

SA

SE SEMBRA CONTECE

214 • JAN'26

SOPAS
DE
CAVALO
CANSADO



16 KeeK Film Fest

22
Dia de Reis

36
20 ANOS A FALAR DE...

38
O Rock & Amiga Lda.

62
Loop Gate Fest

36
CORTA-MATO ESCOLAR CONCELHIO

Índice

Contactos
Úteis 78

keek film fest 6

Cinema 18

Música 20

Comemorações 22

Concurso 20

Conferências &
tertúlias 26

Cursos & Oficinas 28

leituras 32

Exposições 38

feiras 44

Visitas 46

ar livre 50

Corpo & Mente 61

juventude 62

Mais Novos 64

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



▲ Praia do Ouro ©Domingos Vaz

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 Domingos Vaz Pré-impressão e impressão Grafisol - Edições e Papelaria, Lda.* Distribuição Salto Cordial, Lda Periodicidade Mensal Tiragem 15000 exemplares ISSN 2182-6315 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

informação | participação | cidadania

edi TORIAL



Francisco Jesus | Presidente da Câmara Municipal

Mais um ciclo de cultura para todos!

Iniciamos mais um ano, que corresponde também a um novo ciclo autárquico, no qual queremos continuar a dar um papel de destaque à cultura, por considerarmos que é uma área fundamental para o desenvolvimento do município, tanto na componente de bem-estar e lazer, como por aquilo que representa para a formação e participação cívica dos cidadãos, sobretudo dos mais jovens.

Queremos que o acesso à cultura seja um direito de todos, e que os munícipes do concelho de Sesimbra não tenham de se deslocar a outros municípios para assistir a um espetáculo musical, uma peça de teatro, para ver um filme ou uma exposição.

Para que isso seja possível, temos trabalhado em duas frentes: a primeira, a disponibilização de um programa cultural regular, diversificado e de qualidade; a

segunda, a construção e disponibilização de equipamentos que permitam descentralizar a oferta no território, conquistar novos públicos, criar um contexto em que os projetos locais ligados às escolas e ao associativismo possam ter melhores condições para crescer e, ao mesmo tempo, incentivar o surgimento de novos projetos culturais.

Nesta linha, refiro a construção do Auditório da Quinta do Conde, que será um equipamento com programação regular feita em estreita ligação ao Cineteatro João Mota, e que pretendemos muito alicerçado no trabalho de associações e escolas da freguesia. Este espaço será complementado pelo novo Polo da Biblioteca Municipal e um Spot das Artes, que surgirá no Parque da Vila e reforçará as valências do espaço

verde, muito procurado pela população. Na freguesia do Castelo, a resposta será também reforçada com o novo auditório multiusos no Parque Augusto Pólvora. Para além da programação regular do Cineteatro, que em breve vai alargar-se ao Auditório da Quinta do Conde, vamos continuar a apoiar as festividades que fazem parte da identidade do nosso concelho, e que estão enraizadas na comunidade. Refiro-me ao Carnaval de Sesimbra, um dos maiores do país, e um dos grandes eventos da região, a Festa das Chagas, em homenagem ao padroeiro dos pescadores, a Feira Festa, que faz parte da história e da identidade da freguesia da Quinta do Conde e as mostras de produtos regionais, essenciais para promover os produtos mais emblemáticos do município, como a

Farinha Torrada, o pão caseiro em forno a lenha, a Maçã Camoesa, o mel ou os queijos da azoia.

O primeiro passo desta estratégia é dado já em janeiro com mais uma edição do Keek Film Fest, festival de cinema que tem como mentores Tom Barman, músico com enorme prestígio internacional e grande amante de cinema, que vive há vários anos em Sesimbra, e Rui Tendinha, um dos mais reconhecidos críticos de cinema portugueses. Juntos, e em parceria com os nossos serviços, têm desenvolvido um projeto cultural muito interessante, que vai para além da sétima arte, e tem elevado a imagem de Sesimbra no panorama cultural nacional. Consultem a Sesimbr'Acontece, o site e as redes sociais do município e vivam a cultura no concelho de Sesimbra!

KEEK



KEEK FILM FEST

Depois de na edição do ano passado o Keek ter como tema o *thriller*, este ano centra-se no cinema como a nobre arte do engano, da ilusão. É por isso que Tom Barman e Rui Pedro Tendinha preparam uma mostra sob a égide do "Deception", um convite ao espectador ser elegantemente enganado. Porque o cinema é um jogo de perceções, um pacto com a mentira. É por isso mesmo que o cinema de James Watkins, Alfred Hitchcock, Sidney

Lumet ou Tim Burton está convocado. Estão programadas sessões que serão comentadas pelo próprio Rui Pedro Tendinha, por Tom Barman e diversos convidados, não faltando, claro, música. Cinema de várias proveniências com destaque para a antestreia em grande ecrã de *Matar o Jôquei*, o filme de Luis Ortega, que esteve na corrida ao Leão de Ouro de Veneza e que trará a esta mostra o ator argentino Nahuel Pérez Biscayart, um fã assumido de

UMA MOSTRA DE FILMES SEM DECEÇÕES

Sesimbra. Nome de culto no cinema de art-house, que está em alta no cinema francês, Biscayart destacou-se em filmes como *As Lições de Persa*, *120 Batimentos* e o recente *Os Novos Vizinhos*, o último de André Téchiné. O festival arranca com o filme português *First Date*, de Luís Filipe Borges, destinado apenas ao público escolar. No dia seguinte, e já para o público geral, um jantar com cinefilia. O prato forte será o conceito desta mostra, *Deception*. *O cinema ainda é uma ilusão?*, mas neste

jantar com a gastronomia deliciosa do Grémio não há ilusões. Os convidados, além dos anfitriões Rui Pedro Tendinha e Tom Barman, são o músico Noiserv, o ator Nahuel Pérez Biscayart e Luís Chaby Vaz, presidente do Instituto do Cinema e do Audiovisual, sesimbrense adotado, diplomata do cinema em Portugal e neste momento o homem forte da EFAD, a European Film Agency Directors. Seguem-se dias de cinema, convidados, música e um workshop de duplos para os mais novos.



TOM BARMAN

Quem passa pela vila de Sesimbra provavelmente já se cruzou com um belga alto, cabelo claro, andar apressado, computador debaixo do braço e olhar atento, próprio de uma mente em constante criação. O que muitos desconhecem é que se trata de Tom Barman, vocalista e compositor da carismática banda belga **deUS** e mentor de vários projetos musicais (*Taxiwars*, *Magnus*). Tom é também

realizador, contando com um filme *Any way the wind blows*, *Para onde o vento sopra* e diversos videoclips com grande expressão no panorama cultural. Tom, que escolheu Sesimbra como casa e como inspiração, terminou recentemente de escrever o guião do seu próximo filme em Sesimbra. Foi, em conjunto com a equipa da Câmara Municipal de Sesimbra, o grande impulsionador do Keek Film Fest, festival que decorre na vila desde 2022.

RUI TENDINHA

Rui Pedro Tendinha nasceu em Luanda, e desde sempre respira cinema de manhã à noite. Iniciou a sua carreira no Blitz, depois n' *O Jornal* e na revista "Ousar". Na rádio XFM fez o programa BSO. Na televisão, foi guionista do *Magazine* (RTP) e do *Cine XL* (SIC Radical), além de apresentador de *As Fitas da Comédia* (SIC Comédia). Atualmente, continua a escrever em diversas publicações e

é colaborador do *Expresso* e da *TSF*, tendo na SIC online e na SIC Radical o magazine *Cinetendinha*, sendo colega de Tom Barman na Futura - Rádio de Autor. Entre os momentos altos da sua carreira estão as entrevistas a alguns dos seus maiores ídolos: Jack Nicholson, Dustin Hoffman, Angelina Jolie, Quentin Tarantino ou Mike Leigh, entre muitos outros. Neste momento, Rui Pedro Tendinha deve estar a ver um filme.



DIA 17 | SÁB | 22H

FESTA
DE LANÇAMENTO

WARM-UP

**DJ SET
com Mike Radix**

Gastrobar Camaleão, Meco

Um novo parceiro junta-se ao Keek para um warm-up: o Gastrobar Camaleão, no Meco, onde o sabor muda com a música.

Para aquecer a noite, Mike Radix, dj e produtor de Sesimbra, apresenta um set de chill out progressivo, house orgânico e house progressivo, mantendo uma linha calma e agradável ao convívio.



DIA 21 | QUA | 14.30H

CINEMA

FIRST DATE

de Luís Filipe Borges

Duração: 15 min + conversa com os alunos

Destinatários: alunos do 9.º ano e secundário

**Conversa com Rui Tendinha, a psicóloga Raquel Martins
e o realizador Luís Filipe Borges.**

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Em *First Date*, Santiago (Cristovão Campos) e Melissa (Ana Lopes) conhecem-se numa aplicação de encontros. Ela é americana, fã da escritora Romana Petri, apaixonada pelas histórias que decorrem na ilha do Pico. Ele, lisboeta, finge ser açoriano para a impressionar: “E se o nosso primeiro encontro fosse lá? É a minha terra!”. Melissa aceita — e, de repente, Santiago vê-se enredado numa pequena mentira que cresce a cada momento. Após a exibição, será promovido um debate sobre os temas do filme, com destaque para a construção de identidade, os clichés nas relações, a igualdade de género e a forma como usamos (ou subvertemos) a verdade nas relações interpessoais.



DIA 22 | QUI | 19H

JANTAR-DEBATE

**O CINEMA AINDA
É UMA ILUSÃO?**

Valor: 25 € (o jantar inclui entradas, prato à escolha de três hipóteses, vinho de garrafa; sobremesa e café)

Destinatários: maiores de 16 anos

Limite: 25 lugares

Inscrições: gremiocafessb@yahoo.com

Informações: 92 931 26 21 / 21 228 87 44

Grémio, Sesimbra

Jantar com conversa de cinema, ou um warm-up para todo o espírito do Keek. O prato forte deste jantar com cinefilia será o conceito desta mostra, *Deception*. *O cinema ainda é uma ilusão?* Mas neste jantar com a gastronomia deliciosa do Grémio não há ilusões. Os convidados, além dos anfitriões

Rui Pedro Tendinha e Tom Barman, são o músico Noiserv, o ator Nahuel Pérez Biscayart e Luís Chaby Vaz, presidente do ICA, sesimbrense adotado, diplomata do cinema em Portugal e neste momento o homem forte da EFAD, a European Film Agency Directors.



CINEMA

HAPPIER, HAPPIER, HAPPIER

de Telmo Soares, com Noiserv

Documentário, Comédia; PT; 2024; 18 min

Sessão apresentada por Rui Tendinha, Tom Barman, Noiserv

O músico português Noiserv (David Santos), frequentemente apelidado de "one-man band", recebeu um convite surpreendente para atuar na CCTV1, o canal principal da Televisão Nacional da China.

O que começou como uma oportunidade aparentemente simples depressa se transformou numa viagem peculiar, repleta das aventuras e desafios de um músico a dar passos muito além da sua zona de conforto.



ANTESTREIA EM CINEMA EM PORTUGAL

MATAR O JÓQUEI!

de Luis Ortega, com Nahuel Pérez Biscayart, Úrsula Corberó, Daniel Giménez Cacho

Comédia, Drama; AR, ESP; 2024; 96 min

Sessão apresentada por Rui Tendinha, Tom Barman, Nahuel Pérez Biscayart

Remo Manfredini é um jóquei lendário, mas o seu comportamento autodestrutivo começa a ofuscar o seu talento e ameaça seu relacionamento com a sua namorada Abril. No dia da corrida mais importante de sua vida

desportiva, que o livrará das dívidas com a sua chefe mafiosa Sirena, sofre um grave acidente, desaparece do hospital e deambula pelas ruas de Buenos Aires. Humor à Aki Kaurismaki numa comédia sob o efeito da ilusão...

Destinatários: maiores de 14 anos

Bilhete: 3,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra



DIA 23 | SEX | 21H

CINEMA

INTRIGA INTERNACIONAL

de Alfred Hitchcock, com Cary Grant, Eva Marie-Saint e James Mason

USA; Suspense; 1959; 135 min; M/12

Sessão apresentada por Rui Tendinha e pelos realizadores João Pedro Rodrigues e João Rui Guerra da Mata

Capela de São Sebastião, Sesimbra

Intriga Internacional é um dos mais amados filmes de Hitchcock, com Cary Grant no papel principal. Roger O. Thornhill é um publicitário que se vê perseguido por espões que julgam que é um agente duplo e pela polícia que o acusa de homicídio, sobre um pano de fundo de espionagem. Este clássico do cinema de Hollywood nunca é o que parece. Perfeito para uma projeção fora do baralho...



DIA 23 | SEX | 23H

MÚSICA

DJ SET COM DR. RAMOS E CAROLINA BORDEL PINHEIRO

DJ FUTURA RÁDIO DE AUTOR

Light House Bar, Sesimbra

Como sempre, a Futura é a rádio que apoia o Keek. E, como sempre, numa das festas agendadas teremos sempre a presença dos seus DJ, neste caso a imbatível dupla Pedro Ramos e Carolina Bordel Pinheiro, vozes emblemáticas desta rádio online antifascista.



DIA 24 | SÁB | 15.30H

CINEMA

NÃO FALES DO MAL

de James Watkins, com James McAvoy, Mackenzie Davis, Aisling Franciosi

EUA; Terror, Drama; 2024; 110 min; M/14

Sessão apresentada por Tom Barman

Bilhete: 3,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Uma família é convidada para passar um fim de semana inteiro em uma casa solitária no campo, mas à medida que o fim de semana avança, eles logo perceberão que a família que os convidou tem um lado sombrio dentro deles. *Remake* da Warner do filme escandinavo com o mesmo nome. Exemplo feliz do cinema com maior dose de "deception".



DIA 24 | SÁB | 18H

CINEMA

MISSÃO SUICIDA

de Sidney Lumet, com Henry Fonda, Dan O'Herlihy, Walter Matthau, Frank Overton

EUA; Suspense, Drama; 1964; 112 min

Sessão apresentada por Tom Barman

Bilhete: 3,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Missão Suicida é um filme de guerra, que se passa durante a Guerra Fria. Um erro técnico envia uma frota de bombardeiros nucleares americanos para atacar Moscovo, levando o presidente dos Estados Unidos a tentar desesperadamente evitar uma guerra nuclear total. O filme foi lançado quase ao mesmo tempo que o filme de comédia satírica de Stanley Kubrick, *Dr. Strangelove*, e é frequentemente visto como a versão "séria" ou "realista" da mesma situação hipotética. *Cult-movie*, obviamente.



DIA 24 | SÁB | 22.30H

MÚSICA

DJ SET COM TOM BARMÁN

Grémio, Sesimbra

“No Grémio vou tocar discos, velhos e novos, do tipo Electro e Techno. Uma noite para dançar!”

PASSE (TODOS OS FILMES): 10,5 €*

(não garante entrada na sessão gratuita na Capela de São Sebastião)

BILHETE

CADA SESSÃO: 3,5 €*

DOMINGO, ÀS 16H: 2,5 €*

CAPELA DE SÃO SEBASTIÃO: GRATUITO

Levantamento no Cineteatro ou BUS da Quinta do Conde, sexta, até às 19h, ou na Capela de São Sebastião, a partir das 20h (entrada limitada à lotação da sala)

* descontos aplicáveis



DIA 25 | DOM | 10.30 ÀS 12.30H

WORKSHOP

DUPLOS NO CINEMA

Destinatários: crianças dos 8 aos 13 anos

Inscrições: dia 20 (inscricoes.cineteatro@cm-sesimbra.pt)

Duração: 2 horas

Limite: 12 crianças

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Miguel Frazão, que já participou em inúmeros projetos de televisão, teatro e cinema, diante e atrás das câmaras, partilha com os mais novos a arte dos duplos! A ilusão faz parte do cinema, desde a simples representação de uma história até à criação de espetaculares cenas de ação que seriam impossíveis, perigosas ou impraticáveis na vida real. Vamos fazer brincar aos duplos e mostrar como se constroem quedas, socos, perseguições e confrontos sem que ninguém se magoe — tudo com técnica, sentido de ritmo e, claro, muita imaginação. Neste workshop, vamos pôr o corpo a trabalhar, aprender truques de câmara e descobrir como transformar movimentos simples em momentos épicos dignos de grandes filmes de ação.

Miguel Frazão começou o seu percurso na sétima arte como guionista e, pouco depois, graças à formação em artes marciais, iniciou também uma carreira como duplo de ação. Para ampliar as competências e oferecer uma mais-valia às equipas com quem trabalha, completou uma formação de ator. Nos últimos anos, tem dividido a atividade profissional entre a coordenação e performance de cenas de ação e a representação.



DIA 25 | DOM | 16H

CINEMA

BEETLEJUICE BEETLEJUICE

de Tim Burton, com Willem Dafoe, Michael Keaton, Winona Ryder, Jenna Ortega, Monica Bellucci, Danny DeVito.

EUA, Comédia, Fantasia; 2024; 105 min; M/12

Sessão apresentada por Rui Tendinha

Bilhete: 2,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Após a trágica morte do patriarca, as três gerações de mulheres da família Deetz voltam à casa de Winter River, onde outrora foram atormentadas por Beetlejuice,

um fantasma muito peculiar que tinha como objetivo expulsá-las dali. Tim Burton cheio de camadas de ilusão num filme para miúdos e graúdos. Um dos maiores sucessos de 2024.



DIA 17 | SÁB | 21.30H

O AGENTE SECRETO

de Kleber Mendonça Filho, com Wagner Moura, Maria Fernanda Cândido, Gabriel Leone, Isabél Zuaa, Udo Kier

Crime, Policial, Drama, Thriller; FRA, ALE, BRA, Países Baixos; 2025; 158 min; M/14

Bilhete: 3,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Brasil, 1977. Durante a ditadura militar no Brasil – que perdurou até 15 de março de 1985 –, Marcelo abandona São Paulo e regressa a Recife (Pernambuco), a cidade onde nasceu. Na tentativa de se afastar de um passado marcado pela violência, tenta reconstruir a vida num ambiente que, à primeira vista, parece proporcionar-lhe a paz que ambiciona. No entanto, descobre que também ali o mesmo clima de repressão e

medo que julgava ter deixado para trás. No Festival de Cinema de Cannes, Wagner Moura recebeu o prémio de melhor ator e Kleber Mendonça Filho o de melhor realizador; este *thriller* político foi também laureado com o prémio FIPRESCI, atribuído pela Federação Internacional de Críticos de Cinema. O elenco integra ainda Carlos Francisco, Robério Diógenes, Roney Villela, Alice Carvalho, Hermila Guedes e Tânia Maria.



DIA 31 | SÁB | 21.30H

MANAS

de Marianna Brennand, com Dira Paes, Rômulo Braga, Jamilli Correa, Fátima Macedo.

Drama; BRA, POR; 2025; 101 min

Bilhete: 3,5 € (descontos aplicáveis)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Marcielle é uma jovem de apenas 13 anos, que vive com os pais e os irmãos na Ilha de Marajó, no Pará, uma região marcada pela pobreza, isolamento e violência. Depois de a irmã mais velha ter partido com um homem mais velho, Marcielle começa a ter uma perceção diferente em relação à forma como as mulheres são tratadas. Preocupada com a irmã mais nova e com o futuro não lhe reservar muitas opções, decide enfrentar os abusos a que foi sujeita e a que sempre

assistiu, dentro e fora da própria casa. *Manas* é um drama social sobre violência familiar e emancipação feminina, inspirado em testemunhos de famílias, assistentes sociais e outros profissionais envolvidos na luta contra a violência na região amazónica. Estreado no Festival de Veneza, foi distinguido com o Director's Award da mostra Giornate Degli Autori. No Festival de Cannes, a realizadora recebeu o prémio *Women In Motion*.



DIA 1 | QUI
FESTA
EM HONRA
DE NOSSA
SENHORA
DA CONCEIÇÃO
 Padroeira de Alfarim

16 ÀS 20H
 BAILE
 Bruno Marques

21.30H
 ESPETÁCULO
 Luís Portela

Largo das Forças Armadas, Alfarim

Org.: Comissão de Festas Nossa Senhora da Conceição Alfarim
 Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

DIA 6 | TER | 10H

DIA DE REIS

CANTAR
AS JANEIRAS

Vila de Sesimbra

Org.: JF Santiago

DIA 17 | SÁB | 15H

CONCERTO DE
ANO NOVO

Grupo de Cordas e Percussão (Projeto Música entre Nós da JF Castelo) e Grupo de Cantares Populares da LIALA Orientação de Elisabete Lemos

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

DIA 31 | SÁB | 21.54H

MÚSICA

CONCERTO

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

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

A decorrer...

SEGUNDAS | 14.30 ÀS 15.30H

ESPAÇO ALFARIM

Destinatários: maiores de 55 anos
 Inscrições: 96 241 73 27 / espaço.zambujal@jf-castelo.pt

Biblioteca do Grupo Desportivo de Alfarim

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

MÚSICA
ENTRE NÓS

SEGUNDAS

16 ÀS 18H

Aprendizagem em grupo de instrumentos de corda e percussão

18 ÀS 19H

Iniciação

Destinatários: adultos

TERÇAS

18.30 ÀS 19.30H

Coro Infantil

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
 Inscrições: 96 241 73 27 / espaço.zambujal@jf-castelo.pt

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

QUARTAS E SEXTAS

AULAS DE
MÚSICA

Inscrições: smsesimbrense@gmail.com ou na secretaria da coletividade, segunda a sexta, das

10 ÀS 17H

Informações: smsesimbrense@gmail.com ou 96 117 17 27

Sociedade Musical Sesimbrense, Sesimbra

Org.: Sociedade Musical Sesimbrense

SEXTAS | 10.30 ÀS 11.30H

ESPAÇO SANTANA

Destinatários: maiores de 55 anos
 Inscrições: 96 241 73 27 / espaço.zambujal@jf-castelo.pt

CAIES - Santana

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

SEXTAS | 17 ÀS 18H

ESPAÇO AZOIA
Canto

Destinatários: maiores de 55 anos
 Inscrições: 96 241 73 27 / espaço.zambujal@jf-castelo.pt

Espaço Azoia

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo



DIA 17 | SÁB | 22.07H

MÚSICA

NOS TEMPOS IDOS

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

O projeto *Nos Tempos Idos* traz à memória o Samba de Raiz, o Choro, a Bossa Nova, entre outros, que irão ser tocados em modo de tertúlia musical logo pelo jantar. Comida caseira, com a qualidade habitual do Grémio Café, bom vinho, cerveja e a tradicional caipirinha farão parte do cardápio da noite, por isso façam já as vossas reservas porque estas são limitadas! Jantar com reserva (92 931 26 21), às 20.08 horas. O evento tem entrada livre, mas é pedido aos espectadores um contributo (in)consciente, com base no que consideram justo e adequado.



BOLO-REI E JANEIRAS ASSINALAM DIA DE REIS

Cantar as Janeiras e saborear uma generosa fatia de Bolo-Rei, um dos doces mais emblemáticos desta época, confeccionado em muitas pastelarias do concelho, é a nossa proposta para comemorar o Dia de Reis. A música vai ouvir-se na vila de Sesimbra, a partir das 10 horas, e o bolo distribuído a quem passar pela Junta de Freguesia de Santiago. Já quem quiser aprender a fazer um saboroso Bolo-Rei e Bolo-Rainha, basta inscrever-se no workshop *Mãos na Massa*, que decorre no sábado, a partir das 10 horas, no Forno Comu-

nitário do Lugar da Terra. Promovido pela Junta de Freguesia do Castelo, é destinado a famílias e as inscrições decorrem até dia 8, pelo e-mail zambujal@jf-castelo.pt ou pelo telefone 96 241 73 27.

O Dia de Reis simboliza a visita dos Reis Magos ao Menino Jesus. Guiados por uma estrela, Belchior, Baltazar e Gaspar ofereceram ouro, incenso e mirra. Segundo a tradição católica, este dia simboliza o fim das comemorações natalícias, por isso são muitas as famílias que se reúnem e se dedicam a arrumar as decorações.

DIA 6 | TER

10H

CANTAR AS JANEIRAS

10 ÀS 12H

BOLO-REI NA FREGUESIA

Junta de Freguesia de Santiago

Org.: JF Santiago

DIA 10 | SÁB | 10.30H

WORKSHOP MÃOS NA MASSA

BOLO-REI/RAINHA EM FORNO A LENHA

Comemoração do Dia de Reis

Destinatários: famílias (1 adulto + 1 criança)

Inscrições: até dia 8 (96 241 73 27 / [espaco.zambujal@jf-castelo.pt](mailto:zambujal@jf-castelo.pt))

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo



DIAS 6 E 10 | TER E SÁB | 10H



ATÉ DIA 6
CONCURSO

EM SESIMBRA, NATAL É NO COMERCIO LOCAL E TRADICIONAL!

Até dia 6, habilite-se a vales de compras entre 100 e 2 mil euros

Quem fizer compras nos cerca de cem estabelecimentos com o dístico *Em Sesimbra, Natal é no Comércio Local e Tradicional!* habilita-se a prémios entre os 100 e os 2 mil euros. Para participar basta fazer uma compra no valor mínimo de 10 euros e em troca recebe um cupão, que deve ser corretamente preenchido e entregue num dos locais autorizados. Os clientes vencedores ganham vales de compras entre os 100 e os dois mil euros. O estabelecimento que entregue um dos três primeiros cupões ganha um vale de compras no valor de 20 por cento do prémio atribuído. As montras mais bonitas

e originais recebem prémios entre os 100 e os 400 euros. No total, estão a concurso 25 espaços. O sorteio realiza-se no dia 14 de janeiro, pelas 16.30 horas, no Cineteatro Municipal João Mota, em Sesimbra. Valorizar o comércio tradicional e promover hábitos de consumo locais durante a quadra natalícia são os grandes objetivos da campanha, promovida pela Câmara Municipal de Sesimbra, Juntas de Freguesia do Castelo, Quinta do Conde e Santiago e pela AHRESP - Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal.

SESIMBRA, no seu e-mail...



Subscrever



Subscreva as newsletters da Câmara Municipal
Escolha as áreas do seu interesse e siga de perto a vida do município.



DIA 10 | SÁB | 15H

PALESTRA

PLANEAMENTO E GESTÃO ORÇAMENTAL

Por Ana Callaty Garcia, professora galardoada com o Prémio Professor, na 12.ª edição do concurso Todos contam (Coimbra, 2023), realizado no âmbito de Formação Financeira Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Nesta palestra, serão abordadas estratégias práticas e eficazes para organizar o orçamento familiar e pessoal, permitindo uma gestão financeira mais consciente e equilibrada. Serão apresentados métodos simples de controlo de despesas, técnicas de planeamento mensal e anual, bem como ferramentas que ajudam a definir prioridades, criar objetivos financeiros realistas e prevenir situações de endividamento.

A sessão pretende capacitar os participantes com conhecimentos que lhes permitam tomar decisões informadas, melhorar a sua relação com o dinheiro e construir maior estabilidade financeira. Através de exemplos concretos e orientações úteis para o dia a dia, esta palestra oferece um guia acessível para quem pretende ganhar maior autonomia e segurança na gestão e elaboração do seu orçamento.

DIA 10 | SÁB | 22.36H

STAND-UP COMEDY

BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

Resoluções para este novo ano? Mais humor. Como? Stand-up comedy. Porquê? 2025 não foi suficientemente tragicómico, por isso podemos fazer melhor. Onde? Grémio Cezimbrense. Quando? Dia 10 de janeiro! Já que não conseguimos competir com o dia 18 de janeiro. Apareçam!

Valor sugerido: 5 €

Grémio, Sesimbra

DIAS 16 E 30 | SEX
21.03H

JOGOS

QUEM TÁ FORA NÃO RACHA LENHA!

Jogo na Mesa

O pessoal do Jogo na Mesa traz jogos modernos e desafiantes para quem procura algo mais fora da caixa! Aparece porque quem tá fora não racha lenha!

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

Valor sugerido: 4 €

Grémio, Sesimbra

DIA 24 | SÁB
DAS 10 ÀS 12H

CAFÉ MEMÓRIA DE SESIMBRA

O Café Memória de Sesimbra é um local de encontro para pessoas com problemas de memória ou demência e seus familiares, cuidadores e amigos, onde se partilham experiências, informação e suporte mútuo, em contexto informal. Este projeto permitiu ao município de Sesimbra ser distinguido pela Rede de Autarquias que Cuidam dos Cuidadores Informais com a atribuição do selo de mérito, pelo Movimento Cuidar dos Cuidadores Informais.

Entrada livre

Informações: 93 552 56 23 / 21 014 93 45 / 21 228 85 34

anabela.gato@cm-sesimbra.pt /
acao.social@cm-sesimbra.pt

Junta de Freguesia
da Quinta do Conde



DIA 31 | SÁB | 15.30H

ENCONTRO

VAMOS FALAR DAS EMOÇÕES DAS NOSSAS CRIANÇAS?

Destinatários: pais e adultos interessados nesta temática
No âmbito da exposição Itinerante de Livros para a Infância -
20 anos a Falar de...

Entidades promotoras: CMS/Biblioteca Municipal e ELI de Sesimbra

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Org.: Creches e Jardins de Infância das IPSS do concelho

A partir dos livros da exposição 20 Anos a Falar de..., propomos um encontro dedicado à reflexão sobre as emoções das crianças até aos 6 anos. Também nós, adultos, podemos (e devemos) conversar sobre as coisas da vida e descobrir formas de as abordar com os mais pequenos.



DIA 10 | SÁB | 11H

WORKSHOP

PROVA E DESCOBERTA: CAFÉ COMERCIAL VS. CAFÉ DE ESPECIALIDADE

pela equipa da Cafeteria da Biblioteca

Limite: 15 participantes

Inscrições: cafedabibliotecasesimbra@gmail.com

Espaço Cafeteria, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Nesta sessão imersiva de apenas uma hora, os participantes vão entender o que realmente separa um café comercial de um café de especialidade. Abordaremos pilares fundamentais como a origem, a saúde, o sabor

e o aroma. A principal dinâmica consiste em experimentar os dois tipos de café “lado a lado”, permitindo descobrir como um bom café respeita o corpo, o produtor e todo o caminho até à chávena.

DIA 21 | QUA | 10.30H

QUARTAS SÉNIOR

OFICINA CRIATIVA

Projeto dedicado aos mais idosos da freguesia, com vista à ocupação saudável dos seus tempos livres, através de atividades criativas, lúdicas e de lazer.

Destinatários: a partir dos 65 anos
Inscrições: até dia 20 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

DIA 31 | SÁB | 10H

WORKSHOP

TÉCNICA DE IMPROVISO

Este workshop usa exercícios de improvisação para estimular criatividade, confiança e comunicação. Através de jogos simples e acessíveis, os participantes exploram novas formas de expressão, aprendem a lidar com o inesperado e fortalecem competências essenciais para o dia a dia. Não é necessária qualquer experiência prévia – apenas vontade de experimentar e descobrir.

Inscrições: até dia 30 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo



DIA 24 | SÁB | 10.30H

FORMAÇÃO

COMPOSTAGEM DOMÉSTICA

Inscrições: até dia 23 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Espaço Zambujal

Org.: Waste To Me_waste.to.me

Apoio: JF Castelo

A formação tem como objetivo sensibilizar para o tema da compostagem. O público terá a oportunidade de saber o que é, como se faz e para que serve.

a decorrer...

SEGUNDAS COMUNICAÇÃO DIGITAL DE PROXIMIDADE por Hugo Pólvora

Dotar a população de ferramentas digitais para a criação de eventos online em modo streaming, criação de vídeos e software para edição de som e vídeo.

WORKSHOPS Princípios Básicos de Imagem

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

Introdução ao Vídeo Digital

Conhecimentos sobre câmara, som, plano e guião

Edição de Vídeo

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

Live Streaming

Conhecimentos sobre software, preparação, canais, equipamento e edição

Inscrições: comunicacao.proximidade@cm-sesimbra.pt

Estúdio, Piso 0, Biblioteca Municipal de Sesimbra

SEGUNDAS MÚSICA ENTRE NÓS CORDAS E PERCUSSÃO Aprendizagem em Grupo

16 ÀS 18H

Ensino normal

18 ÀS 19H

Iniciação

Aprendizagem em grupo de instrumentos de corda e percussão.

Destinatários: adultos

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

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo

QUARTAS E SEXTAS AULAS DE MÚSICA

Inscrições: smsesimbrense@gmail.com ou na secretaria da coletividade, segunda a sexta, das 10 às 17h

Informações: smsesimbrense@gmail.com ou 96 117 17 27

Sociedade Musical Sesimbrense, Sesimbra

Org.: Sociedade Musical Sesimbrense

SEGUNDA E QUINTA 17.30 ÀS 19.30H

CURSO DE PORTUGUÊS Português Língua Não Materna

Valor: 140 € / mês

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

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: Innestudios, Centro de Estudos e Formação

SEGUNDA A SÁBADO CURSO DE INGLÊS CERTIFICADO PELO CAMBRIDGE

Aulas individuais ou em grupo
Valor: a partir de 100 € por mês (2h por semana)

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

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: Innestudios, Centro de Estudos e Formação

SEGUNDA A SEXTA ESPAÇO DE LÍNGUAS LANGUAGE. SPOT.PT

pela professora Maria Simplicio

Cursos de Inglês do Cambridge Certificados

120h / Intensivos 60h

Individual ou grupo (até três pessoas; jovens e adultos)

Português para Estrangeiros

Aulas presenciais / portuguese for foreigners (face to face)

Individual ou grupo

Informações e inscrições: 92 444 98 37/language.spot.pt@gmail.com

CAIES, Santana

TERÇAS | 19 ÀS 20H AULAS DE CAPOEIRA

horário mediante marcação prévia

Sociedade Musical Sesimbrense

Org.: Sociedade Musical Sesimbrense

ESPAÇO SANTANA

TERÇAS | 10 ÀS 12H

Oficina de Costura Criativa

TERÇAS | 15.30 ÀS 17H

Informática

SEGUNDAS OU QUINTAS | 15 ÀS 17H

Oficinas Artísticas

SEXTAS | 10.30 ÀS 11.30H

Música

Destinatários: maiores de 55 anos

CAIES, Santana

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo

ESPAÇO AZOIA

SEGUNDAS | 15 ÀS 17H

Oficinas Artísticas

SEXTAS | 15 ÀS 17H

Oficinas de Costura Criativa

SEXTAS | 17 ÀS 18H

Canto

Destinatários: maiores de 55 anos

Espaço Azoia

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo

TERÇAS OU QUINTAS | 15 ÀS 17H

OFICINAS

COSTURA CRIATIVA

com Gisela Marques

Destinatários: adultos

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

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo

ESPAÇO ALFARIM

SEGUNDAS | 14.30 ÀS 15.30H

Música

SEGUNDAS | 15.30 ÀS 17.30H

Oficinas de Costura Criativa

SEXTAS | 15 ÀS 17H

Oficinas Artísticas

Destinatários: maiores de 55 anos

Biblioteca do Grupo Desportivo de Alfarim

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo

QUARTAS | 15.30 ÀS 17H INFORMÁTICA SENIOR

Destinatários: maiores de 55 anos

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

SÁBADOS

GRUPO DE TEATRO JFC

Grupo I

9 ÀS 10.30H

Grupo II

10.30 ÀS 12.30H

Destinatários: dos 8 aos 13 (grupo I) e maiores de 14 anos (grupo II)

Valor: 15 € (mensal)

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

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo



TERÇAS E QUINTAS
9.30, 10.30, 11.30
OU 12.30H

CORPO EM MOVIMENTO SENIOR

Aulas de Ginástica
em Grupo

Destinatários:
maiores de 55 anos

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

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal - JF Castelo



DE 2 A 31

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

ALICE VIEIRA E TERESA LIMA

Candidatas ao Prémio Literário Hans Christian Andersen 2026

Sala de Leitura, Piso 2, Biblioteca Municipal de Sesimbra

O prémio Hans Christian Andersen, que tem o nome do escritor dinamarquês, foi criado em 1956 pelo IBBY (International Board on Books for Young People), uma organização constituída por secções nacionais de mais de oitenta países, cujos principais objetivos são a promoção do livro e da literatura junto das crianças e a valorização da literatura e

da ilustração para a infância e juventude. A escritora Alice Vieira e a ilustradora Teresa Lima são as candidatas portuguesas à edição de 2026 deste prémio, com periodicidade bienal é considerado o mais importante prémio mundial dedicado à literatura infantojuvenil. Vem (re)descobrir estas autoras premiadas e com extensa obra publicada.

ATÉ DIA 10

MOSTRA DE LIVROS SOBRE O NATAL

A nossa árvore de Natal está cheia de histórias – livros para sonhar, rir, aprender e partilhar em família.

Polo de Leitura
da Quinta do Conde

ATÉ DIA 10

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

20 ANOS DE LEITURA, MEMÓRIAS E HISTÓRIAS

Polo de Leitura
da Quinta do Conde

DE 2 A 31

MOSTRA
BIBLIOGRÁFICA

A 9.ª ARTE NA BIBLIOTECA

**As Melhores Coleções
da Banda Desenhada
Europeia**

São muitas as coleções de BD que o público mais gosta e aquelas que vêm logo à memória são Astérix, Lucky Luke e Tintim. Mas, tirando essas, há outras que merecem ser conhecidas.

Durante o mês de janeiro, a Biblioteca Municipal apresenta uma mostra sobre as coleções de BD Europeia.

Sala de Leitura, Piso 1,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra



DE 2 A 31

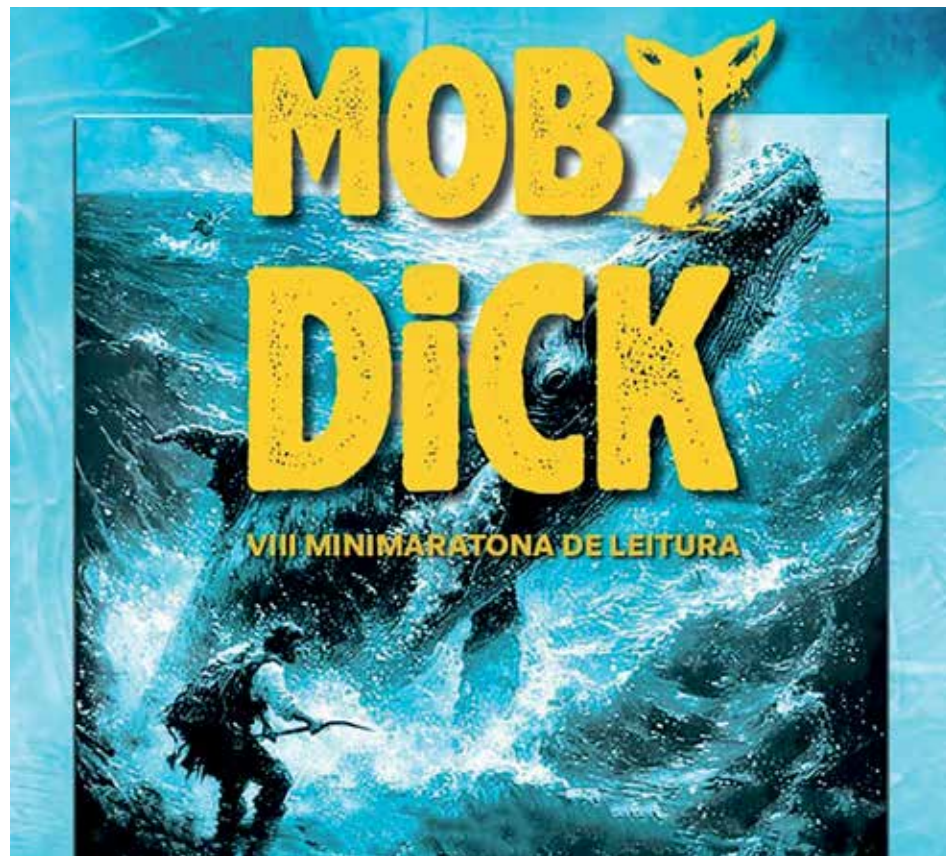
MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

EM MEMÓRIA DAS VÍTIMAS DO HOLOCAUSTO

Sala de Leitura, Piso 1, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Desde novembro de 2005 que a Assembleia Geral das Nações Unidas instituiu o Dia Internacional em Memória das Vítimas do Holocausto. Desde então, o dia é assinalado a 27 de janeiro, data em que, em 1945, ocorre a libertação do principal campo de concentração, Auschwitz (Polónia), pelas tropas da União Soviética. A finalidade deste dia é não esquecer o genocídio em massa de milhões de Judeus pelos Nazis, um dos maiores crimes contra a Humanidade, mas também educar para a tolerância e combater o antissemitismo.

A Biblioteca Municipal assinala este dia com esta mostra bibliográfica, da qual fazem parte alguns testemunhos de vítimas deste fatídico e horrendo episódio da história da Humanidade.



VIII MINIMARATONA DE LEITURA

DIA 3 | SÁB | 17H

8.ª MINIMARATONA DE LEITURA MOBY-DICK

Inscrições: até dia 3 (iolanda.avila@cm-sesimbra.pt)

Centro Cultural Costeiro, Sesimbra

O município de Sesimbra convida todos os interessados a participar como leitores voluntários, contribuindo para a realização desta sessão única. Cada participante tem a oportunidade de ler excertos da obra *Moby-Dick*, num momento de partilha cultural e comunitária.

Realizada pelo Museu de Angra do Heroísmo, nos Açores, em parceria com a Fábrica da Baleia de Porto Pim, o Museu da Baleia da Madeira, o New Bedford Whaling Museum, a Biblioteca Nacional de Cabo Verde, Museu de Macau e o Museu Marítimo de Sesimbra.

13 JAN A 7 FEV

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

GUERRA, PAZ E OS OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

Há sempre uma guerra em alguma parte do mundo. Independentemente do lugar ou armas utilizadas, o rosto da guerra é o mesmo: sofrimento, destruição, medo, fome, doenças, vidas interrompidas... “Imagina todas as pessoas a viver a vida em paz” – escreveu John Lennon a pedir a paz em todo o mundo. Mas a paz não é algo natural. A paz constrói-se constantemente. A paz educa-se todos os dias. Educar para a paz é aprender que “Há coisas que nunca se deve fazer, nem de noite, nem de dia, nem por mar, nem por terra: por exemplo a guerra” (Gianni Rodari). Aprender a tornar o mundo melhor é o objetivo da exposição sobre a guerra e paz, um tema contemplado no ODS 16 – Paz, Justiça e Instituições eficazes.

Piso 2, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

BIBLIOLED: O NOVO SERVIÇO DIGITAL DA SUA BIBLIOTECA

Os livros digitais e audiolivros nunca foram tão acessíveis como agora com a BiblioLED, a Biblioteca Pública para a Leitura e o Empréstimo Digital da sua biblioteca municipal, promovida pela DGLAB. A BiblioLED oferece uma seleção de títulos de ficção e não ficção, autores e géneros literários, maioritariamente em língua portuguesa, destinados a crianças, jovens e adultos. Navegue pelo catálogo da BiblioLED, descubra novos autores, conheça as histórias e aceda, empreste, reserve e leia os seus livros digitais e audiolivros preferidos. Para ler e ouvir, onde e quando quiser, a partir do seu computador, tablet, telemóvel e/ou leitor de livros digitais (e-reader). Se ainda não é leitor na Biblioteca Municipal, inscreva-se e poderá usufruir deste serviço digital. Para saber mais sobre a BiblioLED contacte a sua biblioteca municipal.

Dinamização: Biblioteca Municipal de Sesimbra e Polo de Leitura da Quinta do Conde
Entidades promotoras: Direção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas (DGLAB)
Disponível em: www.biblioled.gov.pt
Informações: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

DIAS 7, 14, 21, 28
QUA | 17.45HBIBLIOTERAPIA
ARTÍSTICA

LIVROS COM COMPORTAMENTO

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

Espaço Coworking,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

As ações de ler e escrever ajudam-nos a formarmo-nos como pessoas, estruturam o nosso pensamento e ensinam-nos a comunicar de forma mais eficaz. Brincar com as palavras, pintá-las, desarrumá-las, arrumá-las e escondê-las são atividades que dão grande prazer e, é aí reside o segredo.



EXPOSIÇÃO ITINERANTE DE LIVROS PARA A INFÂNCIA

20 ANOS A FALAR DE...

As vezes as crianças precisam de falar com os adultos sobre a vida. É sempre bom termos tempo para escutar e conversar. Muitas vezes, os livros são a ponte, por isso há 20 anos que partilhamos esta exposição, destinada a crianças, famílias, profissionais ligados à infância e toda a comunidade. *Descobrir a arte: através do mundo, Migrando, Obrigado a Todos! ou Tanto, tanto!* são alguns dos livros que marcaram as duas décadas do projeto Falar de..., que nasceu com o propósito de promover o gosto pelo livro e pela leitura e dar resposta às necessidades das

famílias em abordar temas mais difíceis, como os medos, as birras ou as diferenças. Dinamizado pela Câmara Municipal e pela Cercizimbra/ELI, em parceria com as creches e jardins de infância das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) do concelho, revelou-se um verdadeiro sucesso, envolvendo centenas de crianças. Em 2010, o Falar de... foi um dos selecionados do Programa Gulbenkian de Língua Portuguesa, promovido pela Fundação Calouste Gulbenkian, um reconhecimento que veio dar ainda mais prestígio ao projeto, sobretudo a nível nacional.

Nesta edição, que comemora as duas décadas do *Falar de...*, a exposição itinerante de livros para a infância é composta por 67 obras, divididas em imagem, imagem e pouco texto, poesia, narrativa ilustrada e informativos. Entre 19 de janeiro e 27 de junho, a mostra volta a ser acolhida pelas várias instituições do projeto e a fazer as delícias dos pequenos leitores e das suas famílias. Os livros da exposição também se encontram disponíveis para consulta e empréstimo na Biblioteca Municipal de Sesimbra e no Polo de Leitura da Quinta do Conde.

19 A 30 JAN
Jardim de Infância da Cercizimbra
2 A 13 FEV
Externato de Santa Joana
16 FEV A 6 MAR
Liga dos Amigos da Quinta do Conde
9 A 20 MAR
Jardim de Infância do CASCUZ
24 MAR A 10 ABR
Centro Infantil do Centro Comunitário da Quinta do Conde
13 A 24 ABR
Jardim de Infância do Centro Paroquial do Bem-estar Social do Castelo
27 ABR A 29 MAI
Biblioteca Municipal de Sesimbra
1 A 30 JUN
Polo de Leitura da Quinta do Conde
Informações: 21 228 85 88 / biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

DE 19 JAN A 30 JUN



EXPOSIÇÃO DE ARTE à Cowboy

DE JOÃO CRUZ E MACIEL SANTOS

A dupla João Cruz e Maciel Santos dispensa apresentações. São primos, unidos pela arte e por uma amizade e cumplicidade únicas. Começaram cedo a dar provas da sua criatividade, e os seus trabalhos são uma autêntica marca das suas personalidades. Depois de anos a fazer a curadoria das exposições do

Grémio, chegou o momento de concretizarem uma vontade antiga - apresentar uma mostra em conjunto. Com muitas piadas, trocadilhos e irreverência, *O Rock & Amiga Lda*, espelha bem a linguagem e a relação forte que os une, e que não há limites para expor num espaço que querem que seja uma referência para todos os artistas.



Valor sugerido: 3 €
Grémio, Sesimbra

ATÉ DIA 28

Exposições

Quem sou?, pergunta o João

És uma pessoa supertranquila e com uma energia muito boa, que eu admiro bastante. Desde muito pequeno que sempre tiveste uma vontade de acrescentar algo e isso vem-se refletindo até hoje. Desaguaste neste mar de criatividade e de arte e eu vim sempre acompanhando um bocadinho esse processo e a tua evolução como artista, como pessoa, sempre com os teus valores bem definidos, que fazem de ti esta pessoa especial.

Nós, ao fim e ao cabo, não sabemos quem é o Rock e quem é a Amiga. Vamos trocando de papéis. É o nosso universo. Esta exposição e a forma como a mostramos, é como um ato provocador. Pintámos, furámos, lixámos, partimos. Queremos que vejam esta exposição como um ponto de referência e que vejam as possibilidades que o espaço oferece.



E o Maciel...

Desde que me lembro, que era de quem andava sempre atrás. Quando ele tinha 18 anos, eu ainda tinha 14. Levava-me para ir surfar e para fazer tudo. Foi com ele que curti montes de coisas. A sua maneira de ser e de estar sempre me inspiraram.

Vivemos muitas coisas juntos. Para além de sermos família, temos uma grande amizade e cumplicidade, um amor incondicional um pelo outro. Conhecemo-nos muito bem. Conhecemos bem os defeitos e as qualidades um do outro. Completamo-nos.

(Vida de Cowboy) Surgiu de uma expressão do meu tio, o pai do Maciel. Quando ele diz: «hoje, é um almoço à cowboy». Agarra num peixe e em mais três ou quatro coisas e faz o almoço.

É ser mais intuitivo, mais direto, mais impulsivo. Sem grande pressão.

Esta exposição é uma coisa que já queríamos fazer há muito tempo. Surgiu esta vaga no Grémio, e, sendo um espaço onde estamos super envolvidos, achámos que era uma boa oportunidade de desenvolver e perceber o que é que podíamos criar depois de tantos anos de contacto e de experiência. Simboliza uma espécie de reencontro neste processo criativo.

Exposições



www.rockeamiga.pt

O projeto teve o contributo do Filipe Pinto Silva, mais um membro fundamental, que nos acompanha há muitos anos e que tem feito muitos registos do nosso trabalho. Criou o site da empresa, e possibilitou que cada peça possa ser adquirida com um certificado digi-

tal. O Filipe também faz parte da família. É o primo. Gosta do nosso trabalho e está-nos sempre a motivar e a desafiar. Este projeto vai continuar no site, onde estão à venda as telas, t-shirts, candeeiros, livros e coisas novas que vão surgindo.

Apareçam, divirtam-se, muita rockalhada, muita cowboyada, é o que vos desejo.

Espero que gostem e que comprem cenas desta empresa.





ATÉ DIA 10
ARTESANAL
**PRESÉPIOS
DE SESIMBRA**
de Álvaro Bizarro

Átrio, Biblioteca Municipal de Sesimbra

O presépio, considerado um dos mais importantes símbolos católicos de Natal, começou a ser representado, em 1223, por São Francisco para facilitar a compreensão do nascimento de Jesus e, desde então, tornou-se, por todo o mundo, uma tradição natalícia imprescindível.

Em Sesimbra, a tradição de criação de presépios de Natal é perpetuada pelas hábeis mãos do artesão Álvaro Bizarro, que ao longo dos anos, recriou diversas encenações do nascimento de Jesus. Os presépios com personagens que representam Maria, José, menino Jesus, os animais, os pastores e os reis magos, onde não faltam a magia da estrela guia, do estábulo ou da cidade de Jerusalém, fazem objeto da exposição de Natal Presépios de Sesimbra.

ATÉ DIA 6
**NATAL É ONDE
AS ESCOLAS
QUISEREM**

Elaboradas por dezenas de alunos, professores, educadores e pessoal não docente dos agrupamentos de escolas, IPSS e estabelecimentos de ensino privados, as decorações podem ser admiradas pelas três freguesias.

Concelho de Sesimbra

ATÉ DIA 10
NATAL
**LIVROS,
PRESEPIOS,
DECORAÇÕES...**

A época mais mágica do ano chegou à Biblioteca Municipal de Sesimbra. Os livros e a leitura, assim como o Natal, proporcionam momentos de tranquilidade e magia, e o Natal é uma época especial para viagens literárias. Neste espírito, como já é habitual, no átrio da Biblioteca não vai faltar a Árvore dos Livros de Natal, enfeitada com... livros temáticos e novidades literárias.

O espírito natalício irá, igualmente, estar presente na Biblioteca de Sesimbra com os presépios de Álvaro Bizarro e decorações, realizadas pelas escolas no âmbito do projeto Natal é onde as escolas quiserem.

Átrio, Piso 1 e Piso 2,
Biblioteca Municipal
de Sesimbra

ATÉ DIA 11
**MOSTRA DE
PRESEPIOS
TRADICIONAIS**

Núcleo Museológico da
Capela do Espírito Santo dos
Mareantes, Sesimbra

A decorrer...

FOTOGRAFIA
**PELA LENTE DE...
LUÍS QUINTA**

Fotógrafo e realizador de história natural, conhece os fundos marinhos de Sesimbra como poucos. Foi na Praia do Ouro, onde passava os verões, que um dia, incentivado pelo pai, fez o primeiro mergulho, com óculos e respirador. Quase meio século depois, Luís Quinta desvenda alguns dos encantos do mar de Sesimbra nesta exposição de grande formato.

Avenida 25 de Abril,
Marginal de Sesimbra



13 JAN A 7 FEV
DOCUMENTAL
CELEBRAR A PAZ!
Átrio e Piso 1, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Todos queremos viver em Paz! Todos devemos celebrar a Paz! Mas o que significa a palavra Paz? Como a Paz evoluiu ao longo da história? Como a Paz foi representada na pintura, na música ou no cinema? As perguntas enunciadas encontrarão algumas respostas nos relatos documentais, que integram a exposição Celebrar a Paz!, cuja concretização envolveu professores e estudantes do departamento de História da Universidade de Évora, e com o apoio dos centros de investigação da Universidade de Évora: CIDEHUS, CHAIA e do Polo do IHC NOVA.



SABORES DA NOSSA TERRA

As bancas da venda de produtos locais Sabores da Nossa Terra apresentam, todos os sábados e domingos de manhã, as melhores frutas, legumes, doçaria, pão e queijo. Nesta época, são as coloridas e viçosas couves, cenouras, nabos, laranjas e tangerinas, que enchem de cor a Moagem de Sampaio. Para além das frutas e legumes da época, é possível ainda encontrar o Pão Caseiro de Sesimbra Cozido em Forno a Lenha, o queijo da Azoia, a Farinha Torrada, as Tamarinas e doçaria

variada. Criada no verão de 2013, esta venda tem como objetivo incentivar os pequenos produtores a prosseguirem as 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. Os Sabores da Nossa Terra são organizados pela Câmara Municipal em colaboração com cerca de uma dezena de produtores locais.

LISTA DE PRODUTORES

HORTOFRUTÍCOLAS

José Marques, Sidónio Rocha e Victor Marinheiro

PÃO E BOLOS

Espigas - Maria Luís | Tia Cininha - Délia Cicinea Ezequiel

BOLOS

Delícia da Aiana - Mónica Lobo

QUEIJOS

Sabino Rodrigues - Queijos da Azoia | Queijos Azoia D'Avó Inês

NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA CAPELA DO ESPÍRITO SANTO DOS MAREANTES

O painel Nossa Senhora da Misericórdia, da autoria do pintor régio Gregório Lopes, é uma das obras mais importantes do valioso espólio de arte sacra do Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes. A pintura foi alvo de trabalhos de conservação e restauro em 2014, no âmbito das comemorações dos dez anos de abertura ao público do espaço. Cedida pela Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra, tem um valor imenso

por ser uma das mais antigas representações em Portugal sobre a Nossa Senhora da Misericórdia e por ser a mais notável tanto pela realização pictórica como pela dimensão. No dia 30, às 16 horas, está prevista uma visita acompanhada, onde as personagens deste quadro vão contar a sua história (ver pág. 49). Diogo Pires-o-Velho ou o Mestre da Loureirinha são outros dos grandes autores da escultura e pintura nacionais com obras expostas na Capela, totalmente recupe-

rada pela Câmara Municipal em 2004. Para além da área expositiva, no primeiro andar, o edifício quinhentista guarda no piso inferior o primitivo hospital medieval. Considerado um dos exemplos de hospitais desta época mais bem conservados da Europa, podem ser observados grafitos parietais de embarcações, cujas tipologias se enquadram nos séculos XVI-XVIII, e que são testemunhos importantes da vivência marítima sesimbrense.

terça a domingo, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h
Informações: 21 223 11 34 / capela@cm-sesimbra.pt
Rua Cândido dos Reis, n.º 17, Sesimbra



MUSEU MARÍTIMO DE SESIMBRA

TERÇA A DOMINGO
DAS 9.30 ÀS 13 E DAS 14.30 ÀS 18H
Fortaleza de Santiago, Sesimbra

No Museu Marítimo de Sesimbra é possível conhecer a ligação de Sesimbra ao mar e à pesca, cujas evidências históricas nos transportam até há 5 mil anos. De forma organizada e sistematizada, as novas

tecnologias convivem, lado a lado, com o saber dos homens do mar. Depois de devidamente enquadrado, o visitante poderá circular pelos vários espaços e optar por organizar a sua própria visita.

DIA 30 | SEX | 16H

VISITA
ACOMPANHADA

CONHECER E VALORIZAR A ARTE

E se as personagens do quadro Nossa Senhora da Misericórdia, de Gregório Lopes, nos contassem a sua história... Participe nesta visita acompanhada, onde os personagens se interligam numa rede de estórias que fizeram a própria História.

Limite: 15 participantes
Inscrições: até às 17h de dia 29
(21 014 92 24 / cristina.conceicao@cm-sesimbra.pt)

Capela do Espírito Santo
dos Mareantes, Sesimbra

a decorrer...

TODOS OS DIAS
DAS 7 ÀS 19H

CIRCUITO MUSEOLÓGICO DO CASTELO DE SESIMBRA

O circuito museológico, que tem início junto à Igreja, dá a conhecer os principais aspetos de interesse do monumento, como as Covas do Pão, a Alcáçova, a Casa da Vereação, a Porta da Azoia, a Cisterna ou o Baluarte. Para apoiar os visitantes existe um painel informativo na praça central.

Castelo de Sesimbra

TERÇA A DOMINGO
DAS 10 ÀS 13.30
E DAS 14.30 ÀS 17H

IGREJA DE NOSSA SENHORA DO CABO ESPICHEL

Mandado construir em 1701 por iniciativa de D. Pedro II, devoto de Nossa Senhora do Cabo, o edifício de risco sóbrio e "estilo chão" poderá ter sido concebido por João Antunes, célebre arquiteto e decorador régio.

Santuário do Cabo Espichel

QUARTAS | 14 ÀS 17H

VISITAS GUIADAS

FAROL DO CABO ESPICHEL

Construído em 1790, o Farol do Cabo Espichel é um dos mais antigos do país. Estas visitas dão a conhecer a história e missão do edifício e as funções dos faroleiros. O ponto alto desta "viagem" é a subida à mítica torre do farol, onde se pode observar o mar de uma perspetiva única. As visitas são gratuitas e têm a duração de 45 minutos. Para quem quiser visitar o Farol noutros dias, pode fazer o agendamento pelo e-mail dfarois.rp@amn.pt, e tem um custo de 4,5 euros por visitante (os estudantes não pagam).

Org.: Direção de Faróis - Autoridade Marítima Nacional



QUARTA A DOMINGO

NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA MOAGEM DE SAMPAIO

DAS 9 ÀS 13

E DAS 14.30 ÀS 17.30H

Informações: 21 228 85 00 /
museu@cm-sesimbra.pt

Estrada Nacional 379,
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.

PR3 SSB – CHÃ DOS NAVEGANTES

ARRÁBIDA WALKING TRAILS

A Rechã, uma zona aplanada, que proporciona paisagens únicas de calcário talhado pelo mar, e o Forte de São Domingos da Baralha, uma pequena fortificação do século XVII, que embora em ruína mantém ainda o imponente pano de muralha do forte, a porta, a antiga cisterna e a capela, são os grandes atrativos desta pequena rota, que começa e termina no Cabo Espichel. A flora e a fauna única deste local

também prendem o olhar de quem se aventura por este trilho. A corriola e o trovisco do Espichel são duas espécies de flora endémicas presentes no Parque Natural da Arrábida, e que apresentam toda a sua distribuição mundial apenas nesta zona. Ao longo do trajeto, é ainda possível observar exemplares de zimbro das areias. As arribas costeiras são também um importante local de nidificação para várias espécies. O falcão peregrino e a águia

de Bonelli são duas das rapinas que se podem observar. O PR3 Chã dos Navegantes faz parte da Rede de Percursos Pedestres da Arrábida, também conhecida como Arrábida Walking Trails, criada para dar a conhecer a beleza natural e a riqueza histórica do Parque Natural da Arrábida, inserido nos concelhos de Palmela, Sesimbra e Setúbal. A rede inclui ainda a Grande Rota da Arrábida, com cerca de 60 quilómetros, que liga Setúbal ao Cabo Espichel.



Início e fim
38°25'12.9"N 9°12'29.5"W

Recomendações
Utilização de calçado confortável e com boa tração (sapatilhas ou botas), roupa adequada à estação do ano, chapéu, água e lanche. Nesta altura do ano, devem ser tomadas precauções em dias de pluviosidade elevada e nevoeiro.



DIA 3 | SÁB | 10H

PASSEIO PEDESTRE CHÃ DOS NAVEGANTES

Destinatários: maiores de 10
Preço: 20 € (menores de 11 anos,
inclusive, desconto de 50%)
Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrições: até dia 2 (21 084 89
19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro:
Santuário do Cabo
Espichel

Org.: Vertente Natural

Testemunho da nossa história marítima, neste percurso iremos explorar as ruínas do Forte da Baralha, que desde o séc. XVII integrou o complexo de defesa contra corsários e piratas que assaltavam a costa da Arrábida. Podemos ainda visualizar, nesta calma enseada, uma estrutura utilizada como apoio pelas tripulações das embarcações na sua passagem pelo local, ou de partida para as suas viagens.

DIA 3 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JEEP
E PEDESTRE

ROTA DOS DINOSSAUROS E PRAIAS SELVAGENS

Preço: 32,5 € (até 12 anos, 50% desconto)
Duração: 5 horas
Grau de dificuldade: baixo
Inscrições: até dia (96 478 49 24/
hello@lookaroundtours.com)

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Look Around Tours

DIA 3 | SÁB | 9.30H

PASSEIO DE KAYAK

PRAIA DO RIBEIRO DO CAVALO E GRUTA DA BOCA DO TAMBORIL

Preço: 35 €
Duração: 3,5 horas
Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrição: até dia 2 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life

DIA 3 | SÁB | 9.30 ÀS 15H

VISITA

GRUTA DA FURADA

Destinatários: maiores de 12 anos
Grau de dificuldade: médio
Preço: 30 €
Inscrições: até dia 2 (https://
arrabidasubterranea.arrabida.org/
96 858 56 82)

Ponto de encontro: Azoia

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 4 | DOM | 9H

PASSEIO PEDESTRE TOPO DA SERRA DO RISCO

Preço: 25 €
Duração: 6 horas
Grau de dificuldade: médio/alto
Inscrições: até dia 1 (96 478 49 24/
hello@lookaroundtours.com)

Ponto de encontro: Café
Manuel Graça (Pedreiras)

Org.: Look Around Tours

DIA 4 | DOM | 9.30H

VIA FERRATA

CAMINHO DO MAR

É um percurso em paredes rochosas, preparado com escadas, cabos, pitões, entre outros apoios, destinado a facilitar a progressão e otimizar a segurança dos participantes. O Caminho do Mar é um percurso equipado, que permitirá aos participantes, uma vez equipados adequadamente, conhecer, descobrir e explorar a riqueza natural da região em total segurança e perfeita harmonia com a natureza.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €
Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio/alto
Inscrições: até dia 3 (21 084 89 19/
info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro:
Povoação dos Pinheirinhos

Org.: Vertente Natural

DIA 4 | DOM
9.30 ÀS 15.30H

PERCURSO PEDESTRE RAPEL DA BALEEIRA

Percurso empolgante realizado em rapel, com uso de cordas e técnicas usadas em espeleologia.

Destinatários: maiores de 12 anos
Grau de dificuldade: médio/alto
Preço: 30 €

Inscrições: até dia 3 (https://
arrabidasubterranea.arrabida.org /
96 858 56 82)

Ponto de encontro: Azoia

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 4 | DOM | 9.30H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DO CABO ESPICHEL

com visita às pegadas
de dinossauros

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

Duração: 3,5 horas
Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrição: até dia 3 (sesimbrasafari@gmail.com /
93 600 57 43)

Ponto de encontro: Local
a combinar

Org.: Sesimbra Safari

DIA 7 | QUA
9.30 ÀS 15H

PERCURSO PEDESTRE ALDEIA DAS PEDREIRAS - TERRAS DO RISCO

Viagem pelas formas e relevos da Arrábida, pelas suas transformações e evoluções. Um percurso deslumbrante pelas relações entre Serra, tempo e os elementos.

Destinatários: maiores de 10 anos
Grau de dificuldade: fácil
Preço: 15 €

Inscrições: até dia 16 (https://
arrabidasubterranea.arrabida.org/
96 858 56 82)

Ponto de encontro: Pedreiras

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 10 | SÁB | 9.40H

PASSEIO DE BARCO

OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS

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

Duração: 2 horas
Grau de dificuldade: baixo
Inscrição: até dia 9 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life



DIA 6 | TER | 9.40H

PASSEIO DE BARCO

O TESOURO DO REI: MISTÉRIOS DO CABO ESPICHEL

Preço: 45 € (crianças até 12
anos, 25 €)

Duração: 2 horas
Grau de dificuldade: baixo
Inscrição: até dia 4 (activities@
arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life



DIA 10 | SÁB | 9H
PASSEIO PEDESTRE
PASSEIO PEDESTRE À LAPA DA COVA
Preço: 25,50 €
Duração: 4 horas
Grau de dificuldade: alto
Inscrições: até dia 6 (96 478 49 24 / hello@lookaroundtours.com)
Ponto de encontro: local a combinar
Org.: Look Around Tours

DIA 10 | SÁB | 10H
ESPELEOLOGIA
LAPA DA FURADA
Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 34 €
Duração: manhã
Grau de dificuldade: médio
Inscrições: até dia 9 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)
Ponto de encontro: junto ao campo de futebol do GDU Azoia
Org.: Vertente Natural

DIA 11 | DOM | 9H
PASSEIO PEDESTRE
COSTA OESTE SELVAGEM
Preço: 35 €
Duração: 4/5 horas
Grau de dificuldade: médio
Inscrições: até dia 7 (96 478 49 24/hello@lookaroundtours.com)
Ponto de encontro: local a combinar
Org.: Look Around Tours

DIA 11 | DOM | 9H
PASSEIO DE JIPE E PEDESTRE
ROTA DA ARRÁBIDA, AZEITÃO E PROVA DE VINHOS
Preço: 60 € (crianças até 12 anos, 40 €)
Duração: 4 horas
Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrição: até dia 10 (sesimbrasafari@gmail.com / 93 600 57 43)
Ponto de encontro: Local a combinar
Org.: Sesimbra Safari

DIA 11 | DOM 9.30 ÀS 14.30H
PERCURSO PEDESTRE
TERRAS DO RISCO
Este percurso leva-o por diferentes elementos e formas da Serra, por planícies e sumidouros, culminando numa pequena gruta formada pela água da chuva e pelo tempo.

Destinatários: maiores de 10 anos
Grau de dificuldade: fácil
Preço: 15 €
Inscrições: até dia 10 (https://arrabidasubterranea.arrabida.org / 96 858 56 82)
Ponto de encontro: Km 5 Terras do Risco
Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 11 | DOM | 10H
PASSEIO PEDESTRE
MARMITAS DE GIGANTE
Um passeio pedestre para descobrir o poder da natureza do Parque Natural da Arrábida. As Marmitas de Gigante, criadas pela erosão do Ribeiro do Risco através de um fenómeno raro, formam um lugar de paz e beleza impar.

Destinatários: maiores de 8 anos
Preço: 20 € (menores de 11 anos, 50 % de desconto)
Duração: manhã
Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrições: até dia 10 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)
Ponto de encontro: Café Graciano, Pedreiras
Org.: Vertente Natural

DIA 14 | QUA | 9.30 ÀS 13H
PERCURSO PEDESTRE
VALE DAS LAPAS
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: baixo
Destinatários: maiores de 10 anos
Inscrições: até dia 13 (96 858 56 82 / https://arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda/)
Ponto de encontro: Azoia
Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 17 | SÁB | 9H
PASSEIO PEDESTRE
PASSEIO PEDESTRE ATÉ AO TOPO DA SERRA DA ARRÁBIDA
Preço: 35€
Grau de dificuldade: médio/alto
Inscrições: até dia 12 (96 478 49 24/hello@lookaroundtours.com)
Ponto de encontro: local a combinar
Org.: Look Around Tours

DIA 17 | SÁB | 9.30H
VIA FERRATA
CAMINHO DO MAR
Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €
Grau de dificuldade: médio/alto
Inscrições: até dia 16 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)
Ponto de encontro: Povoação dos Pinheirinhos
Org.: Vertente Natural

DIA 17 | SÁB 9.30 ÀS 15H
VISITA
LAPA VERDE
Gruta de acesso com recurso a técnicas de progressão com cordas.
Destinatários: maiores de 12 anos
Grau de dificuldade: alto
Preço: 40 €
Inscrições: até dia 16 (https://arrabidasubterranea.arrabida.org / 96 858 56 82)
Ponto de encontro: Portinho da Arrábida
Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 18 | DOM | 9H
PASSEIO CULTURAL / VINÍCOLA
ARRÁBIDA CULTURAL NA REGIÃO DOS 3 CASTELOS
Preço: 80 €
Duração: 5 horas
Grau de dificuldade: baixo
Inscrições: até dia 13 (96 478 49 24/hello@lookaroundtours.com)
Ponto de encontro: local a combinar
Org.: Look Around Tours



DIA 10 | SÁB 9.30 ÀS 16H
VISITA
GRUTA DA UTOPIA
Preço: 40 €
Grau de dificuldade: alto
Destinatários: maiores de 12 anos
Inscrições: até dia 9 (https://arrabidasubterranea.arrabida.org / 96 858 56 82)
Ponto de encontro: Pinheirinhos
Org.: Arrábida Subterrânea

Aventura e conhecimento conjugados numa viagem à gruta mais profunda de toda a cadeia montanhosa da Arrábida, com muitas salas de grande beleza e com uma grande riqueza de espeleotemas ou formações.



DIA 17 | SÁB | 8.40H BATISMO DE BIRDPAT- CHING

Preço: 25 € (crianças até 12 anos, 15 €)

Inclui: guia especializado, binóculos, piquenique com produtos regionais e seguro

Duração: 2,5 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrição: até dia 15 (info@aquarama.pt / 96 526 31 57)

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Aquarama

DIA 18 | DOM | 9H

PASSEIO DE JIPE
E PEDESTRE

ROTA DA ARRÁBIDA COM VISITA À LAPA DE SANTA MARGARIDA

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

Duração: 3,5 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrição: até dia 17

(sesimbrasafari@gmail.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

DIA 18 | DOM
9.30 ÀS 13.30H

VISITA

GRUTA DO MÉDICO

Destinatários: maiores de 12 anos

Grau de dificuldade: fácil

Preço: 25 €

Inscrições: até dia 17

(https://arrabidasubterranea. arrabida.org / 96 858 56 82)

Ponto de encontro: Portinho
da Arrábida

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 18 | DOM | 10H

PASSEIO PEDESTRE FOJO E A HISTÓ- RIA DO RISCO

Um passeio pelo Fojo, entre a Serra da Arrábida e a Serra do Risco. Um lugar de magníficas paisagens escarpadas e vales, onde a flora autóctone está bem presente. Visitaremos antigas pedreiras manuais de Brecha da Arrábida e antigos casais agrícolas, situados nas terras do risco, num percurso pela beleza de duas serras únicas.

Destinatários: maiores de 6 anos
Preço: 20 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50 %)

Duração: manhã

Grau de dificuldade: baixo/médio

Inscrições: até dia 17 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro:
Serra da Arrábida

Org.: Vertente Natural

DIA 21 | QUA | 9.30 ÀS 15H

PERCURSO PEDESTRE ARGÉIS – ENSEADA DA COVA

Os aspetos do carso litoral atingem magnificência ao longo de todo o percurso, a plataforma de abrasão marinha da Meia Velha assim como a arriba da Serra do Risco.

Destinatários: maiores de 10 anos

Grau de dificuldade: fácil

Preço: 15 €

Inscrições: até dia 19 (https://arrabidasubterranea. arrabida.org / 96 858 56 82)

Ponto de encontro: Argéis

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 24 | SÁB | 9.40H

PASSEIO DE BARCO OBSERVAÇÃO DE GOLFINHOS

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

Duração: 2 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrição: até dia 23 (activities@arrabidalife.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra

Org.: Arrábida Life

DIA 24 | SÁB | 10H

PASSEIO PEDESTRE TOPO DA ARRÁBIDA

Passeio pedestre ao Formosinho, o ponto mais alto da Serra da Arrábida, com identificação de fauna e flora.

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 21,25 €

Grau de dificuldade: alto

Inscrições: até dia 23 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro: Casais
da Serra (Serra da Arrábida)

Org.: Vertente Natural

DIA 25 | DOM | 9.30H

VIA FERRATA CAMINHO DO MAR

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 45 €

Duração: manhã

Grau de dificuldade: médio/alto

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

Ponto de encontro:
Povoação dos Pinheirinhos

Org.: Vertente Natural

DIA 26 | SEG | 9.45H

PASSEIO DE BARCO VISÃO SUBMARINA E EDUCAÇÃO AMBIENTAL DO PARQUE MARINHO

Preço: 27 € (crianças até 12 anos, 17 €)

Inclui: guia especializado, jogo para crianças e seguro

Duração: 2 horas

Grau de dificuldade: baixo

Inscrição: até dia 25 (info@aquarama.pt / 96 526 31 57)

Ponto de encontro: Porto
de Abrigo de Sesimbra

Org.: Aquarama

DIA 28 | QUA | 9.30H

PERCURSO PEDESTRE CHÃ DOS NAVEGANTES

Um percurso por soberbas arribas quase a pique sobre o mar, pequenas enseadas, lapiás em agulha, arribas escavadas pelo mar, grutas e covas marinhas – formações típicas de carso costeiro.

Destinatários: maiores de 10 anos

Grau de dificuldade: fácil

Preço: 15 €

Inscrições até dia 27 (https://arrabidasubterranea. arrabida.org / 96 858 56 82)

Ponto de encontro: Azoia

Org.: Arrábida Subterrânea



DIA 25 | DOM | 9H

PASSEIO DE BICICLETA DO CASTELO AO CABO ESPICHEL

Preço: 65 € (crianças até 12 anos, 40 €) -Inclui: monitorização da equipa Sesimbra Safari, bicicleta elétrica, snack e seguro

Grau de dificuldade:
baixo/médio

Inscrição: até dia 24
(sesimbrasafari@gmail.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro:
local a combinar

Org.: Sesimbra Safari



DIA 31 | SÁB | 9.30 ÀS 15H

VISITA A GRUTA

COMPLEXO CAVERNÍCOLA DA AZOIA

Preço: 20 €

Grau de dificuldade: baixo
Destinatários: maiores de 10 anos

Inscrições: até dia 1 (96 858 56 82 / <https://arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda/>)

Ponto de encontro: Azoia

Org.: Arrábida Subterrânea

O Complexo Cavernícola da Azoia e as inúmeras cavidades aí presentes registam uma forte presença humana. Esta é uma viagem aos inícios do período histórico na região contado pelas grutas.

DIA 31 | SÁB | 9H

PASSEIO DE JIPE E PEDESTRE

ROTA CHÃ DOS NAVEGANTES

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

Inclui: monitorização da equipa Sesimbra Safari, jipe e seguro
Duração: 3 horas

Grau de dificuldade: baixo/médio
Inscrição: até dia 30 (sesimbrasafari@gmail.com / 93 600 57 43)

Ponto de encontro: local a combinar

Org.: Sesimbra Safari

DIA 31 | QUA | 10H

ESPELEOLOGIA

LAPA VERDE

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 40 €

Duração: manhã
Grau de dificuldade: médio
Inscrições: até dia 30 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

Ponto de encontro: Café Mafalda, Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

A decorrer...

PASSEIOS DE BARCO

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 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

PASSEIOS DE BARCO

9 ÀS 13 OU 14 ÀS 18H

Praias Selvagens

Valor: 40 € (até aos 12 anos: 35 €)

Observação de Golfinhos

Valor: 45 € (até aos 12 anos: 35 €)

9.30 ÀS 17.30H

Dia a Bordo

Sesimbra Vista do Mar

Duração: 8h
Inscrições: até 24h antes, mediante disponibilidade (91 468 93 35 / 96 937 96 34 / Oavojavai@gmail.com)
Informações: <https://oavojavai.wixsite.com/oavojavai>

Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: O Avô já Vai

DIAS 3, 10, 17, 24 E 31 SÁB | 10.30H

YOGA

Carla Shivanni, certificada por Yoga Alliance Professionals

Destinatários: maiores de 16 anos
Valor: 5 €

Inscrições: até dia 2, 9, 16, 23 e 30 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Espaço Zambujal

Org.: Espaço Zambujal – JF Castelo

DIA 25 | DOM | 11H

DOMINGO, ÀS ONZE, NO MUSEU...

CÍRCULO DE SOM Fátima Parada

Tendo por base o equilíbrio dos diferentes corpos, físico, mental, emocional e espiritual, a vibração e som das taças Tibetanas e outros instrumentos, vêm promover a conexão, a paz e tranquilidade, através de exercícios de respiração, meditação e relaxamento.

Limite: 40 participantes
Inscrições: até dia 22 (servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

Capela de São Sebastião, Sesimbra



DIA 11 | DOM | 11H

DOMINGO, ÀS ONZE, NO MUSEU...

IOGA E SOUND HEALING

Ana Maria e Renato Veríssimo

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Deixamos o convite para um momento de profundo equilíbrio entre a ligação da mente e corpo através da prática de exercícios respiratórios, posturas, relaxamento e meditação guiados por uma série de ligações energéticas através de instrumentos musicais. Esta união, entre o yoga e o sound healing ao vivo, permite uma profundidade no bem-estar de ambas as práticas!



LOOP GATE FEST 2026

EDIÇÃO CINEMA COM ANA CUNHA

Em 2026, o Loop Gate Fest é dedicado ao cinema. Desenvolver habilidades práticas em produção cinematográfica, aprender a criar uma história convincente e estruturada para uma curta-metragem, de ficção ou documental, entendendo os processos de pré-produção, produção e pós-produção através do trabalho em equipa, são os objetivos da formação, dinamizada pela diretora de casting, realizadora e atriz Ana Cunha. O cinema assume-se como uma ferramenta de inclusão, pois permite que jovens com diferentes perfis, capacidades e interesses possam participar, seja na escrita, realização, fotografia, som, interpretação ou

edição, sendo que o trabalho em equipa reforça competências socioemocionais como escuta ativa, tomada de decisão partilhada, sensibilidade intercultural e respeito pela diversidade. O Loop Gate Fest é um projeto de formação artística, implementado todos os anos pela Câmara Municipal de Sesimbra, para promover o contacto dos jovens com várias disciplinas artísticas. O objetivo é criar um espaço onde cada um se possa expressar artística e livremente, sem pressão, apenas pelo prazer de explorar e encontrar o seu contributo numa área com muitas opções, culminando com uma apresentação final, que este ano está agendada para 10 de abril.



Destinatários: jovens dos 16 aos 35 anos, residentes no concelho de Sesimbra (a participação de jovens, entre os 12 e os 16 anos, é possível, mas sujeita a análise e disponibilidade de vagas)

Limite: 15 participantes

Informações: info.juventude@cm-sesimbra.pt ou 93 998 25 96

INSCRIÇÕES ABERTAS ATÉ DIA 8



DIA 6 | TER | 15.30H
AQUI HÁ ESTÓRIA

NO MOMENTO PERFEITO

de Susanna Isern e Marco Somà
por Sofia Delfino

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Polo de Leitura da Quinta do Conde

O esquilo recebeu uma carta...
De quem será?
De que assunto tratava a carta?

DIA 3 | SÁB | 9.30 ÀS 12.30H O CICLISMO VAI AO PARQUE

Aprender a andar de bicicleta, praticar o equilíbrio, ganhar confiança ou simplesmente testar a destreza nas duas rodas são alguns dos objetivos do projeto, inspirado pela iniciação ao ciclismo, dinamizada pela Federação Portuguesa de Ciclismo. Para quem quer praticar e ficar mais confiante é montada uma gincana, com um percurso em ziguezague, uma rotunda e uma rampa, para controlar o equilíbrio, a velocidade e a trajetória.

Destinatários: dos 5 aos 13 anos

Parque Augusto Pólvora

DIA 6 | TER | 16.30H ART&MANHAS OFICINA por Sofia Delfino

Lugar onde os artistas podem dar asas à sua imaginação, através da expressão plástica, dramática, musical e dos 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 7, 14, 21 E 28 QUA | 14.30H

BIBLIOTERAPIA ARTÍSTICA

TEXTOS SALPICADOS por Cristina Saraiva

Brincar com as palavras, pintá-las, desarrumá-las, arrumá-las e escondê-las são atividades que dão grande prazer e, é aí reside o segredo.

Destinatários: dos 11 aos 16 anos
Inscrições: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Espaço Coworking e espaço de Ateliê, Piso 2, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 8 | QUI | 11H ESPAÇO BEBETECA

DO BERÇO ATÉ À LUA... 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 acompanhados por um adulto

Polo de Leitura da Quinta do Conde



DIA 10 | SÁB | 11H
HORA DO CONTO

O LADRÃO DE NEVE

de Alice Hemming e Nicola Slater
por Graça Pólvora

Destinatários: famílias com crianças a partir dos 3 anos
Informações: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Numa certa manhã, o Esquilo acorda e vê tudo branco! A relva desapareceu as suas avelãs também e ele fica muito confuso. Será que existe um Ladrão de Neve que está a levar tudo? Junto com o seu amigo Pássaro, o

Esquilo começa a investigar. No final, ele descobre que ninguém roubou nada — é só o inverno que está a chegar. Juntos vamos perceber que o inverno não é um mistério assustador...



DIA 17 | SÁB | 15H
ATELIÊ

FLOCOS DE NEVE COM TINTA DE SAL!

pela voluntária **Sara Patrício**

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

Sala Infantojuvenil, , Biblioteca Municipal de Sesimbra

Uma proposta artística e científica perfeita para encantar as crianças! Nesta atividade, divertida e sensorial, as

crianças exploram a criação de flocos de neve utilizando uma tinta especial feita com sal, combinando arte e ciência.

DIA 9 | SÁB | 10.30H

BIBLIOTERAPIA
ARTÍSTICA

LIVROS COM COMPORTAMENTO

por **Cristina Saraiva**

As ações de ler e escrever ajudam-nos a formarmo-nos como pessoas, estruturam o nosso pensamento e ensinam-nos a comunicar de forma mais eficaz. Brincar com as palavras, pintá-las, desarrumá-las, arrumá-las e escondê-las são atividades que dão grande prazer e, é aí reside o segredo.

Destinatários: jovens e adultos

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

Polo de Leitura
da Quinta do Conde

DIA 17 | SÁB | 11H

ATIVIDADE SENSORIAL

SENTE O INVERNO

Serviço Educativo
do Museu

Nesta atividade sensorial, as crianças e as suas famílias são convidadas a explorar as sensações do Inverno através de experiências táteis, visuais e olfativas. Vamos sentir o frio, ouvir o vento, observar as cores do inverno e descobrir materiais e texturas que lembram esta estação.

Destinatários: até aos 10 anos

Limite: 15 participantes

Inscrições: até dia 15 (servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

Sala Ativa, Fortaleza
de Santiago



DIA 18 | DOM | 11 E 12H

DOMINGO, ÀS ONZE, NO MUSEU...

MÚSICA PARA BEBÉS

por **Ana Rodrigues**

11 ÀS 11.45H - ATÉ AOS 2 ANOS

12 ÀS 12.45H - DOS 3 AOS 5 ANOS

Inscrição: até dia 15 (servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

Limite: 10 participantes

Capela de São Sebastião, Sesimbra

Sessão de exploração musical para bebés, através de melodias suaves, ritmos e interações sensoriais. Os bebés são convidados a descobrir o som, desenvolver a atenção e a relaxar.

O LIVRO DOS LIVROS

DE ANTONELLA GILARDI

Um livro que se transforma num teatro e depois noutro e noutro ainda é o centro fulcral da apresentação, as histórias encadeiam-se e sucedem-se enquanto mais

livros, de diferentes feitios e tamanhos, vão saindo do primeiro, desdobrando e desvendando personagens, cenografias e objetos. Os três contos, que compõem o espetáculo, pertencem à recolha de contos

tradicionais do Italo Calvino e têm o objetivo de aproximar as crianças à tradição oral europeia e à linguagem do teatro, nas suas formas de narração, objetos animados, teatro de sombras e de papel.

Destinatários: crianças e famílias
Inscrições: aguncheiras@gmail.com / 96 687 34 93
Preço: 5 €

Aguncheiras | Teatro, Casais de Azoia, Sesimbra

Org.: Cooperativa Espaço das Aguncheiras

DIA 17 | SÁB | 16H



DIA 20 | TER | 15.30H

AQUI HÁ ESTÓRIA...

URSO CAÇA-BORBOLETAS

de Susanna Isern e Marjorie Pourchet

por Sofia Delfino

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Polo de Leitura da Quinta do Conde

A amizade pode ser algo tão improvável e surpreendente. O autor dá-nos momentos

tão ricos e inspiradores, que nos faz olhar para o Mundo de uma forma renovada.

DIA 17 | SÁB | 11H

ESPAÇO BEBETECA

UM CONTO E DOIS PASSOS...

por Inês Santos

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

Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhados por um adulto
Informações: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 22 | QUI | 11H

ESPAÇO BEBETECA

DO BERÇO ATÉ À LUA...

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 acompanhados por um adulto

Polo de Leitura da Quinta do Conde



DIA 20 | TER | 16.30H

ART&MANHAS

OFICINA

por Sofia Delfino

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

Polo de Leitura da Quinta do Conde

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 e que ajudam a promover a imaginação, a curiosidade e as gargalhadas na criança.



ATLETISMO

40.º CORTA-MATO ESCOLAR CONCELHIO

A prova de Corta-mato Escolar Concelhio, que vai na sua 40.ª edição, tem tido ao longo dos anos uma relevância e um papel fundamental junto da comunidade escolar, promovendo uma competição que valoriza não apenas a

superação individual, mas também o respeito pelas regras e pelos adversários provenientes dos diversos estabelecimentos de educação e ensino do concelho. O Corta-mato Escolar Concelhio apura os atletas que representarão o conce-

lho no Corta-mato Escolar Distrital, agendado para 10 de fevereiro, em local a confirmar.

Considerado como boa prática em edições anteriores, a prova conta com o envolvimento da comunidade escolar e da Associação ADN.

Destinatários: alunos do concelho de Sesimbra desde o 1.º ciclo ao ensino secundário da rede pública assim como da rede privada

Parque Augusto Pólvora, Maçã



OS URSINHOS NA CAMA E A GRANDE TEMPESTADE

DE **PAUL BRIGHT E JANE CHAPMAN**

Três irmãos ursos, muito assustados procuram refúgio na cama dos pais. Um por um, eles vão para a cama dos pais, que acabam por ficar todos

muito apertados e sem espaço e também um pouco com medo das sombras e dos barulhos... Será que o Papá Urso é assim tão corajoso como parece?!

Destinatários: famílias com crianças a partir dos 3 anos
Informações: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt
Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 24 | SÁB | 11H



DIA 28 | QUA | 14.30H

HOJE TEMOS VISITAS... A AVÓ VEM À BIBLIOTECA CONTAR HISTÓRIAS

por Amélia Lopes

Destinatários: pré-escolar e 1.º ciclo do ensino básico
Inscrição prévia: 21 228 85 88 /
biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

As histórias contadas pelos avós fazem parte do imaginário de qualquer criança e são momentos de ternura e partilha que as acompanham por toda a vida. Participa nesta ação ouvindo os contos, lendas, histórias de vida e lengalengas que cativam até os ouvidos dos mais distraídos.

DIA 30 | SEX | 15H

SESSÃO DE
ESCLARECIMENTO/
WORKSHOP

VEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

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: dos 6 aos 12 anos
Inscrições: biblioteca.leitura.sesimbra@cm-sesimbra.pt

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DIA 31 | SÁB | 15H

ATELIÊ

PINGUINS!

pela voluntária Daniela Reis

Nesta atividade, as crianças vão criar e decorar divertidos pinguins utilizando cartolinas coloridas, algodão e muita imaginação. A proposta estimula a criatividade, a motricidade fina e o contacto com diferentes texturas de forma lúdica e divertida.

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

A decorrer...

SACOLAS COM DIREITOS

Criar hábitos de leitura em família é uma prática que traz benefícios multifacetados para o desenvolvimento das crianças. Cada Sacola com Direitos pode ser requisitada pelos leitores, que ficarão surpreendidos com o seu conteúdo!

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

SEGUNDA A SÁBADO CURSO DE INGLÊS

Certificado pelo Cambridge

Destinatários: crianças e jovens dos 6 aos 18 anos
Preço: a partir dos 65 €
Inscrições: 91 152 76 65 /
innestudos@gmail.com

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

TERÇAS | 18.30 ÀS 19.30H

MÚSICA ENTRE NÓS

CORO INFANTIL

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
Inscrições: 96 241 73 27 /
espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Lugar da Terra, Zambujal

Org.: JF Castelo

TERÇAS | 17 ÀS 18H

DANÇA PARA TODOS LABORATÓRIO DE DANÇA-TEATRO

com Bruno Cochat

Oficina artística multidisciplinar, sob orientação de Bruno Cochat, professor de Expressão Dramática do Conservatório Nacional, desde 2001.

Destinatários: dos 6 aos 12 anos
Informações: agora.lap@gmail.com
Valor: 35 € / mês ou 12 € / aula

Espaço Zambujal

Org.: AGORA | Laboratório de Artes Performativas | Apoio: JF Castelo

QUARTAS | DAS 15 ÀS 16H

CURSO DE PORTUGUÊS

PORTUGUÊS LÍNGUA NÃO MATERNA

Destinatários: crianças e jovens que desejem iniciar a aprendizagem do português como língua estrangeira, não sendo necessário qualquer conhecimento prévio da língua.

Preço: 50 €

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

Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação



SÁBADOS | 9 ÀS 13H

CENTRO MUNICIPAL DE ATIVIDADES NÁUTICAS

Vela, Canoagem e SUP

Destinatários: maiores de 6 anos
Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt / 93 998 02 22

Centro de Atividades Ambientais e Desportivas, Lagoa de Albufeira

As águas calmas e os ventos favoráveis da Lagoa de Albufeira oferecem condições excelentes para a prática destes desportos náuticos. Os participantes devem saber nadar e apresentar uma declaração de aptidão física. A aprendizagem é feita com um primeiro contacto com a embarcação, para interagir com o vento e o mar, e depois é focada nas noções básicas de regata.

contactos ÚTEIS

EQUIPAMENTOS E SERVIÇOS MUNICIPAIS

Arquivo Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 86 71
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
assembleiamunicipal@cm-sesimbra.pt
Horário: segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Balcão Único de Serviços

Tel.: 21 228 85 00
balcao.unico@cm-sesimbra.pt
Sesimbra

Rua da República, 3, 2970-741
Sesimbra
Horário: segunda a sexta, das 8
às 19, sábados, das 8.30 às 13h

Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal,
Av. Manuel de Arriaga
2975-337 Quinta do Conde
Horário: segunda a sexta, das 8
às 19, sábados, das 8.30 às 13h

Cotovia / Espaço Cidadão

Avenida João Paulo II, n.º 33
2970-835 Sesimbra
Horário: segunda a sexta, das 8 às 15h

Alfarim / Espaço Cidadão

Edifício Pinheiro Manso, n.º 24
Estrada Nacional 377
2970-004 Sesimbra
Horário: segunda a sexta, das 8 às 15h
BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93

Horário: segunda a sexta, das 14
às 19, 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
biblioteca.leitura.sesimbra@cm-
sesimbra.pt
Horário: terça a sexta, das 9 às 19h
(salas de leitura, de 1 AGO a 19 SET, das
9 às 13 e das 14 às 17.30h), 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
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
museu@cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a domingo,
das 7 às 19h

Visit Sesimbra no Castelo

Castelo de Sesimbra
Tel.: 21 268 07 46
turismo@cm-sesimbra.pt
Horário: terça a domingo, das 9.30 às
13 e das 14 às 17.30h
visitsesimbra.pt

Centro de Apoio à Empregabilidade e Formação

Junta de Freguesia da Quinta do Conde
Tel.: 21 014 92 09 / 93 998 27 74
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
caies@cm-sesimbra.pt
Horário: segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

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
veterinario@cm-sesimbra.pt
Horário: segunda a sexta,
das 9 às 12 e das 14.30 às 17h

Cineteatro Municipal João Mota

Avenida da Liberdade, 46
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 15
cineteatro@cm-sesimbra.pt
Informações e reservas: 21 223 40 34/
reservas.cineteatro@cm-sesimbra.pt
Horário: terça a sexta, das 9 às 19h,
sábado das 10 às 18h

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.
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
info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt
cm-sesimbra.pt/lagoapequena
Horário: quartas, sextas, sábados
e domingos, das 10 às 12.30 e das 14
às 18h30 (terceiro sábado
de cada mês abre às 7h)

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
espaco.zambujal@jf-castelo.pt
www.espaco-zambujal.blogspot.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

Gabinete Médico-veterinário Municipal

Posto Veterinário Municipal
Tel.: 21 228 85 62 / 93 998 20 40
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
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
museu@cm-sesimbra.pt
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

Forto do Cavalo
Tel.: 21 228 85 08
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
biblioteca.leitura.qtaconde@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
turismo@cm-sesimbra.pt
Horário: das 9.30 às 12.30 e das 13.30
às 17.30h
visitsesimbra.pt

Spot Jovem

Parque Augusto Pólvora, Maçã
Tel.: 21 228 86 35 / 93 998 25 96
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
geral@jf-quintadoconde.pt
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
geral@jf-castelo.pt
jf-castelo.pt

Junta de Freguesia de Santiago

Largo da Marinha, 26/27
2970-657 Sesimbra
Tel.: 21 228 84 10
geral@jf-santiago.pt
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
cpcj.sesimbra@cnpdpj.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 (Rodríguez 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)

Tel.: 21 228 85 00 (opção 3)

Polícia Marítima

Tel.: 91 849 80 53

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

Keek
FILM FEST

'26

21

a

25

de janeiro

Warm-up

17

de janeiro



Uma mostra de filmes sem deceções!

SESIMBRA.PT