

no
15
Sesimbr'Acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

Sara Tavares



Câmara Municipal de Sesimbra

informação participação cidadania

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

Para divulgar iniciativas, contribuir com sugestões ou receber mensalmente a Sesimbr'Acontece em PDF no seu e-mail contacte-nos através de sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt. A informação sobre os eventos deve chegar à UFCCI/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.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA


Sesimbra
câmara municipal
www.cm-sesimbra.pt



Receba a Sesimbr'Acontece no seu e-mail.
Subscreva a newsletter na página inicial do site da CMS.
<http://www.cm-sesimbra.pt>

sum

sumário

3 editorial	
destaques	4
música . teatro . dança	14
feiras . exposições	15
conferências . ateliês . cursos	16
desporto . movimento . ar livre	20
...e ainda	24
...e para os mais novos	26

32 memórias

34 contactos úteis

ft

ficha técnica

Propriedade
Câmara Municipal de Sesimbra

Diretor
Augusto Pólvora (presidente)

Edição, coordenação, redação, fotografia, paginação, revisão e secretariado
Unidade Funcional de Comunicação e Informação (UFCCI)
Avenida da Liberdade, n.º 7
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 90
Fax: 21 228 86 87
E-mail: informacao@cm-sesimbra.pt

Design Gráfico
Rui Dias (direção de arte)
Bruno Campos (paginação)
Hugo Flório (paginação)

Capa
Simons
Pré-impressão e impressão
Gráfica, L.da

Periodicidade
Mensal

Tiragem
5000 exemplares

ISSN
2182-6315

A nossa casa da Cultura

O Cineteatro Municipal João Mota assume, este mês, um papel preponderante na programação cultural do concelho, não apenas com os espetáculos de música e teatro que nos propõe, mas também com as ações de formação em vários domínios, e destinadas a várias faixas etárias.

O grande destaque é a presença em palco de Sara Tavares, que começou, como se sabe, com a vitória no primeiro programa televisivo de descoberta de talentos, o Chuva de Estrelas, venceu o Festival da Canção e representou Portugal na Eurovisão, com o melhor resultado de sempre. A partir daí conseguiu cimentar uma carreira com vários reconhecimentos nacionais e internacionais que comprovam o seu talento como cantora e compositora.

No teatro, a oferta abrange vários géneros, que vão desde uma adaptação de *A Tempestade*, de William Shakespeare, pelo Teatro Griot, à tragédia grega, com *Antígona de Sófocles*, pelo Grupo de Teatro da Universidade Católica Portuguesa, passando pela peça *Depois de Darwin*, que nos mostra, pela visão do Teatro Extremo, a viagem de Charles Darwin à volta do mundo e as suas descobertas. O teatro de marionetas tem também lugar com *Apara, o Rapaz que Vai e Vem*, pela companhia Valdevinos, espetáculo que alerta para a importância da água, um bem precioso.

A formação de públicos, sobretudo os mais jovens, foi um dos desígnios do Cineteatro desde que abriu portas em 2007. A programação deste mês mostra-nos isso mesmo, com duas ações para crianças, uma formação de escrita para teatro e outra de desenho.

A qualidade dos espetáculos que propomos e a originalidade e interesse destas pequenas ações são formas de conquistar a comunidade para a cultura e de a envolver no belo e fantástico mundo das artes.

Felícia Costa
Vereadora do Pelouro da Cultura



Foto: Vítor Cid

Depois de Darwin

A companhia Teatro Extremo traz a Sesimbra a sua 45.ª produção, baseada num texto da premiada dramaturga Timberlake Wertenbaker e encenada pela consagrada atriz Ana Nave. Em *Depois de Darwin*, dois atores e uma encenadora desempregados decidem arriscar num projeto comum: estrear um espetáculo sobre a jornada científica à volta do mundo realizada por Charles Darwin e a sua relação com o comandante do navio Beagle, Robert FitzRoy, homem pouco atraído pelas descobertas do naturalista britânico. Em paralelo, a história resvala para uma narrativa colateral situada entre os intérpretes do próprio objeto teatral que os obriga a sair dos seus papéis e questionar a sua participação num projeto desta natureza, tendo em conta o mundo de que fazem parte.

dia 27 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)

A Tempestade

A peça *A Tempestade* é uma produção do Teatro Criot, a partir do texto de William Shakespeare, na qual Bruno Bravo encena reorganizações fonéticas, numa convocação do presente onde a imobilidade e o dinamismo se descobrem em espanto. Próspero, personagem luminosa e sombria, desterrada numa ilha sem geografia, desencadeia uma tempestade de forma a vingar-se dos inimigos responsáveis pelo seu exílio. Um longo poema dramático, hermetista, humanista, utópico, clássico, musical, metateatral, composto de homens e de espíritos, aqui numa versão de câmara onde, no final, para todos os efeitos, também tudo se perdoa.



dia 14 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Foto: Miguel Cardoso

Sara Tavares estreia-se em Sesimbra

Com apenas 16 anos Sara Tavares vence a primeira edição do concurso Chuva de Estrelas, com uma imitação de Whitney Houston. Depois disso, conquista um dos melhores resultados de sempre para Portugal, o 8.º lugar, no Festival Eurovisão da Canção, com o tema *Chamar a Música*. Em 1996, dois anos depois, lança o seu primeiro álbum, que conta com a colaboração do coro Shout. Nesse ano, grava também a música *Longe do Mundo* (uma adaptação de *Cod Help The Outcasts*, de Heidi Mollenhauer) para o filme *O Corcunda de Notre-Dame*, que merece uma menção honrosa da Disney. A cantora e compositora, nascida em Lisboa mas com origens em Cabo Verde, regressa aos discos em 1999, com o trabalho *Mi Ma Bô*, um álbum mais maduro e com ligação às suas raízes. Em 2005, com o CD *Balancê*, editado pela World Connection, Sara Tavares alcança o disco de ouro, e vê o seu álbum ser considerado um dos melhores do ano. É ainda nomeada para Melhor Novo Artista nos *World Music Awards* da BBC Radio 3, atuando no célebre programa de televisão britânico *Later With Jools Holland*. Em 2008, lança o DVD *Alive in Lisboa*, e um ano depois regressa aos originais com *Xinti*. Depois de duas décadas a percorrer os palcos nacionais e internacionais, Sara Tavares atua, pela primeira vez, em Sesimbra. Um concerto “cheio de boa onda”, a não perder.

dia 7 | sáb | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Apara, o Rapaz que Vai e Vem

Apara é um rapaz que vive numa aldeia africana onde a água é o que têm de mais importante. No outro lado do mundo, numa cidade onde não falta nada vive Cedeão, um rapaz da mesma idade, para quem a água não é um problema, pois corre facilmente pela torneira, que está sempre a pingar.

Este teatro de marionetas da companhia Valdevinos é um espetáculo visual de reflexão onde a palavra é substituída por um suporte musical original que guia o público através de realidades bem diferentes: A abundância e a escassez de recursos; o valor dos bens materiais e o valor da vida; o valor da água como geradora de vida. Estaremos a dar a devida importância ao bem mais precioso para a nossa existência? Teremos noção que a água potável não é assim tão abundante?

dia 8 | dom | 17h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 30)



Oficina de Teatro

Nesta oficina de teatro as crianças vão ter oportunidade de experimentar o que é pisar um palco e interpretar uma história em frente a uma plateia. A atividade, com direção artística e pedagógica da atriz Bibi Comes e coordenação e produção do Teatro Extremo, tem como objetivo promover um espaço que privilegia o afeto, a experimentação, a criatividade, a partilha de conhecimentos e o trabalho coletivo. O grupo começa por criar uma história e a partir daí trabalha outras vertentes do teatro, tais como cenários, figurinos, sons, maquilhagem e iluminação. Direcionada a crianças dos 3 aos 5 anos, esta ação é limitada a 20 participantes. Os interessados podem inscrever-se até 13 de novembro, no Cineteatro Municipal.

dia 14 | sáb | 11h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 28)



Vê Com os Teus Olhos e Cheira Com o Teu Nariz

Uma oficina que proporciona às crianças, dos 6 aos 10 anos, um primeiro contacto com o teatro. Experimentar e desenvolver, através de jogos e improvisações teatrais, a sua imaginação e criatividade, ganhando um olhar diferente em relação às artes promovendo, paralelamente, o convívio entre os participantes é a finalidade da atividade, realizada pelo Teatro Extremo. A participação é gratuita e limitada a 20 crianças. As inscrições estão abertas até 27 de novembro.

dia 28 | sáb | 11h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 29)

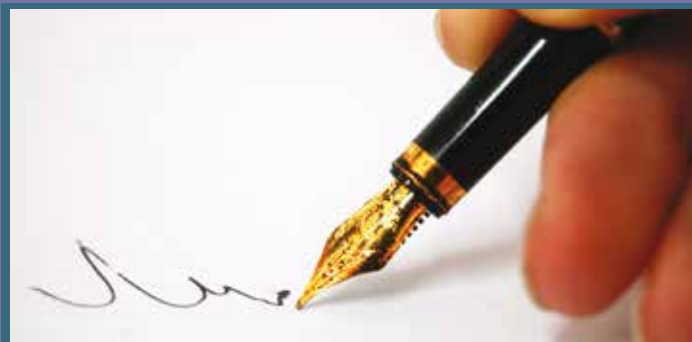


Antígona de Sófocles

A tragédia grega de Sófocles é trazida ao Cineteatro Municipal pelo Grupo de Teatro da Universidade Católica Portuguesa. A peça conta-nos a história de uma jovem, Antígona, que quer enterrar de maneira digna, e de acordo com a religião, o seu irmão Polínice. Porém a sua atitude vai contrariar as ordens do rei Creonte, que havia determinado que o corpo do sobrinho deveria ser exposto às aves do céu e aos cães na terra. Depois de uma batalha, que colocou frente a frente os irmãos Eteócles e Polínicos, filhos de Édipo, que acabam por morrer às mãos um do outro, Creonte, tio dos falecidos e quem reina sobre a cidade, ordena que apenas ao cadáver de Eteócles sejam concedidas honras fúnebres, como defensor de Tebas.

A desobediência de Antígona é o ponto de partida para *Antígona de Sófocles*, uma peça para maiores de 6 anos, que fala sobre o dever que o ser humano tem para com Deus que é anterior àquele que tem para com o Estado.

dia 28 | sáb | 21.30h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Workshop de Escrita para Teatro

A. Branco, dramaturgo, encenador, consultor e mestre em teatro, pela Escola Superior de Teatro e Cinema vem a Sesimbra realizar um *workshop* de escrita para teatro, focado na construção de pequenos textos dramáticos e na criação de uma peça de teatro de curta duração. A formação é destinada a maiores de 18 anos, limitada a 12 participantes e tem um custo de 15 euros (quatro sessões). As inscrições estão abertas até 13 de novembro. No dia 29, domingo, às 17 horas, os formandos vão apresentar publicamente os textos produzidos. A entrada é livre.

dias 14, 15, 21 e 22 | sáb e dom | 14.30h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 16)

Desenho Cego: Como Desenhar de Olhos Bem Abertos

Utilizar, de forma simples, o desenho como ferramenta de observação do real, dominar a ferramenta do desenho cego e aplicá-la no desenho do quotidiano e executar um desenho cego em equipa com outros desenhadores são os principais objetivos desta oficina de desenho, orientada por Pedro Loureiro. No final da atividade, os participantes vão conseguir, com lápis ou caneta, traduzir para o papel formas, proporções e volumes observados a partir do real, continuar o desenho de um colega no seu próprio caderno, adaptando-o ao estilo e linguagem gráfica próprios, e produzir registos de impressão (sensorial) de uma situação de entretenimento, como um espetáculo de teatro. Para participar na oficina não é preciso saber desenhar.



dia 28 | sáb | 14.30h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 17)

Festa solidária para ajudar a Catarina Santos

O Grupo Desportivo e Cultural do Casal do Sapo, na Quinta do Conde, acolhe no dia 15 de novembro, domingo, a partir das 15 horas, um encontro de música e dança a favor de Catarina Santos, ginasta sesimbrense que em julho de 2014 num treino de trampolins sofreu uma queda que a deixou tetraplégica. O evento solidário, que se associa à causa Vamos Ajudar a Catarina, vai reunir na sede do grupo um conjunto de artistas, entre os quais Iran Costa, e instrutores de Zumba e Kizomba, que durante a tarde vão animar a festa. A iniciativa conta ainda com apresentações da Troupe Brazil, Livia e Marlon e Lutas Olímpicas. A entrada tem um valor de 3 euros por pessoa, que reverte na totalidade a favor da jovem. Para quem quiser jantar e assistir ao espetáculo o valor é de 12 euros, inclui prato, bebida e sobremesa. Participe!

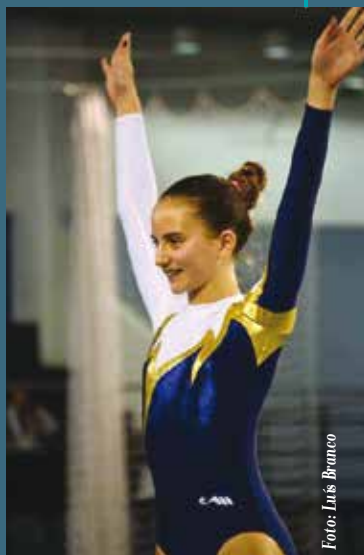


Foto: Inês Branco

dia 15 | dom | 15h
Grupo Desportivo e Cultural do Casal do Sapo, Quinta do Conde
(página 14)

Sesimbra no Congresso da Anciania

O concelho de Sesimbra vai participar no Congresso da Anciania, que resulta de um projeto iniciado pelo Instituto de Ciências Educativas, em 2014, e direcionado à população sénior do distrito de Setúbal. Durante o dia vão ser debatidas várias temáticas, apresentadas histórias de vida, comunicações e trabalhos realizados pelos próprios intervenientes. Sesimbra faz-se representar através de três municípios – Heliadora Carambola, Domingos Lopes e Jorge Mata, que vão partilhar testemunhos de vida e debater com outros participantes/oradores problemáticas, aspirações e mais-valias existentes nesta faixa etária. A iniciativa, que visa ainda fortalecer a relação entre o idoso e o jovem, vai realizar-se na Escola Superior de Saúde, no Instituto Politécnico de Setúbal. A entrada é livre.



Foto: Caspar A.C.

dia 5 | qui | das 9.30 às 17.30h
Escola Superior de Saúde, Setúbal
(página 16)



Balões de ar quente iluminam a Baía

Na noite de 28 de novembro, sábado, o céu de Sesimbra vai iluminar-se com centenas de balões de ar quente. *Ilumina-me* é o nome desta ação, promovida pela Cercizimbra (Cooperativa para Educação e Reabilitação de Cidadãos Inadaptados de Sesimbra), há 3 anos, em parceria com a Câmara Municipal e outras entidades e associações do concelho, que pretende assinalar o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência e, ao mesmo tempo, recolher donativos a favor do Centro de Atividades Ocupacionais da Cercizimbra. Por 3 euros, verba que reverterá a favor do Centro, os participantes terão oportunidade de adquirir e lançar um pequeno balão biodegradável. Desta forma, estarão a ajudar esta cooperativa de solidariedade social, que há mais de três décadas acolhe, reabilita e trabalha pela integração social e bem-estar de pessoas portadoras de deficiência motora e intelectual. A iniciativa tem início às 21.30 horas, na Praia do Ouro, em Sesimbra. Participe!

dia 28 | sáb | 21.30h
Praia do Ouro, Sesimbra
(página 24)

Inscrições abertas para o Mexe-te!

Estão abertas as inscrições para o Mexe-te!, programa municipal de prevenção e combate à obesidade infantil, direcionado a crianças e jovens do concelho de Sesimbra.

O programa alia três vertentes: educação física, nutrição e acompanhamento psicológico.

O objetivo é identificar e encaminhar casos problemáticos para o projeto de reeducação alimentar e de atividade física. Para mais informações contacte a Divisão de Educação e Desporto da Câmara Municipal, pelo telefone 21 228 82 46 ou pelo e-mail educacao.desporto@cm-sesimbra.pt.

(página 27)



21ª Corrida de Sesimbra

A Corrida de Sesimbra volta este mês às ruas da vila. O percurso, de 10 mil metros, sempre à beira-mar, é já uma referência no calendário nacional, não só pela boa organização que lhe é reconhecida, como pela beleza do percurso. Este ano, a competição começa e termina na Praça da Califórnia e percorre toda a marginal. A passagem pelo pontão é o ponto alto da corrida, que junta habitualmente perto de mil atletas em representação de equipas de todo o país ou a título individual. A organização está a cargo da Associação Desportiva *O Mundo da Corrida*, com o apoio da Câmara Municipal de Sesimbra.

dia 1 | dom | 10h
Vila de Sesimbra
(página 20)



Hortas Solidárias

As candidaturas às Hortas Solidárias da Quinta do Conde estão abertas. Os interessados podem inscrever-se no Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade, no Balcão Único de Serviços e no CIPA – Centro de Inovação e Participação Associativa, na Quinta do Conde. Este projeto, um dos vencedores do programa EDP Solidária, é destinado a famílias e organizações não-governamentais locais, e tem como objetivo promover a agricultura em modo tradicional de cariz tendencialmente biológico, como atividade de lazer ou como complemento económico. As Hortas são desenvolvidas pela Câmara Municipal, em parceria com a Junta de Freguesia da Quinta do Conde, Associação de Apicultores da Península de Setúbal e ANIME – Projeto de Animação e Formação. Neste momento, a Câmara Municipal está a desenvolver um projeto idêntico para Sampaio.

(página 25)



Aplicação Mecânica de Fitofarmacêuticos

Estão abertas inscrições para o curso de aplicação de produtos fitofarmacêuticos, promovido pela Associação de Viticultores do Concelho de Palmela. A formação é homologada pela Direção Regional de Agricultura e Pescas e vai permitir aos formandos obter o cartão de aplicador, que irá ser obrigatório para aquisição e aplicação destes produtos químicos, de acordo com a legislação em vigor. Para mais informações contacte o Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade, pelo telefone 21 228 87 14.

(página 19)



Foto: Sofia Berberan

A Tempestade | dia 14



Quem Conta um Conto... | dia 21



A Cor Existe às Vezes Triste | de 14 a 29



Improvisos | a partir de dia 24

dia 6 | sex | 21.30h
Fados de São Martinho

Fadistas do concelho, acompanhados à guitarra por Jorge Costa e à viola por Miguel Costa

- Preço: a partir de 7 €
 - Informações e reservas: 21 223 31 33 / geral@ligadosamigosdesesimbra.org
- Sociedade Musical Sesimbrense**
Org.: Liga dos Amigos de Sesimbra

dia 7 | sáb | 21.30h

MÚSICA
Sara Tavares

- Destinatários: maiores de 6 anos
 - Bilhete: 15 €
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**

dia 14 | sáb | 21.30h

TEATRO
A Tempestade

pelos Teatro Griot
Composição dramática a partir do texto de William Shakespeare.

- Destinatários: maiores de 6 anos
 - Bilhete: 5 €*
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**

dia 15 | dom | 15h

MÚSICA E DANÇA
Dança +

Festa solidária para ajudar a Catarina Santos

O evento vai contar com as atuações dos cantores Iran Costa, Jean Cremona, Xana Carvalho, Santiago, Tony Pinheiro, Ricardo Jorge e José Barbosa, com as demonstrações de Zumba e Kizomba por vários instrutores e ainda as apresentações da Troupe Brazil, Livia e Marlon e Lutas Olímpicas.

- Entrada: 3 €
 - A receita reverte para a causa Vamos Ajudar a Catarina
- Grupo Desportivo e Cultural do Casal do Sapo, Quinta do Conde**

dia 21 | sáb | 17h

TEATRO
Quem Conta um Conto...

Apresentação do trabalho desenvolvido no curso de teatro do Cinetatro Municipal, no âmbito da criação da Companhia CineArte1, desenvolvido pela Anime.

- Destinatários: maiores de 4 anos
 - Bilhete: 3 €*
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**

dia 27 | sex | 21.30h

TEATRO
Depois de Darwin

pelos Teatro Extremo

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 5 €*

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 28 | sáb | 16h

CONCERTO BARROCO
Encontro Luso-Nipónico Durante

o Barroco Tardio
• Michio O'Hara (cravo e fortepiano)
• António Camilho (flauta de bisel)

Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago

dia 28 | sáb | 21.30h

TEATRO
Antígona de Sófocles

por NOSTER - Grupo de Teatro da Universidade Católica Portuguesa (Lisboa)

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 3 €*

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 29 | dom | 17h

APRESENTAÇÃO PÚBLICA
Leitura dos Textos

Produzidos no Workshop Escrita para Teatro

- Entrada livre (mediante lotação da sala)
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**

até dia 7
EXPOSIÇÃO

DE PINTURA
Relevos de Cor

de Jorge Santos
• de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h

Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra

até dia 8

Exposição de Obras de Antigos Alunos e Professores da Escola de Artes Decorativas António Arroio

• de quarta a sexta, das 15 às 17.30, sábados e domingos, das 15 às 18h

Galeria em Projeto, Sesimbra

até dia 20

EXPOSIÇÃO
Fechaduras Antigas

de Elisabete Raimundo
• de segunda a sexta, das 10 às 13 e das 14 às 20.30h
• sábados, das 9 às 13.30 e das 16 às 20h

Átrio da Secretaria da Associação Cultural e Desportiva da Cotovia
Org.: Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

dias 8 e 22 | dom | das 10 às 18h

FEIRA DAS ARTES E DO ARTESANATO
Zimbr'Arte

Fortaleza de Santiago, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

de 10 a 21

EXPOSIÇÃO
Um Museu Perto de Nós

Exposição Coletiva de trabalhos de várias IPSS do concelho de Sesimbra.

- Serviço Educativo do Museu de Sesimbra
 - de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h
- Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra**

de 14 a 29

EXPOSIÇÃO
DE FOTOGRAFIA
A Cor Existe às Vezes Triste

de Jorge Martins
• de quarta a sexta, das 15 às 17.30, sábados, domingos e feriados, das 15 às 18h

Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago

dias 15 e 22 | dom | das 10 às 18h

Feira das Antiguidades, Artes e Artesanato

Parque da Vila, Quinta do Conde
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

a partir de dia 24

EXPOSIÇÃO
DE PINTURA
Improvisos

de Milene Batista
• de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h

Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

sábados e domingos | das 9.30 às 14h

Sabores da Nossa Terra

Venda de Produtos Locais
Moagem de Sampaio

*
• Estudantes até 25 anos e seniores (mais de 65 anos): 30% de desconto
• Crianças até 12 anos: 50% de desconto



Novo Uso das Revistas | dia 5



10 Passos para a Criação do seu Negócio | dia 13



O Estado da Educação | dia 14

dias 5 e 6 | qui e sex | 9h

CONFERÊNCIA
Bionascimento

10 Anos Passados, que Futuro?

• Inscrições e informações: 93 720 16 30 / 96 482 98 02 / www.bionascimento.com
Audatório Conde de Ferreira, Sesimbra
 Org.: Bionascimento

dia 5 | qui | das 9.30 às 17.30h

Congresso da Anciania

Sesimbra vai ser representada pelos municípios Heliodora Carambola, Domingos Lopes e Jorge Mata, que vão partilhar testemunhos de vida.

• Destinatários: população sénior do distrito de Setúbal
 • Entrada livre
Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Setúbal

dia 5 | qui | 14.30h

A ARTE DO SABER**Novo Uso das Revistas**

Recorte, colagem e moldagem de papel.

• Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
 • Dinamizadora: Viktoriya Prymachenko (animadora sociocultural da SCMS)
 • Limite: 15 participantes
 • Objetivo: promover a criatividade e estimular a motricidade fina
 • Inscrições: 21 228 85 88 / ana.marinho@cm-sesimbra.pt
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

de 6 a 27 | sextas e sábados

FORMAÇÃO
Cultura de Hortícolas em Modo de Produção Biológico

• Destinatários: adultos entre os 23 e os 65 anos
 • Limite: 25 participantes
 • Duração: 50 horas
 • sextas, das 18 às 23, sábados, das 9 às 13 e das 14 às 18h
 • Inscrições e inscrições: 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt / cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade
 • Formador: Gil Feio
Pavilhão Municipal de Sampaio

dia 7 | sáb | das 14.30 às 17.30h

WORKSHOP**Feng Shui e a Imagem**

• Preço: 30 €
 • Inscrições e inscrições: 96 554 84 77 / info@espacoriental.com / www.facebook.com/espacoriental
Espaço Oriental, Quinta do Conde
 Org.: Espaço Oriental

dia 7 | sáb | 15h

WORKSHOP**Desintoxique-se! Sumos e Águas Detox**

por Marta Coelho

Dar a conhecer conceitos básicos sobre alimentos antioxidantes e desintoxicantes, avaliação de IMC e percentagem de massa gorda, preparação de águas e sumos Detox, bem como a sua degustação.
 • Limite: 15 participantes
 • Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt
 • Projeto de Voluntariado
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 7 | qua | das 15.30 às 17.30h

Pais (de) Agora à**Conversa - Comunicar Com os Filhos**

Encontros Mensais para Pais e Cuidadores
 • Preço: 10 € (12,5 € por casal)
 • Inscrições: jordana.cardoso@gmail.com
 • Dinamização: Jordana Cardoso (psicóloga e formadora)
Espaço Sol, Santana
 Org.: Espaço Sol

**Como Transformar a sua Empresa em Notícia**

Saber como atrair um jornalista ou um meio de comunicação social, compreender a influência das notícias nas marcas e nas empresas e perceber o impacto positivo e negativo das notícias sobre as marcas são os temas a abordar no workshop Como Transformar a sua Empresa em Notícia. A iniciativa, destinada ao público em geral, acontece no dia 20 de novembro, sexta, das 10 às 12.30 e das 14 às 16.30 horas, na Sala Polivalente da Biblioteca Municipal de Sesimbra.

A participação é gratuita mas sujeita a inscrição. Mais informações no Gabinete de Apoio ao Empresário, pelo telefone 21 228 87 19 ou pelo e-mail gae@cm-sesimbra.pt.

dia 20 | sáb | das 10 às 16.30h

Sala Polivalente da Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 13 | sex | das 10 às 12.30h

SESSÃO DE ESCLARECIMENTO
10 Passos para a Criação do seu Negócio

• Inscrições e inscrições: 21 228 87 19 / gae@cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio ao Empresário
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 14 | sáb | 15h

SESSÃO TEMÁTICA
O Estado da Educação

Escola Básica nº 3 da Quinta do Conde

Org.: Assembleia Municipal de Sesimbra

dias 14, 15, 21 e 22 | sáb e dom | 14.30h

WORKSHOP**Escrita para Teatro**

Construção de pequenos textos dramáticos e de uma peça de teatro de curta duração.

• Destinatários: maiores de 18 anos
 • Bilhete participante: 15 € (4 sessões)
 • Limite: 12 participantes
 • Inscrições: até 13 de novembro
 • Inscrições: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt
 • Apresentação pública no dia 29 de novembro, com entrada livre (mediante lotação da sala)
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dias 18 e 25 | qua | das 18.30 às 21.30h

AÇÃO DE FORMAÇÃO
Comunicação e Relação Pedagógica

• Destinatários: auxiliares de educação
 • Preço: 15 €

• Inscrições e inscrições: 96 904 50 53 / Centro de Reabilitação Profissional da Cereziimbra
 • Formadora: Ana Isabel VanKrieken (Diretora Técnica do Centro de Recursos para a Inclusão)
Edifício Raio de Luz, Sampaio
 Org.: Cereziimbra

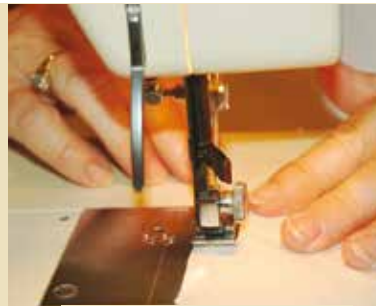
dia 19 | qui | 14.30h

A ARTE DO SABER**Sessão****de Relaxamento - Momento Zen**

• Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares, sem comprometimento cognitivo
 • Dinamizador: Rodrigo Martinho (psicomotricista da SCMS)
 • Limite: 15 participantes
 • Objetivo: estimular os sentidos primários, promover o bem-estar e o relaxamento
 • Inscrições: 21 228 85 88 / ana.marinho@cm-sesimbra.pt
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra



Tardes Térmicas | dia 28

Aplicação Mecânica
de Produtos Fitofarmacêuticos | inscrições

Oficinas de Costura | inscrições



Informática Sénior | inscrições

dia 20 | sex | das 10 às 12.30
e das 14 às 16.30h

WORKSHOP**Como Transformar a Sua Empresa em Notícia**

• Informações e inscrições: 21 228 87 19 / gae@cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio ao Empresário

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 21 | sáb | 15h

CONFERÊNCIA Juventude

• Integrada no Ciclo de Conferências do Rotary Clube de Sesimbra
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 28 | sáb | das 14.30 às 17.30h

OFICINA DE DESENHO Desenho Cego: Como Desenhar de Olhos Bem Abertos

por Pedro Loureiro

• Destinatários: maiores de 13 anos (não é necessário saber desenhar)
• Bilhete participante: 3 €
• Limite: 20 participantes
• Inscrições: até 27 de novembro
• Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 28 | sáb | 15h

TARDES TÉLMICAS | COLÓQUIO**No Centenário da Morte de Sampaio Bruno**

Sampaio Bruno e o Republicanismo Portuense

Paulo Samuel Bruno na Imprensa

Periódica da Época

José Cardoso Marques Sampaio Bruno e a Pista Holandesa

António Carlos Carvalho Sampaio Bruno e a Filosofia Portuguesa

Rui Lopo Sampaio Bruno e António Telmo

Pedro Martins Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

inscrições...

FORMAÇÃO Aplicação Mecânica de Produtos Fitofarmacêuticos

Formação homologada pela Direção Regional de Agricultura e Pescas e vai permitir aos formandos obter o cartão de aplicador, que irá ser obrigatório para aquisição e aplicação destes produtos químicos, de acordo com a legislação em vigor.

Sessão para menores de 67 anos

• Duração: 35 horas, em horário pós-laboral (data a definir)

• Limite: 16 participantes

• Preço: 110 €

Sessão para maiores de 67 anos

• Duração: 1 dia, em horário laboral (data a definir)

• Limite: 10 participantes

• Preço: 45 €

• Informações e inscrições: 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade
Promotor: Associação de Viticultores do Concelho de Palmela

**Como otimizar a sua saúde através das frutas e vegetais**

Sabia que o gengibre é rico em antioxidantes e que é um ótimo estimulante para o sistema imunológico, além de combater náuseas, o inchaço, os gases e a má digestão? E que o alho para além de ajudar nas funções do coração é também um excelente desintoxicante? Estas e outras curiosidades sobre alimentos antioxidantes e desintoxicantes vão estar em destaque no *workshop* Desintoxique-se! Sumos e Águas Detox, que vai ter lugar no dia 7 de novembro, sábado, às 15 horas, na Sala Polivalente da Biblioteca Municipal.

A iniciativa, dinamizada pela voluntária Marta Coelho, mestre em Nutrição Clínica, é aberta ao público em geral mas limitada a 15 participantes. No *workshop*, os participantes vão ter ainda a oportunidade de avaliar o seu IMC e Massa Gorda, e aprender e preparar sumos Detox, que no final vão poder provar.

• Mais informações e inscrições pelo telefone 21 228 85 88 ou pelo e-mail biblioteca@cm-sesimbra.pt

dia 7 | sáb | 15h

Sala Polivalente da Biblioteca Municipal

terças e quintas | das 14 às 17.30h

OFICINA Costura

por Gisela Marques

• Inscrições: 96 760 25 11 / Lugar da Terra

• Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Lugar da Terra, Zambujal
Org.: JF Castelo

FORMAÇÃO**Informática Sénior**

• Destinatários: maiores de 18 anos

• Objetivo: conhecimentos na ótica do utilizador, pesquisa no catálogo da Biblioteca, navegação na Internet e criação de e-mail

• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

quartas e sextas | manhã

CERTIFICAÇÃO**AMRS. Sesimbra****Qu@lifica**

• Objetivo: certificar competências adquiridas em tecnologias de informação e comunicação

• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra



21.ª Corrida de Sesimbra | dia 1



Rota da Arrábida | dia 7



Rota do Cabo Espichel à Lagoa | dia 8



BIT | dia 8

dia 1 | dom | 10h

ATLETISMO**21ª Corrida de Sesimbra**

- Distância: 10 quilómetros
- Destinatários: maiores de 18 anos
- Vila de Sesimbra**
- Org.: Associação Desportiva OMundodaCorrida.com |
- Apoio: CM Sesimbra

dia 7 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**Rota da Arrábida**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: médio/baixo
- Inscrições: até 6 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 7 | sáb | 9.30h

ESCALADA**Poema de Rocha**

- Preço: 17 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 6 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: junto ao GDU Azoia**
- Org.: Vertente Natural

dia 8 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP**Rota do Cabo Espichel à Lagoa**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 7 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 8 | dom | 9.30h

BTT**Pela Mata de Sesimbra**

- Preço: 20 € s/ bicicleta (9 € c/ bicicleta)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 6 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Aldeia da Portela, Aldeia da Piedade**
- Org.: Vertente Natural

dia 14 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**Rota da Arrábida**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: médio/baixo
- Inscrições: até 13 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 15 | dom | 9.30h

PASSEIO DE JEEP E VISITA ÀS CAVES**Rota da Moagem de Sampaio às Pegadas**

- Preço: 15 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 3,5 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 14 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 15 | dom | 9.30h

ESPELEOLOGIA**Gruta da Utopia**

- Preço: 20 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 13 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: povoação dos Pinheirinhos**
- Org.: Vertente Natural

dia 21 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**Rota da Arrábida**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: médio/baixo
- Inscrições: até 20 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 21 | sáb | 9.30h

RAPPEL**Circuito das Lapas**

- Preço: 21 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio/baixo
- Inscrições: até 20 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: junto ao GDU Azoia**
- Org.: Vertente Natural

dia 22 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP**Rota do Cabo Espichel à Lagoa**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 21 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 28 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**Rota da Arrábida**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: médio/baixo
- Inscrições: até 27 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 29 | dom | 9.30h

PASSEIO DE JEEP**E VISITA ÀS CAVES Rota da Moagem de Sampaio às Pegadas**

- Preço: 15 € (primeira criança até 12 anos grátis)
- Duração: 3,5 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 28 de novembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 29 | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE**Na Crista do Risco**

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 27 de novembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: sede da Vertente Natural**
- Org.: Vertente Natural

inscrições...**Modalidades Desportivas****Época 2015/2016**

- Cárdio Fitness, localizada, pilates, cycling, natação, futebol, hóquei em patins, ginástica, voleibol, badminton e zumba.
- Informações: 21 223 30 77
- Inscrições: segunda a sexta, das 10 às 13 e das 15 às 19 horas
- Grupo Desportivo de Sesimbra**
- Org.: GD Sesimbra



Piscina de Sesimbra | Inscrições



Terapia do Riso, Movimentos Preventivos e Animação Cognitiva | a decorrer



Ving Tsun | terças e quintas



Parque da Ribeira | a decorrer

ATIVIDADES AQUÁTICAS

Piscina de Sesimbra

- Informações: desporto@cmsesimbra.pt e 21 013 50 10 / 21 013 55 96 (Piscina)
- Inscrições: segunda a sexta, das 7.45 às 21, sábados, das 9 às 19h
- Avenida da Liberdade, Sesimbra**

Modalidades Desportivas

Patinagem, Zumba, Capoeira e Futebol

- Inscrições e informações: 21 268 34 14 / despalfarim.blog@gmail.com / [facebook.com/despertoalfarim](https://www.facebook.com/despertoalfarim)
- Pavilhão do Grupo Desportivo de Alfarrim**
- Org.: CD Alfarrim

a decorrer...

segundas e terças | das 15 às 17h

ATIVIDADES LÚDICAS

Terapia do Riso, Movimentos Preventivos e Animação Cognitiva

- Preço: 13 € (mensal) + 2 € (quota)
- Inscrições e informações: 96 364 15 89 / equilibrio.bemestar@hotmail.com

Salão da Igreja da Boa Água, Quinta do Conde

- Org.: Clube Equilíbrio e Bem-estar

segundas, quartas e sextas

ARTE MARCIAL Taekwondo

- Formador: Sérgio Capítulo
- Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**

segunda a sexta

Sempre a Mexer Para Não Envelhecer

- Destinatários: municípios maiores de 55 anos
- Preço: 4 € por mês, com descontos caso o utente participe em 2 ou mais atividades
- Informações e inscrições: 21 228 85 33 / 21 228 82 04 / Gabinete de Habitação e Ação Social

Gerontomotricidade

Piscina Municipal de Sesimbra Grupo Desportivo União da Azoia

Grupo Desportivo de Alfarrim Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira

Grupo Desportivo e Cultural do Casal do Sapo

União Desportiva e Recreativa da Quinta do Conde

Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2

Centro Cultural Social e Recreativo A Voz do Alentejo

Danças de Salão

Piscina Municipal de Sesimbra Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2

Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira

Fitness Mental

União Desportiva e Recreativa da Quinta do Conde Grupo Desportivo União da Azoia

- Formador: Sérgio Capítulo
- Grupo Desportivo de Alfarrim Yoga**
- Piscina Municipal de Sesimbra Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira**
- Centro Cultural Social e Recreativo A Voz do Alentejo**
- Ateliê de Artes e Ofícios Antiga escola primária de Santana**

Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2

Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira

Grupo Desportivo e Cultural do Casal do Sapo

segundas e sextas Yoga

- Destinatários: maiores de 16 anos
- Preço: a partir de 30 € (mensal)
- Informações e inscrições: 96 554 84 77 / info@espaoriental.com / www.facebook.com/espaoriental
- Espaço Oriental, Quinta do Conde**
- Org.: Espaço Oriental

terças (quinzenalmente) | das 21 às 22h

Meditação

- Destinatários: maiores de 16 anos
- Preço: 5 € por sessão
- Informações e inscrições: 96 554 84 77 / info@espaoriental.com / www.facebook.com/espaoriental
- Espaço Oriental, Quinta do Conde**
- Org.: Espaço Oriental

terças e quintas | das 11 às 11.45 e das 17 às 17.45h

ATIVIDADE FÍSICA Corpo em Movimento Sênior

- Destinatários: maiores de 50 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**
- Org.: JF Castelo

terças e quintas | das 19 às 21h

ARTE MARCIAL Ving Tsun

- Destinatários: maiores de 16 anos
- Preço: a partir de 30 € (mensal)
- Informações e inscrições: 96 554 84 77 / info@espaoriental.com / www.facebook.com/espaoriental
- Espaço Oriental, Quinta do Conde**
- Org.: Espaço Oriental

terças e quintas | das 20 às 21h

ARTE MARCIAL Choi kwang Do

- Formador: Sérgio Capítulo
- Sociedade Musical Sesimbrense**

sábados | das 9.30 às 11h

Dança Oriental

- Destinatários: maiores de 10 anos
- Preço: 20 € (mensal)
- Informações e inscrições: 96 554 84 77 / info@espaoriental.com / www.facebook.com/espaoriental
- Espaço Oriental, Quinta do Conde**
- Org.: Espaço Oriental

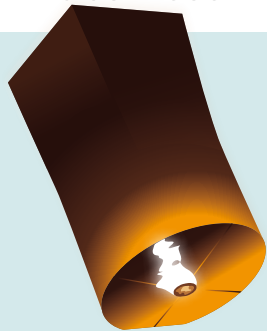
LAZER

Parque da Ribeira - Quinta do Conde

- Acesso pelo Parque do Pingo Doce
- todos os dias, das 6 às 23h
- Várzea da Quinta do Conde**



Sempre a Mexer Para Não Envelhecer | segunda a sexta



Ilumina-me | dia 28



Serviço de Audioguias | a decorrer



Projeto Prove | a decorrer

Núcleo Museológico
da Moagem de Sampaio | quarta a domingo

dia 28 | sáb | 21.30h

Ilumina-meLance um balão
e apoie a Cercizimbra

• Preço do balão: 3 €

• Os donativos recolhidos
revertem a favor do Centro
de Atividades Ocupacionais
da Cercizimbra• A iniciativa será adiada para
5 de dezembro caso as condições
climáticas não permitam a
sua realização• No âmbito do Dia
Internacional da Pessoa com
Deficiência**Praia do Ouro, Sesimbra**
Org.: Cercizimbra | Apoio:
CM Sesimbra, entidades
e associações do concelho

a decorrer...

quartas | 10.30h
Quartas Seniores
dia 4Documentários
/ Filmes / Contosdia 18
Linhas do Saber
dia 25**Clube Ativo**• Destinatários: maiores
de 65 anos• Inscrições: 21 087 08 45 /
96 241 73 27

• Limite: 20 participantes

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

quartas, sextas e sábados
(exceto feriados), das 8.30
às 12.30 e das 14 às 17h**OBSERVAÇÃO DE AVES**
Lagoa Pequena• Marcações: 93 998 22 92 /
info.lagoapequena@
cm-sesimbra.pt/
www.cm-sesimbra.pt/
lagoapequena**Espaço Interpretativo da Lagoa
Pequena, Lagoa de Albufeira**
Org.: ICNF e CM Sesimbraquarta 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**Sesimbra é Peixe**
e Arte na RuaRoteiro de portas,
janelas e murosConsulte o folheto
informativo com os vários
trabalhos, autores
e localizações no Posto
de Turismo de Sesimbra.**Posto de Turismo,**
Fortaleza de Santiago**Loja de Artesanato**Objetos de artesanato,
peças de arte, doces típicos,
compotas e licores regionais
inspirados no tema
Sesimbra é Peixe.**Posto de Turismo,**
Fortaleza de Santiago**PEGADAS**
DE DINOSSÁURIOS
Núcleo Interpretativo
do Monumento Natural
da Pedreira do Avelino• Informações: 21 228 82 06 / 7 /
museu@cm-sesimbra.pt
Rua do Forno da Cal, Zambujal**Gabinete de Psicologia**• Informações: 21 228 82 18
/ 96 945 35 22 / santacasa.
gabinetepsicologia@gmail.com
Santana, SesimbraOrg.: Santa Casa da Misericórdia
de Sesimbra**Serviço de Audioguias**

Visita comentada à vila

Disponível em português,
espanhol, inglês e francês.

• Preço: 3 €

• Objetivo: orientar o visitante
num trajeto pela vila de
Sesimbra, que percorre locais
emblemáticos do concelho
Posto de Turismo,
Fortaleza de Santiago**CABAZ DO PEIXE****Cabaz Família**• Preço: 20 € (cabaz
com 4 quilos de peixe fresco)**Cabaz Leve**• Preço: 13 € (cabaz com 2,5
quilos de peixe fresco)

• Encomendas:

www.cabazdopeixe.pt /
21 228 05 86**Horários e locais de entrega:****sextas, das 16.30 às 19h****Moagem de Sampaio****quintas | das 17.30 às 19h****Junta de Freguesia****da Quinta do Conde****Projeto Prove**Produtos hortícolas
e frutícolas• Preço: 10 € (cabaz entre
cinco e sete quilos)
• Inscrições: Gabinete
de Turismo, Economia Local
e Pescas / 21 228 87 14 /
pescas.ruralidade@
cm-sesimbra.pt /
www.prove.com.pt**Horários e locais de entrega:**
quintas | das 17.30 às 19h**Junta de Freguesia**
da Quinta do Conde• E-mail:
encomendas.quintadoconde@
prove.com.pt• Tel.: 91 231 03 41
(Mafalda Saloio)**sextas | das 16 às 19h****Lx Factory**• E-mail:
encomendasquintadoconde@
prove.com.pt

• Tel.: 93 663 44 61 (Dino Saloio)

sextas | das 16.30 às 17.45h**Associação dos Comerciantes**
de Sesimbra**sextas | das 16.30 às 19h**
Moagem de Sampaio• E-mail:
encomendas.sesimbra@
prove.com.pt

• Tel.: 93 588 04 45

quartas | das 17 às 19.30h
Igreja de Alvalade• E-mail:
encomendas.alvalade@
prove.com.pt

• Tel.: 91 919 72 67

terças | 17.30 às 20h**Centro Comunitário**
de Linda-a-Velha• E-mail:
encomendas.lindaavelha@
prove.com.pt

• Tel.: 96 783 07 12 (Sónia Ribeiro)

sextas | das 16.30 às 18h**Alfragide (Siemens)**• E-mail:
encomendas.alfragide@
prove.com.pt

Tel.: 91 403 44 36

quintas | das 18 às 20h**Clube Ornitológico de Setúbal**• E-mail: encomendas.setubal@
prove.com.pt

• Tel.: 91 953 78 77

Hortas Solidárias

Candidaturas abertas

• Destinatários: famílias
e organizações não-
governamentais locais
• Informações e inscrições:
Gabinete de Apoio às Pescas
e Ruralidade / Rua da Cruz,
nº 24 A, Sesimbra / 21 228
87 14 / pescas.ruralidade@
cm-sesimbra.pt, Balçoço - Centro
de Serviços e CIPA - Centro
de Inovação e Participação
AssociativaOrg.: CMS, JF Quinta do Conde, Associação
de Apicultores da Península de Setúbal e
ANIME - Projeto de Animação e Formação

Hortas Solidárias | Candidaturas abertas



A Arca de Não É | dia 7



O Menino que Detestava Escovas de Dentes | dia 21



O Mais Esperto do Reino | a decorrer

HORA DO CONTO

dia 5 | qui | 15.30h
O Doutor Tiradores
de Suzana Ferreira
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura
da Quinta do Conde

dia 7 | sáb | 11h
A Arca de Não É
de Miguel Neto
• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

dia 12 | qui | 15.30h
O Rei Cota
de Margarida Castel-Branco,
com ilustrações de Carla Antunes
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura
da Quinta do Conde

dia 14 | sáb | 11h
DESCOBRINDO
A BEBETECA
Onde Está a História?
Nuaahhh...! Há! Há!
• Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais
Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

dia 19 | qui | 15.30h
São Todos os Meus Preferidos
de Sam McBratney
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura
da Quinta do Conde

dia 21 | sáb | 11h
O Menino que Detestava Escovas de Dentes
de Zehra Hicks
• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

dia 25 | qua | 14.30h
HOJE TEMOS VISITAS...
A Avó Vem à Biblioteca Contar Histórias
por Celestina Baptista e Júlia Baêta
• Destinatários: alunos do pré-escolar e 1.º ciclo do ensino básico
• Inscrições: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt
• Projeto de Voluntariado
Sala do Conto, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

dia 26 | qui | 15.30h
Catatuas
de Quentin Blake
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura
da Quinta do Conde

a decorrer...
Quem Será o Meu Jantar?
de Claire Freedman, com ilustrações de Nick East
• Destinatários: crianças em idade pré-escolar dos infantários públicos e privados do concelho
• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
• Serviços e Projetos Educativos
Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

O Mais Esperto do Reino
de Dulce de Sousa Gonçalves, com ilustrações de Gonçalo Viana
• Destinatários: alunos do 1.º e 2.º ano do 1.º ciclo
• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
• Serviços e Projetos Educativos
Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

O Museu de Susan Verde,
com ilustrações de Peter H. Reynolds
• Destinatários: alunos do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo
• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
• Serviços e Projetos Educativos
Sala Infantojuvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

O CONTO NO ESPAÇO
Espaço Zambujal
• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
• Limite: 20 crianças
Org.: JF Castelo
a decorrer...

terças e quintas
ESPAÇO NO TEU ESPAÇO
A Mesa é Uma Mesa. Será?
de Isabel Martins
O Espaço Zambujal visita a tua escola.
• Destinatários: crianças do pré-escolar, 1.º ciclo e colégios da freguesia do Castelo

ATIVIDADE FÍSICA
inscrições...

sábados | das 10 às 12.30h
HÓQUEI EM PATINS
Academia de Patinagem Custódio Batalha
• Destinatários: crianças dos 3 aos 10 anos
Grupo Desportivo de Sesimbra
Org.: CD Sesimbra

MODALIDADES DESPORTIVAS
Ginástica Infantil, Formativa e Pré Competição
• Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
• Inscrições e informações: 21 268 34 14 / despalfarim.blog@gmail.com / facebook.com/desportivoalfarim
Pavilhão do Grupo Desportivo de Alfarim
Org.: CD Alfarim

Mexe-te!
Programa municipal de combate à obesidade infantil
• Inscrições e informações: 93 998 24 85 / educacao.desporto@cm-sesimbra.pt

a decorrer...
segundas | das 19 às 19.45h
Yoga Pais e Filhos
• Destinatários: crianças dos 2 aos 6 anos acompanhadas pelos pais
• Preço: a partir de 15 € (mensal)
• Inscrições e inscrições: 96 554 84 77 / info@espacoriental.com / www.facebook.com/espacoriental
Espaço Oriental, Quinta do Conde
Org.: Espaço Oriental

segundas, quartas e sextas
TAEKWONDO
Taekids
segundas | das 19.30 às 20.20h
quartas | das 18.30 às 19.20h
sextas | das 19.30 às 20.20h
• Formador: Sérgio Capitulo
Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

terças e quintas | das 19 às 19.50h
ARTES MARCIAIS
Choi kwang Do
• Formador: Sérgio Capitulo
Sociedade Musical Sesimbrense

quintas | das 19.30 às 20.15h
Yoga Infantil
• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
• Preço: a partir de 18 € (mensal)
• Inscrições e inscrições: 96 554 84 77 / info@espacoriental.com / www.facebook.com/espacoriental
Espaço Oriental, Quinta do Conde
Org.: Espaço Oriental

sextas | 10.30h
Kids Combat
• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

sábados | das 9 às 12.30h
Centro Municipal de Atividades Náuticas
• Destinatários: jovens dos 6 aos 15 anos
• Preço: 10 € por mês (para os beneficiários do escalão A da Ação Social Escolar o custo é de 2,50 € e para os do escalão B é de 5 €)
• Inscrições e informações: 93 998 02 22 / desporto@cm-sesimbra.pt
Lagoa de Albufeira

sábados | das 11 às 12h
Brinca Tênis
• Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
• Inscrições: 96 968 79 37 / geral@etsesimbra.pt
Centro Municipal de Tênis de Sesimbra, Maçã
Org.: Clube Escola de Tênis de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo



S. Martinho | dia 12



Alimentação Saudável | dia 14



Templo de Diana | dia 19



Para Crianças Que Ainda Não Conseguem Chegar ao Puxador da Porta | dia 14

OFICINAS E ATELIÉS

dias 3 e 17 | ter |
das 9.30 às 11.30h
Jogos e Dinâmicas
CIPA, Quinta do Conde

dias 3 e 17 | ter | 10.30h
ESPAÇO BEBETECA

Um Conto e Dois Passos...

- Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais
- Inscrições: 21 228 85 49 / ines.santos@cm-sesimbra.pt

Polo de Leitura da Quinta do Conde

dias 5 e 19 | qui |
das 9.30 às 11.30h
Manhãs na Horta
CIPA, Quinta do Conde

dia 5 | qui | 10.30h
ESCRITA CRIATIVA
Évora

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dias 5 e 19 | qui | 10.30h
TRADIÇÃO E JOGO
Quintas-feiras Lúdicas
por Iolanda Esteves e Júlia Baêta

Assinala a chegada do outono, construindo e jogando com os símbolos desta estação.

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 6 | sex | 14.30h

ARTISTAS DE PALMO E MEIO
Cantares Alentejanos

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 11 | qua |
das 14.30 às 16.30h

Apoio a Trabalhos Escolares
Realização de trabalhos em grupo

- Limite: 6 participantes

CIPA, Quinta do Conde

dia 12 | qui | 10.30h

ATELIÉ
S. Martinho
por Amélia Lopes

Sabes quem foi Martinho? E em novembro também há verão de S. Martinho? Descobre a resposta a esta e outras curiosidades participando neste atelié...

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
- Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 12 | qui | 10.30h
ESCRITA CRIATIVA
S. Martinho

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 13 | sex | 14.30h

ARTISTAS DE PALMO E MEIO
S. Martinho

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 13 | sex |
das 14.30 às 16.30h

OFICINA CRIATIVA
Decorações de Natal
CIPA, Quinta do Conde

dia 14 | sáb | 11h

OFICINA | TEATRO
Para Crianças Que Ainda Não Conseguem Chegar ao Puxador da Porta

- Destinatários: crianças dos 3 aos 5 anos
- Bilhete participante: 1,5 €
- Inscrições: até 13 de novembro
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt
- Limite: 20 participantes

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 14 | sáb | 15h

ATELIÉ
Alimentação Saudável
por Marta Coelho

Aventura-te neste atelié, descobrindo como podes consumir alimentos saudáveis e nutritivos durante todo o ano.

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 12 participantes
- Projeto de Voluntariado

Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 17 | ter | das 14 às 17.30h

WORKSHOP
Edição de Vídeo com Adobe Premiere

- Limite: 15 participantes
- Inscrições: (até 10 novembro): cipa@cm-sesimbra.pt

CIPA, Quinta do Conde

dia 19 | qui | 10.30h
ESCRITA CRIATIVA
Templo de Diana

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 20 | sex | 14.30h
ARTISTAS DE PALMO E MEIO
Palácio

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 21 | sáb | 14.30h

En'canta no Espaço

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 24 | ter |
das 14.30 às 16.30h
Apoio a Trabalhos Escolares

Realização de trabalhos em grupo
• Limite: 6 participantes

CIPA, Quinta do Conde

dia 26 | qui | 10.30h
ESCRITA CRIATIVA
Advento

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 27 | sex | 14.30h
ARTISTAS DE PALMO E MEIO
Estrela

- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 27 | sex |
das 14.30 às 16.30h
OFICINA CRIATIVA
Decorações de Natal
CIPA, Quinta do Conde

dia 27 | sex | das 15 às 16h
WORKSHOP

Vem Navegar em Segurança

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

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 28 | sáb | 11h
OFICINA | TEATRO

Vê Com os Teus Olhos e Cheira Com o Teu Nariz

- Destinatários: crianças dos 6 aos 10 anos
- Bilhete participante: 1,5 €
- Limite: 20 participantes
- Inscrições: até 27 de novembro
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 28 | sáb | 15h

ATELIÉ
Pequenos Artistas
por Daniela Neves e Sara Filipe

E se de repente as tuas mãos construíssem animais e flores? Queres saber como? Aventura-te neste atelié...

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra



Apara, o Rapaz que Vai e Vem | dia 8



Ginjas e o Balão | dia 15



As Aventuras de Miriam: O Ninho | dia 15



Depois de Darwin | dia 27

a decorrer...

terças | 15.30h

Oficina do Faz de Conta

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
 - Inscrições gratuitas: 21 210 22 31 / ines.santos@cm-sesimbra.pt
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

quartas | 10.30h

OFICINA

Aqui

Partilhamos Todos

- Atividades de expressão integradas: ouvir, contar, imaginar e criar histórias...
- Destinatários: crianças até aos 6 anos acompanhadas pela família
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

OFICINA

Emaranhando Pelas Palavras...

- Destinatários: alunos do 5.º e 6.º ano do 2.º ciclo
 - Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
 - Serviços e Projetos Educativos
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

OFICINA

Uma História para Devorar

com **Lambarice!**

- Destinatários: alunos do 3.º ciclo
 - Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
 - Serviços e Projetos Educativos
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

OFICINA

Leituras de Corpo Inteiro

- Destinatários: alunos do ensino secundário
 - Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
 - Serviços e Projetos Educativos
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

DOMINGOS EM FAMÍLIA

dia 8 | dom | 17h

TEATRO

DE MARIONETAS

Apara, o Rapaz que Vai e Vem

- Destinatários: maiores de 6 anos
 - Crianças (até 12 anos): 1,5 €
 - Acompanhantes: 2,5 €
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**
Org.: Artemrede

dia 15 | dom | 17h

FILMINHOS INFANTIS

O Primeiro Outono

- França, 11 min.
Ginjas e o Balão
Portugal, 2 min.

O Miúdo Loiro

- e a Ovelha Branca
França, 9 min.

As Aventuras de Miriam: O Ninho

Estónia, 5 min.

Tigre

Letónia, 8 min.

Foxy & Meg estão de Férias

Portugal, 3 min.

Mancha e Manchinhas: Perdidos

Suécia, 7 min.

Uma Galinha Bem Passada

Holanda, 5 min.

No Fim do Mundo

- França, 7 min.
- Destinatários: maiores de 4 anos
 - Crianças (até 12 anos): 1,5 €
 - Acompanhantes: 2,5 €
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

EXPRESSION PLÁSTICA

Espaço Zambujal

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Limite: 10 crianças
- Org.: JF Castelo

dia 3 | ter | 10.30h

Fantoches Maria Castanha

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 7 | sáb | 14.30h

Porta Castanhas

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 10 | ter | 10.30h

Castanhas Com Recortes de Revistas

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 17 | ter | 10.30h

Esquilos com Rolos de Papel

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 21 | sáb | 14.30h

Porta Talheres de Natal

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

dia 24 | ter | 10.30h

Caixa de Bombons em Forma de Árvore de Natal

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 28 | sáb | 10.30h

Pisa Papéis com Temas Natalícios

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

SUGESTÕES

dia 4 | qua | 14.30h

TEATRO

DE MARIONETAS

Peregrinação, de La Fontana - Formas Animadas

- Destinatários: alunos do 1.º, 2.º e 3.º ciclo
 - Crianças: 1,5 €
 - Acompanhantes: 2,5 € (isento para professores e educadores)
 - Serviços e Projetos Educativos
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**
Org.: Artemrede

dia 11 | qua | 14.30h

LONGA-METRAGEM

SOBRE AS

PROBLEMÁTICAS

SOCIAIS E HISTÓRICAS

Desculpa!

de **Dave Schram**, com **Robin Boissevain**, **Dorus Witte** e **Stefan Collier**; **Drama**; **Holanda, 2013**

- Destinatários: alunos do 2.º e 3.º ciclo e do ensino secundário
 - Crianças: 1,5 €
 - Acompanhantes: 2,5 € (professores, educadores e auxiliares estão isentos)
 - Serviços e Projetos Educativos
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

dia 27 | sex | 14.30h

TEATRO

Depois de Darwin pelo Teatro Extremo

- Destinatários: alunos do 9.º ano e ensino secundário
 - Crianças: 1,5 €
 - Acompanhantes: 2,5 € (isento para professores e educadores)
 - Serviços e Projetos Educativos
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

a decorrer...

terça a sábado | das 9 às 12.30 e das 14 às 22h Voluntariado

Descobre no CIPA como podes ser voluntário.

CIPA, Quinta do Conde

quartas

VISITAS GUIADAS

Biblioteca Municipal

- Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos

Cartão Jovem Sesimbra

- Destinatários: jovens dos 12 aos 30 anos
 - Preço: 10 €
 - Informações: 21 180 91 03 / 93 998 01 26 / cipa@cm-sesimbra.pt
- CIPA, Quinta do Conde**
Promotor: CM Sesimbra e Movijovem

O Amolador

O amolador ambulante é hoje uma das muitas antigas profissões em vias de extinção e cujo exercício conhecemos, durante longos anos, na nossa vila.

Andando de terra em terra aparecia por cá, habitualmente, nos primórdios do outono, e as pessoas sabiam da sua chegada quando ouviam o som agudo e inconfundível da sua harmónica.

E esse seu anúncio-pregão, tocado, era uma das características da figura do amolador que além dos trabalhos do seu ofício fazia, também, reparações das varetas dos chapéus de chuva.

Talvez venha daí a conotação que lhe estava associada de prenúncio das primeiras chuvas, pois dizia-se que a sua vinda era indício de chuva próxima.

Conduzindo o seu típico “carro-oficina”, percorria vagarosamente as ruas da vila, estacionando em lugares já habituais para fazer o seu trabalho sem incómodos para a vizinhança.

Aí paravam as donas de casa para amolar as suas facas e tesouras de uso doméstico, tal como os pescadores o faziam para os seus canivetes, que era então um utensílio indispensável nas suas vidas, trazendo-o sempre no bolso das calças.

E lá acorria o rapazio que não só gostava de observar aquele curioso carro de mão, mas também o amolador dando ao pedal que fazia girar a roda onde estava a pedra de esmeril, que afiando e polindo as peças lançava aquelas fugazes faíscas resultantes do atrito.

Porque era um “carro-oficina” o veículo tinha acoplado um conjunto de varetas para os consertos dos chapéus de chuva, uma pequena caixa com pedras de esmeril, diferentes na qualidade e no tamanho a utilizar conforme a natureza do aço dos utensílios a tratar. Além disso tinha ainda um recipiente, usualmente um chifre de bovino, com água que servia para arrefecer a roda e manter o aço temperado.

Entre os seus clientes habituais predomi-



navam os barbeiros e os donos dos talhos, os cortadores como então eram designados, que lhes asseguravam maior trabalho e portanto, também remuneração, dada a necessidade que tinham de manter sempre as suas navalhas, facas e cutelos com os gumes bem afiados.

Havia alguns amoladores que, para além do trabalho específico da sua profissão efetuavam outros serviços, muito procurados naquele tempo, como era o de funileiro, tapando com solda ou seja pingos de metal fundido, pequenos orifícios nos fundos de tachos, panelas ou outros elementos do trem de cozinha da época, prolongando assim a sua duração.

E também punham “gatos”, nome que da-

vam aos grampos de ferro que uniam, eficazmente, qualquer fissura em tachos ou alguidares de louça de barro que tinha então larga utilização.

Este amolador polivalente fazia-se anunciar por um duplo pregão, musical e oral, dado que após o toque da harmónica proclamava: “Cá está o amolador... conserta alguidares, chapéus, sombrinhas!”

Tudo isto num tempo pré-sociedade de consumo, em que nada se deixava fora, tudo se aproveitava até ao extremo limite da sua duração ou se adaptava a nova utilização.

Ainda hoje temos visto, por aí, um ou outro amolador, que em vez do característico carrinho de mão usa a bicicleta, já não

põe “gatos” nem faz reparações em chapéus de chuva, até porque a melhoria das condições de vida tornou a aquisição de bens de consumo acessível à generalidade das pessoas.

Os primeiros amoladores que conhecemos eram oriundos da Galiza porque, à época, impelidos por imperativos económicos os galegos espalharam-se por Portugal e por outros países, em ampla diáspora emigratória. Tal como outras profissões antigas a de amolador deixará de existir. A sua memória virá apenas a fazer parte do nosso imaginário ou até servir para alguma narrativa memorialista que, à maneira dos contos tradicionais, começaria assim: “Era uma vez, num tempo já longínquo...”.

Equipamentos e Serviços Municipais

Arquivo Municipal de Sesimbra

Estrada Nacional 378,
Edifício Casa do Mar, 1.º
2970-643 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
E-mail: arquivo.municipal@
cm-sesimbra.pt
Horário: das 9.30 às 12
e das 14.30 às 17h

Assembleia Municipal de Sesimbra

Rua Almirante Sande
de Vasconcelos, n.º 2
2970-710 Sesimbra
Tel.: 21 228 86 88
E-mail: assembleiamunicipal@
cm-sesimbra.pt
Horário: das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h

Balcão Único de Serviços

Rua da República, 3
2970-741 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
E-mail: balcao.unico@cm-sesimbra.pt
Site: www.cm-sesimbra.pt
Horário: das 8 às 19h
Linha Verde (Reclamações):
800 22 88 50

Biblioteca Municipal de Sesimbra

Avenida da Liberdade, 46
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 88/00
E-mail: biblioteca@cm-sesimbra.pt
Horário: de terça a sexta,
das 9.30 às 19,
sábados, das 10 às 18h

Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido dos Reis, 17
2970-724 Sesimbra
Tel.: 21 223 11 34
E-mail: capela@cm-sesimbra.pt
Horário: todos os dias,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Castelo de Sesimbra

Horário: INVERNO, das 7 às 19h
VERÃO, das 7 às 20h

Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro

Castelo de Sesimbra, 2970 Sesimbra
Tel.: 21 268 07 46
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário: todos os dias, das 9.30
às 13 e das 14.30 às 18h

Centro de Recursos Educativos e Formação

Avenida D. Manuel Martins, n.º 8,
(edifício do Centro de Estudos
Culturais e Acção Social Raio de Luz)
Maçã/Sampaio
2970-585 Sesimbra
Tel.: 21 268 15 91 / 21 043 59 60
E-mail: cref@sesimbra-edu.net
Horário: das 9 às 20h (todos os dias)
Encerra de 1 a 29 de agosto

Cinetatro Municipal João Mota

Rua João da Luz, n.º 5
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 15
E-mail: cinetatro@cm-sesimbra.pt
Horário: INVERNO
quarta a domingo, das 16 às 20h
VERÃO (julho e agosto):
quarta a domingo, das 17 às 21h
Em dias de espetáculo/cinema,
a bilheteira encerra entre as 20 e as
20.30h e o horário é prolongado até 30
minutos depois do início dos mesmos.
Informações e reservas: 21 223 40 34

CIPA - Centro de Inovação e Participação Associativa

Rua Sacadura Cabral
2975-395 Quinta do Conde (Conde 3)
Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26
E-mail: cipa@cm-sesimbra.pt
Horário: de terça a sábado,
das 9 às 12.30 e das 14 às 22h

Espaço Cidadania - CLAI Quinta do Conde

Recinto do Mercado Municipal,
loja 21/22, 2975 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 95 00
Horário: à terça e quinta,
das 9 às 12 e das 14 às 17h
Sesimbra
Av. da Liberdade, n.º 55, 1.º Esq.º
2970 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
Horário: segunda, das 9 às 12
e das 14 às 17h

Espaço Solidário Cotovia

Av. João Paulo II,
Casal de Santana, 33, Cotovia
2970 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 45

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

Quinta do Conde

Recinto do Mercado Municipal, loja 14
2975 Quinta do Conde
Tel.: 93 998 27 74
Horário: de terça a sexta,
das 9 às 12 e das 14 às 17h

Espaço Zambujal

Estrada Nacional 379, Zambujal
2970 Sesimbra
Tel.: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
E-mail: espaco.zambujal@jf-castelo.pt
Site: www.espaco-zambujal.blogspot.com
Horário: de terça a sábado,
das 10 às 13 e das 14 às 18h

Fortaleza de Santiago

Rua da Fortaleza, 2970 Sesimbra
Horário: das 9.30 às 0h

Cabinete de Apoio ao Empresário Sesimbra

Rua da Cruz, n.º 24 A
2970-735 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 16
E-mail: gae@cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal, Loja 23
Rua Manuel de Arriaga,
2975-329 Quinta do Conde
Tel.: 93 998 25 52
E-mail: gae@cm-sesimbra.pt
Horário: quartas e sextas,
das 9 às 12.30h

Cabinete de Inserção Profissional Sesimbra

Bairro de Argéis, FORMAR,
2970 Sesimbra
Tel.: 21 228 10 27 / 21 228 82 37
E-mail: gipssesimbra@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
Quinta do Conde
Junta de Freguesia
da Quinta do Conde
Avenida Cova dos Vidros
2975-333 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 83 70
E-mail: gip.qtaconde@gmail.com
Horário: de segunda a sexta,
das 14 às 17h

Cabinete Municipal da Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal
Rua Manuel de Arriaga
2975-329 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 85 00
Horário: das 9 às 12
e das 14 às 16.30h

Spot Jovem (Quinta do Conde)

Rua Sacadura Cabral
2975-395 Quinta do Conde
(Conde 3)
Tm.: 93 998 00 08
E-mail: spot.jovem.qc@cm-sesimbra.pt
Horário: de terça a sábado,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Spot Jovem (Sesimbra)

Rua Heliodoro Salgado, n.º 2
2970-760 Sesimbra
Tel.: 93 998 25 96
E-mail: spot.jovem.ssb@
cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Moagem de Sampaio

Morada: Rua da Terra da Eira, Sampaio
2970 Sesimbra
Tel.: 21 015 66 71
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário: de quarta a domingo
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Parque Municipal de Campismo Forte do Cavalo

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

Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

Tel.: 21 210 16 91

Pavilhão Municipal de Sampaio

Tel.: 21 268 64 08

Polo de Leitura da Quinta do Conde

Av. Norton de Matos
2975-312 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 22 31
E-mail: polo.leitura.qc@
cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta,
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Posto de Turismo de Sesimbra

Fortaleza de Santiago
Rua da Fortaleza, 2970 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 40 / 93 245 60 98
E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt
Horário: das 9.30 às 18h
De 30 de maio a 15 de setembro:
das 9.30 às 20h

Junta de Freguesia

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

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

Junta de Freguesia do Castelo

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

Junta de Freguesia de Santiago

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

Comunicação Social

Comércio do Seixal e Sesimbra

Tel.: 21 099 16 83

Jornal de Sesimbra | Sesimbra FM

Tel.: 21 228 92 00

O Sesimbrense

Tel.: 21 223 21 05

Raio de Luz

Tel.: 21 268 15 54

Rádio Quinta do Conde

Tel.: 21 086 07 87

Emergência

Bombeiros Voluntários de Sesimbra

Tel.: 21 015 66 82 / 93 998 06 24

Piquete de Sesimbra

Tel.: 21 228 84 50

Piquete da Quinta do Conde

Tel.: 21 210 61 74

Carrinha Sea Master

Tel.: 91 940 45 55

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

E-mail: cpejesesimbra@gmail.com

Cruz Vermelha Portuguesa (Quinta do Conde)

Tel.: 21 210 02 12

EDP (avarias)

Tel.: 800 50 65 06

Farmácias

Sesimbra (Lopes) – Tel.: 21 223 30 28

Sesimbra (Leão) – Tel.: 21 228 80 78

Santana (Bearita) – Tel.: 21 268 83 70

Cotovia – Tel.: 21 268 16 85

Alfarim – Tel.: 21 268 85 47

Quinta do Conde (Rodrigues Pata) – Tel.: 21 210 80 50

Quinta do Conde (Bio-Latina)

– Tel.: 21 210 91 13

Quinta do Conde

– Tel.: 21 211 37 28/9

CNR

Sesimbra – Tel.: 26 524 26 76

Alfarim – Tel.: 26 524 26 70

Quinta do Conde – Tel.: 26 524 26 74

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)

Sesimbra
Tel.: 21 015 66 82 / 93 998 06 24

Quinta do Conde
Tel.: 21 210 95 06 / 93 998 06 04

Polícia Marítima

Tel.: 21 228 07 78

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

cineteatro
municipal
joão mota
sesimbra



BILHETEIRA

Cineteatro Municipal

- Rua João da Luz, n.º 5, Sesimbra
- Tel.: 21 223 40 34
- de quarta a domingo,
das 16 às 20h

Spot Jovem, Quinta do Conde

- Tel.: 93 998 00 08
- de terça a sábado, das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h



Sesimbra
câmara municipal

www.cm-sesimbra.pt