

# S'A

SES!MBR'ACONTECE

223 · NOV'26

ENTREVISTA
ZÉ SERAFIM 06
14
Temporada
de Música
da Casa
de Ópera
do Cabo Espichel
TERESINHA LANDEIRO 26
ENCONTRO PATRIMÓNIOS E CULTURA MARÍTIMA
32
43 Pela Lente de Artur Pastor
SPARTAN 46
As Aves Invernantes da Lagoa 52
68 A QUINTA DOS ANIMAIS
Sesimbra Bilhete-Postal 74

# ÍNDICE

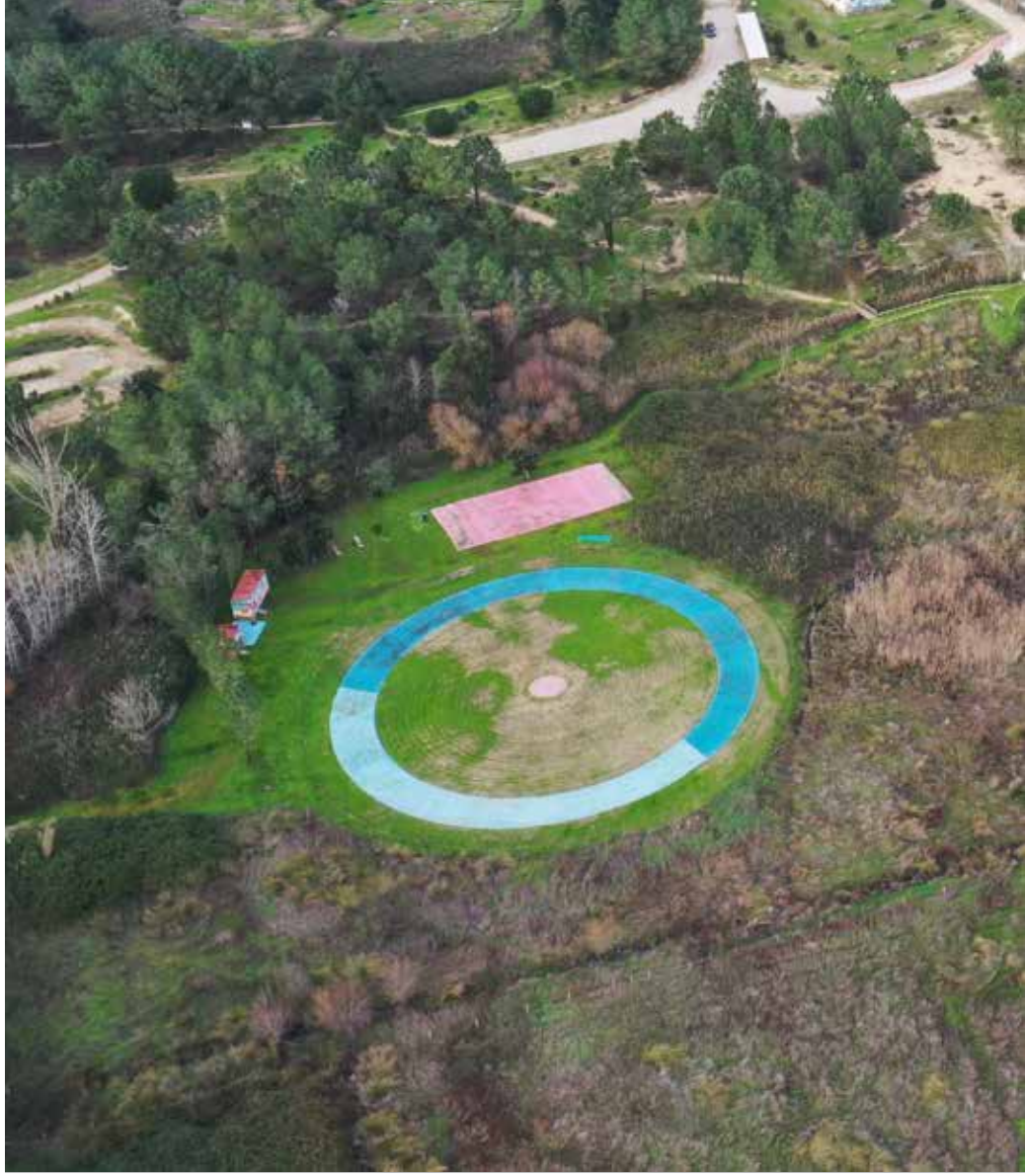
Contactos Úteis 78

Entrevista 06
temporada de Música da Casa de Ópera do Cabo Espichel 14
Música 26
Cinema 29
Conferências & tertúlias 32
Cursos & Oficinas 38
leituras 40
Exposições 42
feiras 44
Concurso 44
Visitas 45
desporto 46
ar livre 48
Corpo & Mente 55
turismo 56
juventude 58
Mais Novos 60

SESIMBRA

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

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



Parque da Várzea © Hugo Custódio

## 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** Hugo Vidal **Pré-impressão e impressão** Tipografia Belgráfica, Lda **Distribuição** Salto Cordial, Lda **Periodicidade** Mensal **Tiragem** 10000 exemplares **ISSN** 2182-6315 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

informação | participação | cidadania

# editorial



**Francisco Jesus** | Presidente da Câmara Municipal

# Um Concelho com Memória e Futuro

Há muitas formas de conhecer Sesimbra. Podemos descobri-la através da Temporada de Música da Casa de Ópera do Cabo Espichel, uma iniciativa que, ao longo dos anos, se afirmou como uma referência da programação cultural do concelho e um importante contributo para a formação de públicos e para a valorização do património. Inspirada na memória da antiga Casa de Ópera do Cabo Espichel, que acolheu espetáculos frequentados pela corte e por algumas das mais prestigiadas companhias da época, a iniciativa associa criação artística, valorização patrimonial e acesso à cultura. Ao longo das suas várias edições, tem aproximado diferentes gerações da música e das artes e contribuído para afirmar Sesimbra como um território onde a cultura ocupa um lugar cada vez mais relevante.

Podemos encontrá-la também nas fotografias de Artur Pastor, que preservaram imagens da comunidade piscatória, dos seus modos de vida e da profunda relação da vila com o mar. Essa herança comum está igualmente presente no VI Encontro Patrimónios e Cultura Marítima, que volta a reunir especialistas, investigadores e instituições para debater a salvaguarda e divulgação de um património que continua a marcar a identidade do concelho.

O mar permanece um dos elementos centrais da nossa história e um dos mais importantes recursos de Sesimbra, assumindo-se simultaneamente como memória, património e oportunidade de desenvolvimento.

Podemos ainda percorrê-la através das praias e trilhos que acolhem a segunda edição da Spartan Sesimbra, um evento que projeta o concelho além-fronteiras e dá a conhecer a centenas de participantes e visitantes a singularidade da nossa paisagem, dos nossos recursos naturais e das condições únicas que fazem de Sesimbra um destino de excelência para a prática desportiva e para as atividades ao ar livre.

Mas há outra forma de conhecer Sesimbra: através das pessoas. A história do concelho faz-se também do percurso de homens e mulheres que, ao longo de décadas, contribuíram para preservar tradições, guardar memórias e transmitir conhecimentos às gerações seguintes.

São testemunhos que ajudam a compreender a evolução da comunidade e a valorizar o património humano que faz parte da identidade de Sesimbra.

A programação de novembro reflete esta ligação entre memória e futuro, reunindo iniciativas que promovem a cultura, valorizam o património, incentivam a participação da comunidade e projetam o concelho para novos públicos.

Convidamos todos a descobrir e a viver Sesimbra através destas propostas, contribuindo para fortalecer a ligação ao território, ao mar e às suas pessoas.

# ZÉ SERAFIM

## A HISTÓRIA CONTADA PELAS MÃOS



*Com a ajuda do Santo António concluiu a quarta classe. Foi pescador durante mais de 60 anos e foi rebocado por um tubarão com 5 metros. Pelo meio, subiu o Sesimbra à 2ª Divisão, e de peixe na grelha conheceu milhares de pessoas. Hoje, passa os dias a pintar cabaças. É feliz.*



*«Arrancá-lo de lá é o mais difícil. Tenho de o chamar para comer. Não é raro jantarmos após as 10 da noite, depois de limpar toda a tinta que traz espalhada pelas mãos e pelos braços e tomar banho. Está no seu mundo e até se esquece das horas».*

Em poucas palavras Isabel Malhado resume o quotidiano do marido, José Malhado, o "Zé Serafim" que, aos 84 anos, passa tranquilamente o tempo na cave a transformar pequenas cabaças e pedaços de madeira em fascículos da história de Sesimbra.

Nas paredes do seu "retiro" contam-se centenas de fotografias, umas mais, outras menos carcomidas pelo tempo, mas todas elas reveladoras de momentos, lugares e pessoas que com eles partilharam a estrada da vida, feita de altos e baixos, curvas e imprevistos.

Em contraste com aqueles registos maioritariamente monocromáticos sobressaem as cores garridas de incontáveis representações de antigas traineiras e barcas da armação feitas em contraplacado e aglomerado de madeira que se encontram dispersas pelo espaço. É pura arte bruta na sua expressão mais simples e honesta.

A compor a serenidade dos dias, a Rádio Amália, sempre presente, que o tranquiliza e embala na criação. «Não passo um dia sem ouvir fado», nota, enquanto mergulha um pincel numa lata de tinta verde. Na mão esquerda segura uma pequena cabaça que se prepara para pintar como tanta vez o fez quando era miúdo. Essas, bem maiores, serviam de boia para sinalizar a arte de pesca.

Em seu redor contam-se mais de cem cabaças coloridas penduradas em fios. É impossível não reparar nelas, apesar de diminutas. A seu tempo lançará à terra mais um punhado de sementes guardadas numa caixa, na expectativa de conseguir mais algumas cabaças no próximo ano. Até lá, tem pela frente mais de 50 de tamanhos e formas distintas, ainda a secar no quintal.

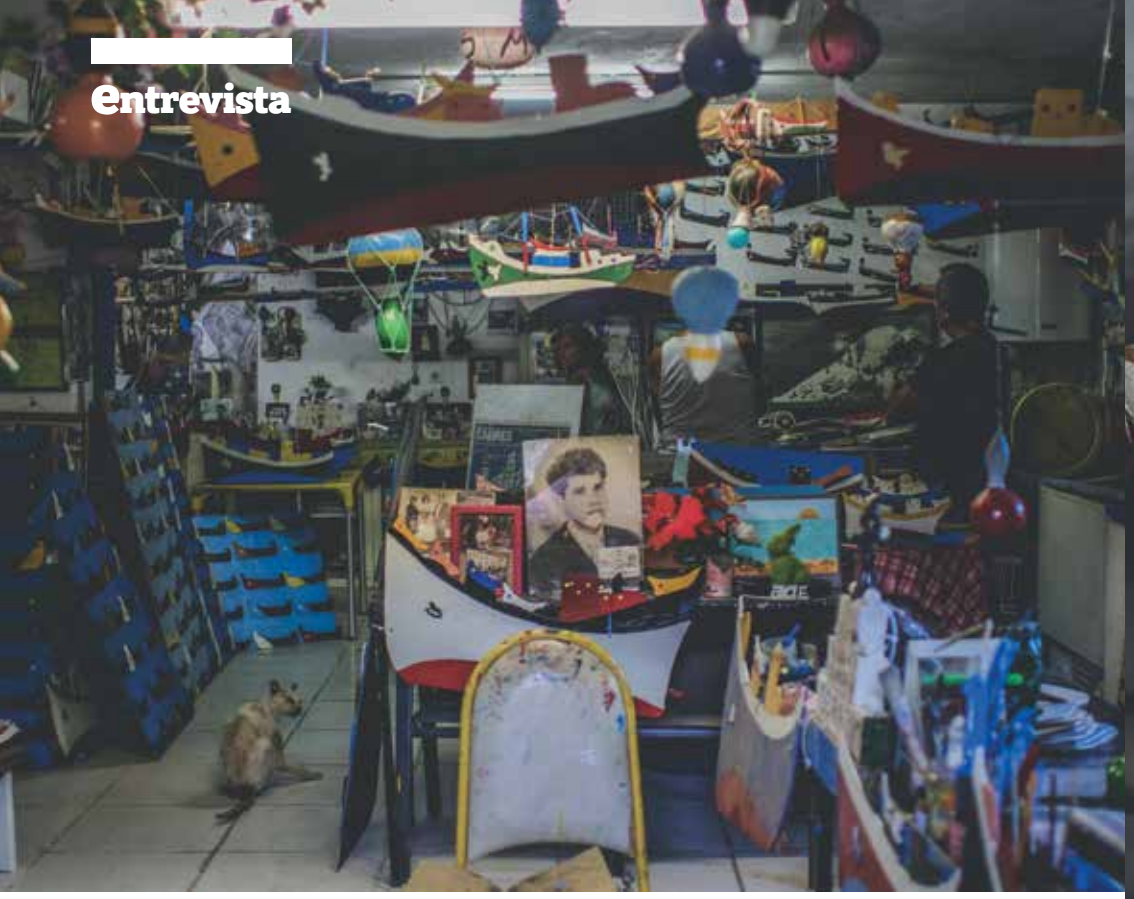
«Não sei pintar. Faço isto apenas porque me faz sentir bem. Ajuda-me a distrair, mas é também uma forma de manter a ligação ao mar, de que tenho tantas saudades», diz.

Não é para menos. Foram mais de 60 anos "na profissão para que foi escolhido" com apenas 12 anos, tal como muitos outros da sua geração. «Era onde havia alguma garantia de ganhar dinheiro para ajudar em casa», diz, lembrando que chegou a apanhar minhocas na praia para vender.



*«Com o dinheiro das minhocas comprava o bilhete para o cinema do João Mota junto à escola Conde de Ferreira, que custava 3 escudos», lembra, acrescentando que «às vezes dava também para uns bolinhos e pirulitos».*





Ainda muito jovem fez-se homem no mar com sacrifício e coragem. «É preciso gostar de ser pescador, pois nunca sabemos o que nos espera. Aliás, nem sempre é o vento ou o mar que nos apanham de surpresa», aludindo a um episódio que o marcou.

«Um dia, enquanto pescávamos albacoras na aiola de apoio à barca, um tubarão andava à nossa volta a caçá-las ao mesmo tempo. Ao vê-lo, eu e outro pescador que estava comigo lançámos uma pesca. A partir daí foi um carrossel. O peixe arrastou a aiola de tal forma que esta parecia movida a motor. Ficámos todos partidos mas acabámos por o conseguir apanhar depois de mais de uma hora de luta. Tinha para cima de 5 metros e mais de 500 quilos. Um gigante que metia respeito».

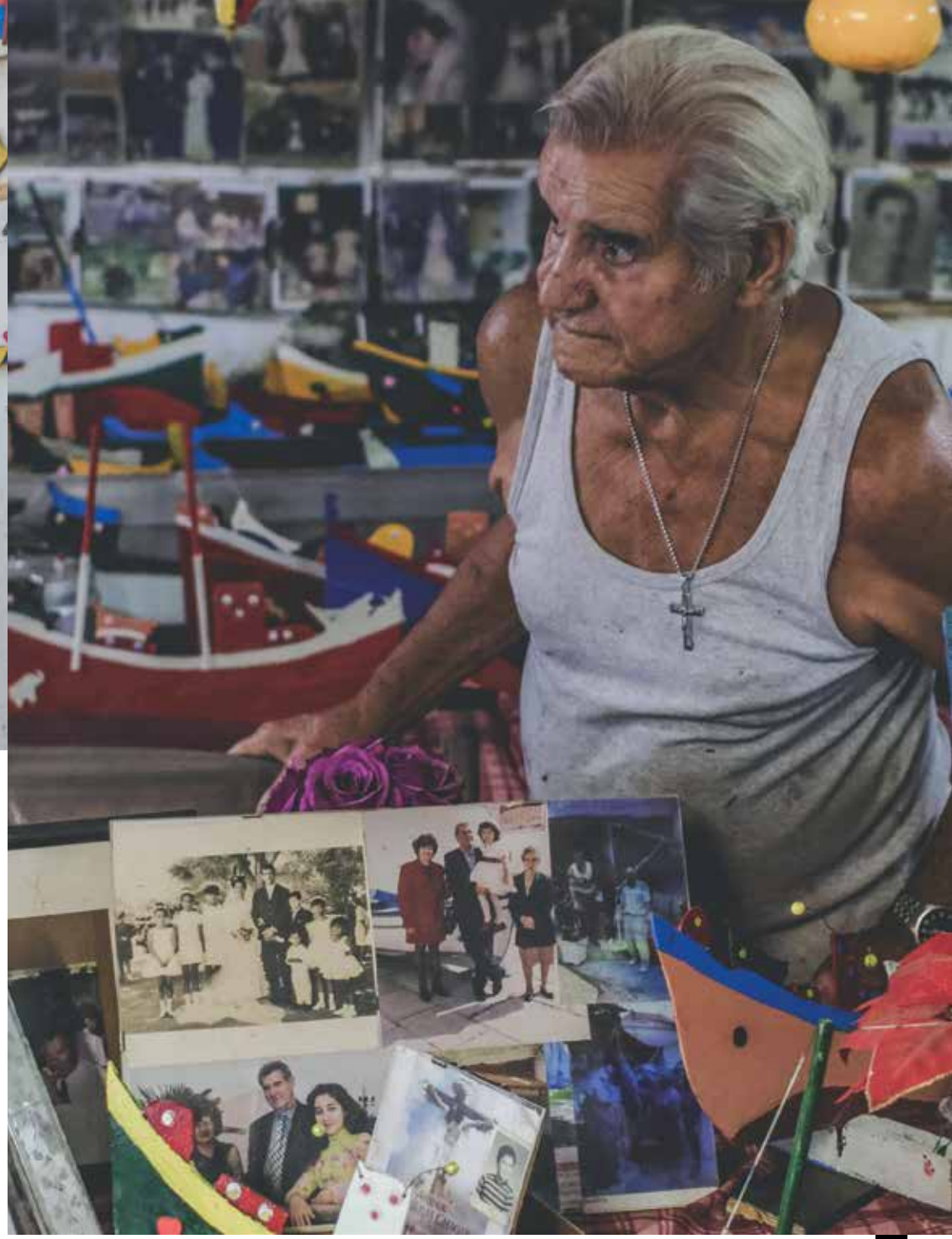
A necessidade de ganhar dinheiro deixou a escola para segundo plano. «Até cheguei a levar os livros e os cadernos para bordo, mas havia lá condições para estudar naquelas barcas? Nem sequer tínhamos um cantinho para comermos ou para nos abrigarmos do vento, do frio e da chuva».

Nem condições, nem cabeça, que na verdade estava destinada a outros voos. «Quando não estava a trabalhar só queria jogar à bola. Tudo servia para uma partida de futebol, fosse na praia, nas ruas, ou em campos improvisados, incluindo o adro da Igreja Matriz, onde estávamos sempre de olho no padre», refere.



*«Quando não estava a trabalhar só queria jogar à bola. Tudo servia para uma partida de futebol, fosse na praia, nas ruas, ou em campos improvisados, incluindo o adro da Igreja Matriz, onde estávamos sempre de olho no padre», refere.*





*«Ou continuava no futebol ou ajudava a minha mulher no restaurante. Trabalhava dia e noite», recorda.*

O jeito estava à vista, tanto que acabou por ser recrutado pelo Grupo Desportivo de Sesimbra, onde revela dotes de cabeceador exímio. Havia, porém, um problema: a inscrição obrigava a ter a 4.ª classe, o que não era o seu caso. Valeu-lhe a imagem de Santo António gravada nas notas de 20 escudos.

Em 1967, a equipa fez uma época extraordinária e subiu à 2.ª Divisão do Nacional de Futebol. Porém, nem teve tempo para se mostrar noutros palcos, porque nesse ano passou a explorar um estabelecimento de restauração no Porto de Abrigo. «Ou continuava no futebol ou ajudava a minha mulher no restaurante. Trabalhava dia e noite», recorda. Era o início de uma nova aventura deste casal que se prolongou por várias décadas. Em 2023, terminaram a atividade na restauração, onde conheceram gente de todo o mundo.

Desde então, passa os dias a fazer o que aprendeu a gostar. Cada peça, cada cabaça que transforma representa mais do que um objeto da sua extensa obra que vale a pena conhecer. São fragmentos de história, da sua, mas também de uma comunidade com mar a correr nas veias.



# TEMPORADA DE MÚSICA DA CASA DA ÓPERA DO CABO ESPICHEL

Há mais de dois séculos, o Cabo Espichel acolhia espetáculos que atraíam a corte e alguns dos mais prestigiados artistas da época. É dessa memória que continua a nascer uma das mais emblemáticas iniciativas culturais do concelho.

Construída em 1770, durante uma das mais importantes campanhas de renovação do Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel, promovida por D. José I, a Casa de Ópera do Cabo Espichel foi utilizada como espaço de lazer e apoio às peregrinações reais ao Santuário.

Nos seus tempos áureos, recebeu algumas das mais importantes companhias europeias. Há referências à sua utilização até ao início do século XX, mas, após o desabamento da cobertura, acabou por ser abandonada. Hoje, da sala que em tempos acolheu o rei e a corte restam apenas alguns vestígios.

Desde 2008, a memória deste espaço singular voltou a ganhar vida através da Temporada de Música da Casa de Ópera do Cabo Espichel, uma iniciativa que alia criação artística, valorização patrimonial e formação de públicos. Ao longo das suas várias edições, trouxe a Sesimbra alguns dos mais destacados intérpretes da música clássica e contemporânea, aproximando novos públicos de géneros e repertórios nem sempre acessíveis fora dos grandes centros urbanos.

Na edição de 2026, a Temporada volta a propor um percurso por diferentes linguagens musicais, cruzando ópera, música de câmara, recital de piano, música contemporânea e espetáculos para famílias. A programação reúne nomes como José Pedro Ribeiro, Yegor Zabelov e Francisco Sassetti, passa pelas bandas sonoras do cinema com os Solistas da Metropolitana e inclui propostas como a ópera *Eu Sou Alma* e a ópera infantil *O Barbeiro de Einstein*.

DE **20** A **29**


© Maria Madalena

**DIA 20 | SEX | 21.30H**

ÓPERA

# EU SOU ALMA

**Libreto: Diogo Faro | Música: João Malha**

Destinatários: maiores de 12 anos

Duração: 80 minutos

Bilhete: 10 € (descontos aplicáveis)

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

Alma é uma menina palestina. Vive em Gaza com os pais e os seus quatro irmãos, com quem brinca e vai à escola. Divertem-se muito, apesar de tudo. Alma sonha ser médica, para poder ajudar feridos e doentes, a realidade que é o seu entorno constante. Há 70 anos que Israel invade o seu país, aniquila o seu povo, encurrala a sua família. E agora os ataques de Israel intensificam-se, desde outubro de 2023. E de um momento para o outro, Alma está no escuro, com o peso do mundo em cima.


© Raúl Pinto

**DIA 21 | SÁB | 16H**

BANDAS SONORAS

# SOLISTAS DA METROPOLITANA

**Diana Tzonkova, violino, e Ercole de Conca, contrabaixo**

Destinatários: maiores de 3 anos

Duração: 60 minutos

Entrada gratuita

**Igreja de Nossa Senhora do Cabo Espichel**

As aventuras de Jack Sparrow, entre maldições e tesouros escondidos; o roubo de segredos na vertigem dos sonhos; a estranha memória de Jason Bourne; a Terra sob ameaças cósmicas; o sabre de luz dos Jedi; sede de justiça e de liberdade; paixões fatídicas; a ambição pelo poder; a memória do Holocausto; naufrágios; reinos mágicos onde os animais falam; a terra encantada dos hobbits e dos elfos; odisseias siderais; clamores de independência; capacidade de superação... Estas são ideias e imagens que poderão vir à mente quando estivermos a escutar este programa dos Solistas da Metropolitana. Afinal, basta um violino e um contrabaixo para recriar as melodias que acrescentam fantasia ao mundo do cinema.



DIA 21 | SÁB | 21.30H

CINEMA

# TUNER – OUVIDO ABSOLUTO, MÃO LEVE

**de Daniel Roher, com Leo Woodall, Dustin Hoffman, Alisen Richmond-Peck, Ellyn Jameson**

**Drama, Suspense; Canadá/EUA; 107 min; 2025; M/12**

Bilhete: 3,5 €

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

Niki White sofre de hiperacusia, uma perturbação auditiva que provoca hipersensibilidade a sons que, para a maioria das pessoas, são perfeitamente toleráveis. Essa extrema sensibilidade obrigou-o a deixar de tocar piano e a usar proteção nos ouvidos, mas fez dele um afinador de pianos extraordinariamente dotado. Quando Harry Horowitz, seu amigo e mentor, descobre que contraiu uma grande dívida, Niki decide enveredar por uma carreira bastante mais lucrativa do que a afinação de instrumentos musicais: arrombar cofres para um perigoso bando de assaltantes. Mas quando as coisas começam a fugir ao seu controlo, tudo se complica.



DIA 22 | DOM | 18H

RECITAL DE PIANO

# JOSÉ PEDRO RIBEIRO

Destinatários: maiores de 6 anos

Duração: 80 minutos (com intervalo)

Entrada gratuita

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

José Pedro Ribeiro é um pianista português que se apresenta regularmente em salas como a Fundação Calouste Gulbenkian, o Teatro S. Luiz, a Casa da Música e o Centro Cultural de Belém, colaborando igualmente com diversas orquestras e festivais.
Entre a intimidade da escrita de Brahms, o rigor contrapontístico de António José Fernandes, a dimensão visionária de Busoni e o lirismo de Chopin, este recital percorre diferentes formas de expressão e transformação da linguagem pianística. No centro do programa estão os Estudos Sinfónicos de Schumann, obra em que uma ideia musical se transforma continuamente, conduzindo o piano a uma dimensão de grande intensidade e riqueza sonora.



© Ana Maria Dinis

DIA **27** | SEX | 21.30H

# YEGOR ZABELOV

Yegor Zabelov é um acordeonista e compositor nascido na Bielorrússia, atualmente radicado na Polónia.Quando o ouvimos pela primeira vez, é difícil acreditar que tudo nasce de um único acordeão.

O instrumento expande-se até se tornar algo orquestral, físico e profundamente imersivo.
Zabelov aborda o acordeão não como um instrumento tradicional, mas como um gerador de som sem limites. As suas atuações desenrolam-se como longas viagens sonoras, oscilando entre o minimalismo, o ambiente trance, a tensão pós-rave e a improvisação de vanguarda.
O acordeão respira, chocalha, sussurra e agita-se em enormes vagas de som, transformando cada atuação numa experiência ao vivo intensa e imersiva.

Destinatários: maiores de 6 anos
Duração: 70 minutos
Entrada gratuita
**Capela de São Sebastião, Sesimbra**


© Rita Carmo

**DIA 28 | SÁB | 21.30H**

ABERTURA | GENTE DE CÁ

**TOMÁS SOUSA**

# FRANCISCO SASSETTI

**HOME**

**Uma História Contada ao Piano**

Destinatários: maiores de 6 anos

Duração: 90 minutos

Bilhete: 10 €

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

Francisco Sassetti distingue-se pela sua capacidade única de transformar experiências pessoais e quotidianas em narrativas musicais envolventes. Inspirado pelas viagens entre estilos musicais, cria verdadeiros contos ao piano, num registo de *storytelling* que toca o coração do público.
A sua música insere-se no movimento neoclássico, uma vertente minimalista que dialoga com nomes como Arvo Pärt, Wim Mertens, Michael Nyman e Ludovico Einaudi. Este estilo une influências da música clássica, jazz e bandas sonoras, criando uma experiência única e emocional.
Além de pianista, Francisco Sassetti é professor na Escola Superior de Música de Lisboa e na Orquestra Metropolitana de Lisboa, compositor, diretor de coro e criador de peças de teatro musical. A sua versatilidade levou-o a participar em espectáculos de *cabaret* e até numa banda de rock sinfónico, mostrando uma paixão pela música em todas as suas formas.


© EncorArte

**DIA 29 | DOM | 11H**

ESPETÁCULO INFANTIL

# :|ENCORARTE MIÚDOS

Destinatários: dos 6 meses aos 5 anos

Duração: 45 minutos

Entrada gratuita, limitada à lotação do espaço

**Associação A Voz do Alentejo, Quinta do Conde**

As famílias da Quinta do Conde e arredores estão convidadas a embarcar numa viagem pelo maravilhoso mundo da música! Pensada para bebés e crianças entre os 6 meses e os 5 anos, é um convite para pais, mães ou outros familiares viverem momentos únicos de descoberta, brincadeira e partilha com os seus bebés, através da música!
Num ambiente acolhedor e descontraído, os mais pequenos vão explorar sons, ritmos, canções, instrumentos, movimento, cores e diferentes experiências sensoriais, estimulando a criatividade, a curiosidade e o desenvolvimento, sempre ao lado de quem mais gostam.
Esta sessão é uma oportunidade para criar memórias em família, fortalecer laços e descobrir como a música pode fazer parte do crescimento dos bebés desde a primeira infância.
Venham descobrir como a música pode transformar uma manhã de domingo num momento para toda a família!



DIA **29** | DOM | 16H

ÓPERA INFANTIL

# O BARBEIRO DE EINSTEIN

## COMPANHIA ÓPERA ISTO

Na sua barbearia, Herr Fritz começa os rituais de um novo dia, onde uma boa música não pode faltar. Um dos seus primeiros clientes é o Albert Einstein que chega, como sempre, com o seu violino às costas. Logo depois há-de chegar o Simpático Hermann com o seu cesto de tesouras, canivetes, pentes e demais utensílios.
Albert anda em grande agitação com a sua nova teoria. Trabalha nela permanentemente. Tudo o que o rodeia traz promessas de novas respostas. Mas será sobretudo no aguçar da sua escuta que ele recolhe as maiores recompensas. Palavras, sons, melodias, farão com que ele consiga resolver a sua grande questão. Porém, ao contrário do que ele imagina, à sua volta, todos procuram igualmente respostas para os seus próprios enigmas. E é também nas pequenas coisas dos dias, que vão formulando as suas teorias. Teremos todos algo de Albert?

Destinatários: maiores de 6 anos
Duração: 60 minutos
Bilhete: 2,5 €
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

# TERESINHA LANDEIRO

A fadista Teresinha Landeiro apresenta o seu mais recente álbum, *Será que lhe Descobres a Poesia?* (2026), trabalho em que assume pela primeira vez a produção artística. O disco reúne parcerias com nomes como Dino D'Santiago, Marcelo Camelo, Amaro Freitas, António Zambujo, Mimi Froes, Eduardo Cardinho, a Orquestra Assintomática e Luísa Sobral. Depois de *Para Dançar e para Chorar* (2024), álbum que cruzou influências do fado, da música pop e do folclore, a artista regressa aos palcos com novos temas, dando continuidade a um percurso marcado pela afirmação de uma linguagem própria dentro do fado contemporâneo.

Nascida em Azeitão, em 1996, Teresinha Landeiro descobriu o fado aos 11 anos e estreou-se em público no ano seguinte, na Casa de Linhares, ao lado de Ana Moura e Jorge Fernando.

Poucos anos depois, passou a integrar o elenco residente da Mesa de Frades, uma das mais emblemáticas casas de fado de Lisboa. Inspirada por fadistas como Raquel Tavares e Celeste Rodrigues, começou a escrever as suas próprias letras ainda na adolescência. Participou em vários projetos dedicados à renovação do fado e, aos 18 anos, foi convidada pelo Museu do Fado para atuar. Em 2018, editou o álbum *Namoro* e, dois anos mais tarde, lançou *Agora*, disco que inclui uma homenagem a Celeste Rodrigues. Em 2023, integrou o Festival RTP da Canção como autora convidada.

Ao longo do seu percurso, recebeu diversos prémios e distinções, entre os quais o Concurso de Fado Amador de Odivelas, e foi convidada pelo Presidente da República para participar nas comemorações do Dia de Portugal, em 2014. Hoje, afirma-se como uma das mais reconhecidas intérpretes da nova geração do fado, conciliando o respeito pela tradição com uma abordagem pessoal e contemporânea.



© Francisco Santos

DIA **7** | SÁB | 21.30H

Destinatários: maiores de 6 anos
Duração: 75 minutos
Bilhete: 10 € (descontos aplicáveis)

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**


© J. Negrão

DIA 28 | SÁB | 22.08H

MÚSICA

## MY NOISY TWINS

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

Depois de *Fragments of a Living City* (2019), *Ghost Clubbing* (2023) e *Behind Mist and Morning* (2023), *My Noisy Twins*, o alter ego do músico e produtor Jorge Cunha Machado, editou a sua 4.ª longa duração *About Colour*, no dia 19 de março. No Grémio apresenta ao vivo este novo trabalho discográfico.
*My Noisy Twins* é um músico, sonoplasta, produtor de música eletrónica e DJ também conhecido como Jorge Cunha Machado. Tem vindo a desenvolver uma linguagem onde o som é tratado como matéria moldável e não apenas como estrutura musical.

DIA 7 | SÁB | 22.08H

## RED EYES! FINISSAGE

No dia 7, sábado, às 22.08h, música e leilão de uma peça marcam o encerramento da exposição.

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

DIA 14 | SÁB | 20H

JANTAR, FADOS E BAILE

## SÃO MARTINHO

Fados com Deolinda de Jesus, Susana Martins, Salgadinho e Nélio Nunes.
Guitarra e viola com Tiago Morna e Vítor Pereira. Baile e animação musical com Salgadinho.

Inscrições: ssir1932@gmail.com / 96 414 98 74 / 96 573 80 18 / 96 339 76 87

**Restaurante Valbom**

Org.: Sociedade Santanense Instrução e Recreio

DIA 14 | SÁB | 20.08H

## NOS TEMPOS IDOS

Samba de raiz, choro, bossa nova e outros estilos em formato de tertúlia musical. A noite começa ao jantar, com comida caseira e bebidas do Grémio Café.

Valor sugerido: 5 €

Reservas para jantar: 92 931 26 21 (limitadas aos lugares disponíveis)

**Grémio, Sesimbra**

DIAS 14 E 15

COMEMORAÇÕES

## 7.º ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO ZANA BATUTA

O programa inclui atividades abertas ao público, demonstrativas e experimentais nas áreas da música, dança e teatro, bem como concertos pelas várias secções da associação. A programação completa estará disponível nas redes sociais da Associação Zana Batuta.

**Parque Augusto Pólvora**

Org.: Associação Zana Batuta

DIA 15 | DOM | 16H

## CONCERTO DOS SESIMBROTES

Três membros da Associação dos Sesimbrotes - Dominique, violino e ao piano, Pascal, flauta, e Arnaud, piano, apresentam, tal como nos dois últimos anos, um programa musical variado na Fortaleza de Santiago. Desta vez, será inspirada nos temas da água, do mar e dos rios. Durante pouco mais de uma hora, o público terá oportunidade de ouvir extratos de peças clássicas (Haendel, Schubert, Johann Strauss, Smetana, Saint-Saëns, Debussy, Mahler...) e de trilhas sonoras de filmes. Na parte final do concerto, poderão acompanhá-los cantando músicas bem conhecidas como Singin'In the Rain.

Inscrições: até dia 14 (sesimbrotes@gmail.com)

**Sala Ativa, Fortaleza de Santiago**

Org.: P'los Sesimbrotes








DIA 20 | SEX | 21.30H

# HERANÇA BALEEIRA

Informações: museu@cm-sesimbra.pt

Parcerias: Comunicar Atitude e Associação Portugal Oceânico

**Auditório do Centro Cultural Costeiro, Sesimbra**

Exibição do documentário português *Herança Baleeira* (2026), realizado por Sandra Cristina Sousa e produzido pela Comunicar Atitude. A obra aborda a transição das comunidades baleeiras dos Açores, com destaque para a ilha do Pico, para novas atividades ligadas ao mar, valorizando simultaneamente a preservação do Bote Baleeiro Açoriano e dos saberes dos mestres construtores navais.
Além da disponibilização na RTP Play, o documentário foi apresentado no Museu dos Baleeiros, nas Lages do Pico, integrou a 6.ª edição do CineMar, entre Portugal e os Estados Unidos da América, e passou também pelo Museu de Construção Naval, em Vila do Conde.



# CALLE MÁLAGA

## DE **MARYAM TOUZANI**,

**com Carmen Maura, Ahmed Boulane, Marta Etura, María Alfonsa Rosso**

**Romance, Drama; ESP, ALE, Marrocos; BEL, FRA; 16 min; 2025; M/14**

DIA **14** | SÁB | 21.30H

O terceiro filme de ficção da realizadora marroquina Maryam Touzani é falado em espanhol e passa-se em Tânger, Marrocos, onde uma viúva, interpretada por Carmen Maura, a multipremiada atriz que trabalhou com Pedro Almodóvar e nomes como Carlos Saura, tenta manter a casa de família contra a vontade da filha, que a quer vender.

Bilhete: 3,5 €

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

## VI ENCONTRO PATRIMÓNIOS E CULTURA MARÍTIMA

# O Mar em @Rede

## Património, Cooperação e Internacionalização

Integrado na programação do Museu Marítimo de Sesimbra, o VI Encontro pretende constituir um espaço de reflexão, diálogo institucional e partilha de conhecimento, reunindo profissionais e representantes de instituições museológicas, organismos públicos, entidades académicas, redes patrimoniais e organizações nacionais e internacionais com intervenção no domínio do património cultural marítimo.

A presente edição centra-se na importância das redes e da cooperação entre instituições enquanto instrumentos de valorização, salvaguarda, estudo e divulgação do património cultural marítimo. Pretende-se promover a partilha de experiências e de boas práticas, a divulgação das atividades desenvolvidas pelas diferentes instituições e o estabelecimento de novas relações de colaboração, capazes de potenciar projetos e iniciativas conjuntas.

O encontro abordará igualmente questões relacionadas com o reforço das redes nacionais e internacionais, o desenvolvimento de projetos colaborativos, a partilha de conhecimento e recursos, a digitalização e inovação, a formação e capacitação profissional, bem como a sustentabilidade e o futuro das redes patrimoniais.

Através de momentos de apresentação e debate, a iniciativa pretende promover o contacto entre instituições, profissionais e comunidades, criando oportunidades para a partilha de experiências, o desenvolvimento de novas parcerias e a construção de projetos de cooperação no domínio do património cultural marítimo.



DIA **20** | SEX | 9 ÀS 17H

Inscrições:

Informações: Iolanda-avila@cm-sesimbra.pt

**Centro Cultural Costeiro, Sesimbra**


© João Ventura

DIA 6 | SEX | 21.30H

CONVERSAS NA CAPELA

## SESIMBRA, UMA VILA PORTUÁRIA NOS SÉCULOS XV E XVI:

### Novos Contributos para a sua História

por João Ventura

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

A partir de novos elementos documentais, esta apresentação aborda a afirmação de Sesimbra como vila portuária nos séculos XV e XVI.
Serão analisadas as atividades marítimas, a organização do espaço e a relação entre diferentes poderes, procurando compreender a importância da vila no contexto da expansão marítima portuguesa.

DIAS 6 E 20 | SEX
18.31 ÀS 20.02H

TERTÚLIA

## GRUPO DE LEITURA

Um espaço descontraído onde os livros são o ponto de partida para a troca de ideias e encontros. Uma iniciativa para quem gosta de ler, ouvir e partilhar ideias.

Informações: Acácia (91 976 16 23)

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Nani e Acácia, com a colaboração da Livraria da Vila

DIA 6 | SEX | 22.36H

STAND-UP COMEDY

## BRUNO PORTA NOVA CONVIDA AMIGOS?

Bruno Porta Nova convida outros humoristas para uma nova noite de comédia.

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

DIA 7 | SÁB | 10 ÀS 13H

A JUNTA NAS ALDEIAS - MAÇÃ

## MALA DE MEMÓRIAS

Filhos, netos, pais e vizinhos, estão todos convidados para uma manhã de partilha entre gerações, com jogos tradicionais: pé de galo, pião, mikado gigante, cordas, jogo do elástico, berlindes e jogos gigantes.

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

**Polidesportivo do Pinheiro, Maçã**

Org.: JF Castelo e Rato ADCC



Conferências | tertúlias

DIAS 7 E 14 | SÁB
14.30 ÀS 17.30H

ENCONTRO CRIATIVO

## GANG DO NOVELO

### com Ana Castanheira

A ideia é que cada pessoa traga a sua obra e a sua agulha. Será uma conversa descontraída à volta do crochet, num momento de partilha e criatividade.

**DIA 7 | Largo 5 de Outubro (Jardim), em Sesimbra**

**DIA 14 | Parque Augusto Pólvora, Maçã**

Inscrições: fibermuseart@gmail.com

Org.: Fibermuse

DIAS 13 E 27 | SEX
18.31 ÀS 20.02H

TERTÚLIA

## PONTOS A CONTOS

Os participantes são convidados a trazer um conto, que servirá de ponto de partida para uma conversa e para a partilha de ideias entre o grupo.

Informações: Acácia (91 976 16 23)

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Nani e Acácia, com a colaboração da Livraria da Vila

DIAS 13 E 27 | SEX | 21.03H

## QUEM TÁ FORA NÃO RACHA LENHA!

O Jogo na Mesa traz jogos modernos e desafiantes para quem procura propostas diferentes.

Valor sugerido: 4 €

**Grémio, Sesimbra**

Org.: Jogo na Mesa


© Rui Gil

DIA 13 | SEX | 21.30H

CONVERSAS NA CAPELA

## UMA RUA CHEIA DE ARQUEOLOGIA:

### Ocupação Humana na Ribeira de Sesimbra da Antiguidade à Época Moderna

por Rui Gil e Luciana de Jesus

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

Uma única rua, várias escavações arqueológicas e quase dois mil anos de história. Ao longo dos últimos anos, as intervenções realizadas na Rua Primeiro de Janeiro, na Ribeira de Sesimbra, foram revelando, camada a camada, os vestígios de quem ali viveu e trabalhou desde a época romana até ao século XIX. Nesta sessão, vamos juntar as peças deste puzzle e percorrer essa viagem no tempo: dos romanos que transformavam os recursos do mar com a exportação do Garum, passando pela Idade Média, até à vila piscatória que foi crescendo junto à praia. Através de objetos do dia a dia, como cerâmica, restos faunísticos e metais, vamos conhecer a vida das pessoas que construíram Sesimbra e perceber como a relação com o mar moldou a vila que hoje conhecemos.



DIA 27 | SEX | 21H

## SERÃO DE CONTOS

**com Rodolfo Castro**

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

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

Rodolfo Castro convida o público a entrar no seu universo de histórias, marcado pelo humor, pela memória e pela imaginação. Entre contos tradicionais, histórias de outros tempos e narrativas reinventadas, este serão promete uma viagem pelas palavras e pela arte de contar histórias.

DIA 14 | SÁB | 15 ÀS 17H

TERTÚLIA E ATELIÊ

## LEITE & TINTA

**Arte, Cuidado e Comunidade**

**com Ana Crispim**

Destinatários: mães, pais, avós e outros cuidadores

Inscrições: 91 241 58 83

**Grémio, Sesimbradia**

DIA 14 | SÁB
20.30 ÀS 22.30H

## NOITE DE STAND-UP COMEDY

**em inglês**

Bilhetes disponíveis

Informações: instagram: @theigloobarsesimbra

**The Igloo Bar, Sesimbra**

DIA 21 | SÁB | 10 ÀS 13H

A JUNTA NAS ALDEIAS – QUINTOLA DE SANTANA

## MALA DE MEMÓRIAS

Uma manhã de partilha entre gerações, com jogos tradicionais: pé de galo, pião, mikado gigante, cordas, jogo do elástico, berlindes e jogos gigantes.

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

**Parque Infantil, Praceta Florbela Espanca**

Org.: JF Castelo e Rato ADCC

DIA 21 | SÁB | 15H

PALESTRA

## SESIMBRA INSPIRADORA

**Mar de Poetas**

**por Alexandrina dos Reis**

**Sala do Governador, Fortaleza de Santiago**

Org.: Universidade Sénior de Sesimbra

DIA 21 | SÁB | 15H

TERTÚLIA POÉTICA

## ENTRE VERSOS E VOZES

**com Ana Dinis**

Esta sessão convida o público a partilhar poemas, excertos literários ou textos da sua autoria, num espaço de escuta, partilha e celebração da palavra.

Destinatários: público juvenil e adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

DIA 21 | SÁB | 15 ÀS 17H

PONTOS QUE NOS UNEM

## UMA TARDE DE CROCHET, CHÁ E DESAFIOS

Vamos juntar pessoas, saberes e histórias à volta do crochet. É lançado um pequeno desafio para concretizar durante a tarde, num ambiente descontraído de partilha e convívio. Traga a sua agulha e linhas e nós tratamos do resto!

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

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo



Conferências | tertúlias

DIA 28 | SÁB | 10H

CAFÉ MEMÓRIA DE SESIMBRA

## ESTRATÉGIAS PARA O AUTOCUIDADO

**por Palmira Martins, RD-Portugal (União das Associações das Doenças Raras de Portugal)**

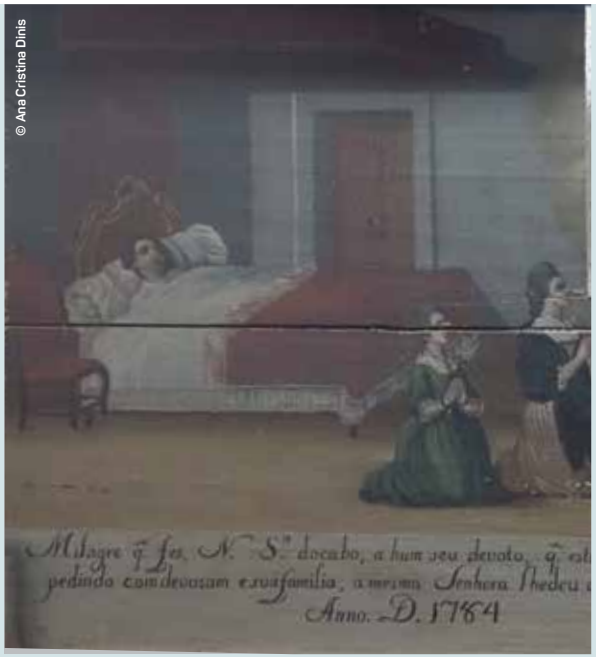
Será feita uma abordagem do ponto de vista social que evoca redes de apoio e partilha, recursos formais e direitos, definição de limites e lazer, de forma a dotar os cuidadores de ferramentas que os auxiliem numa gestão tão desafiante como a que diariamente enfrentam.

Destinatários: pessoas com problema de memória e demências, seus cuidadores e familiares

Informações: anabela.gato@cm-sesimbra.pt

**Salão João Favinha, Instalações da Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra - Coordenação Local do Café Memória de Sesimbra (o projeto resulta de uma parceria protocolada entre a CM Sesimbra e a Associação Alzheimer Portugal)




DIA 27 | SEX | 21.30H

CONVERSAS NA CAPELA

## MILAGRE QUE FEZ... OS EX-VOTOS ENQUANTO PRÁTICA DE MEDIAÇÃO

**por Ana Cristina Sousa**

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

Os ex-votos materializam um gesto de agradecimento por um milagre ou graça concedida. A sua presença, junto das imagens de devoção, constitui um testemunho da ocorrência do milagre e do poder intercessor do santo responsável pela mediação. A partir de algumas fontes documentais e da exposição de um pequeno conjunto de ex-votos pintados, oferecidos a Nossa Senhora do Cabo Espichel, pretende-se suscitar o diálogo em torno do valor social, cultural e patrimonial destes objetos, bem como da importância da sua conservação e salvaguarda.



DIA 18 | QUA | 14.30H

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO

## A ESTRANHA BELEZA DO FRÁGIL:

### Quando Compreendemos o Invisível, Transformamos as Relações

Destinatários: docentes, educadores, técnicos e outros profissionais das áreas da educação e social

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

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

Dinamizada pelo Museu das Emoções, esta sessão de reflexão e desenvolvimento pessoal e profissional aborda a influência das emoções, das fragilidades e das relações no contexto educativo. Através de histórias, símbolos e dinâmicas participativas, os participantes são convidados a refletir sobre os fatores invisíveis que influenciam a comunicação, a aprendizagem e as relações humanas.

2 NOV A 15 DEZ | 19 ÀS 23H

## CURSO DE FORMAÇÃO DE FORMADORES

### Obtenção do CCP

Destinatários: empresários, profissionais e outros interessados

Duração: 90 horas (presencial)

Valor: 50 € (no ato de inscrição); 2x175 € (até ao primeiro dia da formação); 52 € (taxa IEFP após terminar o curso)

Informações: info@ei.edu.pt / 21 210 45 22

**Eagle Intuition, Quinta do Conde**

Org.: Centro de Formação Eagle Intuition, em parceria com a AHTPUS

DIAS 3, 10, 17 E 24 TER | 14.30H

ENTRE LINHAS E TRADIÇÕES

## VALORIZAÇÃO DA ARTE DAS RENDAS

Sessões de partilha de saberes dedicadas à arte das rendas, promovendo a valorização deste património cultural imaterial e o convívio entre participantes.

**Centro Cultural Costeiro, Sesimbra**

DIA 14 | SÁB | 15 ÀS 18H

WORKSHOP

## PEÇAS DECORATIVAS EM CIMENTO PIGMENTADO

Inscrições: www.gabrielabonito.com/workshop

**CAIES - Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra**

Org.: Gabriela Bonito

DIA 25 | QUA | 10.30H

QUARTAS SÉNIOR

## OFICINA CRIATIVA

Projeto dedicado à população sénior da freguesia, promovendo a ocupação saudável dos tempos livres através de atividades criativas, lúdicas e de lazer.

Destinatários: maiores de 65 anos

Inscrições: até dia 24 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

**A decorrer...**

FORMAÇÃO

## CURSO DE PORTUGUÊS

### Língua Não Materna

Valor: 200 € por mês (cerca de 8 meses)

## 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, e Rua Manuel Pereira Pinhal, nº2 A, Sampaio**

Org.: Innestudios, Centro de Estudos e Formação

## INFORMÁTICA SÉNIOR

TERÇAS | 15 ÀS 16.30H

**CAIES, Santana**

QUARTAS OU QUINTAS 15 ÀS 16.30H

**Espaço Zambujal**

Destinatários: maiores de 55 anos

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

Org.: JF Castelo





## MÚSICA

SEGUNDAS

14.30 ÀS 15.30H

**Biblioteca do Grupo Desportivo de Alfarim**

18 ÀS 19.30H

**Sala Polivalente do Lugar da Terra, Zambujal**

SEXTAS | 10.30 ÀS 12H

**CAIES, Santana**

Destinatários: maiores de 55 anos

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

Org.: JF Castelo

## OFICINAS ARTÍSTICAS

SEGUNDAS OU QUINTAS | 15 ÀS 17H

**CAIES, Santana**

TERÇAS | 15 ÀS 17H

**Capela da Azoia, Espaço Azoia**

SEXTAS | 15 ÀS 17H

**Biblioteca do Grupo Desportivo de Alfarim**

Destinatários: maiores de 55 anos

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

Org.: JF Castelo

SEGUNDAS | 16 ÀS 18H

PROJETO MÚSICA ENTRE NÓS

## CORDAS E PERCUSSÃO

Aprendizagem em grupo de instrumentos de corda e percussão.

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

**Sala Polivalente do Lugar da Terra, Zambujal**

Org.: JF Castelo

SEGUNDAS

FORMAÇÃO

## COMUNICAÇÃO DIGITAL DE PROXIMIDADE

Formação dinamizada por Hugo Pólvora que visa dotar os participantes de ferramentas digitais para criação de eventos online em streaming, produção de vídeo e edição de som e imagem. Integra workshops sobre princípios básicos de imagem, introdução ao vídeo digital, edição de vídeo e live streaming.

Inscrições: comunicacao.proximidade@cm-sesimbra.pt

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

DAS 14.30 ÀS 17.30H

## UNIVERSIDADE SÉNIOR DE SESIMBRA

Nunca é tarde para descobrir novos interesses, partilhar experiências e viver novos desafios. As inscrições estão abertas! Junte-se a nós e faça parte desta comunidade de aprendizagem e partilha.

Destinatários: maiores de 55 anos

Inscrições: 93 848 09 02 / usrsesimbra@gmail.com

**Avenida João Paulo II, N.º 3 A, Cotovia**



QUARTAS E SEXTAS | 10 ÀS 11.30H

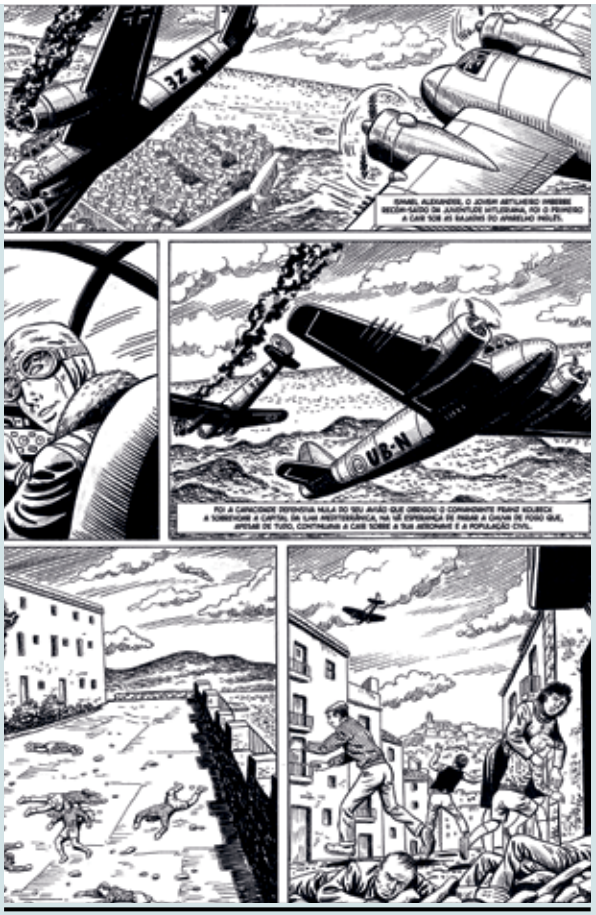
FORMAÇÃO

## A INFORMÁTICA DESCOMPLICADA!

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

**Sala Polivalente, Piso 0, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

Workshop orientado por Jorge Rocha dedicado ao sistema operativo Android, abordando noções básicas de utilização, gestão, segurança e otimização de smartphones e dispositivos móveis.



DE 3 A 28

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

## A BD NA II GUERRA MUNDIAL

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

Mostra bibliográfica que convida os leitores a explorar a Segunda Guerra Mundial através da banda desenhada. As obras selecionadas apresentam diferentes perspetivas sobre o conflito, das estratégias militares ao impacto humano da guerra, revelando o potencial da nona arte como instrumento de memória e reflexão.

DE 2 A 28

## SOPHIA DE MELLO BREYNER ANDRESEN (1919-2004)

Mostra bibliográfica dedicada a uma das mais importantes figuras da literatura portuguesa do século XX. A seleção reúne obras de poesia, contos, ensaios e literatura para a infância, convidando à descoberta ou redescoberta de uma escrita marcada pela ligação à natureza, ao mar, à liberdade e à justiça.

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

DE 3 A 28

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

## ARRÁBIDA | RESERVA DA BIOSFERA DA UNESCO

Mostra bibliográfica dedicada à Arrábida, classificada como Reserva da Biosfera da UNESCO em setembro de 2025. A seleção destaca a riqueza natural, paisagística e cultural deste território dos concelhos de Palmela, Sesimbra e Setúbal, reconhecido pela sua excecional biodiversidade.

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





DIAS 4, 11, 14, 18, 25

BIBLIOTERAPIA ARTÍSTICA

## LIVROS COM COMPORTAMENTO

**Cristina Saraiva**

A imaginação é uma parte essencial do nosso crescimento e quotidiano. A leitura e a escuta de histórias ajudam-nos a criar as imagens de que precisamos para compreender e construir as interações que surgem no nosso dia-a-dia. Ao ler em voz alta, conhecemo-nos e compreendemos melhor o mundo que nos rodeia. Enriquecemos o nosso vocabulário, aprendemos a partilhar ideias e percebemos que não estamos sozinhos nas nossas dúvidas, emoções ou questões.

**DIAS 4, 11, 18, 25 | QUA | 17.45H**

Destinatários: adultos

**Espaço Coworking Sala de leitura, Piso 2**

**DIA 14 | SÁB | 10.30H**

Destinatários: a partir dos 16 anos

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

DIA 21 | SÁB | 15H

LANÇAMENTO DE LIVRO

## DE CAXIAS A PENAMACOR: UM PASSADO PRESENTE

O livro é constituído por três partes: Prisão em Caxias (maio e junho de 1973); Serviço Militar obrigatório em tempos de Guerra Colonial (julho a dezembro de 1973) e Prisão na Companhia Disciplinar de Penamacor (dezembro de 1973 a abril de 1974).
É um testemunho vivido pelo autor para que ninguém esqueça a história recente iniciada com o golpe de estado militar sob as ordens do General Gomes da Costa em 28 de maio de 1926 e que veio a estabelecer o chamado Estado Novo de Salazar, ditadura que só foi derrubada em 25 de abril de 1974 pela aliança Povo/MFA. O livro apela à sua leitura e divulgação, principalmente às novas gerações que nasceram depois da Revolução. Conta com prefácio do historiador João Madeira.

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



## BIBLIOLED: O NOVO SERVIÇO DIGITAL DA SUA BIBLIOTECA

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

Disponível em: www.biblioled.gov.pt

Org.: Direção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas (DGLAB)

Dinamizada pela Biblioteca Municipal de Sesimbra e pelo Polo de Leitura da Quinta do Conde, a BiblioLED permite o acesso gratuito a livros digitais e audiolivros através de computador, tablet, telemóvel ou leitor digital. Promovido pela Direção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas, este serviço disponibiliza uma vasta seleção de obras de ficção e não ficção para crianças, jovens e adultos.



DE 7 A 29 | SÁB E DOM | 14 ÀS 18H

## FAMÍLIA

**Nicha Filipe**

**Sala Ativa, Fortaleza de Santiago**

Nascida e criada em Sesimbra, Nicha encontrou na sua terra, nas suas gentes, no mar e na luz que a rodeia as referências que moldaram o seu olhar sobre o mundo. Filha de Heitor e Noémia, proprietários do emblemático restaurante O Farol entre 1973 e 2013, cresceu profundamente ligada às histórias, memórias e afetos que fazem parte da identidade sesimbrense. Nesta exposição, a artista apresenta uma reflexão sobre os laços que nos unem e as memórias que permanecem vivas dentro de nós. Através do relevo, a matéria ganha corpo e a luz revela aquilo que existe entre a presença e a ausência, dando forma a recordações, vivências e emoções que atravessam o tempo.

ATÉ DIA 12

## OFICINAS DE MARNAS MARGENS DOIMPÉRIO ROMANO

Entre ânforas, tanques de salga e outros vestígios arqueológicos, decubra a ligação de Sesimbra ao mar durante a época romana. Uma viagem ao passado que revela como a pesca, a transformação de pescado e o comércio marítimo fizeram desta costa um importante ponto de ligação ao Império Romano. Venha conhecer uma história que começou há cerca de dois mil anos e que continua a marcar a identidade da vila.

**Avenida 25 de Abril, Sesimbra**

ATÉ DIA 17

## RED EYES!

**de Vizzi Pozzi**

No dia 7, sábado, às 22.08h, música e leilão de uma peça marcam o encerramento da exposição.

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**

DE 3 A 28

DOCUMENTAL

## MÁRIO SOARES: 100 ANOS

Exposição documental dedicada ao centenário do nascimento de Mário Soares (1924-2017), figura central da implantação e consolidação da democracia em Portugal. A mostra dá a conhecer o seu percurso político e cívico, o papel desempenhado na defesa da liberdade e da democracia e a projeção do seu legado em Portugal e no mundo.

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

DIA 21 | SÁB | 18.03H

## EXPOSIÇÃO DE PINTURA

**de Márcia**

18.03H - INAUGURAÇÃO

21.38H - SHOWCASE

Valor sugerido: 5 €

**Grémio, Sesimbra**








A PARTIR DE DIA 13

# SESIMBRA PELA LENTE DE ARTUR PASTOR

**Avenida 25 de Abril, Sesimbra**

A exposição *Sesimbra pela Lente de Artur Pastor* apresenta uma seleção de 20 fotografias realizadas entre 1943 e 1970, revelando as singularidades da comunidade piscatória, da ambiência e das vivências da vila. Estas imagens constituem um importante testemunho da história local e convidam a revisitar a memória coletiva, a identidade e as transformações de Sesimbra ao longo do tempo.
Divulgação do património fotográfico integrado no Arquivo Municipal de Sesimbra, dos fotógrafos (profissionais ou amadores) com obra dedicada ao concelho e de acervos fotográficos associados a Sesimbra que estão integrados noutras instituições (públicas ou privadas) são alguns dos objetivos do projeto *Sesimbra pela Lente de*.
Nascido em Alter do Chão, em 1922, Artur Pastor descobriu o gosto pela fotografia ainda jovem, durante a sua formação na Escola de Regentes Agrícolas de Évora.
Sesimbra ocupa um lugar de relevo no percurso artístico de Artur Pastor. Desde a década de 1940, visitou regularmente a vila, atraído pela ligação da pequena comunidade ao mar e pela sua principal atividade económica, a pesca.



SÁBADOS E DOMINGOS
9.30H

VENDA DE PRODUTOS LOCAIS

## SABORES DA NOSSA TERRA

**Moagem de Sampaio**

Ao fim de semana de manhã, as bancas de frutas, legumes, doces, queijos e pão espalham-se pela rua e pelo interior da Moagem, que ganha um colorido e uma azáfama bem diferentes do resto dos dias. A venda de produtos locais Sabores da Nossa Terra 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.

DIA 7 | SÁB | 10 ÀS 17H

## MERCADO DE OUTONO

A comunidade escolar da Azoia organiza mais uma vez o Mercado de Outono, dinamizado pela EBJI Azoia e Associação de Pais e Encarregados de Educação da Azoia, com os cheiros e sabores desta época! Não vão faltar as bancas com comida e bebida, mercado de produtos e de artistas locais e muita animação durante o dia para toda a família!

**EBJI Azoia**

SEXTAS | 17 ÀS 19H

CABAZ PROVE

## FRUTAS E LEGUMES DA ÉPOCA

Os produtos são colhidos no dia das entregas, às sextas-feiras, para que estejam bem frescos quando chegam às mãos dos consumidores. Com um custo de 15 euros, é possível receber entre seis e oito quilos de legumes e frutas. «Tem sempre uma base de sopa, com batata, cebola, cenoura ou abóbora, alface e depois variamos entre as hortaliças, os legumes e as frutas», garante o produtor Lucas Marcelino, que faz parte do projeto desde outubro de 2025.

Valor: 15 € (entre seis e oito quilos de frutas e legumes)

Informações: encomendas.moagem@prove.com.pt

**Moagem de Sampaio**



DIA 14 | SÁB | 9 ÀS 13H

FOTOGRAFIA

## NATUREZA EM QUATRO ESTAÇÕES

A Casa da Mesquita - Sesimbra Natura Park promove a primeira edição do circuito anual de fotografia *Natureza em Quatro Estações*, uma iniciativa que pretende incentivar a observação, o conhecimento e a valorização do património natural e paisagístico de Sesimbra.
O projeto desenvolve-se ao longo das quatro estações do ano, com saídas fotográficas realizadas na Herdade da Mesquita e integradas num concurso de fotografia de natureza. A iniciativa culmina com uma exposição pública, no verão de 2027, que apresentará as fotografias premiadas e uma seleção de trabalhos escolhidos pelo júri.

Inscrições: www.casadamesquita.pt/atividades/fotografia

Informações: www.casadamesquita.pt/atividades/fotografia/regulamento

**Casa da Mesquita, Sesimbra**

Org.: Casa da Mesquita - Sesimbra Natura Park





**a decorrer...**

TERÇA A DOMIGO | DAS 9.30 ÀS 13 E DAS 14.30 ÀS 18H

## MUSEU MARÍTIMO DE SESIMBRA

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

TODOS OS DIAS
DAS 7 ÀS 19H

## CIRCUITO MUSEOLÓGICO DO CASTELO DE SESIMBRA

**Castelo de Sesimbra**

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

## IGREJA DE NOSSA SENHORA DO CABO ESPICHEL

**Santuário do Cabo Espichel**

QUARTAS | DAS 14 ÀS 17H

VISITAS GUIADAS

## FAROL DO CABO ESPICHEL

Org.: Direção de Faróis - Autoridade Marítima Nacional

QUARTA A DOMINGO
DAS 9 ÀS 12.30 E DAS 14 ÀS 17.30H

## NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA MOAGEM DE SAMPAIO

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

**Estrada Nacional 379, Sampaio**



TERÇA A DOMINGO
DAS 9 ÀS 12.30 E DAS 14 ÀS 17.30H

# NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA CAPELA DO ESPÍRITO SANTO DOS MAREANTES

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

Capela e Sprital do Espírito Santo erigidos por mareantes sesimbrenses em finais do século XV, e dedicado ao culto do Espírito Santo/Corpo Santo e à assistência e apoio aos mais carenciados, tornou-se a partir de 2004, e após as obras de recuperação de todo o edifício, num dos espaços mais emblemáticos do Museu de Sesimbra.



DIAS 7 E 8 | SÁB E DOM

CORRIDA DE OBSTÁCULOS

## SPARTAN

### Sesimbra Trifecta Weekend 2026

Destinatários: público em geral, atletas nacionais e internacionais, de acordo com os requisitos de participação de cada prova

**Vila de Sesimbra**

Org.: Spartan, em colaboração com a CM Sesimbra e entidades parceiras

A Spartan Sesimbra 2026 é um evento desportivo que reúne atletas nacionais e internacionais para participar em provas de obstáculos, combinando corrida, resistência física, força e superação pessoal. A iniciativa integra diferentes distâncias e níveis de dificuldade, promovendo a atividade física, o desporto e a valorização do concelho de Sesimbra enquanto destino de turismo desportivo.

DIA 2 | SEG | 9.30H

TREINO DE ORIENTAÇÃO

## ORIENTA CASTELO #7

O Orienta Castelo são treinos mensais de orientação, abertos a toda a comunidade, desde iniciantes a praticantes experientes. Mais do que uma atividade desportiva, é uma oportunidade para explorar a natureza e aprender orientação.

Preço: 3 € (menores de 18 anos), 5,5€ (maiores de 18 anos)

Inscrições: geral@adnsesimbra.pt

Informações: https://adnsesimbra.pt/orienta-castelo-geral/

**Ponto de encontro: Praia do Moinho de Baixo**

Org.: Associação de Desporto Natureza de Sesimbra

DIA 21 | SÁB | 9 ÀS 12H

NUNCA MAIS É SÁBADO

## TREINO DE MOBILIDADE ARTICULAR

Sessão de atividade física orientada, dedicada à mobilidade articular, com exercícios destinados a melhorar a amplitude dos movimentos, a flexibilidade e a funcionalidade corporal, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar. A iniciativa integra o projeto municipal «Nunca Mais é Sábado», que pretende incentivar a adoção de estilos de vida ativos e saudáveis.

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

**Parque Augusto Pólvora, Maçã**

## INSCRIÇÕES...

SÁBADOS | 9.30 ÀS 13H

## CENTRO MUNICIPAL DE ATIVIDADES NÁUTICAS

O Centro Municipal de Atividades Náuticas de Sesimbra é um espaço dedicado à promoção e prática de atividades náuticas, oferecendo às comunidades local e escolar a oportunidade de explorar e apreciar o mar de forma segura e educativa.

Inscrições: desporto@cm-sesimbra.pt

**Lagoa de Albufeira**

## a decorrer...

QUARTAS | 19H

## TREINOS DE ORIENTAÇÃO OU ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES

Material necessário: equipamento de corrida, parque e arredores (obrigatório), frontal/lanterna (obrigatório), lupa/óculos (quem precisar).

Informações: geral@adnsesimbra.pt

**Parque Augusto Pólvora, na Maçã**

Org.: Associação de Desporto Natureza de Sesimbra





**DIA 1 | DOM**
**9.30 ÀS 14H**

VISITA A GRUTA

## LAPA DO FUMO

Destinatários: maiores de 7 anos
Preço: 25 €
Grau de dificuldade: fácil
Inscrições: até dia 31 de outubro (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Serra dos Pinheirinhos**

Org.: Arrábida Subterrânea

Cavidade ampla, de progressão horizontal fácil, com cerca de 75 metros de comprimento. A gruta regista presença humana ao longo de cinco milénios, desde o Neolítico até ao período árabe.

**DIA 1 | DOM | 9.30H**

COASTEERING

## ENSEADA DA MULA

Percurso de coasteering ao longo da linha de costa, recorrendo à natação, escalada, rappel, saltos para a água, slide e caminhada. Uma atividade que permite descobrir a beleza natural da Enseada da Mula de forma ativa e em contacto direto com o meio marinho.

Destinatários: maiores de 12 anos (obrigatório saber nadar)
Preço: 45 €
Inscrições: até dia 31 OUT (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

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

Org.: Vertente Natural

**DIA 7 | SÁB | 9.30H**

VIA FERRATA

## CAMINHO DO MAR

Percurso equipado em paredes rochosas, com escadas, cabos e outros apoios que facilitam a progressão em segurança. Ao longo da atividade, os participantes poderão apreciar a paisagem costeira e as vistas sobre o Parque Marinho Professor Luiz Saldanha.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €
Inscrições: até dia 6 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Povoação dos Pinheirinhos**

Org.: Vertente Natural

**DIA 8 | DOM**
**9.30 ÀS 14.30H**

PERCURSO PEDESTRE GUIADO

## TERRAS DO RISCO

Percurso por diferentes paisagens e formações da serra, passando por planícies e sumidouros e terminando numa pequena gruta formada pela ação da água da chuva e do tempo.

Destinatários: maiores de 10 anos
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: fácil
Inscrições: até dia 7 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Km 5, Terras do Risco**

Org.: Arrábida Subterrânea

**DIA 11 | QUA | 9.30 ÀS 14H**

PERCURSO PEDESTRE GUIADO

## CHÃ DOS NAVEGANTES

Percurso por arribas sobre o mar, pequenas enseadas, lapiás em agulha, grutas e covas marinhas, que permite observar diversas formações características do carso costeiro.

Destinatários: maiores de 10 anos
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: fácil
Inscrições: até dia 10 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Azoia**

Org.: Arrábida Subterrânea





**DIA 14 | SÁB | 9.30 ÀS 16H**

VISITA A GRUTA

## GARGANTA DO CABO

Gruta com acesso através de técnicas de progressão com cordas e de exigência elevada. Situada no extremo ocidental do Cabo Espichel, apresenta uma entrada sobre a arriba, a 40 metros de altitude.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 55 €
Grau de dificuldade: alta
Inscrições: até dia 13 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Farol do Cabo Espichel**

Org.: Arrábida Subterrânea

**DIA 14 | SÁB | 10H**

PASSEIO PEDESTRE

## FOJO E A HISTÓRIA DO RISCO

Passeio entre a Serra da Arrábida e a Serra do Risco, com passagem por antigas pedreiras manuais de Brecha da Arrábida e antigos casais agrícolas. Um percurso que alia património, natureza e paisagens de grande beleza.

Destinatários: maiores de 6 anos
Preço: 20 €
Nota: menores de 11 anos (inclusive) beneficiam de 50% de desconto.
Inscrições: até dia 13 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Serra da Arrábida, km 6**

Org.: Vertente Natural




**DIA 8 | DOM | 10H**

PASSEIO PEDESTRE

## CAMINHO DOS DINOSSAUROS

Destinatários: maiores de 6 anos
Preço: 20 €
Nota: menores de 11 anos (inclusive) beneficiam de 50% de desconto.
Inscrições: até dia 7 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Santuário do Cabo Espichel**

Org.: Vertente Natural

Passeio interpretativo pelo Cabo Espichel, com passagem pelas pegadas de dinossauros e pelo Santuário de Nossa Senhora do Cabo. Uma oportunidade para conhecer a história, a fauna e a flora deste local emblemático.



**DIA 18 | QUA | 9.30 ÀS 15H**

PERCURSO PEDESTRE GUIADO

## ARGÉIS – ENSEADA DA COVA

Destinatários: maiores de 10 anos
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: fácil
Inscrições: até dia 17 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Argéis**

Org.: Arrábida Subterrânea

Percurso de ida e volta, com início em Argéis, que permite observar diferentes aspetos do carso litoral, a plataforma de abrasão marinha da Meia-Velha e a arriba da Serra do Risco.

**DIA 15 | DOM 9.30 ÀS 17.30H**

PERCURSO PEDESTRE GUIADO

## MEIA VELHA – COZINHADOURO

Percurso de ida e volta que permite observar o carso litoral em toda a sua amplitude e uma paisagem singular na costa atlântica europeia.

Destinatários: maiores de 13 anos
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: média
Inscrições: até dia 14 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Estrada de Argéis**

Org.: Arrábida Subterrânea

**DIA 15 | DOM | 10H**

PASSEIO PEDESTRE

## TOPO DA ARRÁBIDA

Caminhada ao Formosinho, o ponto mais alto da Serra da Arrábida, com observação e identificação de fauna e flora. O percurso proporciona uma perspetiva privilegiada sobre o Parque Natural da Arrábida.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 21,25 €
Inscrições: até dia 14 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Casais da Serra, Serra da Arrábida**

Org.: Vertente Natural

**DIA 21 | SÁB | 9.30H**

VIA FERRATA

## CAMINHO DO MAR

Percurso equipado em paredes rochosas, com escadas, cabos e outros apoios que facilitam a progressão em segurança. Ao longo da atividade, os participantes poderão apreciar a paisagem costeira e as vistas sobre o Parque Marinho Professor Luiz Saldanha.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €
Inscrições: até dia 20 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Povoação dos Pinheirinhos**

Org.: Vertente Natural

**DIA 22 | DOM 9.30 ÀS 16H**

VISITA A GRUTA

## GRUTA DA UTOPIA

Visita à gruta mais profunda da cadeia montanhosa da Arrábida, com várias salas e diversidade de espeleotemas e outras formações.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 40 €
Dificuldade: alta
Inscrições: até dia 21 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Pinheirinhos**

Org.: Arrábida Subterrânea

**DIA 22 | DOM | 10H**

ESPELEOLOGIA

## LAPA DA FURADA

Visita à gruta da Lapa da Furada, situada no Parque Natural da Arrábida, com introdução às técnicas de progressão vertical utilizadas na espeleologia. Inclui a exploração das galerias principais da gruta.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 34 €
Inscrições: até dia 21 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Serra da Azoia, Campo de Futebol**

Org.: Vertente Natural

**DIA 28 | SÁB | 9.30H**

VIA FERRATA

## CAMINHO DO MAR

Percurso equipado em paredes rochosas, com escadas, cabos e outros apoios que facilitam a progressão em segurança. Ao longo da atividade, os participantes poderão apreciar a paisagem costeira e as vistas sobre o Parque Marinho Professor Luiz Saldanha.

Destinatários: maiores de 12 anos
Preço: 45 €
Inscrições: até dia 27 (21 084 89 19 / info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Povoação dos Pinheirinhos**

Org.: Vertente Natural



**DIA 25 | QUA 9.30 ÀS 14.30H**

PERCURSO PEDESTRE GUIADO

## TERRAS DO RISCO

Destinatários: maiores de 10 anos
Preço: 15 €
Grau de dificuldade: fácil
Inscrições: até dia 24 (arrabidasubterranea.arrabida.org/agenda / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Km 5, Terras do Risco**

Org.: Arrábida Subterrânea

Percurso por diferentes paisagens e formações da serra, passando por planícies e sumidouros e terminando numa pequena gruta formada pela ação da água da chuva e do tempo.

# AS **PRIMEIRAS AVES INVERNANTES** DA **LAGOA** DA **ESTACADA**

## COM **AFONSO FARINHA**, SOCIEDADE PORTUGUESA PARA O ESTUDO DAS AVES (SPEA)

Com a chegada do outono, a Lagoa da Estacada começa a receber as primeiras aves invernantes, que aqui encontram alimento e local de repouso durante a estação fria. Nesta atividade, os participantes serão incentivados a olhar para a Lagoa de forma atenta para que tentem encontrar alguns dos nossos visitantes invernais. Ao longo do percurso, serão abordadas as migrações das aves, as razões que levam algumas espécies a deslocar-se para Portugal durante o inverno e a importância das zonas húmidas como áreas de Invernada para grande parte das aves migratórias.



DIA **28** | SÁB | 9 ÀS 11H

Inscrições:

Destinatários: famílias com crianças a partir dos 6 anos, amantes da natureza
Limite: entre 6 e 16 participantes
Inscrições: até dia 26
Esta atividade realiza-se no âmbito do protocolo entre a SPEA e a CM Sesimbra para a dinamização do EILP.

**Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena**



DIA 29 | DOM | 10H

PASSEIO PEDESTRE

## CHÃ DOS NAVEGANTES

Destinatários: maiores de 10 anos

Preço: 20 €

Nota: menores de 11 anos (inclusive) beneficiam de 50% de desconto.

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

**Ponto de encontro: Santuário do Cabo Espichel**

Org.: Vertente Natural

Percurso pelo planalto da Chã dos Navegantes, com passagem pelas ruínas do Forte da Baralha e interpretação da história marítima da Arrábida. O trajeto permite ainda observar a paisagem costeira e a biodiversidade característica da zona do Cabo Espichel.

DIA 28 | SÁB | 9.30 ÀS 15H

VISITA A GRUTA

## LAPA VERDE

Gruta com acesso através de técnicas de progressão com cordas.

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 40 €

Grau de dificuldade: alta

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

**Ponto de encontro: Portinho da Arrábida**

Org.: Arrábida Subterrânea

DIA 28 | SÁB | 10H

CAMINHOS DO CASTELO

## DA SERRA À BAÍA

Inscrições: até dia 24 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

**Ponto de encontro: Fonte de Carvalho**

Org.: JF Castelo

DIA 29 | DOM | 9.30 ÀS 15H

VISITA A GRUTA

## LAPA DA COVA

Cavidade ampla situada na arriba da enseada da Cova. O percurso, de ida e volta, inclui uma marcha de aproximação de cerca de três quilómetros e igual distância no regresso.

Destinatários: maiores de 12 anos

Preço: 15 €

Dificuldade: média

Inscrições: até dia 28 (arrabidasubterranea.arrabida.org/product/lapa-da-cova / 96 858 56 82)

**Ponto de encontro: Estrada de Argéis**

Org.: Arrábida Subterrânea

**a decorrer...**

## PASSEIOS DE BARCO

DAS 9 ÀS 13 OU DAS 14 ÀS 18H

### Praias Selvagens

Preço: 40 € (até aos 12 anos: 35€)

### Observação de Golfinhos

Preço: 45 € (até aos 12 anos: 35 €)

Duração: 3 horas

DAS 9.30 ÀS 17.30H

### Dia a Bordo

### Sesimbra Vista do Mar

Duração: 8 horas

Inscrições: até 24h antes do passeio (91 468 93 35 / 96 937 96 34 / 0avojavai@gmail.com)

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

Org.: O AVÔ JÁ VAI

PASSEIOS DE BARCO

## BLUE COAST TOURS SESIMBRA

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

Preços: entre 13 e 40€

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

Informações: www.bluecoastsesimbra.com

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

Org.: Blue Coast Tours Sesimbra





DIAS 7, 14, 21 E 28
SÁB | 10.30H

## YOGA

### com Carla Shivanni

Destinatários: maiores de 16 anos

Valor: 5 €

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

**Sala Polivalente do Lugar da Terra, Zambujal**

Org.: JF Castelo

TERÇAS E QUINTAS | 9.30, 10.30, 11.30 OU 12.30H

## CORPO EM MOVIMENTO SÉNIOR

Aulas de ginástica em grupo.

Destinatários: maiores de 55 anos

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

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

TERÇAS | 18.30 ÀS 19.30H

DANÇA PARA TODOS

## LABORATÓRIO DE DANÇA

### com Bruno Cochat

Destinatários: maiores de 16 anos

Inscrições: 91 404 38 19 / agora.lap@gmail.com

**Espaço Zambujal**

Org.: AGORA | Apoio: JF Castelo

**A decorrer...**

SEGUNDA A SÁBADO

CONSULTAS E TERAPIAS

## MEDICINA ALTERNATIVA

Informações: belabonito75@gmail.com / FB e Instagram @belabonito

**Grupo Desportivo de Sesimbra**

TERÇAS | 20H

## ÍMPAR – EXPERIÊNCIA DE DANÇA, MOVIMENTO E LIBERDADE

### com Carlota Amorim

O ÍMPAR nasceu de uma ideia muito simples, mas com um significado muito especial: porque é que uma mulher há de deixar de dançar só porque não tem um par? Quantas mulheres adoram dançar, mas acabam por deixar de o fazer porque não têm companhia, porque não sabem os passos, porque sentem vergonha ou simplesmente porque nunca tiveram oportunidade de experimentar?

Destinatárias: mulheres que queiram experimentar a dança num ambiente acolhedor, descontraído e sem necessidade de par

Informações: 91 918 61 68

**Grémio, Sesimbra**

## ASSOCIAÇÃO ZANA BATUTA

### Aulas de Dança de Salão e Danças Sociais

SEGUNDAS | 18.15 ÀS 22.30H

(consoante a classe)

### Escola de Teatro

Inscrições: zanabatuta.associacao@gmail.com / 928 106 689

**Sede da Associação Zana Batuta**

Org.: Associação Zana Batuta



DIA 22 | DOM | 11H

DOMINGO, ÀS ONZE... NO MUSEU

## CÍRCULO DE SOM

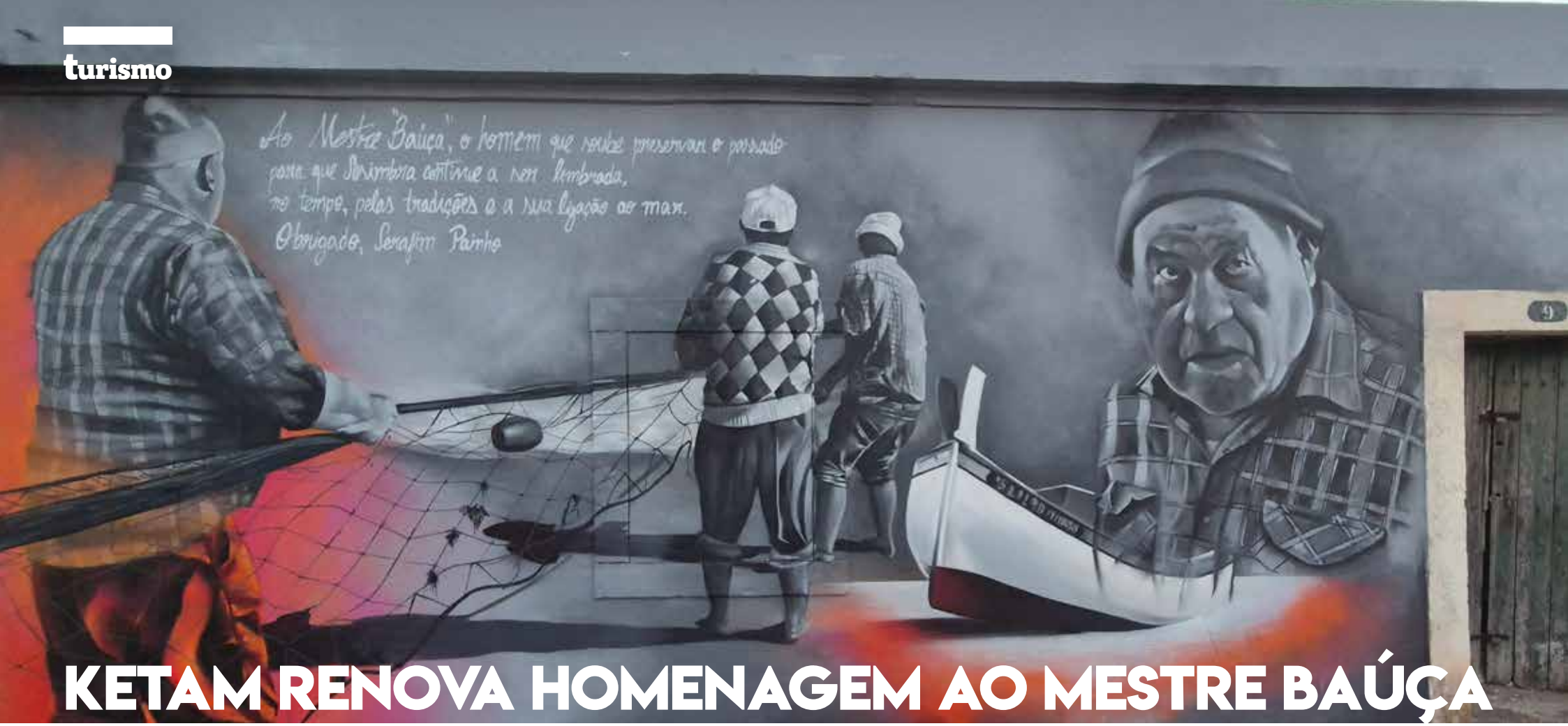
### com Fátima Parada

Inscrições: até dia 19 (servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

Limite: 40 participantes

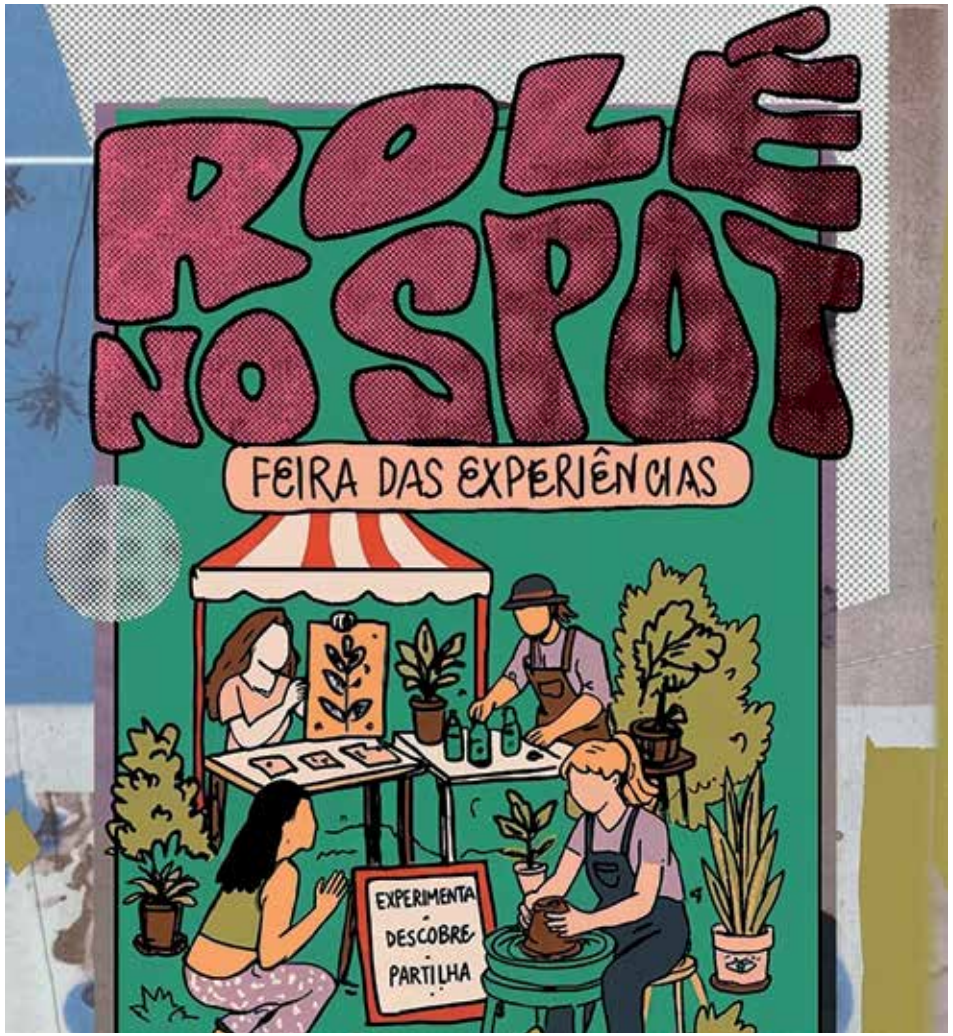
**Capela de São Sebastião, Sesimbra**

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. O Museu de Sesimbra convida a conhecer esta emblemática Capela e a usufruir das boas energias que as taças transmitem.




# KETAM RENOVA HOMENAGEM AO MESTRE BAÚÇA

No Largo de Bombaldes, há uma parede que voltou a ganhar vida pelas mãos de Ketam. Desta vez, o artista urbano regressou para renovar a homenagem ao Mestre Baúça, nome pelo qual todos conheciam Serafim Painho. Nascido em 1933, a poucos metros dali, na Rua António Augusto de Aguiar, cresceu rodeado pelas mesmas paisagens que acabariam por definir toda a sua vida: a praia, os barcos, a pesca e o mar.
Durante décadas, foi uma figura inseparável da arte xávega, ou "chincha", ajudando a preservar uma tradição que continua a ser uma das imagens de marca de Sesimbra. Muitos recordam-no também ao lado da sua emblemática aiola 25 de Abril, presença habitual na marginal, onde permanecia entre pescarias, como guardiã silenciosa de histórias, memórias e saberes passados de geração em geração.
A ligação de Ketam a Sesimbra também já tem história. Em 2015, venceu o concurso Arte na Rua com o mural O *Passado*, uma homenagem aos pescadores e à antiga lota, na Rua Capitão Leitão. Seis anos depois, regressou ao mesmo local para uma nova pintura. Pelo caminho, em 2017, assinou o primeiro mural dedicado ao Mestre Baúça, no Largo de Bombaldes, agora renovado.
Conhecido pelo seu trabalho de realismo, o artista voltou a escolher os tons de cinza para retratar o pescador. Para Ketam, as homenagens ganham outra força quando despidas de cor, deixando que as expressões, os rostos e as histórias falem por si. Junto à pintura pode ler-se uma mensagem de agradecimento que resume o legado deixado pelo Mestre Bauça: «o homem que soube preservar o passado para que Sesimbra continue a ser lembrada, no tempo, pelas tradições e a sua ligação ao mar».
Hoje, quem passa pelo Largo de Bombaldes encontra um rosto familiar a olhar a vila, que lembra que a história de Sesimbra continua a ser escrita por aqueles que nunca deixaram desaparecer as suas tradições.




DIA 14 | SÁB | 15.30H

# FEIRA DAS EXPERIÊNCIAS

**Spot Jovem, Parque Augusto Pólvora, Maçã**

Este projeto pretende estimular a curiosidade, a criatividade e a aprendizagem dos jovens através de atividades práticas, sensoriais e interativas.

Um espaço para experimentar, partilhar ideias e desenvolver novas competências, promovendo a cooperação, a diversidade e a participação de todos.

DIAS 7 E 14 | SÁB | 14 ÀS 17H

## KEEP CALM & FORMA-T

O projeto Keep Calm & Forma-Te pretende complementar a formação escolar dos jovens, promovendo competências essenciais para a vida, o bem-estar e a transição para a vida adulta.

### DIA 7 | Sexualidade Saudável e Consensual

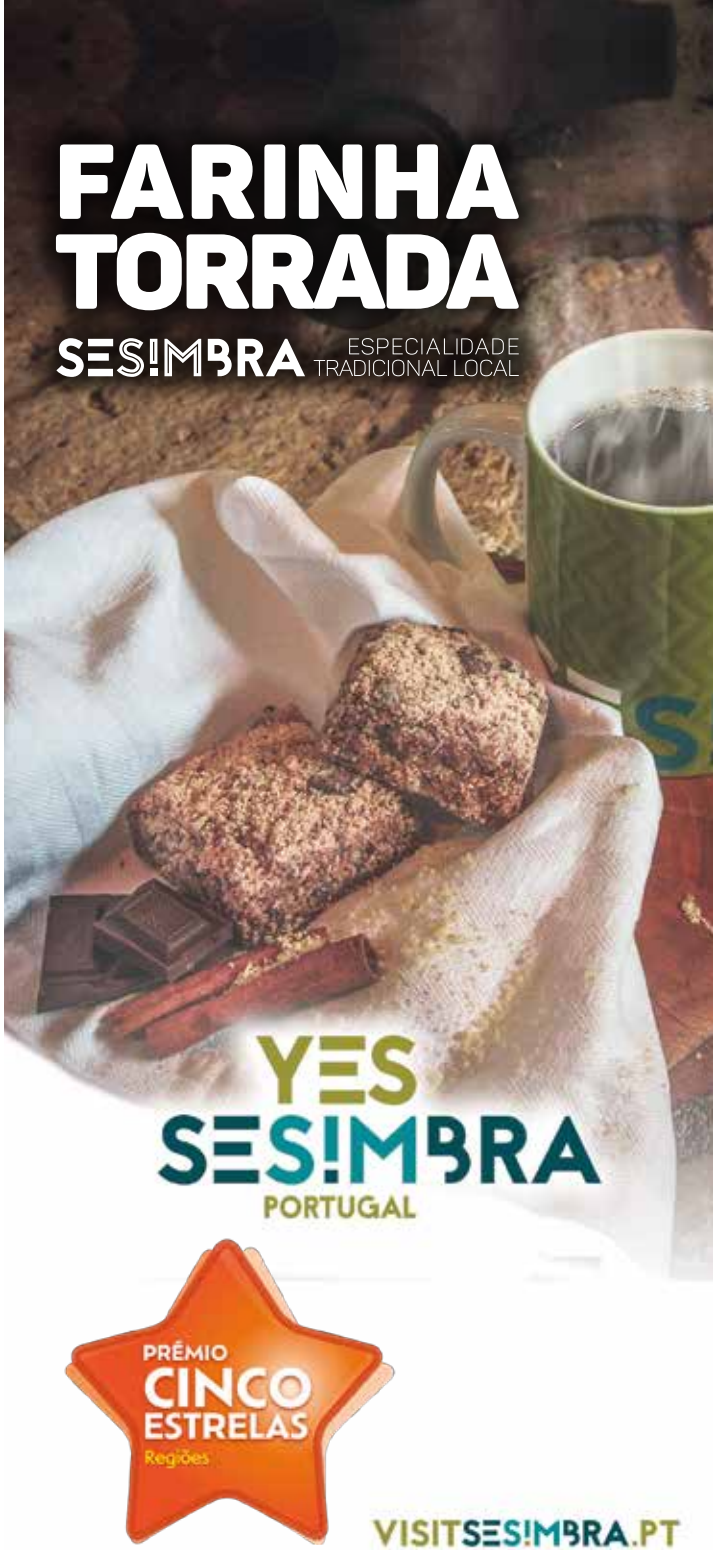
Vão ser abordados temas como consentimento, limites pessoais, relações saudáveis, comunicação, mitos e crenças, promovendo uma sexualidade mais informada, segura e responsável.

**Onda Selvagem Bar, Sesimbra**

### DIA 14 | Ansiedade, Gestão e Regulação Emocional

Esta formação pretende ajudar os jovens a compreender e reconhecer as suas emoções, pensamentos e sensações físicas, promovendo uma maior consciência emocional. Através de uma abordagem prática e participativa, serão exploradas estratégias para lidar com a ansiedade, regular emoções e desenvolver ferramentas que contribuam para o bem-estar e uma melhor gestão dos desafios do dia a dia.

**The B! Club, Quinta do Conde**
Inscrições: até dia 6 (sesimbra.pt)





# QUANTOS SEGREDOS CONSEGUES DESCOBRIR NA VÁRZEA DA QUINTA DO CONDE?

No outono, o Parque Ecológico da Várzea, na Quinta do Conde, parece saído de uma aventura na natureza. Com a chuva, a lagoa volta a encher-se de água e o parque ganha novas cores, sons e muitos habitantes para descobrir!

Durante um passeio pelos trilhos, mantém os olhos bem abertos: consegues encontrar os ninhos das aves? E as caixas onde os morcegos descansam? Sabias que também há colmeias e muitos insetos importantes para as plantas? Com um pouco de atenção, é possível observar aves, pegadas e até perceber como a natureza muda de estação para estação.

Há alguns anos, este espaço era muito diferente. Hoje, graças à plantação de centenas de árvores, arbustos e plantas autóctones, a Várzea transformou-se num refúgio para a vida selvagem e num dos locais mais interessantes para explorar ao ar livre.

Pega nos teus binóculos imaginários, veste o chapéu de explorador e parte à descoberta deste tesouro natural da Quinta do Conde. A próxima grande descoberta pode estar mesmo à tua frente!




**DE 3 A 28**

MOSTRA BIBLIOGRÁFICA

## 100 ANOS DE WINNIE THE POOH

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

Mostra bibliográfica que assinala o centenário da publicação das histórias de *Winnie the Pooh*, personagem criada por A. A. Milne e ilustrada por E. H. Shepard. A iniciativa destaca uma das figuras mais emblemáticas da literatura infantil e os valores de amizade, imaginação e descoberta presentes nas suas aventuras.

**DIA 3 | TER | 15.30H**

AQUI HÁ ESTÓRIA

## LUCAS, O MORCEGO QUE TINHA MEDO DO ESCURO

**por Sofia Delfino**

Esta sessão apresenta a história de Lucas, um pequeno morcego diferente dos outros, que tem medo do escuro e sonha conhecer o mundo durante o dia.

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

**DIA 3 | TER | 16H**

ART&MANHAS

## OFICINA CRIATIVA

**por Sofia Delfino**

Um convite para as crianças explorarem a expressão plástica, dramática, musical e sensorial. Um espaço de criatividade, descoberta e imaginação, onde a comunicação acontece através de diferentes formas de expressão.

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

**DIAS 4, 11, 18 E 25 | QUA 10.30H**

## ESPAÇO AQUI BRINCAMOS TODOS

Projeto dinamizado pela Biblioteca Municipal de Sesimbra e pela ELI/ Cercizimbra, destinado a famílias com crianças até aos 6 anos que não frequentem equipamentos educativos. Através de histórias, atividades de expressão artística e momentos de partilha, promove a aprendizagem, a socialização e o apoio às famílias.

Destinatários: famílias com crianças até aos 6 anos

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

**DIA 5 | QUI | 11H**

ESPAÇO BEBETECA

## DO BERÇO ATÉ À LUA...

**por Sofia Delfino**

Esta atividade estimula os sentidos dos bebés através de experiências que promovem o seu crescimento e desenvolvimento, incentivando o contacto precoce com os livros e a descoberta do mundo.

Destinatários: bebés até aos 36 meses, acompanhados por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

Mais Novos




**DIA 7 | SÁB | 11H**

ESTÓRIAS QUE O CORAÇÃO CONTA

## AS PEQUENAS GRANDES MENTIRAS

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

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

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

Sessão de promoção da leitura e da literacia emocional, dinamizada pela Associação Museu das Emoções. A partir do livro *As Pequenas Grandes Mentiras*, de Tom Percival, as crianças são convidadas a refletir sobre a importância da verdade, da responsabilidade e da coragem para enfrentar as consequências das suas ações. No final, constroem um objeto simbólico relacionado com a história.



**DIA 8 | DOM | 16H**

DOMINGOS EM FAMÍLIA | CINEMA

# A ILHA ESQUECIDA

**de Januel Mercado e Joel Crawford**

**Aventura, Animação; EUA; 109 min; 2026; M/6**

Bilhete: 2,5 €

Crianças até aos 12 anos: 1,5 €

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

A *Ilha Esquecida* passa-se nas Filipinas na década de 90 e acompanha duas melhores amigas de infância chamadas Jo e Raissa, que prometem permanecer juntas para sempre. Recém-formadas no ensino médio, as duas agora, porém, seguirão caminhos distintos, com Raissa prestes a se mudar para os Estados Unidos. Enquanto celebram sua última noite juntas, as duas acabam por encontrar um portal misterioso que as transporta para a fantástica ilha de Nakali. De repente, as duas encontram-se rodeadas de criaturas mágicas e mitológicas retratadas nas histórias tradicionais contadas pelas suas famílias. Mas o fascinante lugar esconde uma partida brutal: as suas memórias vão desparecendo. Quando descobrem que a perda das lembranças de toda a sua amizade é o preço a pagar para voltarem para casa, as amigas correm contra o tempo para encontrar uma forma de deixar a ilha antes de se esquecerem uma da outra para sempre.





**DIA 7 | SÁB | 9 ÀS 12.30H**

DESPORTO

## O CICLISMO VAI AO PARQUE

Destinatários: idades entre os 5 e os 12 anos

**Parque Augusto Pólvora (junto ao Ecotrilhos), Maçã**

**DIA 8 | DOM | 11H**

DOMINGO, ÀS ONZE... NO MUSEU

## IOGA E SOUND HEALING

**Ana Maria e Renato Veríssimo**

Deixamos o convite para um momento de profundo equilíbrio entre a ligação da mente e do corpo, através da prática de exercícios respiratórios, posturas, relaxamento e meditação, guiados por uma série de ligações energéticas através de instrumentos musicais.

Destinatários: famílias

**Capela de São Sebastião, Sesimbra**

**DIA 11 | QUA | 16.30 ÀS 19H**

## S. MARTINHO NA MOAGEM

Celebração dedicada aos sabores do outono, recuperando a tradição comunitária de assar castanhas e batatas-doces à volta da fogueira, acompanhadas por água-pé.

Destinatários: famílias

Inscrições: até dia 6 (servicoeducativo@cm-sesimbra.pt)

**Moagem de Sampaio**

**DIA 14 | SÁB | 9.30 ÀS 12.30H**

NUNCA MAIS É SÁBADO

## VAMOS PARA A RUA BRINCAR

Destinatários: famílias

**Parque Augusto Pólvora, Maçã**

**DIA 14 | SÁB | 10 ÀS 12H**

ATELIÊ

## MÃOS À ARTE - O MEU SACO TEM IDEIAS

O Mãos à Arte, dinamizado por Ana Crispim, do projeto Nós Fazemos Arte, chega ao Grémio com um ciclo de workshops criativos para crianças a partir dos 5 anos.

Inscrições: 91 241 58 83

Destinatários: a partir dos 5 anos

Valor: 10 €

**Grémio, Sesimbra**

**DIA 14 | SÁB | 11H**

ESPAÇO BEBETECA

## UM CONTO E DOIS PASSOS...

Sessão dinamizada por Inês Santos que promove o contacto dos bebés com os livros e a leitura desde os primeiros anos de vida.

Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhados por um adulto

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

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



**DIA 14 | SÁB | 14.30H**

ATELIÊ

## AS CORES NATURAIS DO OUTONO

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

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

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

Atividade dinamizada pela voluntária Daniela Reis que convida as crianças a criar tintas naturais com especiarias e pigmentos de origem vegetal. Uma experiência criativa onde a imaginação e os sentidos se juntam para explorar as cores do outono.

# A QUINTA DOS ANIMAIS

## DE ANDY SERKIS

**Animação, Aventura; EUA, CAN, GB; 96 min; 2025; M/6**



DIA **15** | DOM | 16H

Realizado por Andy Serkis, *A Quinta do Animais*, leva ao grande ecrã um dos mais famosos clássicos da literatura do século XX, publicado em 1945 e escrito por George Orwell. Cansados dos maus-tratos dos seus donos, os animais decidem unir-se para construir uma comunidade baseada na igualdade, na liberdade e na justiça.

Mas, à medida que os porcos assumem a liderança, os ideais que deram origem à revolução começam a desaparecer. Entre promessas quebradas, disputas pelo poder e decisões que afetam toda a comunidade, os animais veem-se confrontados com desafios que põem à prova os valores pelos quais lutaram. Esta nova adaptação da obra de Orwell convida o público a refletir sobre temas intemporais como a liberdade, a justiça, a responsabilidade e a forma como o poder pode transformar pessoas e sociedades.

Bilhete: 2,5 €
Crianças até aos 12 anos: 1,5 €
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**



**DIA 15 | DOM | 11H**

DOMINGO, ÀS ONZE... NO MUSEU

## ATELIÊ DE EXPERIÊNCIAS SENSORIAIS FUNDO DO MAR

**Serviço Educativo do Museu**

Destinatários: pais e bebés até aos 3 anos

Limite: 15 participantes

Inscrições: até dia 12 (servicoeducativo.museu@cm-sesimbra.pt)

**Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago**

Atividade de exploração sensorial inspirada no fundo do mar, promovendo o desenvolvimento cognitivo, social e emocional através de experiências táteis, visuais e olfativas.

**DIA 17 | TER | 15.30H**

AQUI HÁ ESTÓRIA

## NUVENS NA CABEÇA

Esta sessão dá a conhecer a história de uma menina que vive com a cabeça nas nuvens e da sua avó, que também tem "nuvens na cabeça", numa narrativa sensível sobre afetos e memória.

Destinatários: Crianças acompanhadas por um adulto€

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

**DIA 17 | TER | 16H**

ART&MANHAS

## OFICINA CRIATIVA

A atividade é dinamizada por Sofia Delfino e convida as crianças a explorar a expressão plástica, dramática, musical e sensorial. Um espaço de criatividade, descoberta e imaginação, onde comunicação acontece através de diferentes formas de expressão.

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**







**DIA 21 | SÁB | 11H**

HORA DO CONTO

## GOSTO DE TI, JÁ DISSE!

Destinatários: crianças acompanhadas por um adulto

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

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

Sessão dinamizada pela voluntária Eduarda Franco a partir do livro de Jory John e Benji Davies. Uma divertida história sobre amizade, diferenças e a importância de passarmos tempo com aqueles de quem mais gostamos.




DIA 28 | SÁB | 14.30H

ATELIÊ

## A ARTE DO MEU NOME

Destinatários: crianças dos 3 aos 12 anos

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

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

Dinamizado pela voluntária Sara Patrício, este ateliê desafia as crianças a transformarem o seu nome numa obra de arte através da exploração de letras, cores e texturas. Uma atividade criativa que celebra a identidade e a imaginação.

DIA 18 | QUA | 10H

HORA DO CONTO + OFICINA CRIATIVA

## O FEITIÇO

### de Ana Sousa Martins

Ler as letras pequeninas dos feitiços é extremamente e categoricamente importante!

Destinatários: jardins de infância das redes pública e privada e escolas básicas da freguesia do Castelo

Inscrições: até dia 9 (96 241 73 27 / espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

**Lugar da Terra**

Org.: JF Castelo

DIA 19 | QUI | 11H

ESPAÇO BEBETECA

## DO BERÇO ATÉ À LUA...

### por Sofia Delfino

Esta atividade estimula os sentidos dos bebés através de experiências que promovem o seu crescimento e desenvolvimento, incentivando o contacto precoce com os livros e a descoberta do mundo.

Destinatários: bebés até aos 36 meses, acompanhados por um adulto

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

DIA 27 | SEX | 15H

SESSÃO DE ESCLARECIMENTO/ WORKSHOP

## VEM NAVEGAR EM SEGURANÇA

Sessão dinamizada por João Bizarro que sensibiliza para a utilização segura da Internet, ensinando a navegar, pesquisar informação e realizar trabalhos escolares em ambiente digital de forma responsável.

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

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

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

**A decorrer...**

FORMAÇÃO

## CURSO DE INGLÊS

### Certificado pelo Cambridge

Destinatários: dos 6 aos 18 anos

Preço: a partir dos 70 €

## CURSO DE 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: 125 € por mês

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

**Rua do Valparaíso, n.º 5, Sesimbra, e Rua Manuel Pereira Pinhal, nº2 A, Sampaio**

Org.: innestudos, Centro de Estudos e Formação

## SACOLAS COM DIREITOS

Iniciativa de promoção da leitura em família que disponibiliza sacolas temáticas para empréstimo domiciliário. Cada sacola contém uma seleção surpresa de recursos que incentivam hábitos de leitura e descoberta em conjunto.

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

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

TERÇAS | 17 ÀS 18H

DANÇA PARA TODOS

## LABORATÓRIO DE DANÇA

### com Bruno Cochat

Destinatários: dos 6 aos 12 anos

Inscrições: 91 404 38 19 / agora.lap@gmail.com

**Espaço Zambujal**

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

TERÇAS | 18.30 ÀS 20H

MÚSICA ENTRE NÓS

## CORO INFANTIL

Destinatários: dos 6 aos 12 anos

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

**Sala Polivalente do Lugar da Terra, Zambujal**

Org.: JF Castelo

DOMINGOS | 10 E 10.45H

## MÚSICA PARA BEBÉS E CRIANÇAS

Destinatários: até aos 2 anos - 10h; dos 3 aos 5 anos – 10.45h

Inscrições: zanabatuta.associacao@gmail.com / 92 810 66 89

**Sede da Associação Zana Batuta**

Org.: Associação Zana Batuta

SÁBADOS | 9 ÀS 13H

## CENTRO MUNICIPAL DE ATIVIDADES NÁUTICAS

### Vela, Canoagem e SUP

Destinatários: maiores de 6 anos

Inscrições: desporto@cmsesimbra.pt / 93 998 02 22

**Centro de Atividades Ambientais e Desportivas, Lagoa de Albufeira**

**Inscrições...**

## ESCOLA DE TEATRO

### Ano letivo 2026/2027

Quer para quem deseja iniciar-se no teatro, quer para quem procura aprofundar conhecimentos na área da representação, a nossa Escola de Teatro oferece um espaço de partilha e crescimento.

Destinatários: a partir dos 6 anos

Inscrições: zanabatuta.associacao@gmail.com

**Sede da Associação Zana Batuta**

Org.: Associação Zana Batuta



INSCRIÇÕES ABERTAS PARA O ANO LETIVO 2026/2027

## CONSERVATÓRIO DE MÚSICA DE SESIMBRA

### Grau de Iniciação

Inscrições: zanabatuta.associacao@gmail.com

**Sede da Associação Zana Batuta**

Org.: Associação Zana Batuta

O Conservatório de Música de Sesimbra tem abertas as inscrições para o ano letivo 2026/2027 no Grau de Iniciação, destinado a crianças que desejam dar os primeiros passos no ensino artístico da música. Através de uma formação estruturada e adaptada à idade dos alunos, o curso proporciona o desenvolvimento musical, sendo uma oportunidade única para aprender música.



Constituição da ANUFISE a 20 de novembro de 1978. Da esquerda para a direita: Manuel Pedro Rocha, Caetano Carapinha, Vasco Pinto Alves, José Lopes Amigo, Jorge Polido Martelo, Luís Filipe Baptista, António V. Mateus, António Júlio Pinto. PT/CMSSB/EICAR/I/H/NP0001 – Espólio Idaleciano Cabecinha e Américo Ribeiro. A fotografia está disponível no repositório digital do Arquivo Municipal de Sesimbra (arquivo.cm-sesimbra.pt).

# UMA PAIXÃO PELAS MOEDAS


Caetano Carapinha

**Das moedas encontradas na praia depois dos temporais às coleções que hoje preenchem a sede da Associação Numismática e Filatélica de Sesimbra (ANUFISE), a história do colecionismo na vila confunde-se com o percurso de Caetano Carapinha. Único fundador ainda vivo da associação, criada em 1978, continua a dedicar-se à numismática com o mesmo entusiasmo que o levou a guardar as primeiras moedas há mais de meio século.**




Durante décadas, as praias de Sesimbra esconderam pequenos tesouros. Depois dos temporais de inverno, era comum encontrar moedas e outros objetos trazidos pelo mar, enquanto os muitos turistas estrangeiros que visitavam a vila deixavam também exemplares de vários países nas mãos dos sesimbrenses. Foi desse universo de pequenas descobertas que nasceu a paixão de muitos colecionadores locais, entre eles Caetano Carapinha, atual presidente da Associação Numismática e Filatélica de Sesimbra (ANUFISE). Com 77 anos, é o único fundador ainda vivo da coletividade e uma das figuras mais conhecidas do colecionismo sesimbrense.

Recorda que o interesse pelas moedas começou quando trabalhava no antigo Café Marítimo, um dos locais mais movimentados da vila.

«Naquela altura, as pessoas apanhava muitas moedas na praia, e sabiam que eu gostava de colecionar. Também o facto de trabalhar no Café Marítimo, por onde passavam muitos estrangeiros, ajudava. Eu pedia ou davam-me de gorjeta. Foi daí que nasceu a minha paixão pela numismática», conta.

Ao longo dos anos reuniu milhares de exemplares através de trocas, ofertas e descobertas feitas por familiares e amigos. Um assalto à sua residência acabaria, porém, por lhe levar grande parte desse património. A perda não diminuiu o entusiasmo. Ainda hoje, sempre que recebe moedas no troco, examina-as com atenção. As que já possui seguem para a carteira; as que lhe suscitam dúvidas ficam guardadas para serem verificadas mais tarde. Paralelamente, foi reunindo inúmeros objetos promocionais, documentos e recordações ligadas à vila. Como gosta de dizer, coleciona «tudo o que tenha a palavra Sesimbra».

A paixão de Caetano era partilhada por muitos outros sesimbrenses. Foi dessa rede informal de colecionadores que nasceu a Associação Numismática e Filatélica de Sesimbra, fundada a 20 de novembro de 1978 pelo Tenente-Coronel Francisco Magro, José Lopes Amigo, Joaquim Martelo Ferreira, António Nero, António J. Coito Pinto, Vasco Pinto Alves, Manuel Pedro Rocha, Luís Filipe Batista, António V. Mateus, Jorge Polido Martelo, João Reis, Caetano Carapinha e Valdemar Capítulo.



Frank Pereira, Rui Caseiro, Ilda Carvalho, João Chanoca e Eduardo Januário, na exposição comemorativa do Dia do Colecionador, em 2025, na Praça da Califórnia



Exposição da ANUFISE realizada no Grupo Desportivo de Sesimbra




A primeira placa da associação.



A primeira sede funcionou numa arrecadação da Igreja Matriz, no Largo Duque de Palmela. Mais tarde, a associação ocupou as antigas instalações das Finanças, na Rua Dr. Aníbal Esmeriz, onde permaneceu durante cerca de duas décadas, antes de se transferir para a Avenida dos Náufragos, onde continua instalada.Entre as figuras mais marcantes da história da associação destaca-se José Lopes Amigo, recordado pelos associados como um dos grandes impulsionadores da coletividade. Ao longo das décadas, a ANUFISE promoveu exposições, encontros e diversas iniciativas dedicadas à numismática e à filatelia. Viveu períodos de grande atividade, mas também momentos difíceis. Houve mesmo uma fase em que a atividade esteve suspensa, situação ultrapassada graças ao empenho de vários associados que garantiram a continuidade da coletividade.



Atual direção da Associação Numismática e Filatélica de Sesimbra

Entre as histórias mais curiosas recordadas pelos seus membros está a recuperação da primeira placa da associação. Desaparecida durante vários anos, muitos acreditavam que se tinha perdido definitivamente. O seu reaparecimento aconteceu de forma inesperada, quando um colecionador a encontrou numa feira de velharias e a devolveu à associação. Hoje permanece exposta na sede como testemunho de quase cinco décadas de existência.

Muitas das histórias partilhadas pelos associados revelam percursos distintos unidos pela mesma paixão. Alguns começaram a colecionar moedas encontradas na praia após os temporais, outros através de viagens ou do serviço militar em África. Em comum têm o gosto por preservar objetos que ajudam a contar histórias e a compreender o passado.

Na sede da associação, na Avenida dos Náufragos, colecionadores e curiosos continuam a encontrar um espaço de encontro e partilha. Aberta de segunda-feira a sábado, entre as 15 e as 17.30 horas, a ANUFISE recebe quem pretenda conhecer coleções, trocar exemplares ou simplesmente conversar sobre a história que cada peça guarda.

A conversa que permitiu recuperar muitas destas memórias contou ainda com a participação de Rui Caseiro, João Jorge Cunha, João Chanoca, Frank Pereira, Carlos Botas e Eduardo Januário. Entre fotografias antigas, moedas, notas, medalhas e recordações de outros tempos, ajudaram a reconstruir o percurso de uma coletividade que continua a ocupar um lugar especial na vida associativa sesimbrense.

# 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 12.30e 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,
Rua Manuel de Arriaga
2975-329 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
Sábados, das 10 às 18h (Salas de Leitura encerram das 13 às 14h)

**Capela do Espírito Santo dos Mareantes**
Rua Cândido do Reis , n.º 17
2970 – 724 Sesimbra
Tel.: 21 014 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: todos os dias,
das 7 às 19h

**Visit Sesimbra no Castelo**
Castelo de Sesimbra
Tel.: 21 268 07 46
turismo@cm-sesimbra.pt
Horário: todos os dias,
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
gip.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 sábado, das 13 às 19h
Em dias de espetáculo/cinema, a bilheteira abre 1 hora antes do início do espetáculo/cinema e encerra 30 minutos após o início dos mesmos.
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
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**
Forte 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.qtadoconde@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@cnpdpcj.pt

**Cruz Vermelha Portuguesa**
(sede - Seixal)
Tel.: 21 222 77 46

**EDP (avarias)**
Tel.: 800 50 65 06

**Farmácias**
Sofárida (Santana e Sesimbra)
Tel.: 91 493 28 99
Cotovia Tel.: 21 268 16 85
Alfarim (Liz) Tel.: 21 268 85 47
Quinta do Conde (Rodrigues Pata)
Tel.: 21 210 11 95
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

SESIMBRA

# TEMPORADA DE MÚSICA DE CASA DE ÓPERA DE CABO ESPICHEL



**20 a 29 novembro'26**

programa completo:

SESIMBRA.PT