

105
Sesimbr'Acontece
16
mai

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

*Museu Marítimo
de Sesimbra*

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 UFCI/CMS até dia 8 de cada mês. Os eventos que não têm indicação da entidade organizadora são da responsabilidade da CMS. A programação pode ser alterada por motivos imprevistos. A CMS não se responsabiliza pela devolução de material, salvo quando haja solicitação expressa, e reserva-se no direito de seleccionar toda a informação de natureza redatorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA


Sesimbra
câmara municipal
www.cm-sesimbra.pt



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

SUM

sumário

3	editorial	
	destaques	4
	música . teatro . dança . cinema	12
	feiras . exposições	14
	conferências . ateliês . cursos	16
	desporto . movimento . ar livre	20
	...e ainda	24
	...e para os mais novos	28

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 (UFCI)
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)
Raquel Santana (paginação)

Capa
Rui João Rodrigues

Pré-impressão e impressão
Gráfica, L.^{da}

Periodicidade
Mensal

Tiragem
5000 exemplares

ISSN
2182-6315

Museu Marítimo de Sesimbra

No Dia do Pescador, 31 de maio, a vila de Sesimbra viverá um dos mais relevantes acontecimentos culturais dos últimos anos: a inauguração e abertura ao público do Museu Marítimo, na Fortaleza de Santiago. Há um conjunto de aspetos que tornam este momento tão importante e simbólico, e que importa sublinhar. Em primeiro lugar, a sua temática. O mar é parte integrante da história de Sesimbra e da sua comunidade, e este Museu reúne, pela primeira vez, elementos que permitem compreender essa história e essa vivência desde há cinco mil anos. Depois, o facto de estar instalado na Fortaleza de Santiago, edifício emblemático, recentemente restaurado pela Câmara Municipal, também ele ligado ao mar, e que neste modelo, acaba por se transformar numa “peça” no conjunto do próprio Museu. Em terceiro lugar, a forte ligação à comunidade. Muitos dos objetos expostos foram cedidos por pescadores ou famílias de pescadores sesimbrenses e pertenceram a embarcações ou lojas de companhia. Parte das maquetas que expomos são da autoria de autores sesimbrenses, e muita da informação disponível foi compilada e trabalhada em colaboração com os nossos homens do mar, gente de um conhecimento imenso. Para além disso, com recurso a novas tecnologias será possível consultar uma base de dados com marítimos de Sesimbra e as principais rotas e pesqueiros utilizados pelos nossos pescadores.

Por todo o trabalho que foi desenvolvido nos últimos meses por técnicos especializados em várias áreas, estamos certos que o Museu Marítimo de Sesimbra será uma grande surpresa e um enorme orgulho para todos os sesimbrenses, e uma referência, tanto na museologia como no reforço da ligação de Portugal ao mar.

Felícia Costa
Vereadora do Pelouro da Cultura

Semana Gastronómica do Peixe- -espada Preto

O peixe-espada preto, uma das espécies mais importantes para a pesca local, e uma referência na gastronomia sesimbrense, volta a estar em destaque nos restaurantes do concelho, com propostas de fazer crescer “água na boca”.

O peixe-espada preto é capturado de forma artesanal há cerca de 30 anos pelos pescadores de Sesimbra. A pesca é feita por 15 barcos, e perto de 300 pescadores estão ligados a esta atividade. Desde 2008, Sesimbra é considerado o primeiro porto nacional na captura e comercialização do peixe-espada preto. As embarcações sesimbrenses apanham mais de 95 por cento do peixe-espada preto capturado em Portugal Continental.

Promover a espécie e destacar o papel da pesca como fator de grande relevância social e económica para a comunidade sesimbrense são os principais objetivos da iniciativa, organizada pela Câmara Municipal, Junta de Freguesia de Santiago, ArtesanalPesca e Comissão Vitivinícola Regional da Península de Setúbal.

27 MAI a 5 JUN
Restaurantes aderentes
(página 24)



Exposição de fotografia dedicada à pesca

O Pescador e a Sua Arte é o tema da exposição de fotografia do grupo Sesimbra Expressão Fotográfica, que vai estar patente de 28 de maio a 12 de junho na Galeria em Projeto, em Sesimbra. A mostra, que pretende assinalar o Dia do Pescador, reúne 35 trabalhos a preto e branco, recolhidos ao longo de vários anos por vários membros do grupo, e tem como objetivo evidenciar a azáfama da pesca no mar e em terra. Para além das fotos serão exibidos pequenos filmes alusivos ao tema. Durante a semana a exposição está aberta das 16 às 19 horas e ao fim de semana das 16 às 19 e das 21 às 23 horas.

a partir de dia 28
Galeria em Projeto, Sesimbra
(página 15)

Inauguração do Museu Marítimo de Sesimbra

O Museu Marítimo de Sesimbra vai abrir portas no Dia do Pescador, 31 de maio, uma das datas mais simbólicas para a vila de Sesimbra. Situado na Fortaleza de Santiago, edifício com forte ligação ao mar, o Museu dará a conhecer a formação do território, a história e evolução da pesca, a sua importância social, as técnicas, as espécies, as rotas, os pesqueiros, a ligação do Rei D. Carlos ao mar e a Sesimbra e a devoção da comunidade. Apesar de contar com diversos objetos originais, terá uma forte componente multimédia, que permitirá ao visitante uma experiência e interação muito enriquecedora. A inauguração do Museu está marcada para as 15 horas, com discursos de inauguração e visita das entidades oficiais e que de alguma forma contribuíram para a concretização deste projeto. Durante a tarde, tendo em conta o elevado número de pessoas que se espera, as visitas guiadas serão organizadas em pequenos grupos.

dia 31 | ter | 15h
(página 25)

Comemorações do Dia do Pescador

A Câmara Municipal presta tributo aos homens do mar no Dia do Pescador, 31 de maio, enaltecendo a sua coragem e contributo para a identidade sesimbrense. Este ano, a inauguração do Museu Marítimo de Sesimbra é o momento alto das comemorações. Destaque ainda para a inauguração oficial do Mercado Municipal, requalificado pela autarquia com o objetivo de dar mais destaque ao pescado sesimbrense, e para a exposição de fotografia sobre a pesca do peixe-espada branco, da autoria de Miguel Lourenço, que vai estar patente na Avenida 25 de Abril. Tal como é habitual, o programa conta ainda com a cerimónia das distinções às individualidades da comunidade piscatória, colocação de coroa de flores no Monumentos aos Pescadores e missa em Homenagem ao Pescador.

dia 31 | ter | das 10.30 às 21h
Vila de Sesimbra
(página 25)





Festa em Honra do Senhor Jesus das Chagas

O culto ao Senhor Jesus das Chagas, cujo início a tradição oral coloca em 1534, é a festividade mais importante para a comunidade marítima sesimbrense, demonstrada pela enorme devoção que ainda se mantém bem viva nos sesimbrenses, que prestam homenagem ao seu protetor no dia 4 de maio, Feriado Municipal. As festividades atingem o seu auge com a procissão que percorre as ruas da vila de Sesimbra, engalanadas para o efeito, com o chão coberto por alecrim e as colchas nas varandas. Na Baía de Sesimbra, as embarcações saúdam o Senhor que abençoa a terra e o mar, num culminar de emoções que envolve não só a população sesimbrense mas também centenas de crentes que visitam a vila para assistir à procissão. As festividades englobam também uma feira, que decorre até 8 de maio, na Avenida da Liberdade, e um espetáculo da Orquestra Bota Big Band, no dia 3, no Cineteatro Municipal.

dia 4 | qua | 17h
Vila de Sesimbra
(página 24)

Condecorações Municipais

O Feriado Municipal, 4 de maio, dedicado ao Senhor Jesus das Chagas, padroeiro dos pescadores, é a data escolhida pela Câmara Municipal para realizar a cerimónia de entrega das Condecorações Municipais a personalidades e instituições locais que pela sua vida e obra se têm destacado em áreas e serviços relevantes que dignificam o concelho, e a funcionários, com serviço exemplar e mais de 15 anos de funções. A cerimónia, que decorre há 21 anos, acontece no Cineteatro Municipal, às 11 horas, e inclui uma atuação do grupo MCBoos.

dia 4 | qua | 11h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 24)



III Edição da Quinta na Moagem

A Moagem de Sampaio, símbolo dos tempos áureos da ruralidade no concelho e da sua evolução industrial, volta a transformar-se numa quinta agrícola, no dia 22 de maio, domingo, das 9 às 18 horas, onde não vão faltar ovelhas e cabras e alguns dos produtos típicos do campo, como o queijo e o pão tradicional cozido em forno a lenha.

A iniciativa tem como objetivo dar a conhecer algumas atividades típicas da zona rural do concelho. Ao longo do dia os visitantes vão poder assistir a demonstrações de ordenha e tosquia. O programa é complementado com exposições de ovinos e caprinos e de ferramentas e utensílios agrícolas e um momento de animação musical.

Esta iniciativa é organizada pela Câmara Municipal de Sesimbra em conjunto com a Junta de Freguesia do Castelo e a Associação Regional de Criadores de Ovinos Leiteiros da Serra da Arrábida.

Passa pela Moagem de Sampaio e viva um dia entre os cheiros e sabores do campo.

dia 22 | dom | das 9 às 18h

Moagem de Sampaio

(página 14)



Fados na Quinta do Conde

Teresa Tapadas, considerada uma das melhores vozes da nova geração, é uma das convidadas da iniciativa Fados na Quinta, que decorre nos dias 7, 14 e 27 de maio, no Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde. A fadista iniciou a sua carreira no final de 1994, e passados seis anos foi distinguida com o Prémio Revelação na Grande Noite do Fado na cidade do Porto, uma confirmação do seu enorme talento. Editou o seu primeiro álbum de originais, *Meu Crão de Paraíso*, em 2004, e nove anos depois apresentou *Traços de Fado*, onde se estreou como autora, assinando a letra de duas canções - *Momentos de Ternura* e *O que Sentes*, e *Eu Sinto*.

O programa tem início com o espetáculo do fadista da terra António Cristas, que será acompanhado em palco pelos amigos António Xabregas, Carla Marono, Carlos Borges e Diana Soares, António Jorge, guitarra portuguesa, e Manuel Mendes, viola de fado. No sábado seguinte, a sala recebe um concerto especial, intitulado *Fazz*, uma fusão do fado e do jazz, interpretado pela cantora Claud e pelo pianista Paulo Cavaco. Nascida em 1972, no Barreiro, Claud começou no grupo Almaleme, onde conheceu Paulo Cavaco, aquele que é hoje o grande cúmplice da sua carreira a solo. Os espetáculos têm início às 22 horas, e são gratuitos.

dias 7, 14 e 27 | 22h

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

(página 12)

BTT pelo Património

O circuito das pegadas de dinossáurios de Sesimbra e o percurso utilizado pelos antigos romeiros em peregrinação até ao Cabo Espichel são dois dos pontos de passagem dos passeios de BTT pelo Património que acontecem este mês. No primeiro percurso, dia 8, os participantes vão conhecer as três jazidas com vestígios de pegadas de dinossáurios no concelho. Na Pedreira do Avelino, um dos sete monumentos naturais do país, as pegadas estão conservadas numa superfície que, há cerca de 155 milhões de anos, era o fundo lamacento da margem de uma laguna litoral. Evoluindo na cronologia, segue-se a Pedra da Mua, situada no flanco sul da enseada dos Lagosteiros, onde se encontram vários conjuntos de trilhos deixados por dinossáurios saurópodes e terópodes. Por fim, os visitantes vão poder conhecer a jazida dos Lagosteiros, um dos conjuntos mais interessantes do Cretácico da Europa e o único desta idade em Portugal. Duas semanas depois, dia 22, o passeio vai percorrer a antiga rota utilizada pelos cários e romeiros até ao Cabo Espichel. Este caminho de origem medieval passava pelas localidades que na altura constituíam os principais centros de povoamento rural do concelho.

dias 8 e 22 | dom | das 9 às 13h
(páginas 20 e 21)

**PEV**

I Festival da Terra, Artes e Biodiversidade

O Parque Ecológico da Várzea da Quinta do Conde recebe o *I Festival da Terra, Artes e Biodiversidade*. Concurso para a melhor horta, percurso pedestre, exposição de sementes autóctones, *birdwatching*, teatro e marionetas são algumas das iniciativas previstas no programa. Ao longo dos vários dias, o evento apresenta ainda uma exposição e venda de produtos da horta, experiência apícola, volteio a cavalo, tiro com arco e demonstração de voo circular. O Parque Ecológico da Várzea da Quinta do Conde, inserido no maior corredor ecológico da freguesia, é uma zona predominantemente agrícola e de reserva ecológica, que pretende contribuir para a preservação das espécies animais e vegetais autóctones, divulgando o seu conhecimento.

30 MAI a 4 JUN
Parque Ecológico da Várzea da Quinta do Conde
(página 25)

Dia Municipal do Bombeiro na Quinta do Conde

O Dia Municipal do Bombeiro, que simboliza o reconhecimento pelos atos dos Soldados da Paz em defesa do território e dos cidadãos, é assinalado no dia 8 de maio, domingo, na Quinta do Conde.

Um desfile de viaturas pela vila, formatura geral, inauguração de escultura em homenagem aos bombeiros e a Sessão Solene são os momentos que preenchem o programa comemorativo deste ano. A cerimónia tem início às 10.30 horas e decorre nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Sesimbra – Destacamento da Quinta do Conde.

Instituído em 2012 pela Câmara Municipal, em colaboração com a Real Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Sesimbra, o Dia Municipal do Bombeiro é comemorado na segunda semana de maio, de forma alternada, em Sesimbra e na Quinta do Conde.

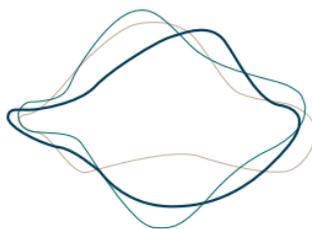
dia 8 | dom | 10.30h
Quinta do Conde
(página 24)

Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival

«Divulgar a região da Arrábida para o mundo do cinema e atrair realizadores e produtores a conhecer um dos melhores locais para filmagens», são, segundo a organização, os principais objetivos do festival, que este ano conta com a participação de 232 filmes de 64 países.

Duas exposições, uma sobre a Indonésia, país convidado, e outra sobre o trabalho desenvolvido por cientistas portugueses na Antártica, uma conferência sobre turismo e cinema, nos dias 5 e 6, na Universidade Lusófona, em Lisboa, e a apresentação dos livros *Índias* e *Vera Cruz*, de João Morgado, na Sala Polivalente, da Biblioteca Municipal, completam o programa da 5.ª edição do Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival.

O evento é organizado pela Arrábida Film Commission e conta com o apoio de várias entidades, entre as quais a Câmara Municipal de Sesimbra.



FINISTERRA
A R R Á B I D A
film art & tourism festival

de 10 a 13
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(páginas 12, 14 e 16)



Festival Sementes

Em maio, os Domingos em Família apresentam as peças *Zig-Zag*, de Joseph Collard, *clown* aclamado internacionalmente que integra desde 2009 o elenco do Cirque du Soleil, e *Cavaleiro Procura-se*, pelo Teatro das Beiras, inseridos na 21.ª edição do Sementes – Mostra Internacional de Artes Para o Pequeno Público, que decorre de 20 de maio a 5 de junho, nos concelhos de Sesimbra, Almada, Seixal, Moita e Montemoro-o-Novo.

No primeiro espetáculo, dia 22, o palhaço belga Joseph Collard conta-nos a sua vida de mimo: os seus pais, o seu avô e mesmo o seu bisavô são mimos. Para vir a ser um grande mimo, é necessário acompanhar todos os ensinamentos do grão-mestre, enfrentar o público, e passar por sucessos e fracasso. Já *Cavaleiro Procura-se*, dia 29, é uma homenagem aos saltimbancos e ao seu teatro ambulante. Neste universo de ficção, que tanta vez se mistura com a vida, um casal dos tempos modernos, profissionais talentosos, recorrem à arte teatral para contar, de terra em terra, as ancestrais histórias de capa e espada.

dias 22 e 29 | dom | 17h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 32)

Yoga entre Histórias

Berta é uma lagartinha que tinha um sonho: saltar tão alto e rodopiar tão elegantemente como uma verdadeira bailarina. Todos os dias, tentava mais e mais para conseguir realizar o seu desejo. Por entre sucessos e fracassos, sem que ela se apercebesse, os seus sonhos transformaram-se em realidade. Uma história especial



que alia a literatura infantil ao yoga para crianças, dinamizada por Cláudia Pinto Praça, professora e autora do livro *A Lagartinha que Tinha um Sonho*. O yoga tal como a leitura preserva a flexibilidade, a criatividade e a grande capacidade de aprendizagem das crianças.

A iniciativa é destinada a crianças dos 4 aos 8 anos, acompanhados pelos pais. As inscrições são limitadas a 15 participantes

28 | sáb | 11h

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra
(página 28)



Fazz | dia 14



Mostra de Teatro Escolar | dias 14, 15 e 21

dia 3 | ter | 22h

MÚSICA

Festa em Honra do Senhor Jesus das Chagas

Orquestra Bota Big Band

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 2 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Org.: Irmandade do Senhor Jesus das Chagas

dia 7 | sáb | 21h

TEATRO

Da Boa Água ao Palco II

- Destinatários: maiores de 3 anos
- Bilhete: 5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 7 | sáb | 22h

FADOS NA QUINTA

António Cristo Convida

- António Xabregas, Carla Marono, Carlos Borges e Diana Soares (voz)
- António Jorge (guitarra portuguesa)
- Manuel Mendes (viola de fado)
- Destinatários: maiores de 3 anos

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

de 10 a 12 | ter a qui | 21h

dia 13 | sex | 17h

FESTIVAL

Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival

5ª edição

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Entrada livre (mediante lotação da sala)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Org.: Arrábida Film Commission

dia 14 | sáb | 22h

FADOS NA QUINTA Fazz

Fusão entre jazz e fado

- Claud (voz)
- Paulo Cavaco (piano)
- Destinatários: maiores de 3 anos

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dias 14 e 21 | sáb | 16 e 21.30h

dia 15 | dom | 16h

TEATRO

Mostra de Teatro Escolar

- Destinatários: maiores de 3 anos
- Entrada livre (mediante lotação da sala)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 21 | sáb | 21h

TEATRO

Cadeiras, Sombras e Vozes

pelo grupo de teatro Show Time

Spot Jovem, Quinta do Conde

dia 27 | sex | 21.30h

CINEMA

As Mil e Uma Noites: Volume 2, O Desolado

de Miguel Gomes, com Crista Alfiante e Gonçalo Waddington. Drama;

Portugal; 2015; 131 min.; M/12

- Bilhete: 3,5 €*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 27 | sex | 22h

FADOS NA QUINTA

Teresa Tapadas

- Luís Ribeiro (guitarra portuguesa)
- Pedro Pinhal (viola de fado)
- Destinatários: maiores de 3 anos

Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 28 | sáb | das 16 às 17h

TEATRO

F4RPAS

pelo grupo de teatro Show Time

Spot Jovem, Quinta do Conde

*

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

BILHETEIRA

Cineteatro Municipal

• Tel.: 21 223 40 34

• de quarta a domingo, das 16 às 20h

Spot Jovem, Quinta do Conde

• Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26

• de terça a sábado, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h



As Mil e Uma Noites: Volume 2, O Desolado | dia 27



Coro Infantil/Juvenil da Associação Musical e Cultural do Conde I | dia 28



CINEMA

Deus Existe e Vive em Bruxelas

Afinal, Deus existe, mora em Bruxelas (Bélgica) e é um senhor de meia-idade muito rabugento que se diverte a infernizar a vida de todos os seres humanos. É então que Eva, a sua filha de 10 anos, farta de o ver ser malvado, decide rebelar-se. Para isso, entra no seu computador privado e envia um SMS a todos os habitantes da Terra com as datas das suas respetivas mortes. Esta informação vai alterar totalmente a ordem das coisas, pois, com a noção do tempo que lhes resta para viver, as pessoas começam a agir despreocupadamente, inventando formas de aproveitar a vida. Agora, sem saber o que fazer para reverter a situação, Deus vê-se a braços com um problema de proporções inimagináveis...

dia 28 | sáb | 21.30h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 28 | sáb | 17h

MÚSICA

Coro Infantil/Juvenil da Associação Musical e Cultural do Conde I

Concerto onde são revisitados temas rock dos anos 80 de grupos como Xutos e Pontapés, Da Vinci e Heróis do Mar.
Auditório Raio de Luz, Sampaio

dia 28 | sáb | 21h

MÚSICA

Orquestra Ligeira do Exército

Parque da Vila, Quinta do Conde

dia 28 | sáb | 21.30h

CINEMA

Deus Existe e Vive em Bruxelas

de Jaco Van Dormael, com Pili Groyne e Benoît Poelvoorde. Comédia; Lux/Bel/Fra; 2015; 113 min.; M/14
• Bilhete: 3,5€*

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

a decorrer...

terças | das 21 às 22h

TEATRO

Ensaio Aberto

peço pelo grupo de teatro Show Time
Desenvolvimento da peça de teatro F4RPAS. Aprofundamento do método de Rodrigo Garcia.
Spot Jovem, Quinta do Conde



Um Olhar Sobre a Indonésia | até dia 14



Obras Diversas | de 17 a 28

até dia 8

FESTA DAS CHAGAS

Feira da Festa das Chagas

- das 15 às 24h (dias úteis)
 - das 15 à 1h (vésperas de feriados e fins de semana)
- Avenida da Liberdade, Sesimbra**

até dia 14

EXPOSIÇÃO

Um Olhar Sobre a Indonésia

- Integrada no Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival
- Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra**

até dia 15

EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA

Nos Limites da Ciência: A Investigação Portuguesa no Ártico e na Antártica

- Integrada no Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival
- Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago**

até dia 15

EXPOSIÇÃO

Arrábida "por fora e por dentro"

- do Núcleo de Espeleologia da Costa Azul
- Galeria em Projeto, Sesimbra**

até dia 27

EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA

À Descoberta de Portugal

- de João Silva
 - de segunda a sexta, das 9.30 às 12.30 e das 14 às 17.30h
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

dia 8 | dom | das 10 às 18h

FEIRA DAS ARTES E DO ARTEANATO

Zimbr'Arte

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

dia 15 | 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

de 17 a 28

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

Obras Diversas de António Coutinho

Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 22 | dom | das 9 às 18h

FEIRA

A Quinta na Moagem

- Com venda de produtos regionais
- 9h | Abertura da exposição de ovinos e caprinos
- 10.30h | Demonstração de ordenha
- 11h | Demonstração de tosquia (mecânica e manual)

15.30h | Animação musical

18h | Encerramento

Org.: CM Sesimbra, JF Castelo e Associação Regional de Criadores de Ovinos Leiteiros da Serra da Arrábida (Arcolsa)

dia 22 | dom | das 10 às 18h

FEIRA DAS ARTES E DO ARTEANATO

Zimbr'Arte

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

dia 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 CENÁRIOS DE CONTOS

Entre as Mãos de uma Criança...

de Maria Andrade

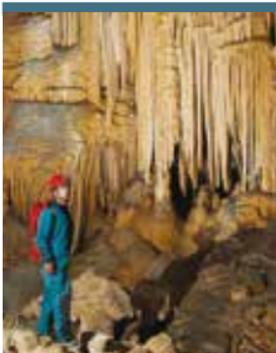
Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra



Entre as Mãos de uma Criança... | a partir de dia 24



A Frota do peixe-espada Branco em Sesimbra, nas décadas de 70, 80 e 90 do século XX | a partir de dia 31



EXPOSIÇÃO
Arrábida "por fora e por dentro"

Por fora, pode-se observar uma das mais interessantes encruzilhadas naturais de toda a Europa, com mais de 1400 variedades de plantas. Por dentro, um inestimável património geológico constituído por grutas que servem de habitat a várias espécies. É esta riqueza natural e única que o NECA dá a conhecer na exposição e no livro, lançado no dia 23 de abril, e que pretende também orientar em campo os apaixonados pela natureza sempre que partam à descoberta da Arrábida. Mais do que promover e divulgar a Serra, o Núcleo de Espeleologia da Costa Azul visa a sua defesa e preservação. até dia 15

Galeria em Projeto, Sesimbra

a partir de dia 28
EXPOSIÇÃO COLETIVA DE FOTOGRAFIA

O Pescador e a sua Arte

pelo grupo Sesimbra Expressão Fotográfica

- inauguração dia 28, sábado, às 16 horas
- sábado, das 16 às 19 e das 21 às 23, de domingo a terça, das 16 às 19h

• Inserido nas comemorações do Dia do Pescador
Galeria em Projeto, Sesimbra

a partir de dia 31
EXPOSIÇÃO DE ILUSTRAÇÃO
Peixes Sobre Papel

Ilustração científica e cadernos de campo de Pedro Salgado
Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra

a partir de dia 31
EXPOSIÇÃO
A Frota do peixe-espada branco em Sesimbra, nas décadas de 70, 80 e 90 do século XX
de Miguel Lourenço
Avenida 25 de Abril, Sesimbra

a decorrer...

EXPOSIÇÃO ITINERANTE DE LIVROS PARA A PRIMEIRA INFÂNCIA

Falar de... 10 Anos a Crescer Contigo!
até dia 7

Biblioteca Municipal de Sesimbra
a partir de dia 9

Polo de Leitura da Quinta do Conde

• Entidades promotoras: CMS/Biblioteca Municipal e Cercizimbra/ELI

Org.: creches e jardins de infância das IPSS do concelho

EXPOSIÇÃO DE PEÇAS INSPIRADAS NA OBRA DE FERNANDO PESSOA - LIVRO DO DESASSOSSEGO

Leitura com Arte

de vários artistas plásticos sesimbrenses

Sala de Leitura, Biblioteca Municipal de Sesimbra

segunda a sábado | das 15 às 18h

EXPOSIÇÃO Colecionismo

Anufise

Edifício Varanda, Avenida dos Naufragos, Sesimbra

Org.: Anufise – Associação Numismática Filatélica e Afins de Sesimbra

sábados e domingos | das 9.30 às 14h

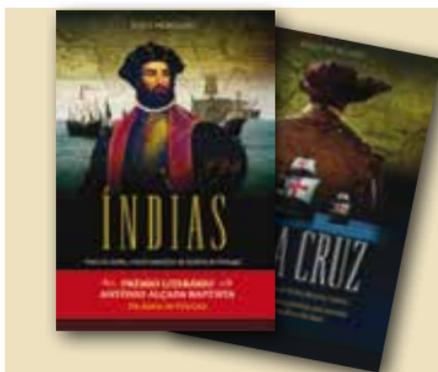
Sabores

da Nossa Terra

Venda de Produtos Locais Moagem de Sampaio



Assembleia Municipal de Jovens | dia 7



Índias e Vera Cruz | dia 7

dia 1 | dom | das 16 às 19h

WORKSHOP

Kizomba

- Entrada: 10 castelos
 - Inscrições: 96 703 16 11
 - Instrutores: Maria Inês Antunes e Alexandre Figueiredo
- ACRUTZ, Zambujal de Baixo**
Org.: Escola de Samba Saltaricos do Castelo

2 MAI a 7 JUN | seg a qui | das 19 às 23h

CURSO

Formação Pedagógica Inicial de Formadores

Curso homologado/autorizado pelo IEFP para obtenção do Certificado de Competências Pedagógicas de Formador.

- Destinatários: portadores do 9.º ano de escolaridade
 - Preço: 247 € (com IVA incluído)
 - Duração: 90 horas
 - Informações e inscrições: 21 210 45 22 / info@ei.edu.pt / 21 228 87 19 / gae@cm-sesimbra.pt
 - Entidade formadora: Centro de Formação EI - Eagle Intuition
- Escola Secundária de Sampaio**
Org.: Centro de Formação EI - Eagle Intuition | Apoio: CM Sesimbra

dia 7 | sáb | 10.30h

ENCONTRO COM OS AUTORES DO LIVRO

O Cuquedo

Clara Cunha e Paulo Galindo

- Destinatários: profissionais das IPSS do concelho
 - Ação que assinala a décima edição do projeto Falar de ... 10 Anos a Crescer Contigo
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 7 | sáb | 15h

13ª ASSEMBLEIA MUNICIPAL DE JOVENS

Viver Sesimbra: Bem-estar e Equilíbrio

Hotel do Mar, Sesimbra

Org.: AM Sesimbra

dia 7 | sáb | 15h

APRESENTAÇÃO DE LIVROS

Índias e Vera Cruz de João Morgado

- Integrada no Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 11 | qua | 10.30h

QUARTAS SENIORES Linhas do Saber

- Destinatários: maiores de 65 anos
 - Inscrições: 21 087 08 45 / 60 241 73 27
 - Limite: 20 participantes
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

dia 14 | sáb | das 10 às 18h

KEEP CALM E FORMA-TE Currículos e Entrevistas de Sucesso

- Destinatários: jovens dos 16 aos 28 anos
 - Inscrições: info.juventude@cm-sesimbra.pt
- Spot Jovem, Sesimbra**

dia 14 | sáb | das 14.30 às 18h

À CONVERSA...

Mania das Dietas... Ou Talvez Não!

Perturbações do Comportamento Alimentar na Adolescência

Coaching e intervenção infantil com a psicóloga Susana Silva.

- Destinatários: pais, encarregados de educação e técnicos ligados à área da educação
 - Preço: 8 €
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

dia 14 | sáb | 15h

CONFERÊNCIA

Pesca

Integrada no Ciclo de Conferências do Rotary Clube de Sesimbra

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 14 | sáb | 15.30h

LANÇAMENTO DE LIVRO

A Liberdade Guiando o Povo: Uma Aproximação a Agostinho da Silva de Pedro Martins

Audatório Raio de Luz, Sampaio



Congresso do GISC | dia 20



Oficina de Técnica de Palhaço
para Professores | dia 22

XVI CONGRESSO GISC
4Ps da Saúde:
Pensar, Prevenir,
Proteger
e Promover

Promover um espaço onde os jovens possam falar abertamente sobre os seus problemas e preocupações é o principal objetivo do congresso do Grupo de Intervenção em Saúde Comunitária (GISC), que nesta 16.ª edição tem como tema 4Ps da Saúde – Pensar, Prevenir, Proteger e Promover. Promoção da saúde, consumos, sexualidade, adolescência são algumas das temáticas abordadas durante a iniciativa, que reúne todos os anos mais de duas centenas de alunos desde o pré-escolar ao ensino secundário, professores, técnicos de saúde e encarregados de educação. Durante a tarde, os alunos vão poder assistir à peça de teatro ID - A Tua Marca na Net!, dinamizada pela Fundação PT.

dia 20 | sex | 9.30h
Cinetatro Municipal
João Mota, Sesimbra

dia 18 | qua | 10.30h
QUARTAS SENIORES
Atividade Plástica

- Destinatários: maiores de 65 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Limite: 20 participantes

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

dia 19 | qui | 14.30h
A ARTE DO SABER
Leituras com Chá

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
- Objetivos: estimular a interação social e fomentar a boa disposição
- Inscrições: 21 228 85 88 / ana.marinheiro@cm-sesimbra.pt

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 20 | sex | 9.30h
CONGRESSO GISC
4 P's da Saúde:
Pensar, Prevenir,
Proteger e Promover

- Entrada livre (mediante lotação da sala)

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra, Agrupamentos de Centros de Saúde da Arrábida, GNR – Escola Segura e agrupamentos de escolas do concelho

dia 20 | sex | das 14 às 17.30h
SESSÃO

DE ESCLARECIMENTO
Gêneros Alimentícios

- Informação ao Consumidor
- Regulamentação Aplicável
- Declaração Nutricional a constar nos Alimentos
- Debate
- Regulamento (EU) nº 1169/2011 de 25 de outubro

- Destinatários: empresários das áreas de restauração e bebidas, pastelarias e padarias e público em geral
- Informações e inscrições: 21 228 87 19 / gae@cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio ao Empresário
- Oradora: Maria Manuel Mendes, Divisão de Riscos Alimentares da ASAE

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra
Org.: CM Sesimbra | Apoio: ASAE – Autoridade de Segurança Alimentar e Económica e Docapesca

dia 22 | dom | 11h
SEMENTES - MOSTRA
INTERNACIONAL
DE ARTES PARA O
PEQUENO PÚBLICO

Oficina de Técnica
de Palhaço para
Professores

por Joseph Collard (Bélgica)

- Destinatários: professores e educadores
- Lotação: 20 participantes
- Duração: 1.30 horas
- Inscrições: até 19 de maio
- Informações: 21 228 87 22 / cinetatro@cm-sesimbra.pt

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra



O Atendimento ao Público
no Comércio e Restauração | de 23 a 25



Modo de Produção Biológico | inscrições

de 23 a 25 | seg a qua | das
15.30 às 18.30h

WORKSHOP

O Atendimento ao Público no Comércio e Restauração

- A importância do atendimento ao público
- O perfil do profissional e do cliente
- A gestão de reclamações e conflitos
- A imagem, comunicação e postura profissionais
- A fidelização e a conquista de clientes

• Destinatários: empresários, empregados do comércio local e restauração, desempregados que pretendam encetar um negócio próprio ou trabalhar nestas áreas de negócio

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

ao Empresário
**Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

dia 29 | dom | das 10 às 18h

IV SEMINÁRIO INTERNACIONAL

Choi Kwang Do

Apresentado pelo mestre
Hugh Harper, VI Dan do
Reino Unido, e por Sérgio
Capitolo, III Dan em
Portugal.

• Entrada: 5 Kiaps
Sesimbra Hotel & Spa
Org.: Artes Marciais de Sesimbra

inscrições...

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**

FORMAÇÃO Informática Sénior

• Destinatários: maiores de 18 anos

• Objetivos: 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**

FORMAÇÃO

Modo de Produção Biológico

- Destinatários: adultos entre os 23 e os 65 anos
- Limite: 25 participantes
- Duração: 50 horas
- Informações e Inscrições: 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt / Gabinete de Apoio às Pescas, Ruralidade e Empresário
- Esta formação irá decorrer de 3 de junho a 2 de julho, às sextas e sábados
- Formador: Eng.º Gil Feio
Pavilhão Municipal de Sampaio

OFERTA

FORMATIVA 2016

Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra

- Cozinheiro
- Operador de Armazém
- Operador de Jardinagem
- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade
- Assistente Administrativo
- Mecânico de Serviços Rápidos
- Procura Ativa de Emprego*
- Tecnologias de Informação e Comunicação*
- Competências Básicas*

Estas ações de formação são enquadradas pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional e aos participantes será atribuído subsídio de transporte, subsídio de alimentação, seguro de acidentes pessoais e bolsa de formação (até 50% do Indexante de Apoios Sociais). No final do/s curso/s será emitido um certificado de formação.



Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra



Bibliotecas do Centro de Animação para a Infância da Cercizimbra

- Destinatários: pessoas com limitações das funções mentais globais e específicas/incapacidades
 - Observações: os participantes deverão ter idade igual ou superior a 18 anos ou, a título excecional, maiores de 16 e estarem inscritos no Centro de Emprego da zona de residência
 - Informações: 21 268 02 42 / 91 050 40 92
 - * a cão sem bolsa de formação
 - Entidade formadora: Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra
- Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra, Sampaio**

Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra

- Inglês 1, nível iniciante
- Inglês 2, nível médio
- Inglês 3, nível avançado
- Francês
- Espanhol (castelhano)
- Pintura, Rudimentos e Técnicas de Arte
- Artes Decorativas
- História Universal
- Museus e Património
- Navegação Marítima
- Teatro
- Gastronomia
- Informática
- Equilíbrio do Corpo e da Mente
- Canto Coral

• Destinatários: maiores de 18 anos

• Preço: 20 € (mensal)

Edifício Raio de Luz, Sampaio

Org.: Rotary Clube de Sesimbra |

Apoio: CM Sesimbra

Pendulários

Associação Cultural

- Aulas de Pintura a Óleo
 - Aulas de Yoga para Bebês e Crianças
 - Aulas de Canto / Instrumentos (guitarra, violoncelo) / Coros Infantil e Adulto
 - Curso de Escrita Criativa
 - Curso das Literaturas e Artes de Vanguarda
 - Aulas de Ponto de Arraiolos
 - Aulas de Corte e Costura
 - Apoio ao Estudo
 - Inscrições e informações: 96 606 76 55 / 96 627 7282 / pendularios.ac@gmail.com
- Lugar da Terra, Zambujal de Baixo**
Org.: JF Castelo

a decorrer...

segunda a sexta Bibliotecas do Centro de Animação para a Infância da Cercizimbra

Biblioteca Técnica

Temas nas áreas da Educação/Educação Especial, Ciências Sociais e Humanas, Psicologia e Atividades Lúdicas

Biblioteca Infantojuvenil

Contos, Fábulas, Poesia, Banda Desenha, Aventura e Mistério, da qual faz parte um número substancial de obras inseridas no Plano Nacional de Leitura

• Observação: os espólios encontram-se disponíveis para consulta e/ou requisição gratuita

• segundas, das 14 às 18, de terça a sexta, das 10 às 18h

Centro de Animação para a Infância da Cercizimbra, Sampaio

Org.: Centro de Animação para a Infância da Cercizimbra



Rota do Cabo Espichel à Lagoa | dia 1



Rota da Moagem de Sampaio às Pegadas | dia 8

dia 1 | 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: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio

Org.: Sesimbra Safari

dia 1 | dom | 9.30h

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: 25 € (menores de 7 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Vertente Natural

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: baixo/médio
- Inscrições: até 6 de maio
- 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

PASSEIO PEDESTRE

Na Crista do Risco

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 6 de maio
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Serra da Arrábida

Org.: Vertente Natural

dia 8 | dom | das 9 às 13h

BTT PELO PATRIMÓNIO

Rota dos Dinossauros

Pedreira do Avelino,
Pedra da Mua e Praia dos Lagosteiros

- Seguro: 3 €
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 8 de abril
- Informações: 93 998 24 85 / sergio.jorge@cm-sesimbra.pt
- Observações: esta atividade só se realiza com um mínimo de 10 participantes

Ponto de encontro: GDU Azoia

dia 8 | 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 7 de maio
- 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

E SPELEOLOGIA

Lapa do Fumo

- Preço: 15 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 6 de maio
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: povoação dos Pinheirinhos

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: baixo/médio
- Inscrições: até 13 de maio

• 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 | 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 14 de maio
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio

Org.: Sesimbra Safari



Coasteering | dia 15



Rota dos Círios | dia 22

dia 15 | dom | 9h

COASTEERING

Boca de Tamboril

- Preço: 37,50 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 13 de maio
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com / www.coasteering.pt

Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra

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: baixo/médio
- Inscrições: até 20 de maio
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio

Org.: Sesimbra Safari

dias 21 e 22 | sáb e dom

ESPELEOLOGIA

Garganta do Cabo

- Preço: 75 €
- Duração: 1 dia e meio
- Grau de dificuldade: alto
- Inscrições: até 20 de maio
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Vertente Natural

dia 22 | dom | das 9 às 13h

BTT PELO PATRIMÓNIO

Rota dos Círios

Fazol e Santuário do Cabo Espichel

- Seguro: 3 €
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 8 de abril
- Informações: 93 998 24 85 / sergio.jorge@cm-sesimbra.pt
- Observações: esta atividade só se realiza com um mínimo de 10 participantes

Ponto de encontro: GDU Azoia

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 maio
- 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

Rota do Cabo Espichel à Lagoa Pequena

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 27 de maio
- 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 | 9h

PASSEIO DE JEEP

E PEDESTRE

Rota da Arrábida

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 28 de maio
- 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

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: 25 € (menores de 7 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 27 de maio
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Vertente Natural



Piscina de Sesimbra | inscrições



Gerontomotricidade | segunda a sexta

inscrições...

CIRCUITO

NACIONAL DE TRAIL VI Ultra de Sesimbra

Ultra Trail, Trail,
Mini Trail e Caminhada

• Preço: Ultra Trail 25 €, Trail 20 €,

Mini Trail 14 €, Caminhada 12 €

• Observações: a prova decorre
no dia 5 de junho

• Inscrições: [http://www.](http://www.ultrasesimbra.com)

[ultrasesimbra.com](http://www.ultrasesimbra.com)

• Informações: 91 993 59 94 /
91 597 82 08

Org.: Associação Desportiva

OMundodaCorrida.com |

Apoio: CM Sesimbra

Modalidades Desportivas

Cárdiofitness, 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

ATIVIDADES

AQUÁTICAS

Piscina de Sesimbra

• Informações: [desporto@](mailto:desporto@cmsesimbra.pt)
cmsesimbra.pt / 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@](mailto:despalfarim.blog@gmail.com)

[gmail.com](mailto:despalfarim.blog@gmail.com) / [facebook.com/](https://www.facebook.com/desportivoalfarim)

[desportivoalfarim](https://www.facebook.com/desportivoalfarim)

Pavilhão do Grupo

Desportivo de Alfarim

Org.: GD Alfarim

Escola de Aeromodelismo Classe de Voo Circular

• Destinatários: a partir
dos 10 anos

• Inscrições: 91 826 01 79 /
[amilcar.contente@gmail.](mailto:amilcar.contente@gmail.com)

[com / control.line.portugal@](mailto:amilcar.contente@gmail.com)

[gmail.com](mailto:amilcar.contente@gmail.com)

• Informações: [www.control-](http://www.control-line-portugal.net)

[line-portugal.net](http://www.control-line-portugal.net)

CIPA, Quinta do Conde

Org.: Control Line Portugal

- Clube de Aeromodelismo

segunda a sexta

SEMPRE A MEXER

PARA NÃO ENVELHECER

Gerontomotricidade

• **Piscina de Sesimbra**

• **Grupo Desportivo**

União da Azoia

• **Grupo Desportivo de Alfarim**

• **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 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

• **Grupo Desportivo**

de Alfarim

Yoga

• **Piscina de Sesimbra**

• **Liga dos Amigos**

da Lagoa de Albufeira

• **Centro Cultural Social e**

Recreativo A Voz do Alentejo

Ateliê de Artes

e Oficinas

• **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

• Destinatários: munícipes

maiores de 55 anos

• Preço: 4 € por mês, com

descontos caso o utente participe

em duas ou mais atividades

• Informações e inscrições:

21 228 85 33 / 21 228 82 04 /

Gabinete de Habitação

e Ação Social



Choi Kwang Do | a decorrer...



Atividades Marítimo-turísticas

a decorrer...

segundas e quartas **Pilates**

- *Informações:* 21 081 94 24 / www.acuabi.com
 - *Instrutora:* Orlanda Tostão **Acuabi, Quinta do Conde 3**
- Org.: Acuabi - Centro de Terapias Integradas

segundas e quartas **ARTES MARCIAIS Choi Kwang Do**

- *segundas* | das 18.30 às 19.20h
 - *quartas* | das 19 às 20h
 - *Observações:* quem quiser conhecer esta modalidade, pode experimentar duas aulas grátis
 - *Instrutor:* Sérgio Capítulo **Sociedade Musical Sesimbrense**
- Org.: Artes Marciais de Sesimbra

segundas, quartas e sextas **ARTES MARCIAIS Taekwondo**

- *Instrutor:* Sérgio Capítulo **Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**
- Org.: Artes Marciais de Sesimbra

segundas e quintas | 19h **Krav Maga Clube Sesimbrense**

Org.: Clube Sesimbrense

segunda a sábado **Aulas do Yoga**

- *Inscrições:* 21 223 21 01 / 96 524 52 57 / yogasesimbra@gmail.com
 - *Informações:* yogasesimbra.com
 - *Instrutores:* Paulo Carvalho e Vera Loureiro **Ashrama Sesimbra**
- Org.: Ashrama Sesimbra - Centro do Yoga

terças e quintas | das 19.15 às 20h

- #### **ARTES MARCIAIS Choi Kwang Do**
- *Observações:* quem quiser conhecer esta modalidade, pode experimentar duas aulas grátis
 - *Instrutor:* Sérgio Capítulo **Unidade Integrada de Atendimento à Infância da Cercizimbra, Sampaio**
- Org.: Artes Marciais de Sesimbra

terças e quintas | das 20 às 21.30h

- #### **ARTES MARCIAIS Budo Tai Jutsu**
- *Inscrições e informações:* 96 634 29 68 / www.kotoranin.com
 - *Instrutor:* Bruno Domingos **Sala de Judo, Piscina de Sesimbra**
- Org.: Bujikan Sesimbra Dojo Ko Tori Nin

terças e quintas | 21h **Zumba**

- #### **Clube Sesimbrense**
- Org.: Clube Sesimbrense

Atividades Marítimo-turísticas

Saídas de pesca desportiva de alto mar, passeios de barco às praias e baías de Sesimbra e observação de golfinhos.

- *Inscrições e informações:* 91 065 85 55 / 91 620 54 29 / geral@bolhas.pt

Ponto de encontro: Porto de Abrigo de Sesimbra

Org.: Bolhas - Atividades Marítimo-turísticas



Venha Conhecer a Lota de Sesimbra | dias 3 e 17 Dia Municipal do Bombeiro | dia 8

dias 3 e 17 | ter | 15.30h

Venha Conhecer a Lota de Sesimbra

• *Informações e inscrições: 93 245 60 98 / 93 740 59 04 / Posto de Turismo*
Fortaleza de Santiago, Sesimbra

dia 4 | qua | 11h

CERIMÓNIA Condecorações Municipais

Atuação do grupo MGBOS
• *Destinatários: maiores de 6 anos*
• *Entrada livre (mediante lotação da sala)*
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 4 | qua | 17h

Festa em Honra do Senhor Jesus das Chagas

Procissão com a imagem do Padroeiro dos Pescadores desde a Igreja Matriz até à Capela da Misericórdia. Sermão no Largo da Marinha e bênção ao mar e às embarcações.
Vila de Sesimbra
Org.: Comissão de Festas Irmandade do Senhor Jesus das Chagas

dia 5 | qui | das 9 às 12h

CAMINHADA Apanha da Espiga

• *Observações: os participantes deverão usar roupa e calçado confortável*
Ponto de encontro: GDU Azoia, às 8.45h

dia 7 | sáb

Festival à Portuguesa

Festival de música, cultura e gastronomia portuguesa, que visa mostrar o que de melhor e mais tradicional Portugal tem para oferecer.
• *Objetivo: dar a conhecer uma ampla variedade de produtos portugueses, como a cerâmica e a cozinha tradicional, sem nunca esquecer a música.*
Avenida dos Náufragos, Sesimbra

Org.: grupo de alunos da Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril

dia 8 | dom | 8.30h

CAMPANHA DE SENSIBILIZAÇÃO 10 Milhões na Berma da Estrada

Caminhada pela EN378, entre o Marco do Grilo e a Carrasqueira, onde serão recolhidos das bermas beatas de cigarros e outro género de lixo.

• *Inscrições: até 6 de maio*
• *Informações: 10milhoesnabermadaestrada@gmail.com*

• *Objetivo: aprofundar a consciência ecológica e de cidadania dos automobilistas sensibilizando-os para o perigo da prática de lançar pontas de cigarros para fora da viatura*
• *Observações: os participantes deverão usar roupa e calçado confortável, boné, protetor solar e trazer uma garrafa de água*
Ponto de encontro:

rotunda do Marco do Grilo

Org.: Carlos Reis e Orlando Martins |
Apoio: 3M, Águias Unidas e Farmácia dos Foros de Amora

dia 8 | dom | 10.30h

Dia Municipal do Bombeiro

10.30h | Desfile de viaturas pela vila da Quinta do Conde
Percorso: Av. da Liberdade, Av. dos Aliados, Rua António Sérgio, Av. Principal e Destacamento Bombeiros Voluntários

11h | Formatura geral

11.30h | Inauguração de escultura em homenagem aos Bombeiros
11.45h | Sessão Solene com intervenções de entidades convidadas seguida de moscatel de honra
Destacamento dos Bombeiros Voluntários de Sesimbra na Quinta do Conde

27 MAI a 5 JUN

Semana Gastronómica do Peixe-espada Preto

Restaurants aderentes
Org.: CM Sesimbra, JF Santiago, ArtesanalPesca e Comissão Vitivinícola Regional da Península de Setúbal



Dia do Pescador | dia 31



*Semana Gastronómica
do Peixe-espada Preto | 27 MAI a 5 JUN*



**Inauguração
do Museu Marítimo**
*Discursos oficiais,
descer da placa,
visitas guiadas ao Museu*

A inauguração do Museu Marítimo de Sesimbra terá início com os discursos oficiais, descer da placa e um conjunto visitas guiadas.

Tendo em conta o elevado número de pessoas esperado, as visitas ao Museu serão organizadas em pequenos grupos. Os primeiros integrarão entidades oficiais, convidados e personalidades que estiveram, de alguma forma, ligados ao processo de instalação do Museu ou incentivaram e apoiaram a sua concretização.

dia 31 | terça | 15h
Fortaleza de Santiago

30 MAI a 4 JUN
FESTIVÂRZEA
**I Festival da Terra,
Artes e Bio-diversidade**

Exposição e venda de produtos da horta, experiência apícola, volteio a cavalo, tiro com arco e demonstração de voo circular.

dia 30 | seg
15h | Lançamento do Festival com os artistas e associações participantes
17h | Lançamento do Concurso entre hortelões para a Melhor Horta 2016 das HSQC

dia 31 | ter
10h | Percurso Pedestre Interpretativo no Parque Ecológico da Várzea e Parque da Ribeira
16h | Caça às Pegadas
• *Informações: 21 080 96 66 / anime.paf@gmail.com*
Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde

Org.: Anime Natura | Apoio: CM Sesimbra, JF Quinta do Conde, Hortas Solidárias da Quinta do Conde, Centro Agrícola e Ambiental da Várzea | Apoio: Greenmedia

dia 31 | ter
Dia do Pescador
10.30h | Inauguração do Mercado Municipal de Sesimbra
Rua da República, Sesimbra
11.30h | Distinção de Individualidades da Comunidade Piscatória Sesimbrense
Sociedade Musical Sesimbrense
12.15h | Colocação de Coroa de Flores no Monumento aos Pescadores
Largo de Bombaldes, Sesimbra
12.30h | Visita à Exposição A Frota do Peixe-espada Branco em Sesimbra, nas décadas de 70, 80 e 90 do Século XX
de Miguel Lourenço
Avenida 25 de Abril, Sesimbra
15h | Inauguração do Museu Marítimo de Sesimbra
Fortaleza de Santiago
18h | Missa em Homenagem ao Pescador
Capela da Misericórdia, Sesimbra

inscrições...

Sesimbra é Peixe e Arte na Rua
O peixe e as tradições ligadas ao mar vão ser, de novo, representados em portas, paredes e muros da vila de Sesimbra, no âmbito da 4.ª fase da iniciativa Sesimbra é Peixe e Arte na Rua, cujas inscrições decorrem até 5 de junho.
• *Inscrições: Posto de Turismo de Sesimbra, Fortaleza de Santiago*



Cabaz do Peixe | a decorrer...



Projeto Prove | a decorrer...

Sesimbra com Ondas de Flores

Projeto que consiste na entrega de vasos, plantas e terra aos residentes da vila de Sesimbra.

- **Informações:** <https://www.facebook.com/evadream>
- **Inscrições:** Posto de Turismo de Sesimbra, Fortaleza de Santiago

a decorrer...

quartas, sextas, sábados e domingos | das 9 às 13 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
 - última entrada às 16h
 - terceiro sábado de cada mês abre às 7h
 - quintas, reservado a escolas, grupos e outras atividades
 - meses de maio e junho com visitas guiadas para grupos, entre 8 a 10 pessoas
- Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena, Lagoa de Albufeira**
Org.: ICNF e CM Sesimbra

Cabaz do Peixe

- **Preço:** 20 € (cabaz com 3 quilos de peixe fresco)
- **Encomendas:** www.cabazdopeixe.pt / 21 228 05 86

Horários e locais de entrega:

quartas | das 17.30 às 19h
Largo 25 de Abril, Arrentela
quintas | das 17.30 às 19h

Junta de Freguesia da Quinta do Conde
sextas | das 17 às 19h

Moagem de Sampaio
sábados | das 10.30 às 12h

Espaço Fortuna Artes e Ofícios, Palmela

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:

terças | das 18 às 20.30h

• E-mail: encomendas.lindaavelha@prove.com.pt

• Tel.: 96 783 07 12

(Sónia Ribeiro)

Centro Comunitário de Linda-a-Velha

quartas | das 17 às 19.30h

• E-mail: encomendas.alvalade@prove.com.pt

• Tel.: 91 919 72 67

(André Manta)

Igreja de Alvalade

quintas | das 17.30 às 19h

• E-mail: encomendas.quintadoconde@prove.com.pt

• Tel.: 91 231 03 41

(Mafalda Saloio)

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

quintas | das 18 às 20h

• E-mail: encomendas.setubal@prove.com.pt

• Tel.: 91 953 78 77

(Luís Fulgêncio)

Clube Ornitológico de Setúbal

sextas | das 16.30 às 17.45h

• E-mail: encomendas.sesimbra@prove.com.pt

• Tel.: 93 588 04 45

(Teresa Gervásio)

Associação

dos Comerciantes de Sesimbra

sextas | das 16.30 às 18h

• E-mail: encomendas.alfragide@prove.com.pt

• Tel.: 91 403 44 36

(Ricardo Batista)

Alfragide (Siemens)

sextas | das 16.30 às 19h

• E-mail: encomendas.setubal@prove.com.pt

• Tel.: 91 953 78 77

(Luís Fulgêncio)

Lx Factory

sextas | das 16.30 às 19h

• E-mail: encomendas.sesimbra@prove.com.pt

• Tel.: 93 588 04 45

(Teresa Gervásio)

Moagem de Sampaio

Sala de Snoezelen

Espaço Sentido

Sala multissensorial

aberta à comunidade.

• Tel.: 21 268 34 47 / 96 945 35 22

• E-mail: snoezelen.scms@gmail.com

• Projeto distinguido com

Menção Honrosa no Prémio BPI

Seniores 2015

Rua Dr. Alberto Leite

nº 13, Santana

Org.: Santa Casa da Misericórdia

de Sesimbra



Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino | a decorrer...



Hortas Solidárias | Candidaturas abertas



INSCRIÇÕES **Sesimbra com Ondas de Flores**

O concelho de Sesimbra associou-se ao projeto Eva Dream Florir Portugal, dinamizado por Tó Romano, diretor da agência Central Models, que, desde 2012, desafia as comunidades de norte a sul do país a ornamentar as janelas, portas e ruas com flores. Em Sesimbra, a madrinha do Florir Portugal será a atriz Adelaide de Sousa. Os primeiros duzentos vasos com flores do Sesimbra com Ondas de Flores já foram instalados nas ruas da República, 31 de Janeiro, Serpa Pinto e Largo José António Pereira, zonas escolhidas para o arranque da iniciativa. A candidatura será avaliada e, caso a resposta seja afirmativa, será entregue um vaso com plantas.

**Posto de Turismo
de Sesimbra, Fortaleza
de Santiago**

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

Sesimbra é Peixe e Arte na Rua

Roteiro de portas, janelas e muros

• Consulte 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.

Posto de Turismo, Fortaleza de Santiago

PEGADAS

DE DINOSSÁURIOS Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino

• Informações: 21 228 82 06 / 7 / museu@cm-sesimbra.pt
Rua do Forno da Cal do Zambujal

Gabinete de Psicologia da Santa Casa da Misericórdia

• Informações: 21 228 82 18 / 96 945 35 22 / santacasa.gabinetepsicologia@gmail.com
Santana, Sesimbra
Org.: SCM 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

Hortas Solidárias Candidaturas abertas

• Destinatários: famílias e organizações não-governamentais locais
• Informações e inscrições: Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade / Rua da Cruz, n.º 24 A, Sesimbra / 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cmsesimbra.pt, Balcões Únicos de Serviços e CIPA – Centro de Inovação e Participação Associativa
Org.: CM Sesimbra, JF Quinta do Conde, APISET e ANIME – Projeto de Animação e Formação



Ombela: A Origem das Chuvas | dia 5

A Escada Vermelha | dia 12

HORA DO CONTO

dia 3 | ter | 15.30h

Ombela:

A Origem das Chuvas

de Ondjaki e Rachel Caiano

• Destinatários: pais e crianças

Polo de Leitura

da Quinta do Conde

dia 10 | ter | 15.30h

A Escada Vermelha

de Fernando Pérez Hernandez

• Destinatários: pais e crianças

Polo de Leitura

da Quinta do Conde

dia 14 | sáb | 11h

Alto! O Burro

deu um Salto

de Helena Kraljic

e Adriano Janezic

• Destinatários: pais e crianças

Sala do Conto, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

dia 17 | ter | 15.30h

A Ovelhinha Preta

de Elizabeth Shaw

• Destinatários: pais e crianças

Polo de Leitura

da Quinta do Conde

dia 21 | 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 25 | qua | 14.30h

Hoje Temos Visitas ...

A Avó Vem

à Biblioteca

Contar Histórias

por Celestina Baptista

e Júlia Baêta

• Destinatários: crianças

do pré-escolar e 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 /

sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

• Projeto de Voluntariado

Sala do Conto, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

dia 28 | sáb | 11h

YOGA ENTRE HISTÓRIAS

A Lagartinha

que Tinha um Sonho

de Cláudia Pinto Praça

e Zeka Cintra

• Destinatários: crianças

dos 4 aos 8 anos,

acompanhadas pelos pais

• Limite: 15 participantes

• Inscrições: 21 228 85 88 /

sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

• Dinamizado por Cláudia Pinto

Praça, professora e autora do livro

Sala Polivalente, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

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

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,

colégios, ATL e IPSS

da freguesia do Castelo

• Inscrições: 21 087 08 45 /

96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



A Lagartinha que Tinha um Sonho | dia 28



Quem Será o Meu Jantar? | a decorrer

ATIVIDADE FÍSICA

dias 6, 13 e 20 | sex | 10.30h

Kids Combat

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 27 | sex | 10.30h

ATIVIDADE FÍSICA

Kids Combat

Especial Quinzena da Criança

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

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.: GD Sesimbra

Mexe-te!

Programa Municipal de Combate à Obesidade Infantil

• Inscrições e informações: 93 998 24 85 / educacao.desporto@cm-sesimbra.pt

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.: GD Alfarim

OFICINAS E ATELIÊS

dias 3 e 17 | ter | 10.30h

ESPAÇO BEBETECA

Um Conto e Dois Passos...

• Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais
• Inscrições gratuitas: 212 102 231 / ines.santos@cm-sesimbra.pt

Polo de Leitura da Quinta do Conde

dia 4 | qua | 14.30h

ATELIÊ DE CULINÁRIA Salame

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
• Limite: 15 participantes
• Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 5 | qui | 10.30h

QUINTAS-FEIRAS LÚDICAS

Iniciação à Cerâmica

por Iolanda Esteves e Júlia Baêta

Descobre a lenda do Senhor Jesus das Chagas, construindo e jogando com símbolos alusivos à mesma.

• Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
• Projeto de Voluntariado
Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra



Alto! O Burro Deu um Salto | dia 14



Para Crianças que Ainda não Conseguem Chegar ao Puxador da Porta | dia 7



Mikado | dia 7

dia 5 | qui | 10.30h

ESCRITA CRIATIVA

Viana do Castelo

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 6 | sex | 14.30h

ARTISTAS

DE PALMO E MEIO

Corações de Viana

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 6 | sex | 16h

OFICINA

Leitura em Voz Alta

por Tiago Vidal

Iniciação às técnicas e dinâmicas de expressão oral e corporal.

- Destinatários: crianças e jovens a partir dos 8 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 7 | sáb | 11h

OFICINA | TEATRO

Para Crianças que Ainda não Conseguem Chegar ao Puxador da Porta por Paula Só

- Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
- Bilhete participante: 1,5 €
- Limite: 20 participantes
- Inscrições: até 5 de maio
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 7 | sáb | 14.30h

En'canta no Espaço

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 7 | sáb | 15h

ATELIÊ

Mikado

por Catarina Sousa e Joana Marques

Participa neste ateliê, aprendendo a construir com materiais reciclados um jogo do mikado.

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 12 | qui | 10.30h

ATELIÊ

Escrita Criativa por Amélia Lopes

Dá largas à tua imaginação, aprendendo como podes entrar no mundo da escrita criativa.

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 12 | qui | 10.30h

ESCRITA CRIATIVA

Maio em Flor

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 13 | sex | 14.30h

ARTISTAS

DE PALMO E MEIO

Família

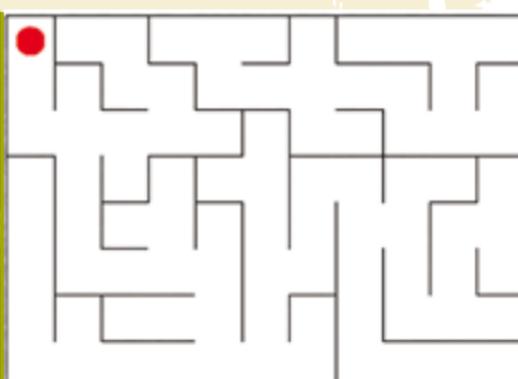
- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



**Vê Com os Teus Olhos e Cheira
Com o Teu Nariz | dia 21**



Jogo do Labirinto | dia 21

dia 18 | qua | 14.30h

**ATELIÊ DE CULINÁRIA
Sobremesa Saudável**

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 19 | qui | 10.30h

**QUINTAS-FEIRAS
LÚDICAS**

Iniciação à Cerâmica

por Iolanda Esteves
e Júlia Baêta

Descobre a lenda do Senhor Jesus das Chagas, construindo e jogando com símbolos alusivos à mesma.

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 19 | qui | 10.30h

**ESCRITA CRIATIVA
A Importância da Família**

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 20 | sex | 14.30h

**ARTISTAS
DE PALMO E MEIO
Flores**

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 20 | sex | 16h

**OFICINA
Leitura em Voz Alta**

por Tiago Vidal
Iniciação às técnicas e dinâmicas de expressão oral e corporal.

- Destinatários: crianças e jovens a partir dos 8 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 21 | qui | 10.30h

**ATELIÊ
Tarde de Leituras**

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 21 | sáb | 11h

**OFICINA | TEATRO
Vê Com os Teus
Olhos e Cheira
Com o Teu Nariz**

- Destinatários: crianças dos 7 aos 10 anos
- Bilhete participante: 1,5 €
- Limite: 20 participantes
- Inscrições: até 19 de maio
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

dia 21 | sáb | 15h

**ATELIÊ
Jogo do Labirinto**

por Sara Filipe
e Rita Grande
Aventura-te neste ateliê aprendendo a construir um jogo diferente e muito original.

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 24 | ter | 10.30h

**OFICINA
Jogos Tradicionais**

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inserida nas comemorações da Quinzena da Criança

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



Zic-Zag | dia 22



Cavaleiro Procura-se | dia 29

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

a decorrer...

terças | 16h

Oficina do Faz de Conta

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

• Inscrições: 21 210 22 31 / ines.santos@cm-sesimbra.pt

Polo de Leitura da Quinta do Conde

quartas | 10.30h

ESPAÇO

Aqui Brincamos Todos

Atividades de expressão integradas: ouvir, contar, imaginar e criar histórias...

- Destinatários: crianças até aos 6 anos acompanhadas pela família

• Dinamização: ELI/Cercizimbra e Biblioteca Municipal

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 22 | dom | 17h

SEMENTES - MOSTRA INTERNACIONAL DE ARTES PARA O PEQUENO PÚBLICO

Zic-Zag

de Joseph Collard

Espectáculo de palhaço e mimo para todos.

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
- Acompanhante: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 29 | dom | 17h

SEMENTES - MOSTRA INTERNACIONAL DE ARTES PARA O PEQUENO PÚBLICO

Cavaleiro Procura-se

pelo Teatro das Beiras

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
- Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra



O Bom Dinossauro | dia 25

EXPRESSION PLÁSTICA

Espaço Zambujal

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

dia 3 | ter | 14.30h

Quadro Primavera

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

dia 10 | ter | 14.30h

Paisagens de Papel Rasgado

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 17 | ter | 14.30h

Borboletas Doces

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos

dia 31 | ter | 14.30h

Pinturas com Rolhas e Tinta

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
- Inserido nas comemorações da Quinzena da Criança

SUGESTÕES

dia 25 | qua | 10.30h

ESPAÇO ANIMA O Bom Dinossauro de Peter Sohn

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Inserido nas comemorações da Quinzena da Criança
- Espaço Zambujal**
- Org.: JF Castelo

dia 28 | sáb | 10.30h

ESPETÁCULO SENSORIAL Forbrain Snoezelen

- Destinatários: crianças dos 6 meses aos 3 anos
- Preço: 2 € (criança + acompanhante)
- extra: 5 €
- Espaço Zambujal**
- Org.: JF Castelo

terças e quintas | das 16 às 17.30h

APOIO PEDAGÓGICO Projeto Hora e Meia

- Destinatários: alunos que frequentem o 1.º ciclo do ensino básico na freguesia do Castelo
- Limite: 5 alunos por grupo
- Objetivo: facultar apoio pedagógico em grupo nas áreas da matemática, português e estudo do meio
- Duração: 1.30h por sessão
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / espaco.zambujal@gmail.com
- Espaço Zambujal**
- Org.: JF Castelo

quartas

VISITAS GUIADAS Biblioteca Municipal

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

Voluntariado Jovem

Descobre no teu Spot como podes ser voluntário.
Spot Jovem de Sesimbra e da Quinta do Conde

Cartão Jovem Sesimbra

Para além do acesso a vantagens inerentes ao Cartão Jovem Euro <30 (nacional), dá também acesso a vantagens específicas no concelho de Sesimbra.

- Destinatários: jovens entre os 12 e os 30 anos
- Preço: 10 €

Spot Jovem de Sesimbra e da Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra e Movijovem

Equipamentos e Serviços Municipais

Arquivo Municipal de 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

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 Sesimbra

Rua da República, 3
2970-741 Sesimbra
Quinta do Conde
Edifício do Mercado Municipal,
Av. Manuel de Arriaga
2975-337 Quinta do Conde
Tel.: 21 228 85 00
E-mail: balcao.unico@cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta, das 8 às 18.30, sábados, das 8.30 às 13.30h

BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93
Horário: de segunda a sexta, das 9.30 às 17, sábados, das 8.30 às 13.30h
Linha Verde (Reclamações):
800 22 88 50

Biblioteca Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 85 88
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

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
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
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

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, 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

Tel.: 21 210 95 00
Horário: à terça e quinta, das 9 às 12 e das 14 às 17h
Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
Horário: segunda, das 9 às 12 e das 14 às 17h

Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

Lagoa de Albufeira
Tel.: 93 998 22 92
E-mail: info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt

Site: www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena

Horário: quartas, sextas, sábados e domingos (terceiro sábado de cada mês abre às 7h)
quintas, reservado a escolas, grupos e outras atividades
INVERNO (novembro a março):
das 9 às 13 e das 14 às 17h (última entrada às 16h)
VERÃO (abril a outubro): das 10 às 12.30 e das 14 às 18.30h (última entrada às 17.30h)

Espaço Solidário Cotovia

Tel.: 21 228 87 45
Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h
Quinta do Conde
Tel.: 93 998 27 74
Horário: de terça a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h

Espaço Zambujal

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

Fortaleza de Santiago

Horário: das 9.30 às 0h

Gabinete de Apoio ao Empresário Sesimbra

Tel.: 21 228 87 16
E-mail: gac@cm-sesimbra.pt
Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Quinta do Conde

Tel.: 93 998 25 52
E-mail: gac@cm-sesimbra.pt
Horário: quartas e sextas, das 9 às 12.30h

Gabinete de Inserção Profissional Sesimbra

Bairro de Argéis, FORMAR,
Tel.: 21 228 10 27 / 21 228 82 37
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

Quinta do Conde

Junta de Freguesia
Tel.: 21 210 83 70
E-mail: gip.qtaconde@gmail.com
Horário: de segunda a sexta, das 14 às 17h

Gabinete Médico-veterinário Municipal

Posto Veterinário Municipal
Tel.: 21 228 85 00 / 93 998 20 40
E-mail: veterinario@cm-sesimbra.pt
Sesimbra

Rua Mareantes de Sesimbra, Bloco n.º 6 r/c
2970-711 Sesimbra
Horário: sextas, das 10 às 12h

Fonte de Sesimbra

Rua Fonte de Sesimbra
2970-271 Sesimbra
Horário: quartas, das 10 às 12h
Quinta do Conde
Rua Ribeiro Sanches
2975-403 Quinta do Conde
Horário: quintas, das 10 às 12h

Spot Jovem (Quinta do Conde)

Rua Sacadura Cabral

Tm.: 93 998 01 26

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

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

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

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

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

Juntas de Freguesia

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

Avenida Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt

Site: 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

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: epcjsesimbra@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

GNR

Sesimbra – Tel.: 265 242 676

Alfarim – Tel.: 265 242 670

Quinta do Conde – Tel.: 265 242 674

Guarda Noturno

da Quinta do Conde

Raul 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)

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

Arquit. de Sesimbra

T.T. C. 54

"LUA D'YNA"

Plano de Sesimbra



Plano



Uma Viagem
pelas Memórias e Artes
de uma Comunidade



**ABERTURA AO PÚBLICO
NO DIA 31 DE MAIO
(Dia do Pescador)**

FORTALEZA DE SANTIAGO