodo, Hichem Yacoubi, Aventura/Drama; ITA, BEL, FRA; 121 min; 2023; M/12

Nomeado na categoria de Melhor Filme Internacional

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

*Eu, Capitão* é a história épica de um rapaz que, na companhia do primo, decide abandonar Dakar, no Senegal, para alcançar a Europa. Uma odisseia contemporânea que o leva a ter de ultrapassar uma série de obstáculos, passando pelo processo de ser humano a bem descartável, depois a animal e, por fim, a herói. Uma grande aventura por entre os perigos do deserto, do mar, das ambiguidades e das contradições dos seres humanos, na qual os sonhos, a esperança e as ambições das personagens principais se transformam numa luta pela sobrevivência onde não há espaço para qualquer piedade. Inspirado em histórias verdadeiras e míticas, Matteo Garrone conduz-nos numa odisseia profundamente comovedora.



4 AGO | DOM | 21H  
CICLO DE OSCÁRES

## A COR PÚRPURA

de Blitz Bazawule, com Halle Bailey, Elizabeth Marvel, Taraji P. Henson  
Drama/Musical; USA; 141 min;  
2023; M/12

Nomeado na categoria de Melhor Atriz Secundária (Danielle Brooks)

\*Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

**A** *Cor Púrpura* é um filme musical baseado no romance homónimo de Alice Walker. A história é contada a partir das cartas escritas por uma jovem. Celie (Fantasia Barrino) é uma mulher afro-americana que vive no sul dos Estados Unidos no começo do século XX. Ela tenta superar os traumas deixados pelos abusos do pai e do marido ao longo dos anos e, para isso, contará com o apoio e a força de um grupo de mulheres que constrói uma irmandade.



11 AGO | DOM | 21H  
CICLO DE OSCÁRES

## A ZONA DE INTERESSE

de Jonathan Glazer, com Sandra Hüller, Freya Kreutzkam, Christian Friedel, Ralph Herforth  
Guerra/Musical; GB, POL, EUA;  
104 min; 2023; M/12

Vencedor na categoria de Melhor Som

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

**O** comandante de Auschwitz, Rudolf Höss, e a mulher, Hedwig, esforçam-se para construir uma vida de sonho para a sua família numa vivenda ajardinada ao lado do campo. Mas o que acontece quando descobrem quem verdadeiramente são? E como é que lidam com essa revelação? Intrépido e original, e um dos mais polémicos romances das últimas décadas, *A Zona de Interesse* é uma violenta e obscura história de amor que se desenrola num cenário do mais puro mal - o campo de extermínio de Auschwitz -, bem como uma viagem às profundezas e contradições da alma humana.



# CINETEATRO MUNICIPAL JOÃO MOTA SESIMBRA

\*

Bilhete: 3,5 €

Estudantes até aos 25 anos

e maiores de 65 anos: 2,45 €

Crianças até aos 12 anos: 1,75 €

## BILHETEIRA

### SESIMBRA

Cineteatro Municipal João Mota

Avenida da Liberdade,  
46, 2970-762 Sesimbra

**QUARTA A SÁBADO, DAS 16 ÀS 20H**

Em dias de espetáculo ou cinema, abre uma hora antes do início da sessão e encerra 30 minutos após o início da mesma

### QUINTA DO CONDE

Balcão Único de Serviços

**SEGUNDA A SEXTA, DAS 8 ÀS 19H**  
**SÁBADO, DAS 8. 30 ÀS 13H**

Reservas e informações: 21 223 40 34  
reservas.cineteatro@cm-sesimbra.pt

### ONLINE

ticketline.sapo.pt



18 AGO | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

## OS EXCLUÍDOS

de Alexander Payne,  
com Paul Giamatti, Da'Vine Joy  
Randolph, Dominic Sessa

**Comédia; EUA; 133 min;  
2023; M/12**

**Vencedor na categoria de Melhor Atriz  
Secundária (Da'Vine Joy Randolph)**

Bilhete: 3,5 €\*

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

Do aclamado realizador Alexander Payne, *Os Excluídos* acompanha um professor rabugento (Paul Giamatti) de uma prestigiada escola americana, que é obrigado a ficar no campus durante as férias de Natal para cuidar dos poucos alunos que não têm para onde ir. Entretanto, cria uma improvável amizade com um desses alunos - um jovem problemático e inteligente (o estreante Dominic Sessa) - e com a cozinheira-chefe da escola, que acabou de perder um filho no Vietname (Da'Vine Joy Randolph).



25 AGO | DOM | 21H

CICLO DE OSCÁRES

## ANATOMIA DE UMA QUEDA

de Justine Triet, com Sandra Hüller, Samuel Theis,  
Swann Arlaud, Milo Machado Graner

Drama; FR; 150 min; 2023; M/12

Vencedor na categoria Melhor Argumento Original

Bilhete: 3,5 €\*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Sandra (Sandra Hüller), uma escritora alemã, o seu marido francês Samuel (Samuel Theis) e o filho Daniel (Milo Machado Graner), de 11 anos, vivem um ano de forma isolada numa cidade remota dos Alpes franceses. Quando Samuel é encontrado morto na neve, caído do chalé, a polícia questiona se terá cometido suicídio ou se foi assassinado. Perante a tese de homicídio, Sandra torna-se a principal suspeita. Pouco a pouco, o julgamento irá revelar-se não apenas uma investigação das circunstâncias da morte de Samuel, mas uma inquietante viagem psicológica às profundezas da relação conflituosa do casal.



31 AGO | SÁB | 21.30H

## CINEMA NA PRAÇA

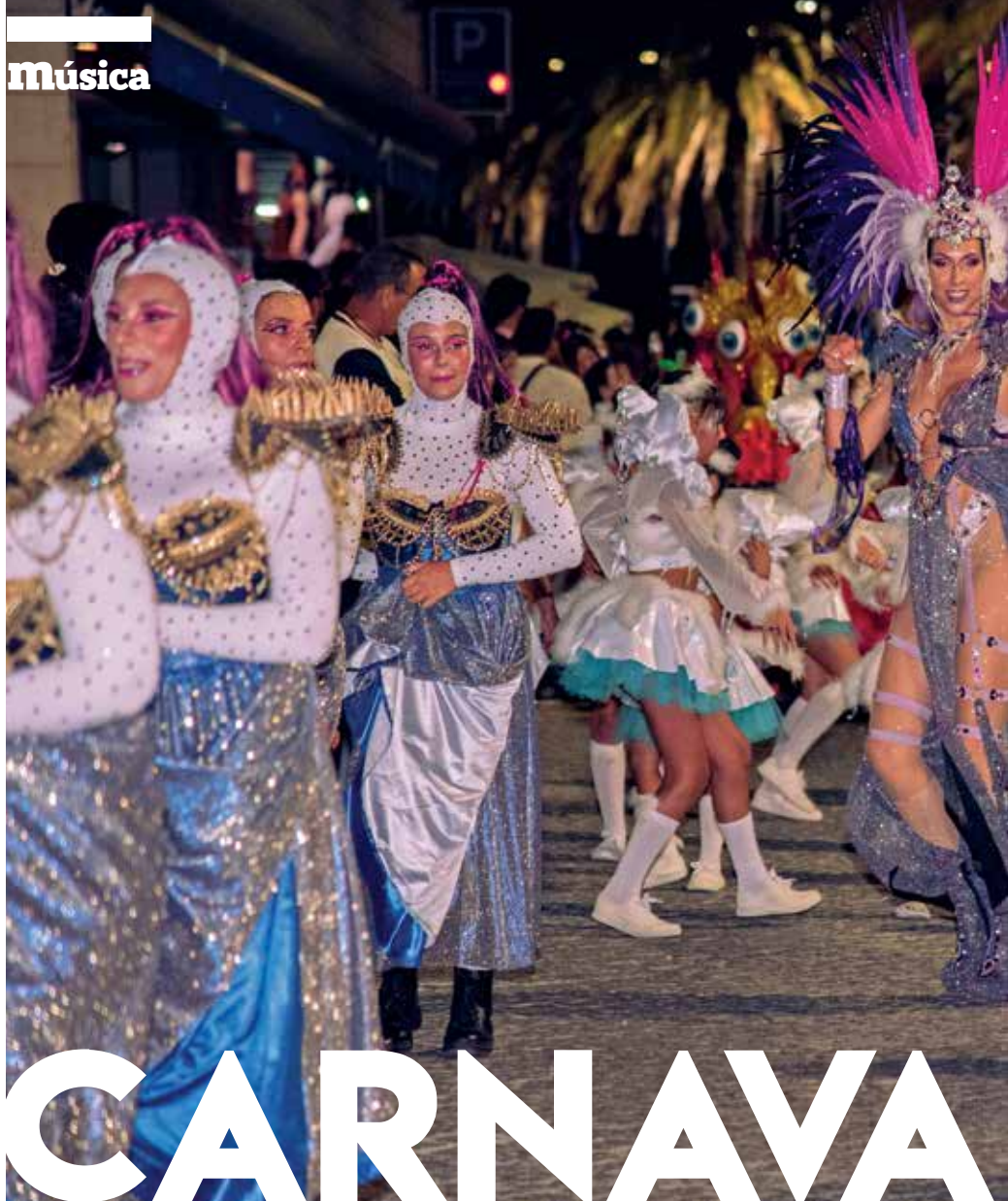
Noite de Cinema  
ao Ar Livre

Parque Augusto Pólvora,  
Maçã

*Barbie*, *GRU – O Maldisposto* 4 ou *IF: Amigos Imaginários* são alguns dos filmes que fazem parte do cartaz Cinema na Praça Continente 2024, que vai voltar a trazer ao Parque Augusto Pólvora, na Maçã, a magia da sétima arte. A sessão de cinema ao ar livre é composta por uma plateia de cerca de 400 lugares.

A iniciativa é promovida pelo Continente, com o apoio da Câmara Municipal de Sesimbra e Junta de Freguesia do Castelo.





# CARNAVA

**E**m julho, as seis escolas de samba e os dois grupos de axé voltam à rua para protagonizar um dos grandes acontecimentos de Sesimbra - o Carnaval de Verão. Mesmo quando

o tempo não ajuda, esta é, sem dúvida, uma das noites mais quentes da vila de Sesimbra. A Marginal volta a encher-se de plumas, ritmo e uma alegria contagiante, que só quem desfila ou assiste é capaz

27 JUL | SÁB | 21.30H

Praça da Califórnia,  
Avenida 25 de Abril  
e Largo de  
Bombaldes,  
Sesimbra

# L DE VERÃO

de sentir. Considerado um dos carnavais mais bonitos do país, Sesimbra apresenta, nesta altura do ano, um desfile que pretende celebrar o verão e mostrar algumas das fantasias que mais se destacaram em

fevereiro. O percurso começa na Praça da Califórnia, passa pela Avenida 25 de Abril e termina no Largo de Bombaldes. A Marginal é percorrida por centenas de foliões e por milhares de pessoas a assistir.



**música**

# ANIMAÇÃO DE VERÃO



Programa



# NAS NOITES

O Parque da Vila, na Quinta do Conde, e a Fortaleza de Santiago, na vila de Sesimbra, voltam a ser os grandes palcos da Animação de Verão, um cartaz onde a música tem papel de destaque. O programa arranca com João Lara, o primeiro bailarino português de flamenco premiado em Espanha, depois seguem-se os D’Fiesta, que percorrem os largos mais importantes da vila de Sesimbra, e os Bootleg Covers, que inauguram o palco do Parque da Vila. O espetáculo de dança (*Desliga-te*), dos MGBBoos, acontece em Sesimbra e na Quinta do Conde. O Festival de Folclore, que este ano comemora dez edições, é uma das noites mais aguardadas. Dinamizado pelo Grupo Folclórico de Sesimbra, conta com a presença dos ranchos folclóricos Os Camponeses do Freixo e Os Fontineiros da Maia. O concerto de verão com os grupos das freguesias de Santiago

e Castelo, a Noite de Fados *Al Mouraria* ou a atuação dos Água Luza são alguns dos concertos que decorrem na semana de 12 a 25 de julho, e fazem parte das comemorações das Festas de Santiago. A programação de julho termina com *Moon Light*, da Mãozorra Teatro de Marionetas, que promete surpreender o público que passeia pela Marginal de Sesimbra. Em agosto, há Bossa Nova, com Joana Rodrigues, Samba do Morro da Marconi, um projeto do músico sesimbrense Ricardo “Chora”, a estreia de Ivo Palitos a solo, Eterna Galé, Noites de Fado e vários concertos de tributo. Os espetáculos são gratuitos e acontecem às 22 horas, às quartas e sextas, na Fortaleza de Santiago, e aos sábados, no Parque da Vila. Seja num dos espaços mais emblemáticos da vila de Sesimbra ou no jardim, aproveite as noites mais quentes do ano para sair de casa e assistir às dezenas de propostas do programa.

JUL E AGO | QUA, SEX E SÁB | 22H



D.R.

**10 E 20 JUL**

ANIMAÇÃO DE VERÃO

# **(DES)LIGA-TE**

**MGB00S**

**10 JUL | QUA | 22H**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

**20 JUL | SÁB | 22H**

**Parque da Vila, Quinta do Conde**

«Este espetáculo tem como objetivo chamar à atenção de que por vezes temos de (des)ligar. Que o botão on e off tem de ser pressionado quando sentimos essa necessidade. Por vezes, há ameaças que estão disfarçadas de boas intenções e é aqui que temos de agir. Nas várias fases deste projeto

coreográfico e musical, vamos passar através da dança várias dinâmicas que representam os perigos inerentes ao mundo digital, as dependências, o isolamento, a não interação pessoal, o trabalho compulsivo, entre outras performances que vão ser apresentadas. E tu? De que é que gostavas de te des...ligar?»



5, 6 E 7 JUL | SEX,  
SÁB E DOM

## **XVII ARRAIAL DO CARACOL**

SEXTA, ABRE ÀS 20H

**Carla Carapeto**

SÁBADO, ABRE ÀS 19H

**Tokamar**

DOMINGO, ABRE ÀS 19H

**Nuno Ropio**

Recinto da Igreja de N. Sra.  
da Boa Água, Quinta do Conde

Org.: CNE - Agrupamento 718  
Quinta do Conde

5 JUL | SEX | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## **MÚSICA AO LARGO COM OS D'FIESTA**

Largo do Município, Largo  
José António Pereira, Largo  
da Marinha e Largo de  
Bombaldes, Sesimbra

6 JUL | SÁB | 21.46H

MÚSICA

## **JOÃO MENEZES**

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

6 JUL | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## **BOOTLEG COVERS**

Parque da Vila,  
Quinta do Conde



17 JUL | QUA | 22H

FESTAS DE SANTIAGO

## **NOITE DE FADOS**

**Al Mouraria**

**Valentim Filipe, guitarra portuguesa**

**Tatiana Pinto, voz**

**Teresa Viola, voz**

**Tiago Valentim, viola fado**

**Diogo Dias, contrabaixo**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra

Realizado pelo guitarrista Valentim Filipe, *Al Mouraria* reúne guitarra portuguesa, viola acústica, contrabaixo, um multi-instrumentista e um percussionista, que acompanham duas excelentes vozes femininas, onde o fado está sempre presente, apresentado entre a forma mais tradicional e uma onda mais moderna. Formados em 2003 e com sete álbuns editados, o grupo assinalou recentemente vinte anos de carreira. Para comemorar a data, preparou um espetáculo onde reuniu alguns dos temas mais mediáticos gravados ao longo do seu percurso, passando ainda por alguns clássicos da música portuguesa.



13 JUL | SÁB | 22H  
ANIMAÇÃO DE VERÃO

# X FESTIVAL DE FOLCLORE DE SESIMBRA '24 | IBÉRICO

**Grupo Folclórico de Sesimbra, Serra da Arrábida – Extremadura Sul (Anfitrião)**

**Rancho Folclórico Os Camponeses do Freixo, Mortágua – Beira Litoral**

**Rancho Folclórico Os Fontineiros da Maia, Porto – Douro Litoral**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

A comemorar dez edições, o Festival de Folclore de Sesimbra tem como anfitrião o Grupo Folclórico de Sesimbra, em representação da Extremadura Sul, e conta com a presença de dois convidados: o Rancho Folclórico Os Camponeses do Freixo, da Mortágua (Beira Litoral) e o Rancho Folclórico Os Fontineiros da Maia, do Porto (Douro Litoral).

O Grupo Folclórico de Sesimbra foi fundado a 23 de outubro de 1993, e está sediado na Quinta do Conde, onde o Folclore obteve um papel determinante para a socialização

e criação de laços entre os seus habitantes a partir da década de 1980. Com o objetivo de salvaguardar o património material e imaterial do concelho de Sesimbra e sua região, tem proporcionado espetáculos e representações etnográficas conotadas de um sentido pedagógico e preservando a memória coletiva das suas gentes. Tem privilegiado, desde a sua fundação, de uma participação significativa e importante contributo dos jovens habitantes da freguesia da Quinta do Conde e localidades vizinhas.

6 JUL | SÁB | 22H

BAILE

## TOZÉ PRATAS

Polidesportivo ACRUT  
Zambujalense, Zambujal  
de Baixo

Org.: ACRUT Zambujalense

12 JUL | SEX | 21H

FESTAS DE SANTIAGO

## CONCERTO DE VERÃO

Grupos das Freguesias  
de Santiago e Castelo  
Grupo de Cantares  
Populares do Castelo  
de Sesimbra  
Grupo de Cantares  
Populares do Centro de  
Convívio da Fonte Nova  
Grupo de Cantares LIALA  
Grupo das Cordas do  
Projeto Música Entre  
Nós, da Junta de  
Freguesia do Castelo  
Grupo de Concertinas  
da Casa do Povo de  
Corroios (convidado)

Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra

12 JUL | SEX | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## THE JUKEBOXERS - TRIBUTO AOS ANOS 50 & 60

Fortaleza de Santiago,  
Sesimbra

18 A 20 JUL

## SUPER BOCK SUPER ROCK

Bilhetes: [superbocksuperrock.pt/bilhetes](http://superbocksuperrock.pt/bilhetes)

Meco, Sesimbra

Org.: Música no Coração | Apoio: CM Sesimbra

18 JUL

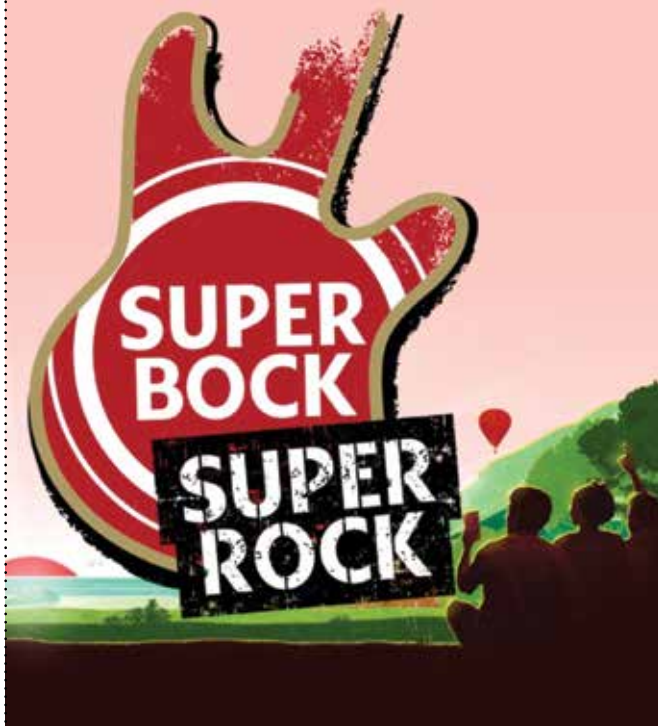
Måneskin  
Nina Kraviz  
Royal Blood  
Tom Morello  
Capitão Fausto

19 JUL

21 Savage  
Black Coffee  
Slow J  
Aminé  
Yen Sung

20 JUL

Stormzy  
Fisher  
Vulfpeck  
Mind da Gap  
D4VD





D.R.

24 JUL | QUA | 22H

FESTAS DE SANTIAGO

## ÁGUA LUZA

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra

O grupo Água Luza, composto por elementos com várias experiências musicais, fez a sua primeira apresentação em abril, durante a homenagem da Associação de Resistentes Antifascistas Portugueses aos pescadores de Sesimbra, integrada nas comemorações dos 50 Anos do 25 de Abril. Com o lema Cantar Liberdade, Cantar Abril, apresenta um repertório diverso, composto por canções de autores portugueses e de outros países, onde a música e a canção foi, e continua a ser, uma arma contra a opressão e as ditaduras.

13 JUL | SÁB | 21H

## BUTECO DA GAUL

Noite Especial  
em Tributo  
a Marília Mendonça

Entrada: 5 € (consumo obrigatório)

Reserva de mesa: 30 €

(oferta de sangria) 93 864 64 90

Sociedade Musical  
Sesimbrense

13 JUL | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## TRIBUTO A XUTOS E PONTAPÊS

Parque da Vila,  
Quinta do Conde

14 JUL | DOM | 17H

## III DESFILE ETNOGRÁFICO DA TERRA E DO MAR

O desfile conta com a participação de mais de 500 figurantes e tem como objetivo recriar tradições, artes e ofícios que já não existem, mas que ainda permanecem nas memórias de quem os viveu, percorrendo as principais ruas de Alfirim. O programa tem início com a atuação do Grupo Folclórico de Sesimbra, e conta ainda com tasquinhas, animação musical e baile.

Aldeia de Alfirim

Org.: Junta de Freguesia do Castelo,  
em parceria com o movimento  
associativo local





25, 26, 27 E 28 JUL

# MEGASAMBA

Vila de Sesimbra

A décima edição do festival MegaSamba traz à vila de Sesimbra centenas de compositores, cantautores, percussionistas, coreógrafos, passistas, entre muitos outros representantes de diversas escolas de samba. Destaque para a apresentação da

Megabateria, o ponto alto do evento, no domingo, às 15.30 horas.

O festival MegaSamba é organizado pelo Grupo Recreativo Escola de Samba Bota de Sesimbra, a escola de samba mais antiga do país.

**DIA 25 | QUI | DAS 17 À 1H**

17H | **Luís Taklin**

18H | **Mistura Boa**

22.45H | **Espetáculo de abertura**

23.30H | **Pagode do Elias**

1.30H | **DJ Freitas**

**DIA 26 | SEX | DAS 11 ÀS 2H**

16 E 18H | **Workshops**

21H | **Roda de Choro**

22.30H | **Desfile Tripa Mijona**

24H | **Dinho Zamorano & Banda Joga Pra Cima**

2H | **DJ Freitas**

**DIA 27 | SAB  
DAS 10 ÀS 2.30H**

DAS 10 ÀS 12H | **Workshops**

15.30H | **Ensaio MegaBateria**

17.30H | **Luís Taklin**

18.30H | **Roda de Samba com Rodriguidinho e Xandinho**

00.30H | **Samba di Rua**

2.30H | **DJ Freitas**

**DIA 28 | DOM  
DAS 10 ÀS 2.30H**

DAS 10 ÀS 11.30H | **Workshops**

15.30H | **Apresentação MegaBateria**

17.45H | **Luís Taklin**

18.30H | **Roda de Samba com Zé Paulo Sierra**

23H | **Moleques do Samba**

1H | **DJ Freitas**

Programa completo





DR.

**7 AGO | QUA | 22H**

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## BOSSA NOVA

**Joana Rodrigues, voz**

**César Cardoso, saxofone tenor**

**Pedro Nobre, piano**

**Diogo Dias, contrabaixo**

**Pedro Felgar, bateria**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

Desde cedo, Joana Rodrigues demonstrou uma enorme vontade de ser cantora e pianista. Os discos de jazz do pai despertaram nela um interesse pela música ainda muito nova. Aos 11 anos, estreou-se com concertos de pop/rock. Em 2013, ingressou no curso profissional de instrumentista de jazz do Conservatório de Música de Coimbra; um ano depois, recebeu o prémio de Melhor Voz nas Escoliadas e representou o Conservatório de Música de Coimbra no Festival Csiperó, na Hungria. Foi ainda nesse ano que formou o quarteto Groovin' 4tet e envolveu-se em diversos projetos com diferentes formações. Em 2016, participou na 14.ª Festa do Jazz do São Luiz, onde ganhou o prémio de Melhor Combo e recebeu uma menção honrosa pela sua performance. Joana é licenciada em música, com especialização em jazz, pela Escola Superior de Música de Lisboa, onde também frequentou o mestrado em ensino da música. Em 2021, iniciou o mestrado em música no Conservatorium Van Amsterdam, nos Países Baixos.

**19 JUL | SEX | 22H**

FESTAS DE SANTIAGO

## TOCÁ RUFAR

**Marginal de Sesimbra**

Org.: JF Santiago

**20 JUL | SÁB | 15.30H**

## CONCERTO DE VERÃO

Apresentação final do projeto Música Entre Nós. Atuação do Coro Infantil e do Grupo de Cordas, acompanhados pela professora de música Beta Pereira.

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

**20 JUL | SÁB | 21.03H**

MÚSICA

## SESIMBRA ELECTRÓNICA #7

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Grémio

**20 JUL | SÁB | 22H**

FESTAS DE SANTIAGO

## CONCERTO DE VERÃO

**Sociedade Musical Sesimbrense**

**Largo da Marinha, Sesimbra**

Org.: JF Santiago

20 JUL | SÁB | 22H

BAILE

## FERNANDO SERENO

Polidesportivo ACRUT  
Zambujalense, Zambujal  
de Baixo

Org.: ACRUT Zambujalense

22 JUL | SEG | 21.30H

FESTAS DE SANTIAGO

## ESCOLA DE MÚSICA DA JUNTA DE FREGUESIA DE SANTIAGO

Espaço Multiusos,  
Fortaleza de Santiago

Org.: JF Santiago

23 JUL | TER | 22H

FESTAS DE SANTIAGO

## MAREANTES DE SESIMBRA E LUÍS TAKLIN

Centro Cultural Costeiro,  
Sesimbra

Org.: JF Santiago

25 JUL | QUI | 22H

FESTAS DE SANTIAGO

## A MÚSICA DE LOUVOR A MARIA

Igreja Matriz de Santiago,  
Sesimbra

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra



14 A 17 AGO

## VERÃO ELÉTRICO

Vila de Sesimbra

Org.: Tripa Associação

### QUARTA

18H | **Sunset**

22.30H | **Bloco  
Tripa Mijona**

00H | **Banda 1**

2H | **DJ**

### QUINTA

10H | **Workshop Dança**

11H | **Workshop  
de Percussão**

16H | **Unibloco  
Tripa Cagueira,  
Tripa Mijona,  
Lisbloco e convidados**

18H | **Sunset**

22H | **Lisbloco**

23H | **Lisbanda**

00H | **Dj**

### SEXTA

18H | **Sunset**

22H | **Apadrinhamento  
Grupo Olodum  
Tripa Associação**

23H | **Tripa Cagueira**

00H | **Dinho Zamorano**

1.30H | **DJ**

### SÁBADO

11H | **ZumbaAxé**

13H | **Almoço Convívio**  
Sede Social Tripa  
Associação

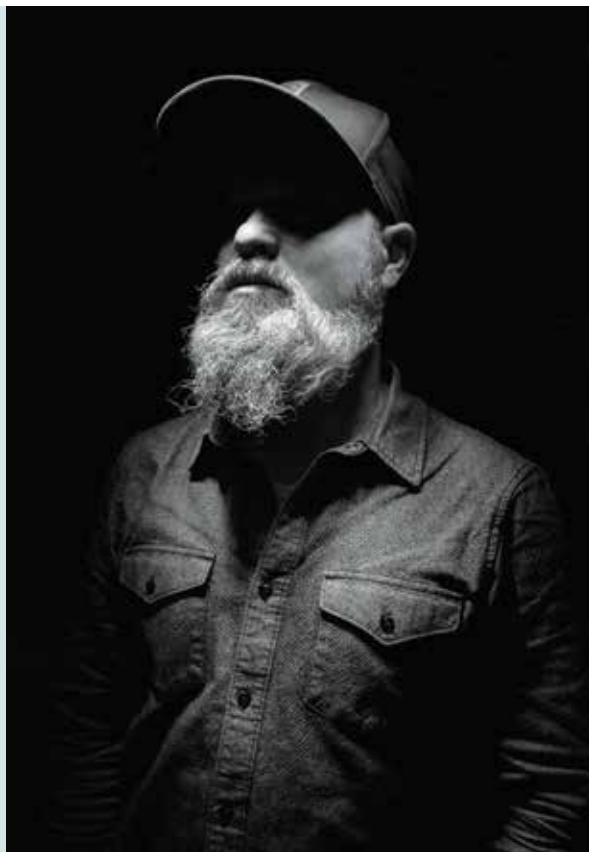
15H | **Palestra**

Integrantes do Grupo  
Olodum

16H | **Roda de Capoeira**  
AltoAstral Sesimbra

18H | **Sunset**

22H | **Tripa Trio**



28 AGO | QUA | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## IVO PALITOS

*Amor e Sangue*

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Ivo Palitos tem dedicado a sua vida à música, escrevendo canções desde muito cedo. Faz parte dos Trevo como baterista e voz, além de já ter participado em inúmeros projetos ao longo dos anos. Foi guardando na gaveta as canções que foi escrevendo, sem pensar muito sobre o assunto, até se aperceber que estava cheia de ideias que podiam dar um disco - *Amor e Sangue*, o seu primeiro disco a solo. *Primeiro Amor* é o nome do primeiro single que já foi apresentado.

27 JUL | SÁB | 18.07H

MÚSICA

## PUNTZ PUNTZ AO SOL

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

27 JUL | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## NOITE DE FADOS

Marta de Sousa e

Marcelo Costa, fadistas

Bruno Fonseca,

guitarra portuguesa

João Vinhas, viola de Fado

Parque da Vila,

Quinta do Conde

3 AGO | SÁB | 22H

BAILE

## CONTRA PONTO

Polidesportivo ACRUT

Zambujalense, Zambujal

de Baixo

Org.: ACRUT Zambujalense

3 AGO | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## ETERNA GALÉ

Parque da Vila,

Quinta do Conde

10 AGO | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## BIGUP REGGA E TRIBUTE BAND

Parque da Vila,

Quinta do Conde

---

17 AGO | SÁB | 21.39H

MÚSICA

## **BARRY WHITE GONE WRONG**

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

---

17 AGO | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## **TRIBUTO EDDIE VEDDER**

Parque da Vila,  
Quinta do Conde

---

17 AGO | SÁB | 22H

BAILE

## **FERNANDO SERENO**

Polidesportivo ACRUT  
Zambujalense, Zambujal  
de Baixo

Org.: ACRUT Zambujalense

---

21 AGO | QUA | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## **NOITE DE FADO**

**Catarina Rosa, voz**  
**Cristiano Sousa, voz**  
**Bernardo Romão,**  
**guitarra portuguesa**  
**Tiago Valentim, viola fado**  
**Diogo Dias, contrabaixo**

Fortaleza de Santiago,  
Sesimbra

---

24 AGO | SÁB | 21.41H

MÚSICA

## **3 HOMBRES BLUES BAND**

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

---

24 AGO | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO  
DE VERÃO

## **SAMBA DO MORRO DA MARCONI**

Parque da Vila,  
Quinta do Conde

---

30 AGO | SEX | 22H

ANIMAÇÃO  
DE VERÃO

## **FOORIDERS - TRIBUTO FOOFIGHTERS**

Fortaleza de Santiago,  
Sesimbra

---

31 AGO | SÁB | 22H

ANIMAÇÃO  
DE VERÃO

## **NOITE DE FADOS**

**Sofia Ramos e Nuno  
Ramos, fadistas**  
**Bruno Fonseca,**  
**guitarra portuguesa**  
**João Vinhas,**  
**viola de Fado**

Parque da Vila,  
Quinta do Conde

# Comemorações

---

7 JUL | DOM | 13H

## **44.º ANIVERSÁRIO DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DO CASAL DO SAPO**

Almoço Tradicional e Baile

Preço: 15 €  
(gdccasaldosapo@gmail.com)

Inscrições: até dia 4

Org.: Grupo Desportivo e Cultural  
do Casal do Sapo

---

20 JUL | SÁB  
DAS 13 AS 20H

## **FESTA DE, ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO BIANCA**

A Associação Bianca celebra  
22 anos de existência, com  
uma festa que inclui venda  
de garagem, animações, jogos  
populares, "comes e bebes"  
e muita alegria. Traga o seu  
pet, e venha passar a tarde  
connosco, entre amigos!

Informações: sesimbra.bianca@  
gmail.com

**Associação Bianca, Rua das  
Esmeraldas S/N 2970-218,  
Aiana, Sesimbra**

Org.: Associação Bianca

---

28 JUL | DOM | 11.30H

FESTAS DE SANTIAGO

## **MISSA SOLENE**

Igreja Matriz de Santiago,  
Sesimbra

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra





D.R.

31 JUL | QUA | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

# MOON LIGHT

Mãozorra Teatro de Marionetas

Início: Praça da Califórnia, Sesimbra

Desde os tempos imemoráveis da Lua que os seus prováveis habitantes são alvo das mais variadas fantasias humanas. Nesta viagem terrestre, os habitantes lunares recriam o seu imaginário para contar uma história visual que aviva a curiosidade e a capacidade de nos surpreender com a via lunar.

Mãozorra Teatro de Marionetas é uma companhia fundada em 2012 e tem como objetivo o desenvolvimento e promoção de atividades no âmbito da produção e divulgação da arte tradicional e contemporânea, nomeadamente na área do teatro de marionetas.

12 E 13 JUL  
SEX E SÁB | 21.39H

TEATRO

## ALVORADA NEGRA

Oficina de Teatro  
do Grémio

*Alvorada Negra* conta a história de uma gangster e dos seus capangas que a pouco e pouco vão controlando o comércio, a justiça e a política de um local. Este espetáculo é construído a partir do texto *A Ascensão de Arturo Ui*, de Bertold Brecht.

Bilhetes: gremio.1853@gmail.com

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

3 AGO | SÁB | 21H

TEATRO

## GORETÍ - AN OLD INNOCENT CHILD

O Espaço das Aguncheiras acolhe *Goretí*, um espetáculo com criação e interpretação de Alexandra Sargento.

A partir de testemunhos reais, as dificuldades da migração são abordadas sob o ponto de vista feminino, pelo olhar da mãe. Sob o signo de caranguejo com ascendente em escorpião, *Goretí* é uma criatura humana. *Goretí* é imperfeita, inacabada, incompleta como qualquer *persona*. Uma celebração à vida, às mulheres e ao ato da criação.

Destinatários: maiores de 12 anos

Informações e inscrições:  
aguncheiras@gmail.com

Aguncheiras, Azoia,  
Cabo Espichel

Org.: Espaço das Aguncheiras

23 AGO | SEX | 22H

ANIMAÇÃO DE VERÃO

## ARTE CIRCENSE

Circo Dallas

Um das companhias de circo mais antigas do país apresenta um espetáculo cheio de alegria, cor e magia, que vai divertir toda a família. O circo Dallas foi fundado no Natal de 1982 na cidade do Porto, foi crescendo, tornando-se num dos maiores e mais reconhecidos circos do sul do país.

Largo da Marinha, Sesimbra

23 A 31 AGO

TEATRO

## O PÃO (DE CADA DIA)

Com testemunhos de agricultores locais de Sesimbra e das hortas urbanas de Lisboa, em *PÃO* assistiremos à comicidade do erro que o início da aprendizagem da agricultura implica. Para "amassar" este nosso *PÃO* contamos consigo e com São José Lapa, Lavínia Moreira, Francisco Rasteiro, João Paiva e Inês Lapa Lopes.

Destinatários: jovens e adultos

Inscrições: aguncheiras@gmail.com

Informações: aguncheiras@gmail.com / @aguncheirascity

Aguncheiras, Azoia,  
Cabo Espichel

Org.: Espaço das Aguncheiras

# dança

3 JUL | QUA | 22H

ANIMAÇÃO  
DE VERÃO

## BAILANDO EL ARTE

Companhia de Dança  
Flamenco - João Lara

Fortaleza de Santiago,  
Sesimbra

6 E 7 JUL

ESPECTÁCULO  
DE ENCERRAMENTO  
ANO LETIVO  
2023/2024

## ESCOLA DE DANÇA SÓNIA RENDAS

SÁBADO | 16H

DOMINGO | 10.30H

O espetáculo inclui excertos do bailado do *Lago dos Cisnes* e apresentação de coreografias contemporâneas, e tem como objetivo mostrar o trabalho realizado no ano letivo 23/24.

A escola de dança foi fundada em 2007 pela professora Sónia Rendas, encontra-se sediada no Clube Sesimbrense, e reúne alunos a partir dos 3 anos.

Destinatários:

maiores de 3 anos

Bilhetes: 5 €, à venda a partir de 28 JUN (máximo três bilhetes por pessoa)

Não se efetuam reservas nem devoluções de bilhetes

Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra



4 JUL | QUI | 21.30H

QUINTAS NO MUSEU

# MEMÓRIAS DAS RUAS ENFEITADAS, DAS MARCHAS E DAS CALDEIRADAS

Tertúlia Informal

Rua dos Pescadores, vila de Sesimbra

Org. CM Sesimbra, JF Santiago, moradores da Rua dos Pescadores

Tendo atingido o seu auge na década de sessenta do século XX, as marchas populares, as ruas enfeitadas e as caldeiradas são uma das mais genuínas tradições do nosso concelho. A preparação dos enfeites, a apanha do alecrim, as fogueiras, o polvo seco e o ensaio dos

marchantes são alguns dos temas a desenvolver nesta conversa informal, extensível a toda a comunidade, que tem como cenário a Rua dos Pescadores, uma das mais típicas da vila de Sesimbra, que continua, há décadas, a ser enfeitada de acordo com as técnicas tradicionais.

5 JUL | SEX | 22.36H

STAND-UP COMEDY

## BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

"Julho (lho! LHO!) convida a banhos, mas para que o mês não seja uma banhada, garantiremos outra fabulosa noite de stand-up comedy a cargo de Bruno Porta Nova e seus convidados.

Apareçam no Grémio Clube Sesimbrense, porque "sextou"...! Desculpem-nos."

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

15 A 19 JUL

## PARTILHA DE SABERES DE 2024

SEGUNDA A QUINTA,  
DAS 9 ÀS 16H

SEXTA, DAS 9 ÀS 13H

Inscrições: apis@  
apisescolawaldorfsesimbra.pt

**Apis - Escola Waldorf  
de Sesimbra**

19 JUL E 16 AGO

SEX | 21.36H

JOGOS

## QUEM TÁ FORA NÃO RACHA LENHA!

**Jogo na Mesa**

Há jogos para todos os gostos, desde os velhinhos clássicos para os mais nostálgicos, aos desafiantes modernos para quem procura algo mais fora da caixa. Aparece porque quem tá fora não racha lenha!

Valor sugerido: 4 €

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Grémio

3 AGO | SÁB | 22.36H

STAND-UP COMEDY

## BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

"Antes das nossas mais ou menos que merecidas férias, haverá lugar para mais uma noite de comédia no sítio do costume. Venham daí e juntem-se a Bruno Porta Nova para queimarem os últimos cartuchos de mais um ano hilariante. Pedimos apenas que tenham cuidado com as queimadas, pois já nos basta a vossa... pele."

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Grémio



8 AGO | QUI | 21.30H

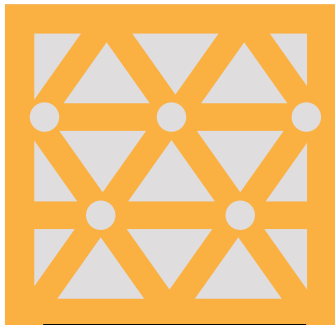
QUINTAS  
NO MUSEU

## TERTÚLIA COM POETAS E POESIA

**Mónica Franco**

**Museu Marítimo  
de Sesimbra,  
vila de Sesimbra**

Tendo por mote a obra dos poetas sesimbrenses Mónica Franco, Cláudia Carola, Maria Fernanda Dias, António Almeida, Magda Brazinha e José Cândido, convidamos a comunidade a participar nesta tertúlia informal com inspiração do mar e muita poesia.



ATÉ 30 AGO

## CANDIDATURAS ABERTAS

**Gabinetes Incubadora Física N.º 3 e N.º 6**

Inscrições: formulário de candidatura disponível em [sesimbra.pt](mailto:sesimbra.pt)

Informações: 21 010 84 43 / [caies@cm-sesimbra.pt](mailto:caies@cm-sesimbra.pt)

**Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra – CAIES, Santana**

Os espaços destinam-se a empresas do concelho, constituídas há menos de dois anos, ou que estejam em processo de constituição legal. A prioridade é dada a projetos inovadores, pequenos negócios que estejam a dar os primeiros passos, jovens qualificados e empresas nas áreas da inovação, turismo, design, ambiente, arquitetura, tecnologias e artes. O CAIES é composto por seis gabinetes individuais, uma incubadora criativa, sala de formação, sala de reuniões, cozinha, estacionamento e zona de lazer exterior com rede wi-fi.

## Cursos | Oficinas

**13 E 27 JUL | SÁB  
DAS 15 ÀS 16.30H**

WORKSHOP

### TEM APRENDER INGLÊS

**Dinamizado pelo voluntário João Gonçalves**

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

Inscrições: biblioteca.leitura.  
[sesimbra@cm-sesimbra.pt](mailto:sesimbra@cm-sesimbra.pt)

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**18 JUL | QUI | 14.30H**

OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

### ARTE DO SABER Mandalas

A oficina permite 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](mailto:ana.marinheiro@cm-sesimbra.pt)

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**10 AGO | SÁB  
DAS 10 ÀS 12.30H**

OFICINA

### RECICLAGEM DE PAPEL

Uma forma de reduzir este desperdício, passa por reciclá-lo e dar-lhe uma nova

utilização. É este o motivo desta oficina, onde de uma forma educativa, criativa e divertida, se aprende a criar 'papel novo' a partir da técnica da pasta papel.

Inscrições: até dia 9 (93 045 42 38 / [varzea@cm-sesimbra.pt](mailto:varzea@cm-sesimbra.pt))

**Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e ANIME.PAF

**10 AGO | SÁB | DAS  
10.30 ÀS 13H**

### WORKSHOP

#### Maquilhagem

**Andreia Souza**

Destinatários: maiores de 14 anos

Inscrições: até dia 6 AGO (96 241 73 27 / [espaco.zambujal@jf-castelo.pt](mailto:espaco.zambujal@jf-castelo.pt))

Valor: 25 €

Observações: inclui certificado

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

### Inscrições...

## ARTE PARA TODOS

**Aulas de Música, de Teatro e de Teatro Musical**

**com Diogo Sargedas, Amanda Westerman Castanho e Olena Lazareva**

Destinatários: crianças e adultos

Inscrições: 91 299 66 95 / 91 043 93 20

**Raio de Luz, Sampaio**



3, 10, 17, 24 E 31  
QUA | 17.45H

BIBLIOTERAPIA

## LIVROS COM COMPORTAMENTO

por **Cristina Saraiva**

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

**Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

### a decorrer...

## MOSTRAS, BIBLIOGRÁFICAS

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

JUL

## FUTEBOL: HISTÓRIAS E PROTAGONISTAS

Reconhecido mundialmente como O Desporto Rei, o futebol é das modalidades desportivas que reúne mais adeptos, despertando múltiplas paixões. Acompanhe o Europeu de Futebol, seguindo as sugestões de leitura recomendadas pela Biblioteca Municipal, e fique a conhecer mais sobre a história deste desporto e dos seus protagonistas.

JUL E AGO

## A BELEZA DA TERRA À LUZ DOS ODS

Quem nunca se maravilhou com a beleza do pôr-do-sol, o infinito do céu, os encantos da natureza, a tranquilidade dos rios e dos mares... Mas tudo isto está em causa, devido à negligência cívica ou política, no que diz respeito à proteção ambiental. A Biblioteca sugere uma seleção de livros relacionada com o ODS 15 – Proteger a Vida Terrestre, contemplado na Agenda 2030.

AGO

## A 9.ª ARTE NA BIBLIOTECA

## A BANDA DESENHADA FRANCESA

AUTOR DO MÊS

## URBANO TAVARES RODRIGUES

Nasceu em Lisboa em 1923, mas passou a sua infância no Alentejo, perto de Moura, facto que influenciou a sua vida e a sua obra literária. Ficcionista, investigador e crítico literário formou-se em Filologia Românica na Faculdade de Letras de Lisboa, onde lecionou Literatura Francesa e Portuguesa.



JUL

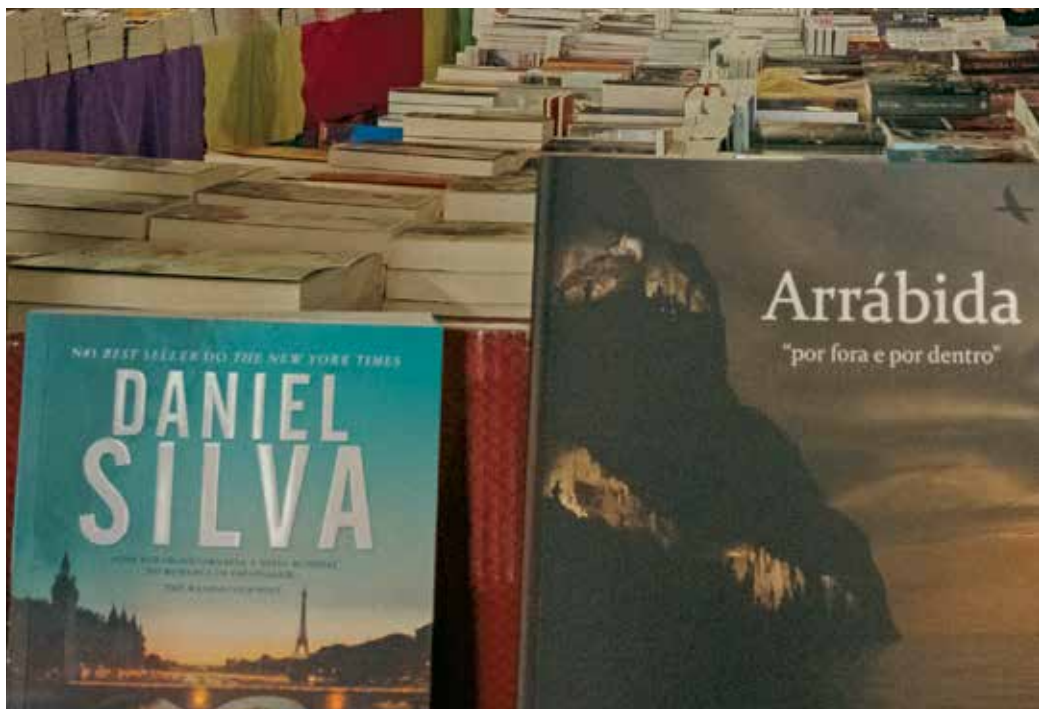
## A 9.ª ARTE NA BIBLIOTECA

## O MUNDO DE HUGO PRATT

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

Autor italiano de banda desenhada, escritor e aventureiro, nascido em 1927 e falecido em 1995. É considerado um dos maiores desenhadores do mundo. As suas bandas desenhadas, obras gráficas e aquarelas são expostas nos mais conceituados museus da Europa.

# XIX EDIÇÃO DA FEIRA DO L DE SESIMBRA



## Programa



Todos os dias,  
das 15.30 às 24h

**Praça da Califórnia,  
Sesimbra**

# IVRO

# A

A Feira do Livro é uma imagem de marca do verão em Sesimbra. Localizada na Praça da Califórnia, um dos locais mais procurados da vila nesta altura do ano, é ponto de paragem obrigatória para quem está de férias ou para simplesmente quem passeia pela Marginal. Assim que as portas abrem, às 15.30 horas, e até fecharem, às 24 horas, os visitantes de todas as idades aproveitam a oportunidade para ver as últimas novidades literárias, procurar aquele livro que ainda não leram ou adquirir as publicações mais antigas com descontos especiais. No certame, há centenas de livros para

todos os gostos e idades, em português, inglês e espanhol, expostos por editoras e por secções.

À noite, recebe nomes bem conhecidos do público português, como Alberto S. Santos, Deana Barroqueiro, José Gameiro ou Domingos Amaral, que marcaram presença na última edição. Os autores da terra também têm sempre lugar reservado. Os encontros terminam com os escritores a autografar livros e a assinar dedicatórias aos seus leitores mais fiéis.

A organização está a cargo da Ronda das Letras e da Câmara Municipal de Sesimbra.



O mel da região é considerado um dos melhores do país. O seu sabor agradável deve-se à predominância de alecrim, tomilho, orégão, murta, esteva e rosmaninho, que aliado ao clima ameno da região lhe confere características únicas. Para além do paladar, o mel apresenta baixo teor de humidade, geralmente entre 17 e 18 por cento. Este é outro fator fundamental para garantir a qualidade do produto, na medida em que quanto menos húmido menos possibilidade tem de fermentar. Promover o mel e os derivados

desta atividade, incentivar o surgimento de novos produtores locais e dar continuidade a uma estratégia de promoção dos produtos tradicionais do concelho são os principais objetivos da ZimbraMel, considerada um dos mais importantes eventos do género realizados em Portugal, e que este ano comemora 25 edições. Para assinalar a data, serão homenageados os apicultores mais antigos do certame e será realizado um sorteio com um cabaz de produtos locais. Para além do mel, não só da Península de Setúbal mas de diversas regiões



do país, é possível adquirir produtos derivados da apicultura, como geleia real, pólen, própolis, cremes, sabonetes, assim como doçaria, queijo da Azoia, pão tradicional e artesanato.

O programa inclui ainda a Oficina das Abelhas, destinada aos mais novos, e espetáculos musicais todas as tardes e noites.

A ZimbraMel é organizada desde 1999 pela Câmara Municipal de Sesimbra, Junta de Freguesia do Castelo e Associação de Apicultores da Península de Setúbal.

Programa



**XXV  
ZIMBAMEL**

**Feira do Mel  
da Península  
de Setúbal**

**Parque Augusto  
Pólvora, Maçã**





23 JUL A 17 AGO

EXPOSIÇÃO DOCUMENTAL

# CORTE & COSTURA: LIVROS DE AUTORAS PORTUGUESAS CENSURADOS DURANTE O ESTADO NOVO

Átrio e Piso 1, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Esta exposição que tem como objetivo contribuir para a reconfiguração das memórias da censura e da oposição em Portugal durante o Estado Novo (1933-1974), evidenciando a atitude libertária das autoras que ocuparam um espaço exclusivamente consignado aos homens - acrescentando, por via da experiência, e não da interpretação, a efetiva luta pelos direitos das mulheres à resistência política ante as ditaduras do período evocado —, bem como o silêncio decretado que motivou a inexistência de outras escritoras, outros livros, e o nosso empobrecimento coletivo.

ATÉ 20 JUL

EXPOSIÇÃO  
FOTOGRAFICA  
PROFISSIONAL

## A VERSATILIDADE DA MULHER

Átrio e Piso 1, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

3 A 24 AGO

EXPOSIÇÃO ARTÍSTICA

## PRETO NO BRANCO

Bruno Balegas de Sousa

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

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

20 AGO A 14 SET

EXPOSIÇÃO  
DE PINTURA

## A FORMA E O GESTO

Átrio, Biblioteca Municipal  
de Sesimbra

**a decorrer...**

EXPOSIÇÃO  
FOTOGRAFIA  
SUBAQUÁTICA

## SESIMBRA UNDERWATER

de Luís Campos

Avenida 25 de Abril,  
Sesimbra

## feiras



23 A 25 AGO | SEX A  
DOM | DAS 10 ÀS 23.30H

### XXV ZIMBRAMEL

Feira do Mel da  
Península de Setúbal

Parque Augusto  
Pólvora, Maçã

[Ver destaque na página 36](#)

## a decorrer...

SÁBADOS  
E DOMINGOS | 9.30H

PRODUTOS LOCAIS

### SABORES DA NOSSA TERRA

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.

**Moagem de Sampaio**

## desporto

6 JUL | SÁB | 10H

CORRIDA |  
CAMINHADA

### 9.ª LÉGUA NUDISTA INTERNACIONAL DA PRAIA DO MECO 2024 | ALMA NATURISTA

Percurso de ida e volta com 5 quilómetros que pode ser feito a correr ou caminhar. Minicorrída para crianças, sem escalões nem camisola, mas com medalha de participação, com cerca de 500 metros.

Valor: 11 € (crianças até 12 anos: 5 €)

Informações: 9.ª Léguas Nudista do Meco 2024 | Alma Naturista

#### Praia do Meco

Org.: ADN – Organização de Eventos Desportivos e Associação de Atletismo Lebres do Sado

12 A 14 JUL |

### TAÇA DE PORTUGAL DE HÓQUEI FEMININO – FINAL FOUR

A Taça de Portugal Feminina ou Taça de Portugal de Hóquei Patins Feminino é uma competição organizada pela Federação Portuguesa de Patinagem, sendo a segunda mais importante competição de hóquei em patins feminino em

Portugal, onde vão estar presentes as quatro equipas finalistas (APAC Tojal, AD Sanjoanense, Benfica, HC Turquel).

**Pavilhão do Grupo  
Desportivo de Sesimbra**

Org.: Federação de Patinagem de Portugal

14 JUL | DOM | 13H

### 11.ª JORNADA DO CAMPEONATO DE ELITE DE FUTEBOL DE PRAIA

O Campeonato de Elite de Futebol de Praia é a principal competição de futebol de praia em Portugal, organizada pela Federação Portuguesa de Futebol (FPF). Este campeonato reúne as melhores equipas de futebol de praia do país, competindo entre si para determinar o campeão nacional. Nesta jornada realizada em Sesimbra o quadro de jogos é o seguinte:

13H

**Ad Nazaré 2022  
– Acd Sôtão**

14.15H

**Grap/Hallstar  
– Vila Flor SC**

15.30H

**GD Sesimbra – Leixões**

16.45H

**Sc Braga – Afd Torre**

**Campo de Futebol de Praia,  
Praia do Ouró**

Org.: Grupo Desportivo de Sesimbra  
| Apoio: CM Sesimbra



4 A 28 JUL

# CAMPEONATO DISTRITAL DE FUTEBOL DE PRAIA DA ASSOCIAÇÃO DE FUTEBOL DE SETÚBAL

DIAS 4 E 24 | 19 ÀS 23H

DIAS 6, 7, 13, 20, 27 E 28 | 9 ÀS 11.30H

DIA 16 | 20.30 ÀS 23H

DIA 21 | 10 ÀS 19H

**Campo de Futebol de Praia, Praia do Ouro**

Org.: Associação de Futebol de Setúbal

O Campeonato Nacional Futebol Praia vai ser disputado em três fases: distrital, organizada pelas Associações Distritais e Regionais, play-off, de acesso à segunda fase, e fase nacional, com organização da Federação Portuguesa de Futebol. A primeira fase é constituída por seis séries distritais: Bragança (10 clubes), Porto (10 clubes), Setúbal (9 clubes), Leiria (7 clubes), Madeira (5 clubes) e Lisboa (4 clubes). Apuram-se diretamente para a segunda fase, o primeiro classificado de cada série e os

segundos classificados de Bragança, Porto, Leiria e Setúbal disputam um play-off de acesso. A segunda fase é composta por três eliminatórias: quartos-de-final, meias-finais e final, sendo o emparelhamento dos clubes definido por sorteio. Os dois clubes finalistas da 3.ª eliminatória são promovidos à Divisão de Elite. Na Série Setúbal participam o Zambujalense, AD Quinta do Conde, Barreiro Stara Zagora, Charneca de Caparica, Alfirim, Sesimbra, Pescadores da Caparica, São Domingos e Estoril B (Lisboa).

19, 20 E 21 JUL

## **13.º MOVIMENTO ALTO ASTRAL SESIMBRA**

Evento que conta com várias atividades, rodas, treinos e convívios para os alunos mais velhos, adolescentes e adultos.

**Vila de Sesimbra**

Org.: Professor Meia Dúzia com supervisão de Mestre Marco António

4 AGO | DOM | DAS 10  
ÀS 19H

## **14.ª JORNADA DO CAMPEONATO NACIONAL DE FUTEBOL DE PRAIA**

Esta jornada inclui jogos em várias séries. A Série Sul é disputada em Sesimbra com o seguinte quadro de jogos:

13H

**ACD O Sótão B  
– GD Alfirim**

14.15H

**CF Chelas  
– AD Tavira Praia**

15.30H

**São Domingos FC  
– Vitória FC**

16.45H

**GDU Ericeirense  
– Estoril Praia**

**Campo de Futebol Praia,  
Praia do Ouro**

Org.: Vitória Futebol Clube



12 A 14 JUL

TÉNIS

## **1.º TORNEIO DA MAÇÃ**

Inscrições: plataforma Tietennis

Informações: 93 293 90 25 / geral@cetsesimbra.pt\*

**Centro Municipal de Ténis  
de Sesimbra, Maçã**

Org.: Clube Escola de Ténis de Sesimbra

**N**ova prova do Calendário Oficial de competições destinada a jogadores federados nos escalões de +35,+55 e +65, nos géneros masculino e feminino. Este evento pretende dinamizar a modalidade bem como promover Sesimbra como destino turístico nacional, uma vez que faz parte integrante do calendário Oficial de Provas da Federação Portuguesa de Ténis.



7 JUL | DOM | 9H

PEDALAR, CAMINHAR E NAVEGAR PELO PATRIMÓNIO

# DA FOZ ÀS PISCINAS NATURAIS

**Caminhada**

Destinatários: maiores de 12 anos  
Inscrições: [desporto@cm-sesimbra.pt](mailto:desporto@cm-sesimbra.pt)

**Ponto de encontro: a definir**

Esta caminhada, com cerca de seis quilómetros, inicia-se na Praia da Foz, onde se pode observar as rochas do final do Cretáceo. Depois segue em direção ao Cabo Espichel, para admirar a Praia do Rebenta Bois, as Pedras Negras, o Guincho (rocha vulcânica) e as Piscinas do Regatão. Para sul,

podemos ver ao longe o Santuário do Cabo e a Ermida da Memória.

O regresso faz-se pelo interior, atravessando os pinhais de Pinheiro Bravo e Manso.

A caminhada é realizada pelo Núcleo de Espeleologia da Costa Azul, no âmbito do protocolo com a Câmara Municipal.



**6 JUL | 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: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

**6 JUL | SÁB | 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: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life

**6, 20 E 27 JUL  
SÁB | 9.30H**

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA

**Visita à Lapa  
de Santa Margarida**

Preço: 35 € (crianças

até 12 anos, 50% desconto)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

**6, 13, 21 E 28 JUL  
SÁB E 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: 21 084 89 19  
info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

**7 E 28 JUL | DOM | 9H**

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA

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

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

Duração: 4,5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

**7 JUL | DOM | 9H**

PASSEIO PEDESTRE

## TOPO DA SERRA DO RISCO

Preço: 25 €

Duração: 6 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com

**Ponto de encontro: Café  
Manuel Graça (Pedreiras)**

Org.: Look Around Tours

**7 E 21 JUL | DOM | 9.30H**

COASTEERING

## COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life

**7, 14 E 27 JUL  
SÁB E DOM | 9.30H**

COASTEERING

## ENSEADA DA MULA

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 21 084 89 19  
info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

**7, 14 E 20 JUL  
SÁB E DOM | 15H**

SNORKELING

## DESCOBRIR O PARQUE MARINHO

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

Duração: tarde

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 21 084 89 19  
info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural



D.R.

11 JUL | QUI | 21.30H

QUINTAS NO MUSEU

## SETE SÉCULOS DE FORTIFICAÇÕES NA BAÍA DE SESIMBRA

Visita Noturna ao Forte do Cavalo  
com observação astronómica

Ponto de encontro: entrada do Forte do Cavalo,  
junto ao Parque de Campismo do Forte do Cavalo

Org.: CM Sesimbra e Associação Portuguesa de Astrónomos Amadores

Tendo por mote o Forte do Cavalo, ou Forte de São Teodósio, construído em meados do século XVII por iniciativa de D. João IV, esta visita acompanhada tem por objetivo mergulhar numa viagem com mais de sete séculos, pelas origens da estrutura defensiva da nossa costa, com observação astronómica de constelações e como as distinguir. De Júpiter e os seus satélites galileanos. Se tivermos sorte, observaremos a grande mancha vermelha. De Saturno, os seus magníficos anéis e algumas das suas luas.

12 JUL | SEX  
DAS 18 ÀS 20H

SUNSET PARTY

## PASSEIO DE BARCO COM VISÃO SUBMARINA À RIBEIRA DO CAVALO

Preço: 30 €

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43

activities@arrabidalife.com

Ponto de encontro:  
Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life e Aquarama

13 JUL | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## PASSEIO PEDESTRE À LAPA DA COVA

Preço: 25,5 €

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: alto

Inscrições: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

13 JUL | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA

Visita ao Museu Oceanográfico  
Professor Luiz Saldanha

Preço: 35 € (crianças

até 12 anos, 50% desconto)

Inscrições: 93 600 57 43

sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

13 E 27 JUL | SÁB | 9.40H

PASSEIO DE BARCO

## OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS

Preço: 50 €

(crianças até 8 anos, 40 €)

Duração: 2 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 93 600 57 43

activities@arrabidalife.com

**Ponto de encontro:**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

13, 20 E 28 JUL  
SÁB E 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: 21 084 89 19

info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro:** Porto

**de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

14 JUL | DOM | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## COSTA OESTE SELVAGEM

Preço: 35 €

Duração: 4/5 horas

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours



18 JUL E 15 AGO | QUI | 21H

QUINTAS NO MUSEU

# BAÍA DE SESIMBRA, UMA VIAGEM MARÍTIMA COM CINCO MIL ANOS

**Navegação na Barca do Alto Amor ao Ofício**

Limite: 17 participantes

Inscrições: 21 228 82 06 [iolanda.avila@cm-sesimbra.pt](mailto:iolanda.avila@cm-sesimbra.pt)

**Ponto de encontro: cais de embarque  
na Praia do Ouro, Sesimbra**

Com uma história marítima com, pelo menos, cinco mil anos de evidência, a Baía de Sesimbra possui um património histórico e cultural ímpar. Este é o mote para uma navegação noturna na Barca do Alto Amor ao Ofício, acompanhada por um arqueólogo do Museu, onde temas como as fortificações da costa, as mais antigas evidências da pesca em Sesimbra ou a presença romana na região vão estar em destaque.



DR.

## 20 JUL | SÁB DAS 10 ÀS 12.30H **OBSERVAR E CONHECER AS CEGONHAS DA VILA**

Inscrições: até dia 19 (93 045 42 38 / varzea@cm-sesimbra.pt)

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

Org.: CM Sesimbra e ANIME.PAF

Sabe há quanto tempo habitam as cegonhas-brancas a vila da Quinta do Conde? Venha observar e conhecer melhor esta ave emblemática, os seus comportamentos e as razões pelas quais se mantém cada vez mais tempo no nosso território, ao contrário de outras épocas em que migrava para o sul.

14 JUL | DOM | 9.30H

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: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

14 JUL | DOM | 10H

PASSEIO DE BARCO

## **MISTÉRIOS DO CABO ESPICHEL**

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

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life

18 JUL | QUI | 21H

FESTAS DE SANTIAGO

## **PASSEIO NOTURNO DE BARCA**

Inscrições:  
iolanda.avila@cm-sesimbra.pt  
(limite de 2 inscrições por pessoa)

**Cais de Embarque  
da Praia do Ouro, Sesimbra**

Org.: JF Santiago e CM Sesimbra

20 JUL | SÁB | 10H

KAYAK & BARCO

## **PASSEIO DE KAYAK E BARCO COM VISÃO SUBMARINA**

Preço: 55 € (crianças  
até 12 anos, 40 €)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life e Aquarama

21 JUL | DOM | 9H

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: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

23 JUL | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## **TOPO DA SERRA DA ARRABIDA**

Preço: 25€

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

**20 JUL | DOM | 9H**

PASSEIO CULTURAL/  
VINÍCOLA

## **ARRÁBIDA CULTURAL NA REGIÃO DOS 3 CASTELOS**

Preço: 70 €

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

**21 JUL | DOM | 10H**

FESTAS DE SANTIAGO

## **DEMONSTRAÇÃO DE STAND UP PADDLE**

**Surf Club de Sesimbra**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

Org.: JF Santiago

**28 JUL | DOM | 9H**

KAYAK & SNORKELING

## **COSTA SELVAGEM DA ARRÁBIDA**

Preço: 50 € (crianças  
até 12 anos, 40 €)

Duração: 6 horas

Inscrições: 93 600 57 43

activities@arrabidalife.com

**Ponto de encontro:**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrabida Life

**3 AGO | 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: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

**3 E 17 AGO | SÁB | 9.30H**

COASTEERING

## **BOCA DO TAMBORIL**

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 42,50 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: 21 084 89 19

info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: Porto**

**de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**3, 15 E 25 AGO | 9.40H**

PASSEIO DE BARCO

## **OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS**

Preço: 50 €

(crianças até 8 anos, 40 €)

Duração: 2 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 93 600 57 43

activities@arrabidalife.com

**Ponto de encontro:**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

**3 E 24 AGO | SÁB | 10H**

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## **ROTA DO CABO ESPICHEL**

**Visita ao Castelo  
de Sesimbra**

Preço: 30 € (crianças

até 12 anos, 50% desconto)

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43

sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

**3, 10, 17 E 25 AGO**

**SÁB E DOM | 15H**

SNORKELING

## **DESCOBRIR O PARQUE MARINHO**

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

Duração: tarde

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 21 084 89 19

info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: Porto**

**de Abrigo, loja n.º 6, Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**4 AGO | DOM | 9H**

PASSEIO PEDESTRE

## **TOPO DA SERRA DO RISCO**

Preço: 25 €

Duração: 6 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

**Ponto de encontro: Café**

**Manuel Graça (Pedreiras)**

Org.: Look Around Tours



4 AGO | DOM | 9.30H

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA NATUREZA

Preço: 35 € (crianças  
até 12 anos, 50% desconto)

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

4 E 31 AGO  
SÁB E 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: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life

4, 10, 15 E 24 AGO | 10H

TOUR DE KAYAK

## SESIMBRA SELVAGEM

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

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 21 084 89 19  
info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

9 AGO | SEX  
DAS 18 ÀS 20H

SUNSET PARTY

## PASSEIO DE BARCO COM VISÃO SUBMARINA À RIBEIRA DO CAVALO

Preço: 30 €

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

**Ponto de encontro:**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life e Aquarama

10 E 25 AGO  
SÁB E DOM | 9H

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA

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

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

Duração: 4,5 horas

Inscrições: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

10 AGO | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## PASSEIO PEDESTRE À LAPA DA COVA

Preço: 25,50 €

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: alto  
Inscrições: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com

**Org.: Look Around Tour**

10 E 18 AGO  
SÁB E DOM | 9.30H

COASTEERING

## COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

**Ponto de encontro:**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

10, 15, 18 E 24 AGO  
| 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: 21 084 89 19  
info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

11 AGO | DOM | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## COSTA OESTE SELVAGEM

Preço: 35 €

Duração: 4/5 horas

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com

**Org.: Look Around Tours**

11 AGO | DOM | 9H

PASSEIO DE JIPE  
E PEDESTRE

## ROTA DA ARRABIDA

Visita a oficina  
artesanal de azulejos

Preço: 40 € (crianças  
até 12 anos, 50% de desconto)

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43

sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:**  
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

11, 18, 25 E 31 AGO  
SÁB E DOM | 9.30H

COASTEERING

## ENSEADA DA MULA

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 21 084 89 19

info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

11 AGO | DOM | 10H

PASSEIO DE BARCO

## MISTÉRIOS DO CABO ESPICHEL

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

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: 93 600 57 43

activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life

15 AGO | QUI | 9H

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 19 (93 600 57 43

/ sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:**  
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

17 AGO | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

## PASSEIO PEDESTRE ATÉ AO TOPO DA SERRA DA ARRABIDA

Preço: 25 €

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: 96 478 49 24

hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

17 AGO | SÁB | 9.30H

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: 93 600 57 43

sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari



29 AGO | QUI | 21H

QUINTAS  
NO MUSEU

## DO CASTELO À RIBEIRA - À DESCOBERTA DA SESIMBRA MEDIEVAL... COM ARQUEOLOGIA

**Percurso Pedestre**

Grau de dificuldade: médio

Distância: 5 quilómetros

Recomendações: usar roupa  
e calçado adequado para  
caminhadas, água e lanche

**Ponto de encontro:**  
Parque de Merendas  
João David, Corredoura

Classificado como Monumento Nacional em 16 de junho de 1910, o Castelo de Sesimbra é o último dos castelos sobre o mar, que chegaram bem preservados até aos nossos dias. Este é o mote para o percurso *Do Castelo à Ribeira*, que terá início na primitiva vila medieval e terminará na Póvoa da Ribeira de Sesimbra, permitindo a descoberta de um património milenar.

17 AGO | SÁB | 10H

KAYAK & BARCO

## PASSEIO DE KAYAK E BARCO COM VISÃO SUBMARINA

Preço: 55 €  
(crianças até 12 anos, 40 €)  
Grau de dificuldade: baixo/médio  
Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com

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

Org.: Arrábida Life e Aquarema

18 AGO | DOM | 9H

PASSEIO CULTURAL / VINÍCOLA

## ARRÁBIDA CULTURAL NA REGIÃO DOS 3 CASTELOS

Preço: 70 €  
Duração: 5 horas  
Grau de dificuldade: baixo  
Inscrições: 96 478 49 24  
hello@lookaroundtours.com  
Org.: Look Around Tours

18 AGO | 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: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com  
Org.: Sesimbra Safari

24 AGO | SÁB | 9H

KAYAK & SNORKELING

## COSTA SELVAGEM DA ARRABIDA

Preço: 50 € (crianças até 12 anos, 40 €)  
Duração: 6 horas  
Inscrições: 93 600 57 43  
activities@arrabidalife.com  
**Ponto de encontro:**  
**Porto de Abrigo de Sesimbra**  
Org.: Arrabida Life

31 AGO | SÁB | 9.30H

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: 93 600 57 43  
sesimbrasafari@gmail.com  
Org.: Sesimbra Safari

a decorrer...

## PASSEIOS DE BARCO

DAS 9 ÀS 13 OU DAS 14 ÀS 18H

### Praias Selvagens

Valor: 40 € (até aos 12 anos: 35 €)  
Observação de Golfinhos  
Valor: 45 € (até aos 12 anos: 35 €)  
Duração: 3 horas

DAS 9.30 ÀS 17.30H

### Dia a Bordo

**Sesimbra Vista do Mar**

Duração: 8 horas  
Inscrições: até 24h antes (91 468 93 35 / 96 937 96 34 / Oavojavai@gmail.com)

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

Org.: O AVÔ JÁ VAI

## PASSEIOS DE BARCO

### Blue Coast

Pôr do Sol no Cabo Espichel, Praias do Ribeiro do Cavalo, Cova da Mijona, Baleeira, Praias Secretas e Grutas, Arrábida Costa Azul.

Inscrições: 96 651 42 52 / bluecoast.toursesimbra@gmail.com  
Preços: entre 13 e 40 €  
Informações: www.bluecoastsesimbra.com

**Cais Espadarte, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Blue Coast

6, 13 E 27 JUL  
SÁB | 10.30H  
17 E 31 AGO | SÁB | 10.30H

YOGA

### **CARLA SHIVANNI** certificada por Yoga Alliance Professionals

Destinatários: maiores de 16 anos

Valor: 5 €

Inscrições: até ao dia anterior  
(96 241 73 27 / [espaco.zambujal@jf-castelo.pt](mailto:espaco.zambujal@jf-castelo.pt))

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

6 E 20 JUL | SÁB | 10.30H

### **AULAS DE TEATRO**

Destinatários: maiores de 16 anos

Inscrições:

Inscrições: até um dia antes  
da iniciativa (93 635 50 31 /  
96 672 42 73)

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

Org.: Luana Sargedas e Articoração

13 JUL | SÁB | 10H  
**DANÇA CRIATIVA**

Observa a tua respiração,  
toma consciência do teu corpo  
e através do teu movimento  
autêntico cria espaço para  
a tua expressão única sem  
julgamentos ou expectativas.

Destinatários: maiores de 16 anos

Inscrições: até dia 11

(91 768 78 88 / 96 672 42 73)

Preço: 5 €

Informações: trazer  
roupa confortável

**Parque Augusto Pólvora,  
Maçã**

Org.: Articoração com Fátima Rapaz

17 E 24 JUL  
QUA | 8 E 19.30H  
**CÍRCULO DE SOM**

Aprendizagem,  
autoconhecimento, conversa  
e partilha sobre um tema  
escolhido, seguido de entrega  
do corpo ao som curativo  
das taças tibetanas como  
relaxamento final.

Destinatários: maiores de 12 anos

Inscrições: até um dia antes  
da iniciativa (93 650 47 05 /  
96 672 42 73)

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

Org.: Fátima Pesqueira Parada e Articoração

8 AGO | QUI | 19H  
**YOGA E BANHO  
DE SOM COM  
CONTEMPLAÇÃO  
DO PÔR DO SOL**

Unindo o yoga às taças  
tibetanas e gongo, vamos  
contemplar o melhor pôr do sol.

Destinatários: maiores de 12 anos  
Inscrições: até dia 6 (93 650 47 05  
/ 96 672 42 73)

**Praia da Foz**

Org.: Fátima Pesqueira Parada,  
Fátima Ribeiro e Articoração

14 E 21 AGO  
QUA | 8 E 19.30H  
**CÍRCULO DE SOM**

Destinatários: maiores de 12 anos

Inscrições: até um dia antes  
da iniciativa (93 650 47 05 /  
96 672 42 73)

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

Org.: Fátima Pesqueira Parada e Articoração



10 AGO | SÁB | 10.01H

BEM-ESTAR

### **MORNING WELLNESS BY ARTICORAÇÃO**

10.01H

**Callanetics, Yuliya  
Ablyazova**

10.49H

**Taças Tibetanas,  
Fátima Pesqueira Parada**

11.17H

**Pranayama/  
Breathwork, Fátima  
Ribeiro**

Condições de participação:  
Cada pessoa deve levar tapete  
ou toalha e água.

Valor sugerido: 10 €

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Grémio

○ convite é: um tempo  
para ti, fortalecer  
o corpo trazendo à  
consciência a matéria de  
que somos feitos, seguindo  
pelos trilhos da mente  
e relaxando ao som das  
taças tibetanas e por  
fim um momento para  
regressar à consciência da  
respiração com práticas  
milenaes de pranayama/  
breathwork.

# ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL

5 JUN A 31 AGO | DAS 9  
ÀS 13 E DAS 15 ÀS 19H

## **ALL AND ONE – PRAIA ACESSÍVEL**

Projeto de apoio especializado  
ao utente com mobilidade  
reduzida na praia.

**Praia do Ouro,  
vila de Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e Instituto  
Politécnico de Setúbal

10 E 17 JUL | QUA | 10H

## **ECOACÇÃO – TODOS SOMOS LÍDERES DO OCEANO**

Chamar a atenção para  
o lixo existente nas praias.

10 JUL

**Praia do Moinho  
de Baixo, Meco**

17 JUL

**Praia da Lagoa  
de Albufeira Mar**

Org.: CM Sesimbra  
e Associação Oceans & Flow

13 JUL A 24 AGO  
| 10.30H

## **BRINCAR E APRENDER COM OS OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL**

Ateliês de praia onde cada  
criança é convidada a criar  
peças em cerâmica que  
transmitam o que pensam  
sobre os ODS que escolheram  
para trabalhar. Todos estes  
trabalhos serão expostos no  
final da época balnear.

13 JUL, 6 E 11 AGO

**Biblioteca da Praia da  
Califórnia, Sesimbra**

14 E 16 JUL E 18 AGO

**Biblioteca da Praia  
do Ouro, Sesimbra**

28 JUL E 24 AGO

**Biblioteca da Praia  
da Lagoa de Albufeira**

20 JUL E 3 AGO

**Biblioteca da Praia  
do Moinho de Baixo, Meco**



2024

7 AGO | QUA | DAS  
9.30 ÀS 12.30H

ATIVAÇÃO  
FAMÍLIAS

## TRANSFORMAR

### Oficina da reciclagem, gincanas pais e filhos e jogos tradicionais com plástico reciclado

Na 7.ª edição do TransforMar, os cubos de recolha de plástico na praia vão dar lugar a dinamizações com famílias. A Tartaruga Tuga será a principal embaixadora da 7.ª edição do projeto TransforMAR pois estará presente sensibilizando as crianças para a importância da proteção dos oceanos e das praias, da reciclagem e dos benefícios da economia circular das embalagens de plásticos e de metal.

Observações: os participantes irão receber um livro TransforMar (12 páginas de atividades e conteúdos, acrescidos de capa e contracapa)

**Praia de Sesimbra**

Org.: ABAAE e LIDL

## a decorrer...

AMAR A PRAIA  
– CONCURSO  
DE PRÁTICAS  
SUSTENTÁVEIS

### TORNA-TE O CAMPEÃO DA TUA PRAIA!

O desafio Amar a Praia – Concurso de Práticas Sustentáveis, promovido pelo Programa Bandeira Azul com o apoio da P&G Portugal, pretende nesta quarta edição destacar as melhores práticas de municípios e concessionários de praia nas áreas Água, Resíduos e Energia e dar voz aos banhistas, que podem votar no que de melhor se faz nas suas praias.

Em 2024, tal como os atletas olímpicos, quem participa no Concurso Amar a Praia procura, inevitavelmente, vencer. Para isso esforça-se no sentido de apresentar o melhor projeto possível. Se és o atleta que almeja ser campeão neste concurso de sustentabilidade... por ti e pela tua praia, envia a tua melhor prática!

Reaproveita a água da chuva para regar a horta?

Tem um compactador de plástico?  
Desenvolveu uma política de desperdício zero?  
Conseguiu reduzir o consumo de papel?  
Sensibiliza os clientes|banhistas para poupar energia?  
Os clientes | banhistas são incentivados a andar de bicicleta?  
Oferece um café a quem apanhar lixo na praia?  
Os cinzeiros para as beatas são apelativos e funcionais?

## EDUCAÇÃO AMBIENTAL

### OS 10 MANDAMENTOS PELO OCEANO

Junto da comunidade em geral, escolas, pescadores, atividades marítimo-turísticas e outras entidades, questionar sobre ações ou ideias para combater as problemáticas relacionadas com os oceanos. Com base nestas ideias, são selecionados Os 10 Mandamentos pelo Mar e dispostos num mural a ser pintado/interpretado por um artista.

**Concelho de Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e parceiros locais



# BIBLIOTECAS DE JARDIM E ECOB

**A**s Bibliotecas de Praia surgem nos areais de Sesimbra no verão de 1987, para promover a leitura em tempo de férias. Um projeto inédito, que se tornou desde logo um enorme sucesso. Ao longo dos anos, foram conquistando território, abrangendo não só as praias, mas também os jardins, cresceram em tamanho e na oferta de livros, e tornaram-se ainda mais atrativas, com um programa regular de atividades, sobre-

tudo para o público mais jovem. Têm para empréstimo gratuito livros, publicações periódicas e jogos didáticos para todas as idades. Os livros e publicações, que abrangem a literatura infantil, juvenil e de adultos em língua nacional e estrangeira, nomeadamente em inglês, francês, alemão e espanhol, e áreas como a banda desenhada, ficção científica ou romance, podem ser lidos na esplanada, na toalha ou à beira-mar e ficar reservados para o dia seguin-



## PRAIA DO OURO E CALIFORNIA

DAS 10 ÀS 13  
E DAS 16 ÀS 19H

## PRAIA DO MOINHO DE BAIXO E LAGOA DE ALBUFEIRA

TERÇA A DOMINGO, DAS  
10 ÀS 13 E DAS 15 ÀS 18H

## PARQUE DA VILA

TERÇA A DOMINGO, DAS  
10 ÀS 13 E DAS 17 ÀS 20H

## PARQUE DE CAMPISMO DO FORTE DO CAVALO

TERÇA A DOMINGO,  
DAS 13 ÀS 19H

## ECOBIBLIOTECA, PARQUE AUGUSTO PÓLVORA

DAS 10 ÀS 13  
E DAS 16 ÀS 19H

te. Além disso, as bibliotecas também disponibilizam diariamente jornais e revistas nacionais.

Assente na ideia de educação pela leitura em contacto e em descoberta com a natureza, surgiu em 2023, no Parque Augusto Pólvora, na Maça, a Ecobiblioteca, que reúne cerca de 450 títulos sobre temas ligados ao ambiente e à ecologia. O funcionamento destes espaços é assegurado por jovens do concelho.



# MAR4ALL

## PRAIA DO OURO

26 JUN A 11 SET  
QUA DAS 9 ÀS 12H

### **CABELOS AO VENTO**

Passeios à beira-mar  
em bicicleta adaptada

Dinamização: CrisAnima

1, 15 E 29 JUL E 12  
E 26 AGO | DAS 14.30  
ÀS 17.30H

### **CANOAGEM ADAPTADA**

Dinamização:  
Clube Naval de Sesimbra

8 E 22 JUL, 5 E 19 AGO  
E 2 SET | DAS 14.30  
ÀS 17.30H

### **SUP ADAPTADO**

Dinamização:  
Surf Club de Sesimbra

# SESIMBRA

# VAIVÉM GRATUITO

**MOAGEM de SAMPAIO** ↔ **SESIMBRA**  
(PARAGENS) (TERMINAL)



De 15 de JUNHO a 15 de SETEMBRO

## HORÁRIOS VAIVÉM

IDA

**MOAGEM de SAMPAIO → SESIMBRA**

| Hora    | 08 | 09 | 10 | 12 | 13 | 14 | 15 | 17 | 18 | 19 |
|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Minutos | 00 | 20 | 00 | 20 | 30 | 40 | 15 | 35 | 10 | 20 |
|         | 40 |    | 35 | 55 |    |    | 50 |    | 45 | 55 |

VOLTA

**SESIMBRA → MOAGEM de SAMPAIO**

| Hora    | 08 | 09 | 10 | 12 | 13 | 14 | 15 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Minutos | 20 | 00 | 20 | 00 | 10 | 20 | 30 | 15 | 25 | 00 | 10 |
|         |    | 40 |    | 35 |    | 55 |    | 50 |    | 35 |    |



**ESTACIONAMENTO GRATUITO**  
(MOAGEM DE SAMPAIO)  
**200 Lugares**

**SESIMBRA**





# MEMÓRIAS DA MERCEARIA IDEAL

▼ Merceria Ideal Anos 40/50



«Café, chocolate, feijão e pimenta vendidos em avulso, tachos e panelas, bacalhau demolhado, detergentes e até farinhas e rações para animais eram alguns dos muitos artigos que ali se podiam encontrar», recorda Paula Caretas, que trabalhou na Mercearia Ideal desde o início dos anos 90 até ao seu encerramento. Dos cerca de oito anos de “casa” lembra-se que os preços eram «muito em conta» e que, aos fins de semana, recebia sempre muitas pessoas do “campo” para levarem as farinhas e as rações para os animais.

A Mercearia, que partilhava o Largo José António Pereira com outro imóvel emblemático, o Clube Sesimbrense, ou Grémio, pertencia a Arménio Monteiro Coelho, empresário que explorava também o Café Central, situado no mesmo largo. Com a sua morte, em 1969, ficou entregue a António Abreu, antigo funcionário da loja. Mais tarde, este funcionário carismático estabeleceu sociedade com António Matias, com quem prosseguiu com o negócio até ao encerramento do mesmo. A Mercearia, encerrada mais recentemente, está ainda bem presente na memória da maioria dos sesimbrenses e de todos os que visitavam a vila. Muitos desconhecem, contudo, que num pequeno espaço ao lado da mesma funcionou, até à década de 50, a Cervejaria Ideal, ponto de encontro da comunidade piscatória. Parte da “essência” destes estabelecimentos ficou perpetuada no antigo mobiliário que foi removido numa operação morosa e delicada feita

pela Câmara Municipal, na perspetiva de o preservar e voltar a utilizar para recriar a antiga loja.

O trabalho de marcenaria e remontagem decorreu no local durante cerca de dois meses. A madeira está, em geral, em bom estado e por isso foi apenas protegida, tendo sido necessário substituir alguns elementos estruturais, respeitando-se sempre o traçado original. As camadas superficiais vão ainda ser conservadas, com limpeza, fixação, preenchimento de lacunas e reintegração cromática, mas «a ideia é manter ao máximo o que está», conta a conservadora-restauradora, Laura Moura.

«A madeira vai continuar a ter manchas e as marcas do tempo vão manter-se», adianta. Gavetas, portas e vidros são, maioritariamente, os originais para que a recriação seja o mais fiel possível. O espaço vai voltar a abrir ao público no rés-do-chão do Centro Cultural Costeiro com produtos promocionais de Sesimbra e do Museu Marítimo.

Tendo por mote as memórias da Mercearia Ideal, o Museu Municipal propõe uma visita a alguns dos locais mais icónicos da vila de Sesimbra, relembrando memórias desta e de outras mercearias que marcaram a comunidade durante o século XX.

#### QUINTAS NO MUSEU

#### Visita Acompanhada

Participação livre

**Ponto de encontro:**  
**Centro Cultural Costeiro,**  
**vila de Sesimbra**



22 AGO | QUI | 21.30H

QUINTAS NO MUSEU

# CENTRO CULTURAL COSTEIRO

Open Night

Centro Cultural Costeiro, vila de Sesimbra

O Centro Cultural Costeiro abre as suas portas ao público para uma noite direcionada a toda a família, em que a ciência e investigação vão ser o mote para uma visita

à reserva visitável, laboratório de conservação e oficinas dinamizadas pelo Serviço Educativo do Museu, direcionadas ao público mais jovem.

**19 JUL E 9 AGO**  
**SEX | 21.30H**

CONHECER E  
VALORIZAR A ARTE

## **SIMBOLOGIAS VISUAIS SEM LIMITAÇÕES**

Inscrições: até às 17h do dia anterior

Limite: 6 participantes (cristina.conceicao@cm-sesimbra.pt / 21 014 92 24)

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

**Capela do Espírito Santo dos Mareantes, vila de Sesimbra**

**SÁBADOS, DOMINGOS  
E FERIADOS | 16H**

CONHECER E  
VALORIZAR O  
PATRIMÓNIO

## **REDESCOBRIR O SPRITAL MIEVEAL E A CAPELA DO ESPÍRITO SANTO DOS MAREANTES**

Limite: 10 participantes

**Capela do Espírito Santo dos Mareantes, vila de Sesimbra**

### **a decorrer...**

**SEGUNDA  
A DOMINGO  
| DAS 10 ÀS 18H**

## **CIRCUITO MUSEOLÓGICO DO CASTELO DE SESIMBRA**

**Castelo de 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**



**12 JUL A 18 AGO**

## **CAPELA ABERTA NAS NOITES DE VERÃO**

qui, sex e sáb | 21 às 23.30h  
qui, sex e sáb | das 9 às 12.30,  
das 14 às 19.30  
e das 21 às 23.30h

dom a qua | das 9 às 12.30  
e das 14 às 17.30h

Informações: 21 014 92 24  
21 014 94 61

museu@cm-sesimbra.pt

**Capela do Espírito  
Santo dos Mareantes,  
vila de Sesimbra**

A Capela do Espírito Santo dos Mareantes volta a abrir portas nas noites de verão para dar a conhecer o seu espólio, que integra uma valiosa coleção de arte sacra e um dos mais bem preservados hospitais medievais em Portugal. Durante a iniciativa À Noite no Museu, que decorre de 12 de julho a 18 de agosto, o edifício vai estar aberto ao público às quintas, sextas e sábados, das 21 às 23.30 horas.





1 JUL A 5 SET

## BIBLIOTECAS DE PRAIA

SEX | 17H | **Oficinas de Expressão Plástica**

QUA E DOM

11H | **Histórias à Beira-mar**

17H | **Jogo de Cartas: À Descoberta de Sesimbra**

BIBLIOTECAS DE JARDIM

SEX | 18H | **Oficinas de Expressão Plástica**

QUA E DOM

11H | **Jogo de Cartas: À Descoberta de Sesimbra**

18H | **Histórias no Jardim**

## ECO BIBLIOTECA

SEG E SEX | 17H | **Oficinas de Expressão Plástica**

QUA E DOM

11H | **Jogo de Cartas: À Descoberta de Sesimbra**

18H | **Histórias no Parque**

2 JUL | TER | 11H

HORA DO CONTO

## AS SETE CAMAS DO ARGANAZ

de Susanna Isern

Destinatários: maiores de 4 anos  
Comemoração do Dia Internacional das Bibliotecas

Promoção do Livro e da Leitura

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

6 E 20 JUL | SÁB  
DAS 11 ÀS 12H

OFICINAS UNIVERSO

## QUEM SOU? E ONDE ESTOU?

O UP - Universo Psicologia convida todas as crianças a participarem nas oficinas Universo Infantil Quem Sou? e Onde Estou? As oficinas são contínuas e consistem em trabalhar o foco, a autoconfiança, a autonomia, a gestão de emoções, a integração, o equilíbrio, a essência e a liberdade das crianças. São competências cada vez mais importantes e que podemos trabalhar logo desde a primeira infância.

Inscrições: até 72 horas antes da iniciativa (geral@upscologia.pt)

Condições de participação: trazer água e roupa confortável.

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

Org.: Universo Psicologia





**6 JUL | SÁB | 11H**

HORA DO CONTO

## **POSSO DORMIR NA VOSSA CAMA?**

**de Lian Brenmen**

**dinamizada por Vânia Cristão**

Quem nunca quis dormir na cama dos pais levante o dedo! Esta divertida história mostra que dizer a verdade pode ser o melhor remédio para uma ideia fixa”.

Destinatários: crianças  
acompanhadas por um adulto

**Sala do Conto, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

**13 JUL | SÁB | 10.30H**

BIBLIOTERAPIA

## **LIVROS COM COMPORTAMENTO**

**por Cristina Saraiva**

Destinatários: a partir dos 16 anos

Inscrições:

[cristina.saraiva@cm-sesimbra.pt](mailto:cristina.saraiva@cm-sesimbra.pt)

**Polo de Leitura  
da Quinta do Conde**



**13, 23 E 25 JUL E 22 E 24 AGO**

## **BIBLIOTECAS DE PRAIA**

**Histórias sobre o Mar e Reciclar**

**13 JUL | SÁB**

**11H | Moinho de Baixo**

**16H | Lagoa de Albufeira**

**23 JUL | TER**

**11H | Parque da Vila**

**25 JUL | QUI**

**17H | Parque Augusto Pólvora**

**22 AGO | QUI**

**11H | Parque da Vila**

**17H | Parque Augusto Pólvora**

**24 AGO | SÁB**

**11H | Moinho de Baixo**

**16H | Lagoa de Albufeira**

À descoberta de um mar cheio de vida e cor. Uma viagem guiada por uma baleia! Um mundo aquático tão mágico, mas também tão frágil. A mensagem é sobre a importância de preservar os oceanos, e o planeta! E com a ajuda do nosso Kit de Exploração vamos descobrir o que esconde a areia da praia. E o que fazer com o lixo marinho? Vamos transformá-lo numa obra de arte!



14 JUL | DOM | DAS 10 ÀS 12.30H

À DESCOBERTA DA LAGOA PEQUENA

## UMA VIAGEM PELOS 5 SENTIDOS

Destinatários: famílias com crianças dos 6 aos 12 anos

Inscrições: <https://forms.gle/baLQsxtFpGTiQRg6>

Preço: 5 €

Esta atividade realiza-se no âmbito do protocolo entre a SPEA e a CM Sesimbra para a dinamização do EILP.

### Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

Através de jogos sensoriais e atividades de observação, vamos usar os nossos sentidos e a criatividade para explorar a natureza e descobrir a biodiversidade da Lagoa Pequena. Ao longo do percurso, cada família irá criar um Livro da Natureza, com

desenhos, histórias e colagens de elementos naturais (folhas secas, frutos, penas), que representam aquilo que observaram, sentiram e aprenderam sobre os animais e as plantas que habitam a Lagoa Pequena.



SESIMBRA



13 JUL | SÁB | 17H

OFICINA

### A CAMINHADA DO PÃO

A propósito do próximo espetáculo do Espaço das Aguncheiras, PÃO, trazemos esta oficina sobre o caminho do Pão no tempo e no espaço. Iniciamos com uma caminhada guiada por Francisco Rasteiro, seguida de atividade plástica com Inês Lapa Lopes e pequena degustação.

Destinatários: famílias e crianças a partir dos 6 anos  
Inscrições: até dia 12 (<https://forms.gle/ZJtbT4v32DaSgqmy5>)  
Informações: [aguncheiras@gmail.com](mailto:aguncheiras@gmail.com)

**Aguncheiras, Azoia, Cabo Espichel**

Org.: Espaço das Aguncheiras  
| Bosque Mágico Serviço Educativo

20 JUL | SÁB | 11H

ESPAÇO BEBETECA

### UM CONTO E DOIS PASSOS...

**dinamizado por Inês Santos**

Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhadas por um adulto

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



JUL

## BIBLIOTECAS DE PRAIA, JARDIM E ECO BIBLIOTECA

À CONVERSA COM...

**O escritor José Pinheiro**

**Autor do livro infantil AniMais OU Menos**

19 JUL | SEX

10.30H | Praia do Ouro

16.30H | Praia da Califórnia

20 JUL | SÁB | 18H

Parque da Vila

30 JUL | TER | 18H

Eco Biblioteca



**inscrições...**

**ATÉ 31 JUL**

# PROJETO ESPAÇO ZAMB'ART

**TERÇAS**

**Oficinas Artísticas**

**QUARTAS**

**Visitas Fora de Portas**

**QUINTAS**

**Oficina da Criança**

**SEXTAS**

**Cinema no Espaço**

Destinatários: crianças e jovens dos 6 aos 15 anos

Valor: 10 € por participante

(inclui todas as atividades durante o mês de agosto, transporte, seguro de acidentes pessoais e entradas nas visitas fora de portas)

Inscrições: até 31 JUL (96 241 73 27/espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Org.: Espaço Zambujal

**20 JUL | SÁB | 11.37H**

**ERA UMA VEZ...**

## O PEIXE E A CONCHA

**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**

**20 JUL | SÁB | 17H**

**OFICINA**

## DA SEMENTE À AGUADELA NO BOSQUE MÁGICO DAS AGUNCHEIRAS I

Nesta oficina sobre vegetais e plantas comestíveis haverá desenhos com histórias e aguarelas para os germinar.

Destinatários: famílias e crianças a partir dos 5 anos

Inscrições: até dia 17 (<https://forms.gle/ZJtbT4v32DaSgqmy5>)

Informações:

[aguncheiras@gmail.com](mailto:aguncheiras@gmail.com)

**Aguncheiras, Azoia,  
Cabo Espichel**

Organização: Espaço das Aguncheiras  
| Bosque Mágico Serviço Educativo



**27 JUL | SÁB | 17H**

HISTÓRIAS NO BOSQUE

# O RAPAZ QUE AMAVA AS AVES (E MUITAS OUTRAS COISAS)

Destinatários: famílias com crianças maiores de 3 anos

Inscrições: [ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt](mailto:ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt) / <https://tinyurl.com/yef3sadc>

**Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde**

O Ricardo nasceu num planeta ameaçado e vive sempre muito preocupado! Até que um dia decidiu mandar o mundo às urtigas! Passou a tomar banhos de imersão e nem queria ouvir as notícias na televisão. Queria lá saber das florestas ameaçadas, simples era deixá-las alvorçadas. E reciclar? É muito

mais fácil o lixo atirar. Para quê preservar? Os outros também não se estão a preocupar! Mas um dia tudo mudou. O Ricardo conheceu alguém especial. Esta é uma história sobre reciclar, poupar e preservar e sobre um rapaz que amava as aves e muitas outras coisas.





**3 E 31 AGO | SÁB | 11H**

**HORA DO CONTO**

# **OLÁ, EU SOU A LUZ**

**de Alex Latimer**

**Dinamizado por Vânia Cristão**

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

**Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

“O dia estava tão agradável, que o Rato, no seu longo passeio, nem reparou que as sombras se tornaram compridas e começara a ficar escuro. Ficou então muito assustado. Nesse momento, viu um fulgor de onde um

pirilampo apareceu e lhe disse: «Eu sou a Luz e vou iluminar o teu caminho!» Junta-te ao Rato, à Luz e aos seus amigos neste divertido passeio noturno repleto de surpresas.”

26 JUL | SEX | 15H

SESSÃO DE  
ESCLARECIMENTO/  
WORKSHOP

## VEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

Sessão de sensibilização para  
uma utilização da Internet de  
forma segura

Destinatários: crianças  
dos 6 aos 12 anos

Inscrições:  
joao.bizarro@cm-sesimbra.pt

Sala Infantojuvenil, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

28 JUL | SÁB | 17H

OFICINA

## DA SEMENTE À AGUARELA NO BOSQUE MÁGICO DAS AGUNCHEIRAS II

Da Semente à Aquarela é  
um ateliê com aquarelas e  
música onde uma história se  
desenrola para vos inspirar.  
Participação dos Cellos Flash.

Destinatários: famílias

e crianças a partir dos 5 anos

Inscrições: até dia 27 (<https://forms.gle/ZJtbT4v32DaSgqmy5>)

Informações:  
aguncheiras@gmail.com

**Aguncheiras, Azoia,  
Cabo Espichel**

Organização: Espaço das Aguncheiras |  
Bosque Mágico Serviço Educativo

1 AGO | QUI | 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## VETERINÁRIO POR UMA TARDE

**Oficina**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

Inserido no projeto Espaço Zamb'Art

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

2 AGO | SEX | 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## CINEMA NO ESPAÇO

**Orion e o Escuro**

de Sean Charmatz

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 10 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

3 E 17 AGO | SÁB

DAS 11 ÀS 12H

OFICINAS UNIVERSO

## QUEM SOU? E ONDE ESTOU?

Inscrições: até 72 horas antes  
da iniciativa ([geral@upsicologia.pt](mailto:geral@upsicologia.pt))

**Junta de Freguesia  
da Quinta do Conde**

Org.: Universo Psicologia

6 AGO | TER | 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## VAMOS FAZER PASTA DE PAPEL

**Oficina Artística**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

7 AGO | QUA  
DAS 9.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## PISCINAS DE MONTEMOR

**Visitas Fora de Portas**

Destinatários: crianças  
e jovens dos 6 aos 15 anos

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

**Ponto de encontro:**

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

8 AGO | QUI  
DAS 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## PASTELEIRO POR UMA TARDE

**Oficina**

Destinatários: crianças  
e jovens dos 6 aos 15 anos

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

**Lugar da Terra, Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

## Mais Novos

**9 AGO | SEX  
DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART  
CINEMA NO ESPAÇO

### O AMIGO CROCODILO

**de Josh Gordon  
e Will Speck**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**9 AGO | SEX | 15H**

SESSÃO DE  
ESCLARECIMENTO/  
WORKSHOP

### YEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

Sessão de sensibilização para  
uma utilização da Internet de  
forma segura:

Destinatários: crianças  
dos 6 aos 12 anos

Inscrições: joao.bizarro@cm-  
sesimbra.pt

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

**10 AGO | SÁB | 11H**

ESPAÇO BEBETECA

### UM CONTO E DOIS PASSOS...

**dinamizado  
por Inês Santos**

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

**13 AGO | TER  
DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

### VAMOS TRABALHAR COM MASSA BISCUIT

**Oficina**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 10 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**14 AGO | QUA  
DAS 9.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

### FABRICO DE QUEJO E CIRCUITO DA ÁGUA

**Visitas Fora de Portas**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Ponto de Encontro:  
Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**16 AGO | SEX  
DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART  
CINEMA NO ESPAÇO

### O LIVRO DA SELVA

**de Jon Favreau**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**20 AGO | TER  
DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

### VAMOS FAZER AREIA MÁGICA

**Oficina Artística**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**21 AGO | QUA  
DAS 10 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

### MOINHO, DA MARÉ

**Visitas Fora de Portas**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Ponto de Encontro:  
Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**22 AGO | QUI  
DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

### PINTOR POR UMA TARDE

**Oficina Artística**

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**23 AGO | SEX**  
**DAS 14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART  
CINEMA NO ESPAÇO

## **O REI LEÃO**

**de Jon Favreau**

Destinatários: dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**27 AGO | TER**  
**14.30 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

## **VAMOS FAZER MASSA MÁGICA**

**Oficina Artística**

Destinatários: dos 6 aos 15 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal

**28 AGO | QUA**  
**DAS 10 ÀS 17H**

ESPAÇO ZAMB'ART

## **PRAIA E DESPORTOS NAUTICOS NA LAGOA DE ALBUFEIRA**

**Visitas Fora de Portas**

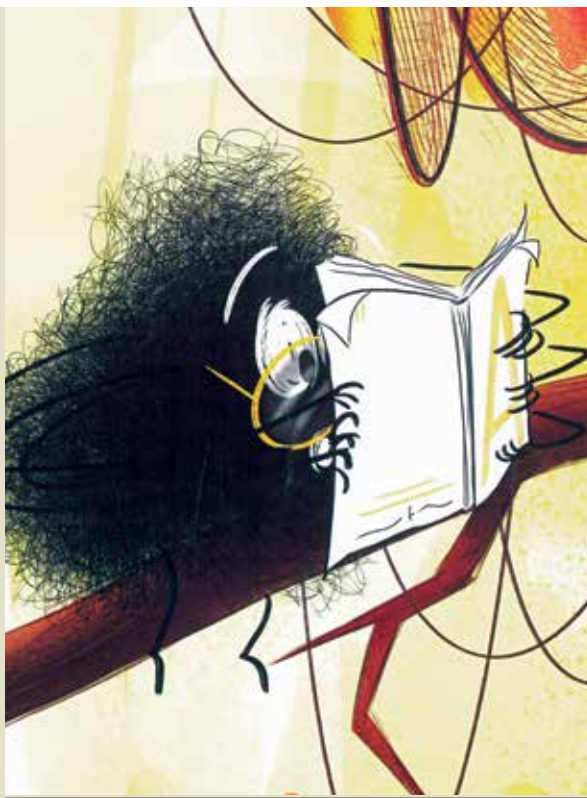
**Surf, Bodyboard, Skimboard,  
Stand-Up Paddleboarding**

Destinatários: dos 6 aos 15 anos

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

**Ponto de Encontro:**  
**Espaço Zambujal**

Org.: Espaço Zambujal



**17 AGO | SÁB | 11H**

**HORA DO CONTO**

## **A ARANHA ANTONIETA E O 1 2 3**

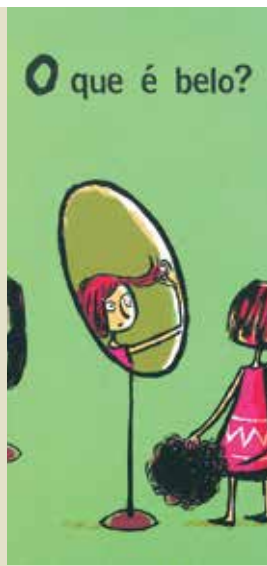
**de Vanessa Namora Caeiro**

**Dinamizada pela voluntária Daniela Reis**

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

**Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**A** Antonieta é uma aranha muito aventureira e divertida! Decidiu viajar a pedalar de bicicleta até à Cidade dos Números. Traz consigo uma mala mágica onde quer guardar todos os algarismos que encontrar. Durante a sua aventura a Antonieta encontra 1 rato, 2 gatos, 3 cães... e outros mais. Que viagem atribulada! Será que conseguirá escapar de todos os perigos desta aventura?



JUL

MOSTRAS  
BIBLIOGRÁFICAS

## COM A CABEÇA CHEIA DE PERGUNTAS...

Sala de Leitura, Piso 2  
Biblioteca Municipal  
de Sesimbra

Se és uma pessoa curiosa, descobre as respostas a todo o género de perguntas, nestes divertidos livros sugeridos pela Biblioteca Municipal, com muitas curiosidades para explorar sobre ti e o mundo que te rodeia. Livros perfeitos para ler nas férias de verão, sobre a aventura de pensar!

29 AGO | QUI  
DAS 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART

## PADEIRO POR UMA TARDE

Oficina

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

Lugar da Terra

Org.: Espaço Zambujal

30 AGO | SEX  
DAS 14.30 ÀS 17H

ESPAÇO ZAMB'ART  
CINEMA NO ESPAÇO

## A BELA E O MONSTRO

de Bill Condon

Destinatários: crianças e jovens  
dos 6 aos 15 anos

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

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

a decorrer...

SÁBADOS | 11.30H

MÚSICA ENTRE NÓS

## CORO INFANTIL

Destinatários: crianças dos 6 aos  
12 anos

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

## MOSTRAS BIBLIOGRÁFICAS

Sala de Leitura, Piso 2  
Biblioteca Municipal  
de Sesimbra

JUL

É OU NÃO É?

## O livro-objeto na literatura infantil

O universo dos livros infantis é infinito. Descubre como o formato do livro pode transformar a leitura, estimulando a criatividade e a fantasia.

JUL E AGO

## AMAR A TERRA À LUZ DOS ODS

Para alertar os mais pequenos sobre a importância do ambiente para a qualidade da vida humana, a é apresentada uma seleção de livros, que vai ao encontro do ODS 15 – Proteger a Vida Terrestre.





D.R.

**24 AGO | SÁB | DAS 20 ÀS 22H**

VISITA GUIADA

# UMA AVENTURA AO LUAR NA LAGOA

Destinatários: famílias com crianças a partir dos 6 anos, amantes da natureza e todos os interessados

Inscrições: <https://tinyurl.com/44urme3>

Esta atividade realiza-se no âmbito do protocolo entre a SPEA e a CM Sesimbra para a dinamização do EILP.

## **Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena**

Diariamente, quando a Lagoa Pequena fecha portas, inicia-se a magia do crepúsculo. Se tem interesse em procurar

um dos nossos “inquilinos noturnos”, como as corujas e as lontras, foi a pensar em si que preparámos esta visita guiada ao luar.



**SESIMBRA**





▲ Arte Xávega na Praia do Moinho de Baixo, 1946. A imagem digital desta fotografia foi cedida à autarquia por Rui Franco e encontra-se na posse de Argentino Veríssimo.





cisco, no âmbito do documentário Artes do Moinho de Baixo - Raízes da Nossa Terra, sendo que a fotografia original

# As “Artes” na Praia

**Datada de 1946, esta fotografia é o registo mais antigo que se conhece da Arte Xávega na Praia do Moinho de Baixo. Verdadeiro tesouro guardado por Argentino Veríssimo, 95 anos, um dos primeiros pescadores das “Artes”, pesca tradicional que faz parte da história do concelho e que durante cerca de cem anos moldou a paisagem de um dos areais mais conhecidos do país.**

Argentino Veríssimo foi pescador na *Arte Galinho da Manhã* durante mais de cinco décadas. Em 1946, com 18 anos, era dos poucos que sabia “embarcar” a rede, como se pode ver na fotografia. «Dava trabalho, por isso ninguém queria pôr a rede dentro do barco», assegura. «Ficava uma corda por baixo, que era para vir para terra, e uma por cima, para ir para o mar». Na altura, ainda não havia a ajuda dos tratores, por isso a pesca exigia muita força física. «Nós é que carregávamos o barco para o mar e depois o puxávamos para terra. Quando apanhávamos alforrecas, eram espalhadas na areia e o barco deslizava que era uma maravilha», recorda. Conhecido por ser um mar bravo, era preciso esperar pelo momento certo para entrar na água. «Era o que nós chamávamos de uma rasa, aquela altura em que o mar acalmava, e para sair era a mesma coisa». Argentino era um dos seis remadores, e dentro do barco iam mais dois homens, «um para largar a rede e outro que ia à corda».

Uma ponta da corda ficava amarrada a uma forquilha, que era espetada na areia. «Era assim que íamos levados para o mar de Cristo», conta. Para além do *Galinho da Manhã*, havia também as artes *Estrela, Mula, Burro, Cavalo, Os Imigrantes*, entre outras. Muitas vezes iam dois e três barcos ao mesmo tempo para o mar. «Nós queríamos ir sempre mais cedo para apanhar o melhor sítio para pescar, que era em frente ao morro amarelo». As “Artes” aconteciam entre maio e outubro, meses em que o mar era mais calmo. «A melhor pesca era a da lula, que era feita de madrugada». Argentino perdeu a conta às vezes que foi para o mar, e apesar de alguns sustos, nunca aconteceu nenhum episódio trágico. Quando o mar estava bravo «galgava o barco», e quando as ondas batiam, o banco onde iam sentados chegou a partir-se. Outra vez, com o nevoeiro, foram parar quase ao Cabo Espichel, e chegaram a ficar sem corda para voltar para terra. «Tivemos sempre muita sorte», garante. «Afoitámo-nos

# do **Moinho de Baixo**



muito, mas graças a Deus nunca aconteceu nada de grave». Apesar do perigo, Argentino era dos poucos que sabia nadar. «Aprendi em pequenito, na boca da Lagoa, quando estava fechada. Eu ia para lá pastar as vacas do meu avô e estavam lá dois pastores de Alfarim, que sabiam nadar, e na brincadeira atiravam-me para dentro de água. Tantas vezes me atiraram que comecei a nadar», afirma. «É um mar que não é para brincadeiras, e muitas vezes as coisas acontecem porque brincam com “o homem das barbas brancas” e não se pode brincar com ele», frisa. Apesar de ser uma vida difícil, recorda com saudade estas memórias. «São tempos que já não voltam. Era uma rapaziada boa e amiga», descreve, Argentino que deixou a pesca

há mais de 20 anos. Infelizmente, com a morte do dono da última “Arte”, esta pesca tradicional na Praia do Moinho de Baixo terminou.

Para além de pescador, acumulou outros ofícios, onde força e coragem foram sempre requisitos obrigatórios, desde os arrozais da Ferraria à seca do Bacalhau, no Seixal, passando pela apanha do limo e pela construção de poços, como funcionário da Câmara Municipal.

Atualmente, passa grande parte do seu tempo na horta, em Alfarim. «É onde me sinto bem», confessa.

A sua experiência de vida faz de Argentino uma pessoa singular, que guarda nas suas memórias parte da história do concelho.



# 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 12.30e 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.leitura.sesimbra@  
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  
21.30h, 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 Argéis, 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](mailto: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](mailto:museu@cm-sesimbra.pt)  
**Site:** [museusesimbra.pt](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:turismo@cm-sesimbra.pt)  
**Horário:** 13 de junho a 15 de setembro,  
das 9.30 às 20h

## Spot Jovem

Parque Augusto Pólvora, Maça  
**Tel.:** 21 228 86 35 / 93 998 25 96  
**E-mail:** [juventude@cm-sesimbra.pt](mailto: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](mailto:geral@jf-quintadoconde.pt)  
**Site:** [jf-quintadoconde.pt](http://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](mailto:geral@jf-castelo.pt)  
**Site:** [jf-castelo.pt](http://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](mailto:geral@jf-santiago.pt)  
**Site:** [jf-santiago.pt](http://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](mailto: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

**23, 24 e 25  
AGOSTO**

das 10 às 23.30h

**25**  
anos

# ZIMBRA MEL

Feira do Mel  
da Península  
de Setúbal  
2024

**Parque Augusto Pólvora, Maçã**



**SESIMBRA.PT**