

SA

SESIMBRA CONTECE

200 · OUT'24

Maçã Camoesa

TRIATLO de SESIMBRA

Capicua

Mês da Geodiversidade



Sesimbra, território, Cultura 6

12

**Mostra de Maçã Camoesa,
doçaria e pão**

16

**Margarida
Vila-Nova**

34

Travessia da Baía

loop gate fest 48

56 triatlo de Sesimbra

mês da Geodiversidade 58

Índice

**Sesimbra bilhete-
-postal 72**

**Contactos
Úteis 78**

Música 8

teatro 14

dança 19

Cinema 20

**Conferências
tertúlias 24**

**Cursos
Oficinas 28**

leituras 31

Sustentabilidade 32

Exposições 34

feiras 36

desporto 40

ar livre 44

Visitas 52

juventude 56

Mais Novos 60

SESIMBRA



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

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



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** Diogo Filipe Morgado **Pré-impressão e impressão** Grafisol - Edições e Papelaria, Ld.ª **Distribuição** Salto Cordial, Ld.ª **Periodicidade** Mensal **Tiragem** 5000 exemplares **ISSN** 2182-6315 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

informação | participação | cidadania

edi TORIAL

Sesimbra, Território,

N o mês em que comemoramos a música, expressão artística universal, iniciamos o projeto *Sesimbra, Território, Cultura*, programa de espetáculos que se estende por todo o território.

Aliás, o âmbito territorial é um dos pressupostos deste conceito, que queremos que percorra as três freguesias, aproximando as artes do público e envolvendo-o nas propostas participativas que lhe fazemos. Este programa junta os espetáculos do Cineteatro Municipal, sala de referência na promoção da cultura em Sesimbra, a Temporada de Música da Casa de Ópera do Cabo Espichel, que se iniciou em 2008 e colocou o município na rota da música

erudita, o Aqui Há Jazz, outro dos eventos que promovemos há mais de uma década e que podemos dizer sem receio, que já trouxe a Sesimbra a maioria dos grandes nomes do jazz nacional, ou o ciclo de cinema *Keek Film Fest*, em colaboração com o músico belga Tom Barman, que vive há vários anos em Sesimbra. Para reforçar a presença nas freguesias e afirmarmos o alargamento das artes a todo o concelho, criámos o programa *Circular pelo Território*, composto maioritariamente por espetáculos participativos que acontecem em vários pontos do município e que desafiam o público a subir ao palco e a ter uma nova perspetiva das artes. No verão, o espaço público continua a ser ocupado por várias propostas artísticas.



Francisco Jesus | Presidente da Câmara Municipal

Cultura

A Maçã Camoesa volta a ser rainha em mais uma edição da Mostra dedicada a este produto local, e que promove também a doçaria tradicional, onde se incluem a Farinha Torrada e as Tamarinas de Sesimbra, dois doces recuperados, registados e promovidos pela Câmara Municipal, bem como o Pão Caseiro de Sesimbra Cozido em Forno a Lenha, outra das marcas divulgadas pela autarquia e Junta de Freguesia do Castelo, parceira neste evento. Esta Mostra faz parte de um conjunto de eventos que a autarquia organiza com vista à promoção dos produtos regionais e incentivo ao surgimento de novos produtores e negócios ligados à ruralidade, mantendo-se assim a ligação à terra, que faz também parte do nosso município.

Mas falar de Sesimbra é falar de mar, e em outubro o desporto toma conta do nosso imenso mar, com mais uma edição da Travessia da Baía, uma das provas de natação de águas abertas mais antigas do país, com 99 anos, na qual participam 600 atletas, e depois na Lagoa de Albufeira, que volta a receber o Triatlo de Sesimbra, prova que contempla natação, ciclismo e corrida e que junta centenas de atletas de todo o país que vão dar um colorido muito especial a um dos locais mais belos e com melhores condições da região para a prática de desportos náuticos. Cultura, tradições e atividade física são as três propostas que destaco este mês e que nos mostram toda a diversidade do concelho de Sesimbra. Participe!

2024

TERRITÓRIO CULTURA

CICLO ESPETÁCULOS CONCELHO SESIMBRA

Inicia-se este mês o projeto Sesimbra, Território, Cultura, programa de espetáculos que percorre as três freguesias durante todo o ano com música, teatro, dança, performances, cinema, novo circo e oficinas. Muitas destas propostas têm uma componente participativa, que permite que o público se envolva na construção do próprio espetáculo, e que o viva “por dentro”, em vez de assistir apenas a partir da plateia. O Cineteatro Municipal João Mota, espaço de referência na promoção cultural de Sesimbra, recebe cerca de 30 espetáculos entre outubro e abril. A linha de programação da sala volta a integrar artistas consagrados, como Capicua, que abre a temporada, Paulo de Carvalho, José Pedro Gomes ou Margarida Vila-Nova, mas também projetos emergentes e, como habitual, a nossa “Gente de Cá”, artistas locais que desta forma têm oportunidade de dar a conhecer o seu trabalho numa grande sala. Este conjunto de propostas engloba a Temporada

de Música da Casa de Ópera do Cabo Espichel, que arranca já em novembro, o Aqui há Jazz, que em 2025 acontece em março, o Loop Gate Fest, evento ligado à juventude e o ciclo de cinema Keek Film Fest, que conta mais uma vez com a participação do músico Tom Barman, que desta vez convida o crítico de cinema Rui Tendinha.

A pensar nos mais novos, a programação reserva muitos espetáculos e atividades que estimulam a criatividade das crianças. Uma das novidades é o programa Circular pelo Território, composto maioritariamente por espetáculos participativos, que vão percorrer diversos espaços públicos nas freguesias. Os Olharápios, grupo de espectadores ativos do Cineteatro, que são o resultado mais visível do envolvimento e participação do público, vão continuar a propor-nos as suas sugestões. Aliás, é deles a escolha do espetáculo de abertura, com Capicua, uma das mais originais e talentosas cantautoras da língua portuguesa.



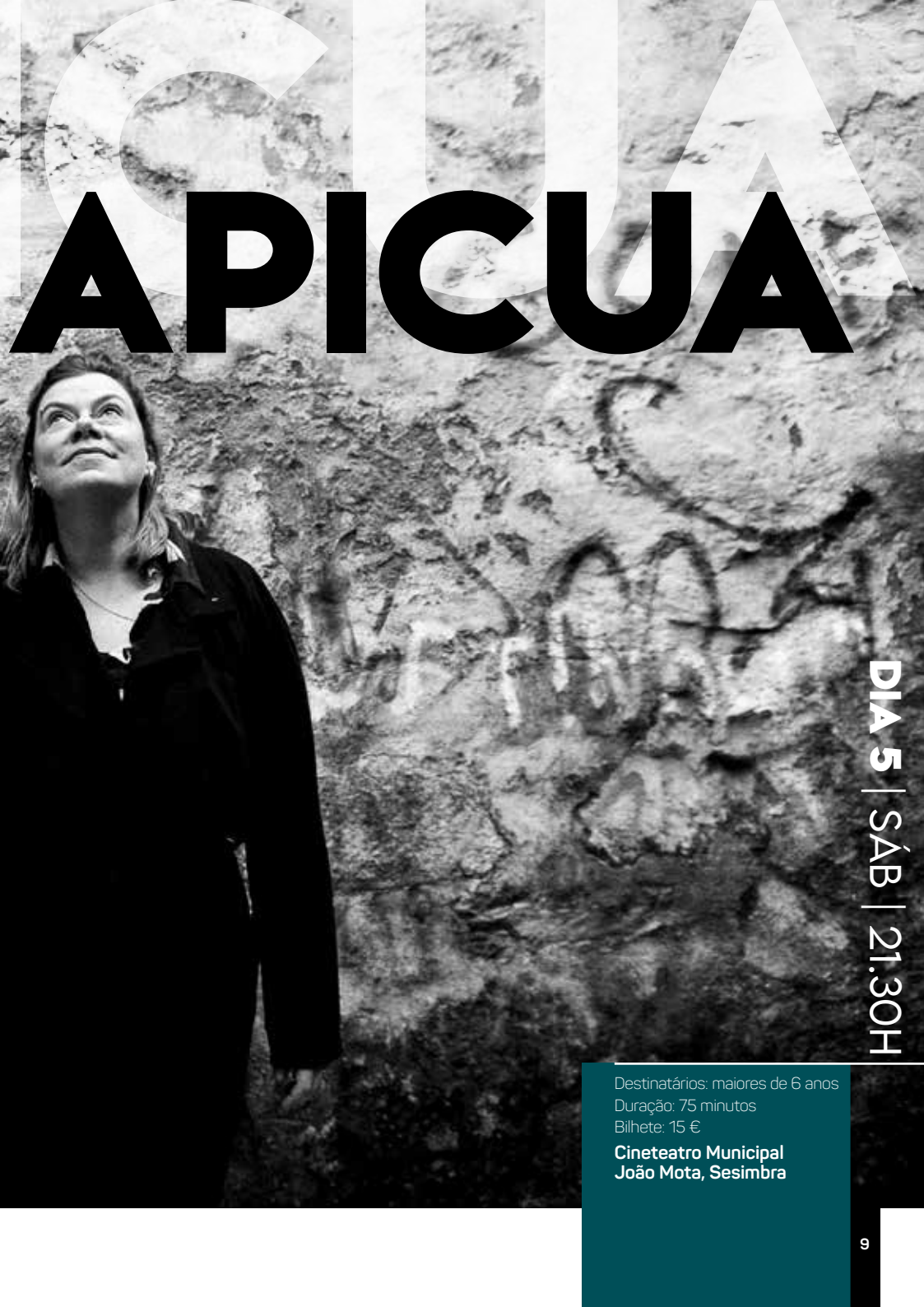
Consulte a
programação
completa na revista
Sesimbra, Território,
Cultura





Depois do aclamado lançamento do tema *Que Força é Essa Amiga* (versão renovada e no feminino do clássico de Sérgio Godinho), Capicua sobe ao palco para revisitar, de forma transversal e celebratória, a sua considerável discografia e misturar os clássicos de sempre com versões atualizadas

de alguns temas menos óbvios. Acompanhada por uma banda versátil e com a qual tem grande intimidade, aproveita os instrumentos acústicos, a maquinaria eletrónica e as vozes femininas, para criar um espetáculo que faz pensar, sentir e dançar na mesma proporção e incentiva o público a participar.



CULIA APICUA

DIA 5 | SÁB | 21.30H

Destinatários: maiores de 6 anos

Duração: 75 minutos

Bilhete: 15 €

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**



CINETEATRO MUNICIPAL JOÃO MOTA SESIMBRA

BILHETEIRA

NOVO HORÁRIO EM SESIMBRA

a partir de 8 OUT

TERÇA A SÁBADO, DAS 9 ÀS 19H

Nos dias de espetáculo, a bilheteira abre uma hora antes do mesmo.

Cineteatro Municipal João Mota

Avenida da Liberdade, 46 2970-635 Sesimbra

QUINTA DO CONDE

Balcão Único de Serviços

SEGUNDA A SEXTA, DAS 8 ÀS 19H

SÁBADO, DAS 8. 30 ÀS 13H

ONLINE

ticketline.sapo.pt

E-mail: cineteatro@cm-sesimbra.pt

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

DIA 5 | SÁB | 22H

BAILE POPULAR

FERNANDO SERENO

ACRUTZ, Zambujal

Org.: Associação de Cultura e Recreio
União Trabalhadora Zambujalense

DIA 12 | SÁB | 21.38H

MÚSICA

AFROJAMSLX

Valor sugerido: 5 €
(O evento é de entrada livre, mas é pedido aos espectadores um contributo (in)consciente).

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 19 | SÁB | 22H

BAILE POPULAR

HÉLDER PEREIRA

ACRUTZ, Zambujal

Org.: Associação de Cultura e Recreio
União Trabalhadora Zambujalense

DIA 19 | SÁB | 22.07H

MÚSICA

JAM SESSION

Se és músico, curioso ou bom ouvinte, vem ter connosco! Este é um palco de construção e desconstrução, sintonia e sinfonia, experimentação e partilha...
Valor sugerido: 4 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 28 | SÁB | 21.48H

MÚSICA

DJ SET

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio



DIA 5 | SÁB | 20.30H

POP ÁTRIO

POP ÁTRIO

RAFA (@rafaela_caleiro)

DJ SET

Átrio do edifício, Cineteatro Municipal João Mota

Pop Átrio é a nova iniciativa do Cineteatro Municipal João Mota, que transforma o átrio num ponto de encontro antes dos espetáculos. Com atuações de artistas locais, esta iniciativa pretende envolver o público desde a chegada, criando uma atmosfera única e descontraída que antecipa a emoção do evento principal.

A primeira edição do Pop Átrio tem lugar antes do concerto de abertura do programa

Sesimbra, Território, Cultura, com Capicua. A abrir esta iniciativa, contamos com Rafaela, aka DJ Rafa, de 24 anos, que iniciou o seu percurso no mundo da música virtual em 2018. Tem neste momento duas paixões: DJ e um projeto mais recente, a fotografia. Estuda psicologia no Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA) e a música é o seu escape, quase como uma “bolha”, em que nada de negativo entra e tudo o que sai é positivo.

CALEIDOSCÓP

COM DANIEL SCHVETZ
E DAVID LAGAILLARDE



Este recital promete ser uma verdadeira combinação caleidoscópica de diversas formas musicais, influências, estilos, melodias, intensidades e emoções. A primeira parte é uma evocação de diferentes estilos folclóricos. Primeiro, duas *Danças Eslavas*, de Dvořák, interpretadas a quatro mãos, exemplo de música profundamente nacionalista e folclórica, inspirada nas melodias e influências da sua terra natal (a atual

República Checa).

Dado que o recital se realiza a 12 de outubro, Dia da Hispanidade (feriado controverso mas celebrado em Espanha e em muitos países da América Latina), David Lagaillarde interpreta a suite para piano solo *Cantos de España*, de Albéniz. Esta obra, com cinco peças, é marcada por uma forte tendência folclórica e um nacionalismo espanhol característico do estilo do compositor. Na segunda parte, Daniel Schvetz apre-



senta-se a solo, trazendo-nos as suas peças *Antes*, *La Rua Garúa*, *Un Valcesito Más*, *Tom* e *Variações Oníricas IV*. Para finalizar, são interpretadas, também a quatro mãos, duas peças de Daniel Schvetz: *Cantem os Anjos*, parte da suíte *Rio Douro e Vouga*, e *Liber-tan-tango*. Com a sua combinação caleidoscópica de influências musicais e culturais, este recital promete ser uma experiência envolvente, rica em emoções e diversidade estilística.

Destinatários: maiores de 6 anos
Duração: 120 minutos
Bilhete: 5 €

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

David Caretas



DIA 12 | **SÁB** | **21.30H**

PERFORMANCE PARTICIPATIVA
ÁUDIO CAMINHADA

LIGHT ON LIGHT

DE CARMINDA SOARES

Sara Raquel

Light on Light convoca o espectador para uma corrida em grupo que começa dentro de um teatro e avança pela rua. É conduzida por um jogger e acompanhada por uma peça áudio que passa nos *headphones* de cada espectador. Partindo de uma voz intimista, falada ao ouvido, o espectador é assim levado ao confronto com o espaço urbano fazendo alternar a sua atenção entre a consciência do seu corpo, os seus pensamentos e o exterior

que este corpo atravessa. *Light on Light* investe na ideia de movimento como ação essencial ao pensamento, num confronto constante entre corpo e cidade, movimento e imobilidade, vida e morte. Carminda Soares é artista multidisciplinar com trabalho nas áreas da dança, performance e escrita. O seu trabalho caracteriza-se por uma procura por novos dispositivos coreográficos e textuais, trabalhando sobre estados de intimidade, resistência e agressão.



DIA 18 | SEX | 19H

Freguesia do Castelo

DIA 19 | SÁB | 16 E 19H

Freguesia da Quinta do Conde

DIA 20 | DOM | 19H

Freguesia de Santiago

Destinatários: maiores de 12 anos

Duração: 40 minutos

Inscrições: inscricoes.cineteatro@cm-sesimbra.pt



teatro



À PRIMEIRA

COM MARGARIDA VILA-NOVA

DIA 18 | SEX | 21.30H

Prima Facie - expressão jurídica latina que significa: à primeira vista. Margarida Vila-Nova sobe ao palco com a versão portuguesa de *À Primeira Vista (Prima Facie)*, de Suzie Miller, com encenação de Tiago Guedes. Simultaneamente, um poderoso monólogo e um *thriller* jurídico de cortar a respiração. *À Primeira Vista (Prima Facie)* é uma das mais reconhecidas peças dos últimos anos. Uma examinação incisiva sobre poder, consentimento e lei que arrecadou vários prémios e nomeações, destacando-se os Tony, Lawrence Olivier, What's on Stage, Drama Desk, Evening Standard e Australian Writers' Guild.

Teresa é uma brilhante jovem advogada. Proveniente de uma família humilde de classe trabalhadora, trilhou a sua ascensão por exclusividade do seu próprio mérito e trabalho, estabelecendo-se como uma dotada advogada de defesa. Defende, contrainterroga e ganha caso após caso, consecutivamente. Um evento inesperado obriga-a a confrontar as linhas onde o poder patriarcal da lei, o ónus da prova e a moral divergem, num cruzamento onde a emoção e a experiência colidem com as regras do jogo.

Prima Facie estreou em 2019 no Griffin Theatre, em Sydney; fez uma digressão pela Austrália em 2021; foi apresentado no West End de Londres em 2022 e chegou à Broadway em 2023.

VISTA

Destinatários: maiores de 14 anos

Duração: 90 minutos

Bilhete: 10 € (descontos aplicáveis)

**Cineteatro Municipal João Mota,
Sesimbra**



DIA 20 | DOM | 16H

DOMINGOS EM FAMÍLIA | TEATRO

O VALOR DAS PEQUENAS COISAS

LAMA TEATRO

Destinatários: maiores de 6 anos

Duração: 40 minutos

Bilhete: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Numa feira onde se vende de tudo, um rapaz rico não resiste a comprar tudo o que vê. Vibra ao sentir aquilo que o dinheiro lhe permite alcançar. Sente-se poderoso. Sente-se um autêntico super-herói. Veste-se e age como tal. Até descobrir uma

pequena banca onde encontra uma rapariga que lhe pode mudar a maneira de ver o Mundo. O que ela vende não custa dinheiro; aliás, o dinheiro não lhe interessa. É mais simples do que isso: o que ela quer são coisas que fazem acelerar o coração.



DIA 25 | SEX | 21.30H

DANÇA E NOVO CIRCO

SMILE

Rita Spider

Destinatários: maiores de 6 anos

Duração: 75 minutos

Bilhete: 5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Era uma vez, um ser chamado Smile. Um viajante no tempo, navegante que flui por universos paralelos, cores, realidades, vidas, emoções, histórias... Tenta partilhar o melhor que sabe e o que não sabe experimenta, aprende, descobre... Partilha o que melhor sente, inocentemente através da energia do amor e da alegria através de sorrisos e lágrimas... É um ser tridimensional, uma mensageira destinada a partilhar mensagens... Mensagens que tocam e deixam a mente refletir por entre sonhos... Que nos deixam a sorrir, a chorar, a querer mudar, a querer ser...

Artista, criativa, coreógrafa, bailarina e professora, Rita Spider apresenta uma longa e vasta experiência profissional, da qual se pode destacar o seu trabalho como bailarina no Cirque du Soleil, numa Tour Mundial de quatro anos, com o espetáculo *Michael Jackson - The Imortal World Tour* e mais recentemente, bailarina no espetáculo *Free Your Mind - The Matrix Now*. Apaixonada pela criação, criou inúmeros espetáculos ao longo da sua carreira, e colaborou criativamente em diversos projetos e foi professora em formações e escolas artísticas.



DIA 13 | DOM | 16H

DOMINGOS EM FAMÍLIA

DIVERTIDA-MENTE 2

de Kelsey Mann

Animação, EUA, JAPÃO; 96 min; 2024; M/6

Bilhete: crianças até aos 12 anos: 1,50 € | Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Riley acaba de fazer 13 anos, e entra oficialmente para a adolescência, onde terá de lidar com novas emoções. Até agora, o quartel-general do cérebro de Riley, era ocupado por cinco emoções - a Alegria, a capitã que tenta a todo o custo manter a menina feliz, o Medo, a Raiva, a Repulsa e a Tristeza. No entanto, com a chegada dos novos inquilinos, sobretudo a Ansiedade, uma emoção completamente desorientada, o caos

instala-se na vida de Riley e das suas antigas emoções.

Uma comédia de animação para toda a família produzida pelos estúdios Pixar, que continua a história criada em 2015 por Pete Docter e Ronaldo Del Carmen. A versão dobrada em português conta com Carla Garcia, Custódia Gallego, Bárbara Lourenço, Nuno Pardal, Erica Rodrigues, Eduardo Madeira e Teresa Guilherme.



DIA 19 | SÁB | 21.30H

LEE MILLER: NA LINHA DA FRENTE

de Ellen Kuras, com Kate Winslet,

Alexander Skarsgard, Andy Samberg e Marion Cotillard

Drama, Biografia; NOR, Austrália, EUA, SIN, IRL, GB; 116 min; 2023; M/12

Bilhete: 3,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Dirigido pela premiada cineasta Ellen Kuras, conta a história de Elizabeth Lee Miller, correspondente de guerra da revista Vogue, durante a Segunda Guerra Mundial. O filme aborda uma década crucial na vida da fotógrafa norte-americana, mostrando com afino o seu talento singular e tenacidade, o que resultou em algumas das imagens de guerra mais emblemáticas do século XX. Inclui a fotografia icónica que Miller tirou

na banheira particular de Hitler. Miller tinha uma profunda compreensão e empatia pelas mulheres e pelas vítimas sem voz da guerra. As suas imagens exibem tanto a fragilidade quanto a ferocidade da experiência humana. Acima de tudo, o filme mostra como Miller viveu sua vida a todo o vapor em busca da verdade, e pela qual pagou um preço pessoal bem alto, forçando-a a confrontar um segredo traumático e profundamente enterrado da sua infância.



DIA 26 | SÁB | 21.30H

JOKER: LOUCURA A DOIS

de Todd Phillips, com Joaquín Phoenix, Lady Gaga,
Catherine Keener, Brendan Gleeson e Zazie Beetz
Thriller, Drama, Crime; EUA; 138 min; 2024; M/12

Bilhete: 3,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

A tão aguardada continuação de Joker, vencedor de um prémio da Academia, em 2019, que gerou mais de mil milhões de dólares de bilheteira, conta com o regresso de Joaquin Phoenix no seu duplo papel de Arthur Fleck/Joker, interpretação que lhe permitiu vencer um Óscar. Arthur Fleck está institucionalizado em Arkham, à espera de ser julgado pelos seus crimes como Joker. Oriundo de uma família complicada, desde

sempre teve de lidar com os seus problemas mentais, acabando por ser demitido do emprego de palhaço numa agência de talentos, e, numa reação a essa e tantas outras infelicidades da sua vida, assumiu uma postura violenta – e tornou-se o Joker. A continuação passa-se depois dos acontecimentos do filme de 2019, após ser iniciado um movimento popular contra a elite de Gotham City, e que teve Joker como o seu maior representante.

DIA 7 | SEG

15H | APRESENTAÇÃO

15.30H | CONFERÊNCIA
CINEMA E TURISMO

21 ÀS 23.30H

**1.ª SESSÃO
DE FILMES**

Espaço Multiusos,
Museu Marítimo de Sesimbra

DIA 8 | TER

15H

**2.ª SESSÃO
DE FILMES**

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

21 ÀS 23.30H

**3.ª SESSÃO
DE FILMES**

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

DIA 9 | QUA

15 ÀS 18H

**4.ª SESSÃO
DE FILMES**

21 ÀS 23.30H

**5.ª SESSÃO
DE FILMES**

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

DIA 10 | QUI

17 ÀS 19.30H

**CERIMÓNIA
DE ENTREGA
DE PRÉMIOS**

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

**FINISTERRA
ARRÁBIDA FILM ART
& TOURISM FESTIVAL**

Organização: Arrábida Film Commission

A Arrábida Film Commission leva a cabo a 12.ª edição do Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival, que decorre em Sesimbra e Palmela, e conta com a participação de 110 filmes de 30 países. A Argélia é o "Convidado Especial".

LIBERDADE RELIGIOSA: UM DIREITO ADIADO E INACABADO

COM HELENA VILAÇA

**Professora no Departamento de Sociologia
da Faculdade de Letras da Universidade do Porto**

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

Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes

A instauração da democracia, em 1974, estabeleceu as liberdades de expressão e de associação como princípios basilares na Constituição aprovada dois anos mais tarde. Tais princípios tiveram reflexos nas mais variadas esferas sociais, sendo a religião um dos campos a usufruir dos novos direitos. Contudo, só duas décadas após

a revolução, o poder político reconheceu a necessidade de criar uma Lei da Liberdade Religiosa, trazendo ao debate público o papel da religião na vida social e a diversidade religiosa em crescimento, fenómenos ainda hoje estigmatizados. Helena Vilaça é investigadora integrada do Instituto de Sociologia da Universidade do Porto. Em 2011, foi professora



convidada da Universidade de Uppsala e, em 2017, bolsreira do Programa Fulbright Religious Pluralism nos EUA. Foi membro do Conselho da International Society for the Sociology of Religion (2014-2021) e coordena a secção de Sociologia da Religião na Associação Portuguesa de Sociologia. É ainda coordenadora nacional do projeto EUREL (Sociological and Legal

Data on Religions in Europe) e editora de Sociologia – Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Entre as suas publicações destacam-se *Da Torre de Babel às terras prometidas* (2006); *The Changing Soul of Europe: Religions and Migrations in Northern and Southern Europe* (2014); *A religião no espaço público português* (2019).



DIA 6 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

A INDÚSTRIA CONSERVEIRA NO SÉCULO XXI

Conversa Informal
com Bruno Guerreiro

Espaço Multiusos, Museu Marítimo Sesimbra

Tendo por mote o relevante legado histórico, económico e identitário da indústria conserveira na vila de Sesimbra, nomeadamente entre finais do século XIX e meados do XX, Bruno Guerreiro, trabalhador nesta indústria, irá, nesta conversa informal com a comunidade, abordar inúmeros aspetos

do panorama atual da atividade no nosso país. O processo produtivo, o enlatamento, a promoção e a exportação serão alguns dos temas em destaque. No final da atividade, os participantes têm a oportunidade de provar algumas conservas fabricadas com o pescado de Sesimbra.

DIA 5 | SÁB | 22.36H

STAND-UP COMEDY

BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

com Bruno Porta Nova

Grémio, Sesimbra

DIA 18 | SEX | 21.03H

JOGO NA MESA

QUEM TÁ FORA NÃO RACHA LENHA!

Valor sugerido: 4 €

Grémio, Sesimbra

DIA 26 | SÁB | 16.21H

TERTÚLIA

PODCAST AO VIVO O PROCESSO

com Miguel Peres

Todos os meses, Miguel Peres desafia um autor para partilhar os bastidores de como se escreve um livro, as dificuldades, as conquistas e tudo o que existe pelo meio. Em outubro, recebe André Oliveira, um dos melhores argumentistas de BD em Portugal.

Entrada livre, mas é pedido aos espectadores um contributo (in)consciente, com base no que consideram justo e adequado.

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio



DIA 20 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

MAR DE PALAVRAS

Oficina de Escrita Criativa - II Edição

Inscrições: até dia 19
(iolanda.avila@cm-sesimbra.pt)

Limite: 10 participantes

Centro Cultural Costeiro, vila de Sesimbra



INSCRIÇÕES

FORMAÇÃO MODULAR CERTIFICADA

GESTÃO DO STRESS PROFISSIONAL

Plano Curricular: UF7229

Gestão do Stress do Profissional

**Formador: Ana Grave,
psicóloga clínica e formadora**

Duração: 25 horas

Datas e horários: 8, 9, 16 e 23 de novembro,
sexta, das 18 às 22h, e sábados, das 9 às 13 e das 14 às 18h

Informações e inscrições: 21 010 84 43

pedro.coelho@cm-sesimbra.pt

Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra

Divisão de Empreendedorismo, Av. João Paulo II, n.º 6

Santana, 2970-002 Sesimbra

Sala de Formação do CAIES, Santana

Org.: CM Sesimbra e CEARTE

Centro de Formação Profissional para Artesanato e Património

**DIAS 12 E 19 | SÁB
DAS 15 ÀS 16.30H**

WORKSHOP DE
VOLUNTARIADO

VEM APRENDER INGLÊS

**dinamizado por
João Gonçalves**

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

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIA 24 | QUI | 14.30H

A ARTE DO SABER

OFICINA DE MANDALAS

**dinamizada por
Ana Marinheiro**

Destinatários: idosos dos Centros
de Dia, IPSS e lares do concelho

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

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIA 26 | SÁB | 15H

WORKSHOP

INICIAÇÃO AO SAMBA NO PÉ (PASSISTA/ MALANDRO)

**By Sambalicious
Dance Crew_Mariana
Soromenho e Xavier
Guerreiro**

Destinatários: maiores de 13 anos

Inscrições e informações:
96 811 35 31

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal



DIAS 14 E 15 | SEG E TER | 19.30 ÀS 22.30H

WORKSHOP

PRIMEIROS SOCORROS PARA O COMERCIO LOCAL

**Como atuar em caso de Emergência
(8.ª edição)**

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

Dinamizador: Mónica Franco - Gabinete Municipal de Proteção Civil

Limite: 12 participantes

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

Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra

Divisão de Empreendedorismo, Av. João Paulo II, n.º 6 - Santana, 2970-002 Sesimbra

Sala de Formação do CAIES, Santana

Formação

a decorrer

SEGUNDAS COMUNICAÇÃO DIGITAL DE PROXIMIDADE

WORKSHOPS Princípios Básicos de Imagem

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

Introdução ao Video Digital

Conhecimentos sobre câmara, som, plano e guião.

Edição de Vídeo

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

Live Streaming

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

Inscrições: comunicacao.
proximidade@cm-sesimbra.pt

**Estúdio, Piso 0, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

SEGUNDAS E QUARTAS 17 ÀS 18.30H

MÚSICA ENTRE NÓS

Aprendizagem em grupo de instrumentos de corda e percussão

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

Lugar da Terra

Org.: Espaço Zambujal

SEGUNDA A SEXTA CURSO DE INGLÊS CERTIFICADO PELO CAMBRIDGE

Todos os níveis do curso usam métodos e materiais do Cambridge especialmente preparados e criados para cada nível.

Destinatários: adultos com ou sem conhecimentos de Inglês

Valor: desde 15 € /aula

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

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

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

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

SEGUNDA A SEXTA CURSO DE PORTUGUÊS PARA ESTRANGEIROS

A melhor forma de aprender Português, com uma professora especialista no ensino de estrangeiros.

Valor: desde 20 € /aula

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

Observações: as turmas são constituídas mediante a idade e conhecimentos dos alunos

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

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: innestudos,
Centro de Estudos e Formação

TERÇAS OU QUINTAS | 14.30 ÀS 17.30H

AULAS DE COSTURA

COSTURA CRIATIVA com Gisela Marques

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

Lugar da Terra

Org.: Espaço Zambujal

TERÇAS E QUINTAS | DAS 15 ÀS 16.30H INFORMÁTICA SÊNIOR

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

Destinatários: maiores de 18 anos

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

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

TERÇA A SEXTA | À TARDE

CERTIFICAÇÃO

AMRS.SESIMBRA QU@LIFICA

Certificar competências adquiridas em tecnologias de informação e comunicação

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

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

1 A 31 OUT

A 9.ª ARTE
NA BIBLIOTECA

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA DE MISTÉRIO NA BANDA DESENHADA

Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

1 A 31 OUT

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

GUERRA E PAZ

**à Luz dos Objetivos
de Desenvolvimento
Sustentável**

Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

1 A 31 OUT

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

A ESPETACULAR CIÊNCIA DE QUASE TUDO!

Que histórias nos contam as plantas, os fósseis, as rochas? A ciência está presente em tudo o que nos rodeia e continua a maravilhar-nos. Desperta a tua curiosidade pelo mundo científico, com estes livros de histórias e de divulgação científica.

Sala de Leitura, Piso 2,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

**DIAS 9 E 16 | QUA |
17.45H**

BIBLIOTERAPIA

LIVROS COM COMPORTAMENTO

**dinamizado por Cristina
Saraiva**

Ler é experimentar ser outros, é viajar estando parado, escalar montanhas no nosso sofá, é conhecer o mundo protegido e crescer sem ter medo. Ler é viver uma aventura!

Destinatários: jovens e adultos
Inscrições: biblioteca.leitura.
sesimbra@cm-sesimbra.pt

**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIA 12 | SÁB | 10.30H

BIBLIOTERAPIA

LIVROS COM COMPORTAMENTO

**dinamizado por Cristina
Saraiva**

Ler é experimentar ser outros, é viajar estando parado, escalar montanhas no nosso sofá, é conhecer o mundo protegido e crescer sem ter medo. Ler é viver uma aventura!

Destinatários: jovens e adultos
Inscrições: biblioteca.leitura.
sesimbra@cm-sesimbra.pt

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**



1 A 31 OUT

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

CIBER SEGURANÇA

**Informar
para Proteger**

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

Vivemos em plena era digital, em que os computadores, os telemóveis e as redes sociais são uma constante na nossa vida pessoal, profissional e até escolar. Mas será que sabemos utilizá-las corretamente? Será que sabemos tudo acerca delas? Com o objetivo de sensibilizar para as ameaças à cibersegurança, educando os cidadãos para as boas práticas na utilização destes dispositivos, a Biblioteca Municipal sugere a leitura de alguns livros sobre o tema, para se proteger a si e à sua família.

GEODIVERS

Sesimbra dedica o mês de outubro à geodiversidade da Arrábida. O programa tem início no dia 6 de outubro, Dia Mundial da Geodiversidade, com a inauguração da exposição de grande formato na Marginal de Sesimbra, que revela os principais aspetos da história da cadeia montanhosa da Arrábida, bem como a descrição da sua vasta riqueza geopatrimonial, com especial enfoque para os sítios de interesse geológico, geossítios e monumentos naturais. O mês da Geodiversidade é marcado pelo primeiro encontro científico e pedagógico da região, dando início a um regular ponto de encontro entre cientistas, investigadores, professores, estudantes e outros públicos interessados. As Jornadas contam com comunicações de produção científica e com uma aula aberta. No âmbito da iniciativa Pedalar, Caminhar e Navegar pelo Património, realiza-se uma caminhada pela Chã dos Navegantes guiada pelo NECA - Núcleo de Espeleologia da Costa Azul. As arribas da Praia da Foz e soleira da Foz da Fonte

também são destino de um passeio pedestre, onde é abordada a história do Cretácico e do Miocénico que ali se expõem com particular exuberância e significado. Para os participantes do projeto Sempre a Mexer Para Não Envelhecer, está prevista uma caminhada geológica pela vila de Sesimbra. O programa inclui ainda uma saída de campo para professores, que pretende enriquecer os conteúdos programáticos das aulas e promover a proximidade ao território, a disponibilização de um caderno de apoio com os principais sítios de interesse geológico e a sua descrição, e Geomaletas direcionadas ao 1.º e 2.º ciclo. O Dia Mundial da Geodiversidade comemora-se desde 2022 para sensibilizar a sociedade para o papel que a geodiversidade desempenha para assegurar o bem-estar e prosperidade dos seres humanos e as condições necessárias para a preservação da biodiversidade. Em Sesimbra, as comemorações são dinamizadas pela Câmara Municipal de Sesimbra e Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas.

IDADE

A PARTIR DE 6 OUT

EXPOSIÇÃO

GEODIVERSIDADE DA ARRÁBIDA

Marginal de Sesimbra

6 OUT | DOM | 10H

PEDALAR, CAMINHAR
E NAVEGAR PELO
PATRIMÓNIO

CHÃ DOS NAVEGANTES

Caminhada guiada pelo NECA
- Núcleo de Espeleologia da Costa Azul

Destinatários: maiores de 12 anos

Limite: 25 participantes

Grau de dificuldade: alto

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

Ponto de encontro:
Cabo Espichel

9 OUT | QUA | DAS 10 ÀS 12H

CAMINHADA GEOLÓGICA NA VILA

Destinatários: público sénior
do projeto Sempre a Mexer
Para Não Envelhecer

Ponto de encontro: Jardim
de Sesimbra

12 OUT | SÁB

DAS 10 ÀS 12H

PASSEIO

PRAIA DA FOZ

Ponto de encontro:
**estacionamento
da Praia da Foz**

19 OUT | SÁB | 9.30H

I JORNADAS DA GEODIVERSIDADE DA ARRÁBIDA

9.30 ÀS 12.45H

I sessão

Comunicações

14.30 ÀS 16H

II sessão

Aula aberta

Inscrições: formulário online

**Auditório Conde de Ferreira,
Sesimbra**

ATIVIDADES PARA ESCOLAS

**26 OUT | SÁB
DAS 9 ÀS 18H**

Saída de Campo para Professores

Enriquecer os conteúdos
programáticos das aulas
e promover a proximidade
ao território.

Nota: formação creditada
para professores

Ponto de encontro:
Moagem de Sampaio

Caderno de Apoio – Geodiversidade de Sesimbra

No seguimento da visita de
apoio a professores, é dispo-
nibilizado um pequeno guia/
caderno com os principais
sítios de interesse geológico
e a sua descrição, dando a
conhecer locais visitáveis e
passíveis de ilustrar conteú-
dos letivos no âmbito dos
trabalhos escolares.

Destinatários: professores de
1.º ciclo de ciências, biologia
e geologia, ou de outras
disciplinas e interessados

Geomaletas - Calcários da Serra da Arrábida

As maletas apresentam
amostras de três tipos
diferentes de calcários
da Arrábida, um esquema
para a sua classificação e
uma lupa para observação.

Destinatários: 1.º e 2.º ciclo
Informações e inscrições:
ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt



29 OUT A 30 NOV

EXPOSIÇÃO DOCUMENTAL

MULHERES LAUREADAS COM O PRÉMIO SAKHAROV

Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra

Atribuído pela primeira vez em 1988 a Nelson Mandela e Anatoli Marchenko, o Prémio Sakharov para a Liberdade de Pensamento é o maior tributo prestado pela União Europeia (UE) ao trabalho desenvolvido em prol dos direitos humanos. É uma forma de reconhecimento de pessoas, grupos e organizações que tenham dado um contributo excecional para a defesa da liberdade de pensamento. Esta exposição, em parceria com o Europe Direct Área Metropolitana de Lisboa, é dedicada às mulheres laureadas e às suas causas.

ATÉ DIA 12

EXPOSIÇÃO

OFFSIDE - BEYOND THE GAME

de Rui Miguel Cunha

Inspirado na vida diária contemporânea, *Offside - Beyond the Game* é uma obra documental do fotógrafo Rui Miguel Cunha.

Espaço Multiusos,
Museu Marítimo de Sesimbra

ATÉ DIA 12

EXPOSIÇÃO
FOTOGRAFICA

ARGÉLIA NO FESTIVAL FINISTERRA

A Argélia é o convidado especial da 12.ª edição do Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival.

Piso 1, Biblioteca Municipal
de Sesimbra

ATÉ DIA 26 | SÁB

EXPOSIÇÃO
DOCUMENTAL

25 DE ABRIL PRESENTE E FUTURO

Átrio da Biblioteca Municipal
de Sesimbra



SÁBADOS E DOMINGOS | 9.30H

PRODUTOS LOCAIS

SABORES DA NOSSA TERRA

Moagem de Sampaio

Frutas e legumes frescos da época, Pão Caseiro de Sesimbra Cozido em Forno a Lenha, Queijo da Azoia, Farinha Torrada de Sesimbra – Especialidade Tradicional Local ou as Tamarinas são alguns dos produtos locais à venda na mostra Sabores da Nossa Terra, que decorre aos sábados e domingos, das 9.30 às 13 horas, na Moagem de Sampaio. O objetivo

é incentivar os pequenos produtores a darem continuidade às suas atividades, importantes para a salvaguarda de uma tradição agrícola que sempre existiu no concelho, sobretudo na freguesia do Castelo e, ao mesmo tempo, estreitar os laços com os consumidores, dando a conhecer aquilo que de melhor se cultiva e produz na nossa terra.

XII MOSTRA DE

MAÇÃ CAMOESA
DOÇARIA E

Maçãs com um sabor único, Farinha Torrada, Tamarinas e o Pão Cozido em Forno a Lenha são os protagonistas desta mostra dedicada aos sabores de Sesimbra. Com cada vez mais apreciadores, a Maçã Camoesa caracteriza-se pela sua polpa ácida de cor branca e pela casca amarela com uma mancha vermelha na zona onde incide o sol. Ao lado deste fruto típico da região, apresenta-se a doçaria tradicional do concelho e o pão caseiro, produto muito apreciado, e cuja textura, frescura e sabor atraem gente de vários pontos da região. A mostra é uma oportunidade única para os produtores locais partilharem com o público as especificidades da sua produção e as

caraterísticas singulares destes produtos, que passaram de geração em geração e que fazem parte da história do concelho. Este ano, a novidade do programa é o concurso Uma Maçã de Peso, que vai premiar o maior exemplar. O certame inclui ainda artesanato, street food e animação, e prolonga-se até 21 de outubro, para assinalar o Dia Mundial da Alimentação e o Dia Mundial do Pão e o Dia Internacional da Maçã. A XII Mostra de Maçã Camoesa, Doçaria e Pão é promovida pela Câmara Municipal de Sesimbra, Junta de Freguesia do Castelo, Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional de Lisboa e Vale do Tejo e Associação de Desenvolvimento Regional da Península de Setúbal.

OESA, PÃO

DIAS 12 E 13 | SÁB E DOM



PROGRAMA

12 a 21 OUT

DIA 12 | SÁB | 9 À 1H

9H | **Abertura**

**Maçã Camoesa, Farinha
Torrada, Tamarinas
e Pão Caseiro**

Artesanato

Insuflável e Elásticos

**Animação Infantil
com Atividades Diversas**

**Concurso Uma Maçã
de Peso**

**Visitas guiadas
à Moagem de Sampaio**

10.30H

APRESENTAÇÃO DA MARCA

**Workshop Bolo Podre
ou Famiade Sesimbra**

pela Escola Profissional Agos-
tinho Roseta Polo de Sesimbra

11H | CONCURSO

UMA MAÇÃ DE PESO

11.30H | WORKSHOP

Como fazer um Babete

pelo Cantinho da Tia Adelaide

15.30H | WORKSHOP

Doçaria

Moinhos de Vento de Massa
Folhada Receada com Doce
de Maçã e Canela pela Paste-
laria / Padaria Tia Cininha

17H | WORKSHOP

Batom Hidratante

pela Satori Cosméticos

18h | WORKSHOP

**Iniciação ao Tricot
e Crochê pela Filófos**

22H | ANIMAÇÃO MUSICAL

ARREBIMBA O MALHO

1h | **Encerramento**

DIA 13 | DOM | 9 ÀS 19H

9H | **Abertura**

10.30H | WORKSHOP

Pão com Chouriço

pela pastelaria Espigas

11.30H | WORKSHOP

Porta Copos em Crochê

pela Indigo Art

12.30H | WORKSHOP

Ambientadores em Cera

de Soja pela Glowly

15.30H | WORKSHOP

**Bolo de Canela
com Requeijão
e Maçã Camoesa**

pela pastelaria
Delícia da Aiana

16.30H | ANIMAÇÃO
MUSICAL

CHAVE D'OURO

19H | **Encerramento**

DIA 16 | SEG

APRESENTAÇÃO AZEITE E VINHO, SABORES DA TERRA

Inserida nas comemorações
do Dia Mundial da Alimentação
e Dia Mundial do Pão

9.30H | **Sessão
de Abertura**

DRAPLVT ADREPES

José Polido, vereador da CM

Sesimbra

JF Castelo

10H

CONHECER O AZEITE

José Gouveia

11H

A VINHA E O VINHO EM SESIMBRA

Miguel Cachão - AVIPE

12H

ENOTURISMO: UM MOSAICO DE EXPERIÊNCIAS

**Natália Henriques
- ADREPES**

12.45H | **Debate**

13H | TERTÚLIA DO VINHO

UM MOSAICO DE EXPERIÊNCIAS: PROVA HARMONIZADA

Limite: 40 participantes

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

**Sala de Formação do CAIES,
Santana**

DIA 19 | SÁB | 5H

VISITA NOTURNA A PADARIAS

Conheça o trabalho
desenvolvido pelos padeiros
nas padarias da freguesia
do Castelo.

Inscrições: até dia 17 (96 241 73 27
/ espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

**Ponto de encontro: em frente
à Igreja da Corredoura**

Org.: Espaço Zambujal

DIA 21 | SEG | 7 ÀS 19HDIA INTERNACIONAL
DA MAÇÃ**VISITA À
ESTAÇÃO
NACIONAL DE
FRUTICULTURA
VIEIRA
NATIVIDADE,
ALCOBAÇA**7h | Partida da Moagem
de Sampaio9.30h | Breve apresentação
da investigação e experimen-
tação em curso na ENFVN
(Rui de Sousa)9.45h | Algumas notas sobre
a produção de Maçã Camoesa
da Azoia
(Rui de Sousa)10.45h | Exemplificação em
laboratório da determinação
da qualidade das maçãs
(Claudia Sánchez)11.30h | Visita à coleção
de macieiras regionais
(Patrícia Silva)

12.30h | Almoço

14h | Visita a pomar
de macieiras com novas
tecnologias de produção
(Miguel Leão)16h | Visita à Central Fruteira
Cooper Frutas

17h | Final da visita

19h | Chegada à Moagem
de SampaioInscrições: até dia 11 (pescas.
ruralidade@cmsesimbra.pt / 21
010 84 43)**STAND INFANTIL****DIA 12 | SÁB**10H | OFICINA
DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA**MÁSCARAS
DE MAÇÃ**Dinamizada por Ana Marques
e Mariana Marinheiro (JF Castelo)

11H | HORA DO CONTO

**A MAÇÃ BRAVO
DE ESMOLFE
E A LAGARTA
JEREMIAS**

de Helena Magalhães

Dinamizado por Vânia Cristão
(CM Sesimbra)

11.30 ÀS 13H

PINTURAS FACIAISDinamizadas por Ana Marques
(JF Castelo)14 ÀS 16H | OFICINA
DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA**LAGARTA
EM MOVIMENTO**Dinamizada por Ana Marques e
Mariana Marinheiro (JF Castelo)

16.30 ÀS 18H

PINTURAS FACIAISDinamizadas por Ana Marques,
Alexandra Pólvora e Ana Ribeiro
(JF Castelo e CM Sesimbra)

15 ÀS 18H

**VEM PINTAR
E JOGAR COM
O MUSEU**Dinamizado por Filipa Ferreira
(CM Sesimbra)18 ÀS 23H | OFICINA
DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA**CRIA A TUA
DIVERTINHOCA!**Dinamizado pela Equipa
de Intervenção Sucesso Escolar
(CM Sesimbra)19.30H | ATELÊ
TEXTOS SALPICADOS**PIPA,
A LAGARTINHA
AVENTUREIRA**
de Cristina Saraiva
e ilustrações de Sofia
Delfino**DIA 13 | DOM**10.30H | ATELÊ
TEXTOS SALPICADOS**PIPA,
A LAGARTINHA
AVENTUREIRA**
de Cristina Saraiva
e ilustrações de Sofia
Delfino12 ÀS 13H | HISTÓRIA
DRAMATIZADA PELA FEIRA**VENDA DE MAÇÃS**Dinamizada por Filipa e Patrícia
(CM Sesimbra)14 ÀS 21H | OFICINA
DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA**CRIA A TUA
DIVERTINHOCA!**Dinamizada pela Equipa de
Intervenção Sucesso Escolar
(CM Sesimbra)17 ÀS 19H | HISTÓRIA
DRAMATIZADA PELA FEIRA**VENDA DE MAÇÃS**Dinamizada por Filipa e Patrícia
(CM Sesimbra)



A Travessia da Baía de Sesimbra é uma das mais antigas e participadas provas de Natação em Águas Abertas de Portugal. Segundo o antigo nadador sesimbrense, Pedro Filipe, em 1925, José Lourenço Filipe e José Maria da Conceição participaram na primeira Travessia da Baía, organizada pela União de Sesimbra. Mais tarde, em 1939/40, a modalidade ganhou outra importância com a criação do Clube Naval e a colocação da jangada na Baía. A história da Travessia da Baía de Sesimbra

está ligada ao percurso dos irmãos Filipe - José, Pedro, Gil e Alfredo, filhos de José Lourenço Filipe, o primeiro vencedor desta competição. O gosto pela natação, herdado do pai, fez com que os quatro irmãos comesçassem também a competir. Para enaltecer as vitórias dos irmãos Filipe, a Câmara Municipal criou em 2022 um troféu em sua homenagem, para ser entregue aos atletas sesimbrenses com a melhor classificação na Travessia da Baía. Organizada pela Câmara Municipal de Sesimbra, com o apoio da Associação Natação



SESIMBRA

de Lisboa, a Travessia tem alcançado um número cada vez maior de participantes. Na última edição, a competição contou com cerca de 500 atletas federados e não-federados. A prova tem partida e chegada na Praia da Califórnia, num trajeto de, aproximadamente, 2 500 metros, em estilo livre, e integra pelo terceiro ano o Circuito Nacional de Águas Abertas. Este ano, volta a ser dinamizada a Mini Travessia (com uma distância entre os 300 e 500 metros), limitada a 40 participantes.

PROGRAMA

10H | MINI TRAVESSIA

11H | TRAVESSIA DA BAÍA
(atletas federados)

11.45H | TRAVESSIA DA BAÍA
(atletas populares)

Org.: CM Sesimbra, Federação Portuguesa de Natação e Associação de Natação de Lisboa | Apoio: JF Castelo, JF Santiago, Simarsul, Intermarché Sesimbra e KIABI



DIAS 12 E 13 | SÁB E DOM | DAS 9 ÀS 19H

WORLD CUP EVENT

OPEN INTERNACIONAL DE AEROMODELISMO

CLASSE VOO CIRCULAR ACROBACIA

Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde, Pista de Voo Circular

DIA 11

Treinos livres para todos os pilotos, das 9 às 19h

Destinatários: amantes da modalidade do Aeromodelismo
e aficionados em geral do mundo aeronáutico

Inscrições: até dia 11, às 12h

(só são aceites pilotos federados com licença FAI internacional)

Informações:

<https://controllineportuga.wixsite.com/clp2010/7o-open-internacional-2017>

Org.: Clube CONTROL LINE PORTUGAL,
em colaboração com a Federação Portuguesa de Aeromodelismo



DIA 27 | DOM

3.ª TAÇA DE PORTUGAL DE TRIATLO

Lagoa de Albufeira

Org.: Federação Portuguesa de Triatlo | Apoio: CM Sesimbra

O Triatlo de Sesimbra regressa no dia 27 de outubro, domingo, a partir das 9.30 horas, à Lagoa de Albufeira. A competição integra o calendário da Taça de Portugal de Triatlo, e é constituída por prova de natação na distância de 750 metros, cerca de 20

quilómetros de ciclismo e 5 quilómetros de corrida. A par da etapa inserida na Taça de Portugal, que conta com a participação alguns dos melhores atletas nacionais da especialidade, haverá também uma prova aberta nas mesmas distâncias.



DIA 6 | DOM | 10H

**PEDALAR, CAMINHAR E NAVEGAR
PELO PATRIMÓNIO**

CHÃ DOS NAVEGANTES

**Caminhada guiada pelo NECA
Núcleo de Espeleologia da Costa Azul**

Destinatários: maiores de 12 anos

Limite: 25 participantes

Grau de dificuldade: alto

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

Ponto de encontro: Cabo Espichel

Ponto de encontro: Cabo Espichel

O percurso, inserido nas comemorações do Mês da Geodiversidade, desce até ao extremo da arriba outrora submersa pelo mar. Seguindo pela Rechã, passa pelo Forte da Baralha marca da estratégica presença humana de defesa costeira e na paisagem

onde predominam nas vistas profundas as falésias de calcário e o azul do mar. Ao longo do caminho atravessamos o coberto vegetal característico da serra e podemos vislumbrar alguma da fauna local.

DIA 5 | 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

DIA 5 | 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

DIA 5 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

**ROTA DA
ARRABIDA**

**Visita ao Museu
Oceanográfico
Professor Luiz Saldanha**

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

Inscrições: 93 600 57 43
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

DIA 6 | DOM | 9H

**PASSEIO DE
BARCO, JIPE
E PEDESTRE**

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

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

Duração: 6 a 8 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 5 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Org.: Arrábida Life e Sesimbra Safari

DIA 6 | 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

DIA 6 | DOM | 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

DIA 6 | DOM | 10H

TOUR DE KAYAK

**SESIMBRA
SELVAGEM**

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

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 4 (21 084 89 19
info@vertentenatural.com)

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

Org.: Vertente Natural

DIA 12 | 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

DIA 12 | 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

DIA 12 | SÁB | 9.30H

SNORKELING COM
PASSEIO DE BARCO

O PARAÍSO SUBAQUÁTICO DA PRAIA DA BALEEIRA

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

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 11 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Org.: Arrábida Life

DIA 13 | 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

DIA 13 | DOM | 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

DIA 13 | DOM | 9.30H

COASTEERING

ENSEADA DA MULA

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 11 (21 084
89 19)

info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

DIA 19 | 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

DIA 19 | SÁB | 9H

PASSEIO PEDESTRE

COSTA OESTE SELVAGEM

Preço: 35 €

Duração: 4/5 horas

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 14 (96 478
49 24)

hello@lookaroundtours.com)

Org.: Look Around Tours

DIA 19 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRABIDA

**Visita à Lapa
de Santa Margarida**

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

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: 93 600 57 43
sesimbrasafari@gmail.com

Org.: Sesimbra Safari

DIA 19 | SÁB | 9.30H

VIA FERRATA

CAMINHO DO MAR

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: até dia 18 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Povoação
dos Pinheirinhos**

Org.: Vertente Natural

DIA 19 | SÁB | 9.30H

COASTEERING

COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 18 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

**Ponto de Encontro:
Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Arrábida Life

DIAS 19 E 26 | SÁB |
10.30H

YOGA

com Carla Shivanni,
certificada por Yoga Alliance
Professionals

Destinatários: maiores de 16 anos

Preço: 5 €

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

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

DIA 20 | DOM | 9H

PASSEIO CULTURAL/
VINÍCOLA

ARRÁBIDA CULTURAL NA REGIÃO DOS 3 CASTELOS

Preço: 70 €

Duração: 5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrições: até dia 16 (96 478 49 24)
hello@lookaroundtours.com

Org.: Look Around Tours

DIA 20 | DOM | 9.30H

ROTA DA ARRÁBIDA

Visita ao Convento
da Arrábida

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

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 17 (93 600 57
43 / sesimbrasafari@gmail.com)

Org.: Sesimbra Safari



DIA 19 | SÁB | DAS 10 ÀS 12.30H

SAÍDA DE CAMPO

A VÁRZEA NO OUTONO

Inscrições: até dia 18 (93 045 42 38 / varzea@cm-sesimbra.pt)

**Ponto de encontro: Centro Agrícola e Ambiental da Várzea,
Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e ANIME.PAF

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



DIA 26 | SÁB | DAS 9.30 ÀS 11.30H

FANTÁSTICO MUNDO DOS COGUMELOS

Destinatários: amantes da natureza e estudantes de ciências

Preço: 5 €

Limite: 15 participantes

Inscrições: até dia 23 (<https://forms.gle/baLQSxptFpGTiQRg6>)

Esta atividade realiza-se no âmbito do protocolo entre a SPEA

Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

O mundo dos cogumelos está rodeado de mistérios e curiosidades. Aprender mais sobre estes seres na companhia de um especialista num percurso pelo Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena é a proposta para aproveitar esta manhã de sábado.

DIA 20 | DOM | 9.30H

SNORKELING COM PASSEIO DE BARCO

O PARAÍSO SUBAQUÁTICO DA PRAIA DA BALEEIRA

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

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 19 (activities@arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Org.: Arrábida Life

DIA 20 | DOM | 10H

PASSEIO PEDESTRE

FOJO E A HISTÓRIA DO RISCO

Destinatários: maiores de 6 anos

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

Inscrições: até dia 18 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro: Serra da Arrábida, km 6

Org.: Vertente Natural

DIA 26 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE JIPE E PEDESTRE

ROTA DA ARRÁBIDA

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



DIA 26 | SÁB | DAS 10 ÀS 12H

AÇÃO DE LIMPEZA

ATUAR EM TERRA, PROTEGER O MAR

Limite: 30 participantes (mínimo 10)

Inscrições: até dia 25 (agenda online / ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt)

Ponto de encontro: Centro de Atividades Ambientais e Desportivas, Lagoa de Albufeira

Org.: CM Sesimbra e ANIME.PAF

A Lagoa de Albufeira é um ecossistema costeiro de elevada importância e todos podemos participar na sua preservação! Junte-se a nós nesta Ação de Limpeza da Lagoa para recolher o lixo marinho nas suas margens.

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



DIA 27 | DOM | 9H

PEDALAR, CAMINHAR E NAVEGAR
PELO PATRIMÓNIO

SANTUÁRIO DO CABO ESPICHEL

caminhada

Límite: 30 participantes (mínimo 10)

Inscrições: até dia 25 (agenda online / ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt)

Ponto de encontro: Cruzeiro em frente à Casa da Água

DIA 26 | SÁB | 9.30H

CAMINHADA
SOLIDÁRIA

OUTUBRO ROSA

Consciencializar e sensibilizar a população para a temática da prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama.

PROGRAMA

9.30h | Concentração no Parque de Merendas João David, junto ao Castelo de Sesimbra

10h | Início

Almoço partilhado

Kit de participante: t-shirt, snack, água e seguro.

Valor/donativo: 7 "laços"

Inscrições: até dia 24 (21 268 92 10 / geral@jf-castelo.pt)

Org.: JF Castelo e Liga Portuguesa Contra o Cancro - Delegação do Seixal

DIA 26 | 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

DIA 26 | SÁB | 10H

PASSEIO PEDESTRE

CAMINHO DOS DINOSSAUROS

Destinatários: maiores de 6 anos

Preço: 10 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo

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

Ponto de encontro:

Santuário do Cabo Espichel

Org.: Vertente Natural

DIA 27 | DOM | 9H

COASTEERING

COSTA DE SESIMBRA

Preço: 50 €

Grau de dificuldade: médio

Inscrições: até dia 25 (activities@arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de Encontro:

Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life

DIA 27 | DOM | 9.30H

VIA FERRATA

CAMINHO DO MAR

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio/alto

Inscrições: até dia 26 (96 478 49 24 hello@lookaroundtours.com)

Ponto de encontro: Povoação dos Pinheirinhos

Org.: Vertente Natural

DIA 27 | 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

a decorrer...

PASSEIOS DE BARCO

DAS 9 ÀS 13

OU DAS 14 ÀS 18H

Praias Selvagens

Preço: 40 € (até aos 12 anos: 35 €)

Observação de Golfinhos

Preço: 45 €

(até aos 12 anos: 35 €)

Duração: 3 horas

DAS 9.30 ÀS 17.30H

Dia a Bordo

Sesimbra Vista do Mar

Conhecer a nossa bonita costa, os seus recantos de água cristalina e provar um saboroso peixe grelhado a bordo, acabado de pescar.

Duração: 8 horas

Inscrições: até 24h

antes do passeio

(91 468 93 35 / 96 937 96 34 / Oavojavi@gmail.com)

Ponto de encontro: Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: O AVÔ JÁ VAI



PASSEIOS DE BARCO

BLUE COAST TOURS SESIMBRA

Praias Selvagens e Baías de águas cristalinas com snorkeling, Táxi Boat Praia Ribeiro do Cavalo, Cova da Mijona e Baleeira, Praias Selvagens e Grutas, Pôr do Sol no Cabo Espichel e Arrábida Costa Azul são alguns dos passeios que temos para oferecer.

Preços: entre 13 e 40 €

Inscrições: 96 651 42 52 / bluecoasttoursesimbra@gmail.com

Informações:

www.bluecoastsesimbra.com

Cais Espadarte, Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Blue Coast Tours Sesimbra



DIA 5 | SÁB | 21H

DIA NACIONAL DOS CASTELOS

OBSERVAÇÃO ASTRONÔMICA COM TELESCÓPIO

Visita Acompanhada

Ponto de encontro: junto à Igreja do Castelo de Sesimbra

O Castelo de Sesimbra, classificado como monumento nacional desde 1910, tem uma localização geográfica excecional para a observação do meio envolvente, mas também astronómica. No âmbito da celebração do Dia Nacional dos Castelos, efeméride criada em 1984, tendo em vista a promoção e valorização do património

fortificado medieval português, convidamos o público a usufruir do Castelo de Sesimbra de uma forma diferente. O programa inclui visita acompanhada ao monumento, repleta de história e arqueologia, e observação astronómica. Uma iniciativa organizada em parceria com a Associação Portuguesa de Astrónomos Amadores.



DIA 11 | SEX | 21.30H

CONHECER E VALORIZAR A ARTE

AS IMAGENS DE VESTIR DA ANTIGA CAPELA DE S. SEBASTIÃO

Visita Acompanhada

Inscrições: até às 17h de dia 10 (21 014 92 24 / cristina.conceicao@cm-sesimbra.pt)

Limite: 10 participantes

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

Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Do acervo pertencente à antiga Capela de São Sebastião, de 1484, faziam parte, entre outras obras devocionais, cinco imagens de vestir, vulgarmente conhecidas como imagens de roca. Estes elementos culturais característicos da imaginária processional

do século XVII e XVIII permitem-nos refletir sobre as atividades rituais praticadas na comunidade sesimbrense pelos irmãos da Ordem Terceira de São Francisco, últimos donatários do referido templo.



DIA 13 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

MOAGEM DE SESIMBRA

Visita Acompanhada

Moagem de Sampaio

Com um século de história, a Moagem de Sampaio é um marco da evolução industrial e tecnológica do concelho. No seu interior, é possível recordar os espaços que outrora corresponderam às salas de moagem, vendas e escritórios, armazenamento e equipamentos. No exterior, existem vestígios do tempo áureo do seu funcionamento, como

um tanque de refrigeração da água para o motor e um ponto de pesagem e venda das farinhas produzidas.

Este é o mote para a visita, durante a qual os engenhos recuperados estarão, novamente, em funcionamento, e várias curiosidades e particularidades do edifício serão abordadas



DIA 13 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE... NO MUSEU

VISITA NOTURNA A PADARIAS

**Conheça o trabalho desenvolvido pelos padeiros
nas padarias da freguesia do Castelo.**

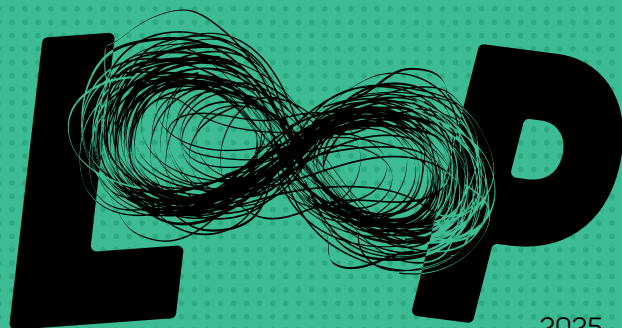
Inscrições: até dia 17 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Ponto de encontro: parque de estacionamento em frente à Igreja da Corredoura

Org.: Espaço Zambujal

Com um século de história, a Moagem de Sampaio é um marco da evolução industrial e tecnológica do concelho. No seu interior, é possível recordar os espaços que outrora corresponderam às salas de moagem, vendas e escritórios, armazenamento e equipamentos. No exterior, existem vestígios do tempo áureo

do seu funcionamento, como um tanque de refrigeração da água para o motor e um ponto de pesagem e venda das farinhas produzidas. Este é o mote para a visita, durante a qual os engenhos recuperados estarão, novamente, em funcionamento, e várias curiosidades e particularidades do edifício serão abordadas



2025

GATE FEST

Formação Artística

OFICINA ARTÍSTICA DE TEATRO

COM RITA BRÜTT

**JUVENTUDE
SESIMBRA**

O Loop Gate Fest promove o contacto dos jovens com várias disciplinas artísticas. Em cada edição, uma nova área é escolhida e dá corpo ao projeto e espetáculo final. Nesta oficina, dedicada ao Teatro, com a atriz Rita Brütt, vamos abordar o trabalho de ator/performer, começando pelo corpo, voz, noção de presença cénica, interpretação, improvisação, contracenar, escuta, observação, autonomia criativa, crítica e partilha. O objetivo é criar um espaço onde cada um se possa expressar artística e livremente, apenas pelo prazer de explorar e encontrar a sua voz. No espetáculo final é apresentado o trabalho desenvolvido pelos alunos ao longo das sessões.

O Loop Gate Fest é destinado a jovens dos 16 aos 35 anos, residentes no concelho de Sesimbra (a participação de jovens entre os 12 e os 16 anos é sujeita a análise e disponibilidade de vagas). É necessário o envio de vídeos de apresentação pessoal e artística para o e-mail info.juventude@cm-sesimbra.pt. As várias sessões com datas e horários são agendadas em horário pós-laboral, após a seleção dos participantes.

Inscrições
15 OUT a 17 NOV



Sessões e ensaios entre janeiro e abril de 2025.
Espectáculo de apresentação final em abril de 2025.
Destinatários: dos 16 aos 35 anos
Participação gratuita
Informações: 93 998 25 96
info.juventude@cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

KEEP CALM & FORMA-TE

LITERACIA FINANCEIRA

Contribuir para a formação dos jovens do concelho através da realização de workshops e ações de formação que potenciem o seu desenvolvimento pessoal, o bem-estar e o enriquecimento curricular, promovendo também atitudes positivas relativamente à construção do seu futuro profissional, é principal objetivo do Keep Calm & Forma-te. Este ano, o projeto de formação conta ações dedicadas à Literacia Financeira, orientadas por Ângela Magalhães. O sistema de ensino pouco adaptado às exigências dos tempos que vivemos, os elevados níveis de desemprego juvenil e as permanentes mudanças e necessidades que a sociedade atual impõe reforçam a necessidade de se desenvolver um projeto de formação anual, que pode ser realizado em parceria com entidades especializadas em áreas de interesse juvenil e que permita despertar o interesse dos jovens para a importância de investirem em si, através da aprendizagem não formal.

DIA 10 | QUI | 18.30H
Bar Diamante, Cotovia

DIA 11 | SEX | 18.30H
Bar O Transmontano, Quinta do Conde

Destinatários: jovens dos 15 aos 18 anos
Inscrições: até dia 10 (93 998 25 96 (SMS, enviar nome, idade e qual o local escolhido)

SE SIMBRA

KEEP CALM & *forma-te*

10 Out
18.30h

Bar Diamante
Cotovia

11 Out
18.30h

Bar O Transmontano
Quinta do Conde



DIAS 10 E 11 | QUI E SEX | 18.30 ÀS 20H

Mais Novos

1 A 31 OUT

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

LÁ LONGE, A PAZ: A GUERRA EM HISTÓRIAS PARA CRIANÇAS

Aprender a tornar o mundo melhor é o objetivo da exposição sobre a guerra e paz, um tema contemplado no ODS 16 – Paz e Justiça e Instituições Eficazes, que integra livros destinados ao público infantojuvenil.

**Sala de Leitura, Piso 2,
Biblioteca Municipal de
Sesimbra**

DIA 1 | TER | 15.30H

AQUI HÁ ESTÓRIA

A MONTANHA DE LIVROS MAIS ALTA DO MUNDO

de Rocio Bonilla

dinamizada por Sofia Delfino

Lucas estava convencido de que nascera para voar. Olhava para os aviões, tentava inventar asas de todos os tipos, e até pediu para aprender a voar. Mas nada funcionava, até que um livro fez toda a diferença...

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do
Conde**

DIAS 1 E 15 | TER | 16.30H

OFICINA

ART&MANHAS

**dinamizada por
Sofia Delfino**

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

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do
Conde**

DIAS 2, 9, 16, 23 E 30 |
QUA | 10.30H

ESPAÇO AQUI BRINCAMOS TODOS

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

Destinatários: famílias com
crianças até aos 6 anos
Dinamização: Biblioteca Municipal
de Sesimbra e ELI/Cercizimbra

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

DIAS 3 E 17 | QUI | 11H

ESPAÇO BEBETECA

DO BERÇO ATÉ À LUA...

**dinamizado por Sofia
Delfino**

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

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

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

Destinatários: bebés até aos 36
meses acompanhadas por um
adulto

**Polo de Leitura
da Quinta do Conde**

DIA 15 | TER | 15.30H

AQUI HÁ ESTÓRIA

NADADORZINHO de Leo Lionni

dinamizada por Sofia Delfino

A união faz a força e o peixe mais pequeno nem sempre tem que ter medo do maior. Um livro que aborda a superação do medo e os valores da diversidade, da diferença e do respeito.

Destinatários: crianças
acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do
Conde**



DIA 13 | DOM | 16H

DOMINGOS EM FAMÍLIA | CINEMA

DIVERTIDA-MENTE 2

de Kelsey Mann; Animação, EUA, JAPÃO; 96 min; 2024; M/6

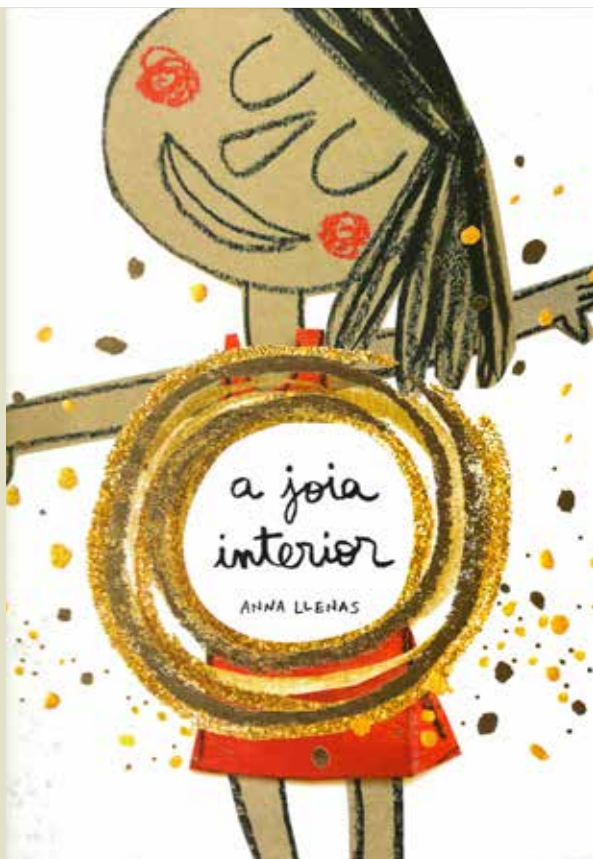
Crianças até aos 12 anos: 1,50 €

Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Riley acaba de fazer 13 anos, e entra oficialmente para a adolescência, onde terá de lidar com novas emoções. Até agora, o quartel-general do cérebro de Riley, era ocupado por cinco emoções - a Alegria, a capitã que tenta a todo o custo manter a menina feliz, o Medo, a Raiva, a Repulsa e a Tristeza. No entanto, com a chegada dos novos inquilinos, sobretudo da Ansiedade, uma emoção completamente desorientada, o caos instala-se na vida de Riley e das suas antigas emoções.

Uma comédia de animação para toda a família produzida pelos estúdios Pixar, que continua a história criada em 2015 por Pete Docter e Ronaldo Del Carmen. A versão dobrada em português conta com Carla García, Custódia Gallego, Bárbara Lourenço, Nuno Parda, Erica Rodrigues, Eduardo Madeira e Teresa Guilherme.



DIA 19 | SÁB | 11H

CONTO E ATELÊ
ENAMORAMENTO DE ESTÓRIA

A JOIA INTERIOR

de Anna Lenas

Dinamização: Associação Museu das Emoções
Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Uma história onde compreendemos a importância de descobrir a nossa joia interior. Para reconhecermos o valor das nossas joias temos de conhecer de que somos feitos, somando, diminuindo, multiplicando e muitas vezes, dividindo. Sair da zona de conforto e dar novas cores e formas à nossa joia.

DIA 18 | SEX | 10.30H

HORA DO CONTO

O BOLO DE MAÇÃ

de Dawn Casey

Destinatários: maiores de 4 anos
Inscrições: até dia 16 [96 241 73 27 / espaco.zambujal@jif-castelo.pt]

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal

DIA 19 | SÁB | 10.30H

WORKSHOP

MÃOS NA MASSA!

Aprende a amassar o teu próprio pão caseiro em forno a lenha e leva-o quentinho para casa!

Destinatários: maiores de 6 anos
Inscrições: até dia 16 [96 241 73 27 / espaco.zambujal@jif-castelo.pt]

Forno Comunitário do Lugar da Terra

Org.: Espaço Zambujal

DIA 19 | SÁB | 11.04H

LABORATÓRIO DE CRIAÇÃO COM A INFÂNCIA

MERGULHAR

com Ricardo Guerreiro Campos

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

No seu poema As Cem Linguagens da Criança,

Loris Malaguzzi reforça as potencialidades expressivas e comunicativas da criança como um todo, valorizando as inúmeras possibilidades de investigação a partir daquilo que o seu corpo é capaz de sentir e experienciar. Neste sentido, as diferentes práticas artísticas (Artes Visuais, Jogo Dramático/Teatro, Música e Dança), que integram a exploração das possibilidades expressivas do som, do corpo, da voz, da imagem são meios de desenvolvimento da criatividade e da empatia, dos sentidos estéticos e críticos, fundamentais para um crescimento íntegro da criança.

Destinatários: crianças dos 4 aos 8 anos

Inscrições: gremio.1853@gmail.com

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

Org.: Grémio

DIA 19 | SÁB | 14.30H

ATELIÉ DE
VOLUNTARIADO

**CRIATIVIDADE
SEM LIMITES**

**dinamizado por Catarina
Franco**

Com a chegada do outono vem explorar as cores, as texturas, criando um ouriço-cacheiro diferente e muito original.

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**



DIA 19 | SÁB | 16H

HISTÓRIAS NO BOSQUE

O TESOURO DO GUARDA-RIOS

Destinatários: famílias com crianças (aconselhado a maiores de 3 anos)

Inscrições: até dia 11

(agenda online ou ambiente.sustentabilidade@cm-sesimbra.pt)

Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde

Vamos conhecer a história do Ricardo, que nasceu num planeta ameaçado e vive sempre muito preocupado! Mas um dia decidiu mandar o mundo às urtigas! Para quê reciclar? É muito mais fácil o lixo atirar. Os outros também não se estão a preocupar! Até que um dia tudo mudou. O Ricardo conheceu alguém especial, o “Raio Azul”. De binóculos na mão, vamos explorar, observar e aprender sobre a biodiversidade deste local, especialmente das aves, num percurso rumo ao tesouro do Guarda-Rios!



comunicação e meio ambiente
Sesimbra

SESIMBRA

PRR

PRR

PRR

PRR

PRR

A theatrical scene featuring a woman in a light-colored shirt looking upwards. She is surrounded by a complex structure of dark, gnarled branches or antlers. Various hats are hanging from the structure, including a green hat with a red band and a brown hat. The background is a solid light blue.

O VALOR DAS PEQUENAS

LAMA TEATRO

Numa feira onde se vende de tudo, um rapaz rico não resiste a comprar tudo o que vê. Vibra ao sentir aquilo que o dinheiro lhe permite alcançar. Sente-se poderoso. Sente-se um autêntico super-herói. Veste-se e age como tal. Até descobrir uma pequena banca onde encontra uma rapariga que lhe pode mudar a maneira de ver o Mundo. O que ela vende não custa dinheiro; aliás, o dinheiro não lhe interessa. É mais simples do que isso: o que ela quer são coisas que fazem acelerar o coração.

AS COISAS



Destinatários: maiores de 6 anos
Duração: 40 minutos
Crianças até 12 anos: 1,5 €
Acompanhantes: 2,5 €

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

Mais Novos

DIA 25 | SEX | 15H

SESSÃO DE
ESCLARECIMENTO/
WORKSHOP

TEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

**dinamizado
por João Bizarro**

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

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

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

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 26 | SÁB | 11H

ESPAÇO BEBETECA

UM CONTO E DOIS PASSOS...

**dinamizado por
Inês Santos**

O contacto com o livro nos primeiros anos de vida da criança é fundamental, alimentando momentos únicos de aprendizagem, partilha e prazer, tudo em torno do livro e da leitura. O bebé é brindado com histórias coloridas, divertidas, com cheiros, sons e sabores...

Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhadas por um adulto

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

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 26 | SÁB | 16.23H

HISTÓRIA E
ATIVIDADE DE
PINTURA

"DUAS AVÓS INQUIETAS"

Nani e Leonor

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

Destinatários: crianças dos 4 aos 8 anos

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

DIA 27 | DOM | 11H

DOMINGO ÀS ONZE...
NO MUSEU

ATELIÊ DE EXPERIÊNCIAS SENSORIAIS - FUNDO DO MAR

Esta atividade pretende mostrar a importância da exploração sensorial ao nível do desenvolvimento das competências cognitivas, sociais e emocionais. Durante o ateliê, a partir do tema alusivo ao fundo do mar, e respetivas narrativas, os participantes irão vivenciar experiências variadas.

Destinatários: pais e bebés até aos 3 anos

Limite: 15 bebés

Inscrições: até dia 24
(servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

Espaço Multiusos, Museu Marítimo de Sesimbra

Inscrições...

**TERÇAS | 18.30 ÀS
19.30H**

MÚSICA ENTRE NÓS CORO INFANTIL

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

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

Lugar da Terra

Org.: Espaço Zambujal

**SEGUNDA A SEXTA |
DAS 18 ÀS 19H**

CURSO DE INGLÊS CERTIFICADO PELO CAMBRIDGE

Destinatários: crianças e jovens dos 6 aos 18 anos

Valor: desde 80 € (mensal)

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

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

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

Org.: Espaço Zambujal



DIA 26 | SÁB | 15.30H

HORA DO CONTO

A ARANHA ANTONIETA E O AEIOU

de Vanessa Namora Caeiro

dinamizada por Vânia Cristão

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

GUARDA- -TEMPOS

DE BENEDICTE GARRIDO

E MIGUEL ESTIMA

O Guarda-tempos atravessa uma floresta de símbolos. Vê o mundo como uma floresta de signos. E tenta descodificar de forma a descobrir no particular, o universal. No invisível, o visível. Porque o tempo que este Guarda-tempos têm é de todos. E tic tac tic tac...

É o tempo de florescer os jardins.
Do calor do sol.
Da queda das cores.
E do frio da chuva.
O Guarda-tempos é o tempo de transição.
O tempo do enraizar, crescer, brotar,
florescer e viver, o tempo.
É a marca da passagem.
É a prova que ainda vamos a tempo deste
Guarda-tempos.



**MÚSICA,
DANÇA, VÍDEO**

Destinatários: maiores
de 3 anos

Duração: 45 minutos

Crianças até 12 anos: 1,5 €

Acompanhantes: 2,5 €

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**



▲ Corrida de Sacas nos Primeiros Jogos Populares do Concelho de Sesimbra, em 1984, no Largo 5 de Outubro
Coleção Intermédia da Câmara Municipal de Sesimbra - CICMS.08.10.06 FOT05 | Fotografia disponível no repositório







Os Primeiros Jogos Populares do Concelho de

Durante um mês, os Jogos Populares do Concelho de Sesimbra envolveram mais de quatro centenas de participantes de todas as idades. Um evento inédito e com um sucesso ímpar, que ficou registado pelo grande convívio entre a população, que se uniu com o objetivo de recuperar os jogos tradicionais do concelho, como o jogo da burra, choca, bolas de ferro ou paulito, que estavam esquecidos há vários anos. A presença na sessão de abertura de Noronha Feio, considerado na altura o maior especialista de jogos tradicionais portugueses, contribuiu para a ampla divulgação dos Jogos de Sesimbra por todo o país. Joaquim Carapinha, recém-chegado à Câmara Municipal, viveu de perto o entusiasmo desta primeira edição, que está a comemorar quatro décadas.

Entre 19 de outubro e 3 de novembro de 1984, realizaram-se os primeiros Jogos Populares do Concelho de Sesimbra, um evento inovador que excedeu todas as expectativas, levando a população a unir-se em torno dos jogos tradicionais, como o jogo da burra, choca, bolas de

ferro, sacas e paulito, que estavam desaparecidos, e do chinquilha, do jogo do pião e das corridas de arcos, que decorriam pontualmente. A primeira fase dos Jogos aconteceu a 2 de setembro, na Praia de Sesimbra, com a recuperação das regatas de selhas e aiolas. Coordenadas pela Câmara

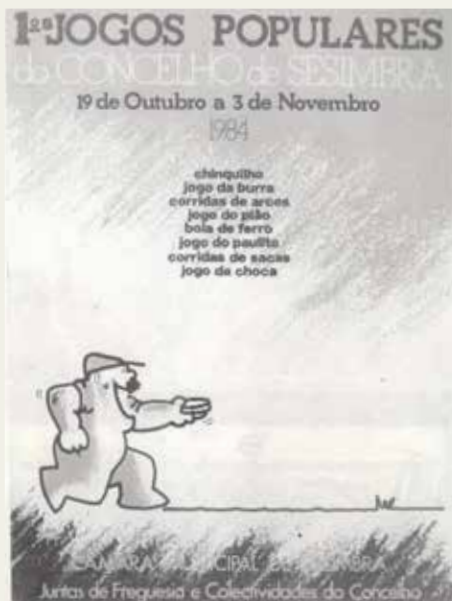
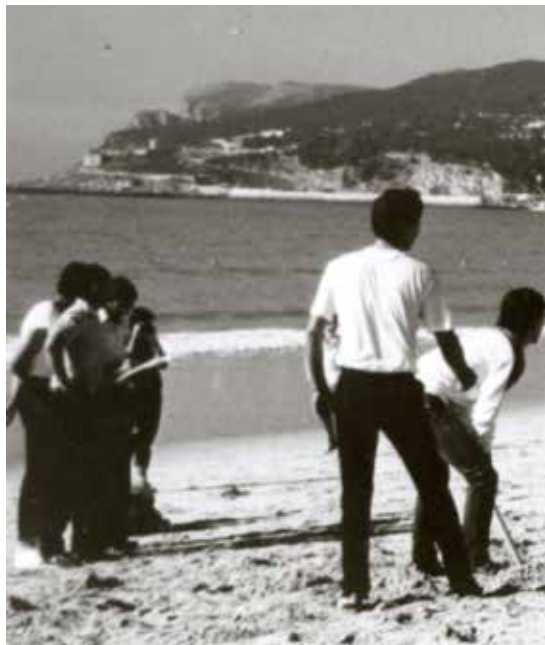
Sesimbra



Municipal de Sesimbra, e dinamizadas pelo Clube Naval de Sesimbra, Clube Sesimbrense, Sociedade Musical Sesimbrense e Grupo Desportivo de Sesimbra, contaram com a participação de 120 atletas. Com o entusiasmo manifestado pela população, o caminho estava trilhado

para a realização da primeira edição dos Jogos Populares do Concelho de Sesimbra. No início da década de 80, a autarquia começou a unir esforços para recuperar algumas das tradições do concelho, como as cegadas, as tradicionais provas náuticas e os jogos populares. No entanto, só nesta altura

Um trabalho enriquecedor, que Joaquim Carapinha garante só ter sido possível com o forte envolvimento da população. Neste levantamento pormenorizado sobre cada jogo, e que ficou registado num pequeno manual, «chegámos à conclusão de que os jogos tinham diferenças de aldeia para aldeia».



se reuniram as condições para a sua realização. Com base no trabalho desenvolvido pela professora Odete Graça, *Os Jogos Tradicionais de Sesimbra*, Joaquim Carapinha, com 27 anos, e recém-chegado à Câmara Municipal de Sesimbra, pôs mãos à obra e começou a contactar com os clubes, associações e população para recolher todos os pormenores sobre cada jogo. «Quando começámos a nossa pesquisa, os jogos já não se realizavam. Tinham-se perdido», afirma Joaquim Carapinha, que acabou por ser um dos rostos dos Jogos, e do Desporto da autarquia, onde trabalhou durante quatro décadas, até à reforma. «Havia jogos que eu conhecia perfeitamente, como o paulito, as bolas



de ferro, o jogo do pião, a corridas de arcos, porque tinha jogado quando era miúdo, mas, por exemplo, quando me falaram no jogo da burra não fazia a mínima ideia do que era». Um trabalho enriquecedor, e que «só foi possível com o forte envolvimento da população». Neste levantamento pormenorizado sobre cada jogo, e que ficou registado num pequeno manual, «chegámos à conclusão de que os jogos tinham diferenças de aldeia para aldeia». Para Joaquim Carapinha, «o mais difícil foi o jogo da choca». Depois de encontrar quem explicasse a forma de se jogar, «foi engraçado perceber que havia várias nuances». Nas Pedreiras, «jogavam com um cajado e uma pinha».

Na Aldeia do Meco, «com um pau e com uma cortiça que tinham nas artes». Em Sesimbra, a cortiça tinha o formato de uma bola. «Uns contavam ao meio e outros ao buraco». O facto de os diretores do Clube Sesimbrense, um dos organizadores, serem também responsáveis pela Cooperativa do Estaleiro Naval, fez com que dispensassem alguns funcionários para aprender a jogar à choca, que foi disputada em plena Praia da Califórnia. No caso do Chinquilha, as diferenças também se registaram: «nas Caixas, o jogo tinha uma risca, no Meco, não». Apesar dos poucos recursos, foi possível organizar os jogos em um mês. «Éramos dois, eu dava a partida, e o Fernando Carvalho fotografava a meio



do jogo e ia fazer a meta», frisa. A sessão solene dos Jogos aconteceu no dia 19 de outubro, nos Paços do Concelho, e contou com a presença do professor Noronha Feio, autor e apresentador de vários programas na RTP sobre o tema. «Na altura era um dos maiores especialistas em jogos tradicionais portugueses, e tinha um programa de televisão, onde andava de aldeia em aldeia. Quando chegou a Sesimbra ficou muito admirado. Não se fazia nada do género, muito menos no litoral». A presença de Noronha Feio chamou a atenção da comunicação social nacional para os Jogos, que foram notícia durante mais de um mês, quase diariamente. «Tivemos entrevistas na Antena 1, nos dias 16 e 19 de outubro; reportagem no Jornalinho, um programa da RTP para crianças, nos dias 20 de outubro e 10 de novembro; O Diário fez reportagens nos dias 11, 16, 19 e 24 de outubro e 3 de novembro, o Diário de Lisboa fez reportagens nos dias 19 de outubro e 2 de novembro, e também foi notícia no Correio da Manhã, Setubalense, A Bola, entre outros». Um dos episódios mais engraçados aconteceu em Alfirim, onde «tivemos de simular uma final da corrida de sacas para que o fotógrafo do Diário de Lisboa pudesse tirar a fotografia para fechar o jornal». Joaquim Tavares, um dos atletas da vila, «quando ouviu a partida deu um salto tão grande que ficou muito à frente. Os outros ficaram chateados, «e quando foi a sério, pisaram-lhe a saca e ele saiu disparado». Durante a realização dos jogos, «vi fazerem habilidades com o pião que não



acreditava que se fizesse. Vi porem o pião a rodar em cima da unha», destaca. A sessão de encerramento aconteceu no dia 3 de novembro, na Sociedade Musical Sesimbrense. «Foi um espetáculo», revela. Ainda hoje se recorda de ver a felicidade de «um avô e de um neto, de mãos dadas, a chegar à Música para receber as medalhas, o mais velho pelo jogo do pião e o mais novo pelas sacas». No total, os jogos contaram com a presença de 438 participantes, entre os 7 e os 64 anos, da Aldeia do Meco, Alfirim, Caixas,



Cotovia, Pedreiras, Quinta do Conde, Sesimbra e Zambujal. Os Jogos Populares do Concelho de Sesimbra repetiram-se durante os cinco anos seguintes, nos mesmos moldes, percorrendo as aldeias do concelho, e reuniram cada vez mais participantes. «Mais tarde, voltámos a realizar os jogos pela Festa das Chagas, com os idosos dos centros de dia, e reeditámos uma síntese do livro, só com os regulamentos, levantamento das coletividades e a introdução de novos jogos, como o dominó, o não te irrites, entre outros».



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 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

Avenida da Liberdade, 46

2970-635 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: terça a sábado, das 9 às 19h

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
Horário: de quarta a domingo,
das 9 às 13 e das 14.30 às 17.30h

Museu Marítimo de Sesimbra

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

Parque Augusto Pólvora

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

Parque Municipal de Campismo

Forte do Cavalo
Tel.: 21 228 85 08
E-mail: campismo.fortedocavalo@cm-sesimbra.pt

Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

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

Pavilhão Municipal de Sampaio

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

Polo de Leitura da Quinta do Conde

Av. Norton de Matos
2975 -312 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 22 31
E-mail: polo.leitura.qc@cm-sesimbra.pt
Horário: segunda a sexta,
das 9 às 17.30h

Posto de Turismo de Sesimbra

Fortaleza de Santiago
Tel.: 21 228 85 40 / 93 245 60 98
E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt
Horário: 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

JUNTAS DE FREGUESIA

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

Avenida Cova dos Vidros
2975-333 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 83 70
E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt
Site: jf-quintadoconde.pt

Junta de Freguesia do Castelo

Avenida Padre António Pereira de Almeida, Lote 6, r/c, Santana
2970-590 Sesimbra
Tel.: 21 268 92 10
E-mail: geral@jf-castelo.pt
Site: jf-castelo.pt

Junta de Freguesia de Santiago

Largo da Marinha, 26/27
2970-657 Sesimbra
Tel.: 21 228 84 10
E-mail: geral@jf-santiago.pt
Site: jf-santiago.pt

COMUNICAÇÃO SOCIAL

Comércio do Seixal e Sesimbra

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

Sesimbra FM

Tel.: 21 086 84 59

O Sesimbrense

Tel.: 21 223 31 33

Raio de Luz

Tel.: 21 268 15 54

Rádio Quinta do Conde

Tel.: 21 086 07 87

EMERGÊNCIA

Bombeiros Voluntários de Sesimbra

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

Centros de Saúde

Sesimbra | **Tel.:** 21 228 96 00
Santana | **Tel.:** 21 268 92 80
Quinta do Conde | **Tel.:** 21 213 82 00

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

Concelho de Sesimbra (CPCJ)
Tel.: 21 015 66 77/8 / 93 998 25 39
E-mail: cpcj.sesimbra@cnpdpcj.pt

Cruz Vermelha Portuguesa

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

EDP (avarias)

Tel.: 800 50 65 06

Farmácias

Sesimbra (Lopes)
Tel.: 21 223 30 28
Sesimbra (Leão)
Tel.: 21 228 80 78
Santana (Bearita)
Tel.: 21 268 83 70
Cotovia
Tel.: 21 268 16 85
Alfarim
Tel.: 21 268 85 47
Quinta do Conde (Rodrigues Pata)
Tel.: 21 210 80 50
Quinta do Conde (Bio-Latina)
Tel.: 21 210 91 13
Nova Quinta do Conde
Tel.: 21 210 60 99 / 93 684 89 61

GNR

Sesimbra | **Tel.:** 21 765 77 00
Alfarim | **Tel.:** 21 765 76 70
Quinta do Conde | **Tel.:** 21 765 76 90

Guarda Noturno da Quinta do Conde

Raúl Pereira
Tel.: 92 656 42 32

Hospital Garcia de Orta

Almada
Tel.: 21 294 02 94

Hospital São Bernardo

Centro Hospitalar de Setúbal, EPE
Tel.: 265 54 90 00

Linha SOS Criança

Tel.: 800 202 651 (grátis)

Linha Verde Recados da Criança

Tel.: 800 206 656 (grátis)

Piquete de Águas (CMS)

21 228 85 00 (opção 3)

Polícia Marítima

Tel.: 91 849 80 53

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

SESIMBRA



Mineral de gesso
© Francisco Rasteira / NECA

MÊS DA

GEO

DIVERSIDADE

OUTUBRO 2024



9 DE OUTUBRO
**DIA INTERNACIONAL
DA GEODIVERSIDADE**
A DIVERSIDADE
SUSTENTA A VIDA

APOIO



SESIMBRA.PT