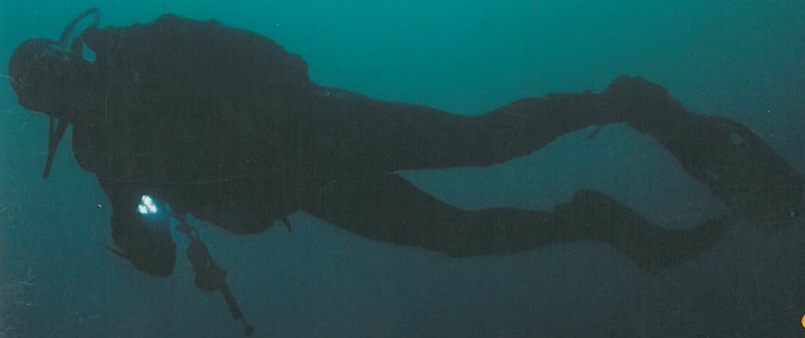


# sesimbr'acontece

AGENDA DE ACONTECIMENTOS DO CONCELHO DE SESIMBRA

**AGOSTO'06**

distribuição gratuita



Sesimbra  
Verão 2006

ZimbraMel

Câmara Municipal de Sesimbra

A Agenda Sesimbr'Acontece tem como objectivo promover e valorizar a identidade cultural do Concelho de Sesimbra, afirmar a diversidade de oferta de acontecimentos e contribuir para a criação de públicos.

A Sesimbr'Acontece informa gratuitamente sobre a oferta cultural, e de lazer da responsabilidade da Câmara Municipal de Sesimbra e dos agentes públicos ou privados promotores de eventos no concelho de Sesimbra.

**Propriedade** Câmara Municipal de Sesimbra

**Director** Augusto Pólvora (Presidente)

**Sub-Directora** Felícia Costa (Vice-Presidente)

**Edição, coordenação, redacção, fotografia, paginação, revisão e secretariado**  
Gabinete de Informação e Relações Públicas (GIRP) da Câmara Municipal de Sesimbra  
Avenida da Liberdade, n.º 7 — 2970-635 Sesimbra  
Telefone: 21 228 85 90 | Fax: 21 228 86 87  
Email: gup@mun-sesimbra.pt

**Projecto gráfico e editorial** Rui Dias

**Capa** fotografia de Carlos Moraes (mergulho nas paredes do Cabo Espichel)

**Colaboraram nesta edição**

António Reis Marques (redacção) e Carlos Moraes (fotografia)

**Pré-impressão e impressão** Armazém Papéis do Sado, Lda.

**Distribuição** CTT (envio postal) e GIRP/CMS (colectividades, hotelaria e equipamentos públicos municipais)

**Periodicidade** Mensal

**Tiragem** 7500 exemplares

**DISTRIBUIÇÃO GRATUITA**

ISBN: 972-9150-59-1



A Sesimbr'Acontece quer estar perto de si. Se desejar divulgar iniciativas, contribuir com sugestões ou receber mensalmente em sua casa esta publicação, contacte-nos através de [sesimbraacontece@mun-sesimbra.pt](mailto:sesimbraacontece@mun-sesimbra.pt)

O envio da informação sobre a programação de cada mês, deverá ser recebida pelo GIRP/CMS até ao dia 6 do mês anterior.

O proprietário não é responsável pela devolução de qualquer material que não tenha sido solicitado e reserva-se o direito de seleccionar toda e qualquer informação de natureza redaccional.

O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido no todo ou parte sem autorização escrita da Câmara Municipal de Sesimbra.

A programação pode ser alterada por motivos imprevistos.

Os eventos divulgados nesta Agenda sem indicação expressa da entidade organizadora são da responsabilidade e organização da Câmara Municipal de Sesimbra.

## índice

### 3 primeiras linhas

#### DESTACAMOS

### 4 Sesimbra Verão 2006

### 5 ZimbraMel 2006

#### VAI ACONTECER

- 6 música
- 10 feiras e exposições
- 12 desporto, movimento e ar livre
- 16 animação infantil
- 19 conferências, ateliês e cursos
- 20 outros eventos

#### PARA CONHECER

- 22 associativismo
- 23 artes e ofícios
- 24 livraria municipal
- 25 biblioteca municipal
- 26 arquivo municipal
- 27 museu municipal
- 28 memórias da nossa terra
- 30 património natural
- 31 actividade física e saúde

#### SUGERIMOS

- 32 um passeio
- 33 os sabores da nossa terra
- 34 aprender a...
- 35 um livro | um filme | um disco | um website

#### UTILIDADES

- 36 contactos
- 38 a minha agenda de Agosto
- 39 Sesimbra é um postal!

## Boas férias em Sesimbra

Agosto é tempo de férias para a maioria dos portugueses. É também o mês em que Sesimbra regista a maior taxa de ocupação, com milhares de turistas a procurarem as praias, a serra, a história, a hospitalidade e a gastronomia do concelho para alguns dias de descanso.

Mas para além das condições naturais privilegiadas e das tradições, a oferta turística deve ser complementada com acontecimentos culturais, desportivos e de lazer. É com este objectivo que a Câmara Municipal está a desenvolver, em conjunto com várias entidades, o *Sesimbra Verão 2006*.

Durante este mês são cerca de 35 os espectáculos musicais de vários géneros, que vão acontecer à noite, na vila. Há também exposições, feiras e palestras. A maioria dos concertos tem lugar na Fortaleza de Santiago, Capela do Espírito Santo dos Mareantes e Castelo de Sesimbra, e são uma forma de divulgar o valioso património do município.

Durante o dia, destaque para o Agitazimbra, que leva diariamente o desporto à praia do Ouro, e para as Bibliotecas de Praia, um projecto no qual Sesimbra foi pioneiro há 20 anos e que movimentou, em 2005, cerca de 7 mil leitores.

A 12 de Agosto, comemora-se o Dia Mundial da Juventude. A data, que não poderia passar em branco num concelho em que a maioria da população é jovem, é assinalada com o concerto dos EZ Special, e com várias iniciativas culturais e desportivas, que se prolongam por toda a semana.

Mais para o final do mês, entre 25 e 27, o Castelo de Sesimbra recebe a 8.ª edição da *Zimbramel - Feira do Mel da Península de Setúbal*. É uma das maiores feiras do país dedicadas ao mel, produto com grandes tradições na região. Para além das iniciativas ligadas à apicultura, haverá um programa cultural com muitos pontos de interesse.

Todos estes acontecimentos fazem da Sesimbr'Acontece de Agosto, um guia indispensável para o seu Verão.



Augusto Pólvora  
Presidente da Câmara Municipal





destacamos



Em Agosto, Sesimbra vai encher-se de música. Ao todo são 35 concertos, divididos por seis locais: Palco *After Sun*, na Prainha, Fortaleza de

## SESIMBRA VERÃO 2006

# Agosto com muita música

dia 12, os EZ Special, banda que conquistou os *tops* nacionais com o tema *In n'Out*, assinalam em Sesimbra o Dia Mundial da Juventude. Os

Santiago, Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Largo José António Pereira, Av. 25 de Abril (nova marginal) e Castelo.


A Prainha de Sesimbra foi o local escolhido para instalar o palco *AfterSun*, com uma programação dedicada à juventude. Por aqui vão passar os ritmos contagiantes da *Tripa Cagueira*, o *punk* dos SK6 e Fitacola, o *pop rock* dos sesimbrenses Le Divan e a fusão entre o eléctrico e o acústico dos Peace Revolution.

A Fortaleza de Sesimbra, espaço nobre da vila, é outro dos palcos deste Verão. A programação de Agosto começa no dia 3, quinta, com Boss AC, considerado o melhor artista de hip-hop nacional da actualidade. No dia seguinte, no mesmo local actua Susana Félix. Uma semana depois, no dia 11, é a vez dos algarvios Marenostrum, com música popular portuguesa de influência árabe e celta. No

concertos na Fortaleza continuam com a *Tripa Cagueira*, no dia 14, a *Good Time Jazz Band*, no dia 19, e FF, no dia 23. O programa termina no dia 25, com o percussionista Rui Júnior, o Ó que som tem? e a BidonMania.

Na Capela do Espírito Santo dos Mareantes vai poder ouvir-se música irlandesa, com os Melting Point, jazz, com o Aldib Trio, música e dança oriental, com o grupo ALAP e música portuguesa com Filipe Lucas e Manuel Jorge. No Castelo, actuam o cantor Luís Taklin, no dia 4, e o pianista Miguel Vieira no dia 11. Entre 25 e 27, a *Zimbramel* leva a este local o jazz, a música portuguesa e uma noite de fado. Nas ruas da vila actuam os grupos Strella do Dia, Trio Eléctrico, Gaita Foleiros, Mareantes do Rio Douro e a Trupe Boomerang.

Consulte a Sesimbr'Acontece e trace o seu roteiro musical. Boas Férias!

Os eventos assinalados com  integram a programação do Sesimbra Verão 2006

ZIMBRAMEL 2006

## O melhor mel do País de volta ao Castelo

A 8.ª edição da *ZimbraMel - Feira de Mel da Península de Setúbal* decorre nos dias 25, 26 e 27 de Agosto, entre as 10 e as 23 horas, no Castelo de Sesimbra. É uma das mais importantes feiras do género realizadas em Portugal e conta com a participação de produtores de todo o País. O objectivo é promover os derivados da apicultura e impulsionar esta actividade, com grande tradição no concelho.

Nos 31 stands da Feira pode encontrar o mel, a cera, o propólis ou os favos provenientes da actividade apícola, e que são a base para doces, cremes de beleza, sabonetes e até produtos medicinais.

A doçaria regional, a agricultura biológica e os sabores tradicionais do concelho vão também estar representados.

Quem quiser saber mais sobre o mundo das abelhas pode participar nos colóquios *A Criação de Rainhas* e *O Mel e a Doçaria Tradicional Portuguesa*.

No espaço da Feira, a animação infantil vai ser uma constante, com espectáculos de magia e o ateliê *Oficinas de Abelhas*. Vai também haver jazz, música portuguesa e brasileira, uma noite de fado, danças de salão e uma mostra de artesanato.

Como habitualmente, a ZimbraMel vai distinguir o melhor mel da região, o melhor doce confeccionado com mel e a melhor fotografia sobre apicultura.

Nota: Durante a feira haverá transporte gratuito entre a vila de Sesimbra e o Castelo.

Os eventos assinalados com  integram a programação da ZimbraMel



# música

vai acontecer



O Ó que som tem?



Susana Félix

Durante as noites quentes de Verão, a Fortaleza de Santiago, o Castelo de Sesimbra e a Capela do Espírito Santo dos Mareantes vão ser palco de vários espectáculos. É uma forma de dar a conhecer o património do concelho.

**Strela do Dia**, **Mareantes do Rio Douro**, **Trio Eléctrico** e **GaitaFoleiros** são alguns dos grupos que vão actuar na Animação de Rua de Sesimbra. Os espectáculos têm lugar no largo José António Pereira e na nova marginal.

Os **Ez Special**, banda de Santa Maria da Feira que conquistou os tops nacionais com o tema *In n'Out*, vão actuar na Fortaleza de Santiago no Dia Mundial da Juventude, 12 de Maio.

Considerado um dos maiores nomes do hip-hop da actualidade, **Boss AC** promete dar um grande espectáculo na Fortaleza, no dia 3, com a baía de Sesimbra como pano de fundo

**dia 2 | quarta**  
MÚSICA IRLANDESA

**MeltingPot**  
Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra  
22h

**dia 2 | quarta**  
CONCERTO  
**Tripa Cagueira**  
Palco *After Sun* – Prainha de Sesimbra  
22h  
Org.: CM Sesimbra e Tripa Associação

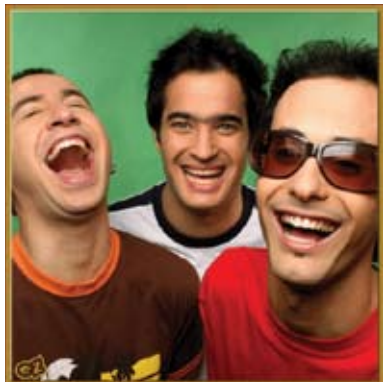
**dia 3 | quinta**  
CONCERTO  
**Boss AC**  
• Preço: € 10  
**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
22h  
Org.: Casa do Benfica | Apoio: CM Sesimbra

**dia 4 | sexta**  
ANIMAÇÃO DE RUA  
**Strela do Dia**  
Av. dos Náufragos e Av. 25 de Abril, Sesimbra  
das 19 às 19.30 e das 20 às 21h

**dia 4 | sexta**  
CONCERTO  
**Susana Félix**  
Fortaleza de Santiago, Sesimbra  
22h

**dia 4 | sexta**  
CONCERTO  
**Luís Taklim**  
Castelo de Sesimbra  
22h  
Org.: CM Sesimbra e Cafetaria do Castelo





EZSpecial



FF



Boss AC

dia 5 | sábado

MÚSICA BRASILEIRA

### Trio Elétrico

Av. dos Náufragos e Av. 25 de Abril,  
Sesimbra

23h

Org.: Tripa Associação | Apoio: CM Sesimbra



dia 5 | sábado

CONCERTO DE JAZZ

### Trio Com Alma

• Reservas: 21 228 83 81

Restaurante Padaria

Rua da Paz, n.ºs 5 a 13, Sesimbra

21.30h

Org.: Restaurante Padaria



dia 5 | sábado

MÚSICA BRASILEIRA

### Poetas e Compositores da Mangueira

• Participação do Conjunto de Cordas de Cezimbra

Informações: Tel. 21 223 22 59

Sede do Quilombo de Santiago

Venda Nova (antiga estrada da Fonte de Sesimbra)

22 h

Org.: Quilombo de Santiago



dia 9 | quarta

CONCERTO DE JAZZ

### Adlib Trio

Capela do Espírito Santo dos Mareantes,  
Sesimbra

22 h



dia 11 | sexta

PIANO A SOLO

### Miguel Vieira

Cafetaria do Castelo, Castelo de Sesimbra  
22 h

Org.: CM Sesimbra e Cafetaria do Castelo



dia 11 | sexta

ANIMAÇÃO DE RUA

### Gaita Foleiros

Av. dos Náufragos e Av. 25 de Abril  
das 19 às 19.30 e das 20 às 21h



dia 11 | sexta

CONCERTO

### Marenostrom

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

22 h



dia 12 | sábado

DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE

### Concerto EZ Special

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

22 h



dia 12 | sábado

ANIMAÇÃO MUSICAL

### Piano e Violoncelo

Restaurante Padaria

Rua da Paz, n.ºs 5 a 13, Sesimbra

• Reservas: 21 228 83 81

21.30h

Org.: Restaurante Padaria

6

7



MareNostrum

**dia 14 | segunda**  
 DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE  
**Tripa Cagueira in Palco**  
**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra e Tripa Associação

**dia 15 | terça**  
 DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE  
**SK6 - Xpress Punk**  
**Palco After Sun – Prainha de Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**dia 16 | quarta**  
 DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE  
**Peacelamama**  
**Palco After Sun – Prainha de Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**dia 17 | quinta**  
 DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE  
**Banshee + Fitacola**  
**Palco After Sun – Prainha de Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**dia 18 | sexta**  
 DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE  
**Le Divan**  
**Palco After Sun – Prainha de Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra e SoundSnack

**dia 18 | sexta**



Good Time Jazz Band

ANIMAÇÃO MUSICAL  
**Piano e Violoncelo**  
**Castelo de Sesimbra**  
 22h  
 Org.: CM Sesimbra / Cafeteria do Castelo

**dia 19 | sábado**  
 ANIMAÇÃO DE RUA  
**Mareantes do Rio Douro**  
**Av. dos Náufragos e Av. 25 de Abril,**  
**Sesimbra**  
 das 19 às 19.30 e das 20 às 21h

**dia 19 | sábado**  
 CONCERTO DE JAZZ  
**Good Time Jazz Band**  
**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
 22h

**dia 19 | sábado**  
 FADO  
**Noite de Fado**  
**Restaurante Padaria**  
**Rua da Paz, n.ºs 5 a 13, Sesimbra**  
 • Reservas: 21 228 83 81  
**21.30h**  
 Org.: Restaurante Padaria

**dia 23 | quarta**  
 CONCERTO  
**FF**  
 • Preço: € 10  
**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
 22h  
 Org.: Casa do Benfica | Apoio: CM Sesimbra

**dia 23 | quarta**

vai acontecer





Luis Taklim



Le Divan



Peace Revolution

## MÚSICA INDIANA E DANÇA ORIENTAL

### ALAP

Capela do Espírito Santo dos Mareantes,  
Sesimbra

22h

dia 25 | sexta

## ANIMAÇÃO DE RUA

### Trupe Boomerang

Av. dos Náufragos e Av. 25 de Abril,  
Sesimbra

das 19 às 19.30 e das 20 às 21 h

dia 25 | sexta

## ZIMBRAMEL – CONCERTO

### Quinteto de Jazz

Com Pedro Pinto (contrabaixo), Miguel Cordeiro  
(piano), Ana Dias (voz), Celestino Dias (bateria)  
e Ivan Silvestre (saxofone)

Castelo de Sesimbra

21.30h

dia 25 | sexta

## CONCERTO

### Rui Júnior e O Ó que som tem? + BidonMania

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

22 h

dia 25 | sexta

## GRÉMIO BEACH

### Peace Revolution

Palco After Sun – Prainha de Sesimbra

22h

Org.: CM Sesimbra e SoundSnack

dia 26 | sexta

## FADO

### Liana, Lina Rodrigues e Francisco Sobral

Com Mário Estorninho (guitarra clássica) e João  
Núncio (guitarra portuguesa)

Castelo de Sesimbra

21.30h

dia 26 | sábado

## PIANO A SOLO

### Miguel Vieira

Restaurante Padaria

Rua da Paz, n.º 5 a 13, Sesimbra

• Reservas: 21 228 83 81

21.30h

Org.: Restaurante Padaria

dias 26 e 27

## ZIMBRAMEL – CONCERTO

### Luis Taklim

Castelo de Sesimbra

17.30h

dia 27 | domingo

## ZIMBRAMEL – DANÇAS DE SALÃO

### Grupo Dance... In

Castelo de Sesimbra

21.30h

dia 30 | quarta

## GUITARRA PORTUGUESA E ACORDEÃO

### Filipe Lucas e Manuel Jorge

Capela do Espírito Santo dos Mareantes,  
Sesimbra

22h

8

9





# feiras e exposições



VIII ZimbraMel



III Feira do Livro

A vida e obra de **Rafael Monteiro** são tema de uma exposição patente no Castelo de Sesimbra até ao final do ano. Pode conhecer os escritos mais importantes deste autor sesimbrense e várias curiosidades sobre a sua vida.

Cerca de 100 editoras estão representadas na **III Feira do Livro de Sesimbra**, que decorre até dia 16, na Av. 25 de Abril. Aproveite as férias para pôr a leitura em dia.

**Vertigem Azul** é o título de um livro de fotografia aérea, da autoria do fotógrafo sesimbrense Carlos Sargedas. Oito das imagens estão em exposição na rua da Fortaleza.

Os mais importantes produtores de mel da Península

**a decorrer**  
EXPOSIÇÃO

## Rafael Monteiro

Divulgação do trabalho biobibliográfico do autor  
**Centro de Documentação Rafael Monteiro, Castelo de Sesimbra**  
das 9.30 às 12.30 e das 13 às 17.30h

**até dia 16**  
LEITURAS

## III Feira do Livro de Sesimbra

**Avenida 25 de Abril, Sesimbra**

**Das 16 às 24h**

Org.: CM Sesimbra e Caminho Divulgação

**até dia 31**  
FOTOGRAFIA AÉREA  
**Vertigem Azul**

Exposição em grande formato de fotografias publicadas no livro **Vertigem Azul**, da autoria de Carlos Sargedas.

**Rua da Fortaleza, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e Carlos Sargedas

**até 18 de Setembro**  
EXPOSIÇÃO

## Objectos do Sagrado em Sesimbra (do IV milénio a. C ao século XIV)

A religião enquanto testemunho civilizacional, revela-se através de cultos e símbolos que, no concelho, recuam até idades antigas, agora redescobertas nesta exposição.

**Centro de Documentação Rafael Monteiro, Castelo de Sesimbra**  
das 9.30 às 12.30 e das 13 às 17.30h

**de 1 a 19**  
EXPOSIÇÃO DE PINTURA  
**Sesimbra entre o Mar e a Serra, de Maria do Rosário Gonçalves**

• Iniciativa integrada nas Festas de Santiago

**Átrio da Biblioteca Municipal**

das 9.30 às 17.30h

Org.: JF Santiago | Apoio: CM Sesimbra



Exposição *Vertigem Azul*

de 4 a 6

EXPOSIÇÃO

**Tudo em Segredo,  
de João Manão**

• Iniciativa integrada nas Festas de Santiago

**Largo da Marinha, Sesimbra**

das 20 às 24h

Org.: JF Santiago | Apoio: CM Sesimbra

de 5 a 20

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

**Stella Barreto e Franco Charais**

**Galeria Municipal de Sesimbra**

Todos os dias, das 9 às 20h

de 7 a 16

EXPOSIÇÃO

**Artes Decorativas**

• Iniciativa integrada nas Festas de Santiago

**Clube Sesimbrense**

das 15 às 24h

Org.: JF Santiago | Apoio: CM Sesimbra

de 10 a 22

59.º ANIVERSÁRIO DO GD SESIMBRA

**Exposição alusiva  
à conquista da Taça CERS**

**Pavilhão do GD Sesimbra**

das 9.30 às 18.30h

Org.: GD Sesimbra



Exposição *Rafael Monteiro*



Exposição *Objectos do Sagrado*

dias 12 e 27

FEIRA DAS ARTES E DO

ARTESANATO

**Zimbr'Arte**

**Largo da Marinha, Sesimbra**

das 10 às 23h

dia 20 | domingo

FEIRA DAS ANTIGUIDADES E DAS

VELHARIAS

**Zimbr'Antiga**

**Largo da Marinha, Sesimbra**

das 10 às 23h

de 22 de Agosto a 2 de Setembro

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

**Mar de Flores, de Aline Costa**

• Iniciativa integrada nas Festas de Santiago

**Átrio da Biblioteca Municipal**

das 9.30 às 17.30h

Org.: JF Santiago | Apoio: CM Sesimbra

de 25 a 27

VIII FEIRA DO MEL

DA PENÍNSULA DE SETÚBAL

**ZimbraMel**

**Castelo de Sesimbra**

das 9.30 às 24h

de 26 de Agosto a 10 de Setembro

EXPOSIÇÃO

**Pintura de Paulo Jorge Lopes Heleno**

**Galeria Municipal de Sesimbra**

Todos os dias das 9 às 20h

vai acontecer



10

—

11





# desporto, movimento e ar livre



As corridas de selhas regressam à baía de Sesimbra

Foto do arquivo histórico da CMS



Vôlei de Praia

Até ao final do Verão, o **Agitazimbra** vai levar diariamente o desporto à Praia do Ouro. No programa do "Agita" há modalidades para todos os gostos. Venha experimentar!

No dia 19, desafiamos os mais velhos a participar na **corrida de selhas**, e ao mesmo tempo, a ensinarem os mais novos a manobrá-las. Esta corrida pretende recuperar a tradição das corridas de selhas, que não já não se realizam há mais de dez anos.

**dias 1, 9, 15, 23 e 29**

AGITAZIMBRA

**Yoga**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Centro de Yoga de Sesimbra

**dia 2 | quarta**

ATELIÊ APRENDE E FAZ

**Tiro com Arco**

**Espaço Jovem da Quinta do Conde**  
das 15.30 às 17 h

Org.: ANIME e CM Sesimbra

**dias 2, 8, 19, 24 e 26**

AGITAZIMBRA

**Body combat**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dias 3, 10, 17**

AGITAZIMBRA

**Manutenção e aeroaxé**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10h

**dia 4 | sexta**

AGITAZIMBRA

**Hip-hop e ritmos**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dias 5, 12, 19 e 26**

AGITAZIMBRA

**Caminhada Agitazimbra**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

9h

**dias 5, 12 e 26**

AGITAZIMBRA

**Circuito de desporto aventura e yoga**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10h

Org.: CM Sesimbra e Centro do Yoga Sesimbra

**dias 5, 16, 27 e 30**

AGITAZIMBRA

**Body combat e body balance**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

vai acontecer





Natação: mini-travessia da Baía de Sesimbra

**dia 6 | domingo**

CANOAGEM

### Sesimbra Selvagem

Percorrer de canoa parte da costa de Sesimbra - Cabo Espichel, com destino à paradisíaca praia do Ribeiro do Cavalo.

- Preço: € 19,50 / € 29,50 (com alimentação)
- Duração: Uma manhã / grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: Tel. 91 820 07 23 / 21 084 89 19
- Inscrições até 4 de Agosto

**Porto de Abrigo, Sesimbra**

9h

Org.: Vertente Natural

**dias 7 e 28**

AGITAZIMBRA

### Lambaeróbica

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dia 9 | quarta**

AGITAZIMBRA

### Hip-hop

**Praia do Ouro, Sesimbra**

17h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dia 11 | sexta**

MULTIACTIVIDADES

### Jogos Para Além Barreiras

**Praia do Ouro, Sesimbra**

21.30h

**dia 12 | sábado**

59.º ANIVERSÁRIO DO GD SESIMBRA

### Jogo entre a equipa vencedora da Taça CERS e equipa da velha guarda do Sesimbra

**Pavilhão do GD Sesimbra**

18h

Org.: GD Sesimbra

**dia 12 | sábado**

AGITAZIMBRA

### Hip-hop

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dia 12 | sábado**

AGITAZIMBRA

### Circuito de desporto aventura, yoga, Insufláveis e jogos de praia

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10h

Org.: CM Sesimbra e Centro do Yoga Sesimbra

**dias 12 e 13**

CANOAGEM

### Sesimbra Aventura

Circuito Aventura com canoagem de mar, na costa poente de Sesimbra. Actividade de verticais. Pernoita em acampamento.

- Preço: € 110
- Inclui refeições, equipamento e pernoita
- Duração: 2 dias / grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: Tel. 91 820 07 23 / 21 084 89 19
- Data limite de inscrição: 10 de Agosto

**Porto de Abrigo, Sesimbra**

9h

Org.: Vertente Natural

**dia 13 | domingo**

AGITAZIMBRA

### Body combat e body balance

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dia 14 | segunda**

AGITAZIMBRA

### Ritmos

**Praia do Ouro, Sesimbra**

18h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

vai acontecer

12  
—  
13



# desporto, movimento e ar livre



Rappel na praia

**dia 15 | terça**

DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE

## **Clínica de rugby**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

9h

Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**dia 16 | quarta**

DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE

## **Torneio de Voleibol de Praia**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

9h

Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**dia 17 | quinta**

DIA MUNDIAL DA JUVENTUDE

## **Animação de praia**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

14h

Org.: CM Sesimbra e Tiny Fish

**18 | sexta**

59.º ANIVERSÁRIO DO GD SESIMBRA

## **Apresentação da época desportiva 2006/07**

**Hotel do Mar, Sesimbra**

21.30h

Org.: GD Sesimbra

**dia 18 | sexta**

AGITAZIMBRA

## **Body balance**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10.30h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

**dias 18 e 19**

ANIMAÇÃO DESPORTIVA DE VERÃO

## **1.ª Nocturna de Voleibol**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

19h

Org.: CM Sesimbra e GD Sesimbra

**dia 19 | sábado**

AGITAZIMBRA

## **Circuito de desporto aventura, yoga, mini-travessia da baía e Regata de Selhas**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10h

Org.: CM Sesimbra e Centro do Yoga Sesimbra

**Dia 19 | sábado**

CANOAGEM

## **Sesimbra Selvagem**

Per correr de canoa parte da costa de Sesimbra, visitando praias tão belas como o Ribeiro de Cavallo, a Cova da Mijona e o Penedo.

- Preço: € 37
- Preço com alimentação: 47 Euros
- Duração: 1 dia / grau de dificuldade: médio
- Inscrições: Tel. 91 820 07 23 / 21 084 89 19
- Data limite de inscrição: 18 de Agosto

**Porto de Abrigo, Sesimbra**

9h

Org.: Vertente Natural

**Dia 20 | domingo**

ESPELEOLOGIA

## **Lapa da Furada**

Visita a uma gruta ideal para a iniciação à progressão vertical no interior de grutas. Interpretação dos espeleotemas e de arqueologia.

- Preço: € 13,50
- Duração: manhã / grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: Tel. 91 820 07 23 / 21 084 89 19
- Data limite de inscrição: 18 de Agosto

**Campo de Futebol da Azoia**

9.30h

Org.: Vertente Natural

**dia 25 | sexta**

AGITAZIMBRA

## **Body combat e body balance**

**Praia do Ouro, Sesimbra**

10.30h

Org.: CM Sesimbra e Fascínio Health Club

vai acontecer



# ZimbraMel®

VIII Feira do Mel da Península de Setúbal

Sesimbra'2006

25 a 27 de Agosto | Castelo de Sesimbra

Feira de Produtos de Mel  
Artesanato  
Colóquios  
Espectáculos Musicais  
Animação Infantil

Organizadora



APISET  
Associação dos Produtores  
de Península de Setúbal



Sesimbra. Um mar de emoções...



# animação infantil



Oficina de Abelhas na ZimraMel



Hora do Conto na Biblioteca Municipal

Descobrir os *habitats* marinhos é a proposta feita aos mais novos nos ateliês de 4, 11 e 18, na Praia do Moinho de Baixo, Aldeia do Meco. Vem conhecer os mistérios e os habitantes das profundidades.

As Oficinas das Abelhas, durante a ZimraMel, têm como objectivo introduzir as crianças no mundo das abelhas e sensibilizá-las para as questões da natureza. Dias 25 e 27, no Castelo de Sesimbra.

**dia 1 | terça**

ATELIÊ

## Vamos Fazer um Menu!

• Destinatários: Pais e crianças

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
14.30h

**dias 1 e 8**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – ATELIÊ

## Caras Divertidas

**Praia da Califórnia (1 | ter.)**

das 10.30 às 12.30h

**Praia do Moinho de Baixo (1 | ter.)**

das 16 às 18.30h

**Pq. Campismo do Forte do Cavallo (8 | ter.)**

das 10.30 às 12.30h

**Praia do Ouro (8 | ter.)**

das 16 às 18.30h

**dias 1, 8, 22 e 29**

HORA DO CONTO

## Contos Tradicionais Portugueses

• Actividade destinada a crianças e jovens

**Biblioteca Municipal, Sala do Conto**  
às 10 e às 15h

**dias 2 e 3**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – HORA DO CONTO

## O Peixe Contador de Histórias

**Praia da Califórnia (2 | qua.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Ouro (2 | qua.)**

das 16 às 17.30h

**Pq. Campismo do Forte do Cavallo (3 | qui.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Moinho de Baixo (3 | qui.)**

das 16 às 17.30h

**dias 2 e 5**

ATELIÊ

## Sol, Praia e Brincadeiras

• Acção destinada a crianças.

**Biblioteca Municipal,**  
**Espaço Infanto-Juvenil**  
14.30h

**dia 4 | sexta**

ATELIÊ DE EXPRESSÃO MUSICAL

## A Música e os Tempos

• Destinatários: Crianças a partir dos 6 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
15h

vai acontecer





Ateliê *Habitats Marinhos*

**dias 4 e 8**

ATELIÊ

### **Aguinha**

• Acção destinada a crianças e adolescentes

**Biblioteca Municipal,**

**Espaço Infanto-Juvenil (4 | sex.)**

**14.30h**

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde (8 | ter.)**

**14.30h**

**dias 4, 11 e 18**

ATELIÊ

### **Habitats Marinhos**

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Praia do Moinho de Baixo,**

**Aldeia do Meco**

**10h**

**dias 4, 11 e 25**

UM FILME NA SUA TARDE DE VERÃO

### **Os Incríveis (4 | sex.)**

de Brad Bird, M.6

**A Viagem de Chihiro (11 | sex.)**

de Hayao Miyazaki, M.6

**Quem tramou Roger Rabbit? (25 | sex.)**

de Robert Zemeckis, M.6

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**

**14.30h**

**dias 5, 12 e 19**

ATELIÊ

### **Habitats Marinhos**

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Praia da Califórnia, Sesimbra**

**10h**

**dia 7 | segunda**

ATELIÊ DE ESCRITA CRIATIVA

### **Histórias Insólitas**

• Destinatários: Crianças dos 6 aos 10 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**

**15h**

**dias 9 e 10**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – HORA DO

CONTO

### **Os Sete Cabritinhos**

**Praia da Califórnia (9 | qua.)**

**das 11 às 12.30h**

**Praia do Ouro (9 | qua.)**

**das 16 às 17.30h**

**Pq. Campismo do Forte do Cavalo (10 | qui.)**

**das 11 às 12.30h**

**Praia do Meco (10 | qui.)**

**das 16 às 17.30h**

**dias 9 e 23**

HORA DO CONTO

### **Hoje Temos Visitas...**

### **A Avó Vem à Biblioteca**

### **Contar uma História**

Actividade destinada às crianças dos estabelecimentos

de ensino público e privado do concelho de Sesimbra

• Inscrições (gratuitas): 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala do Conto**

**14.30h**

**dia 11 | sexta**

ATELIÊ

### **O que Vou Fazer Para o Meu**

### **Almoço de Verão?**

• Acção destinada a crianças e adolescentes

**Biblioteca Municipal,**

**Espaço Infanto-Juvenil**

**14.30h**

**dia 12 | sábado**

HORA DO CONTO

### **Elmer, de David Mckee**

• Actividade destinada a crianças e jovens

**Biblioteca Municipal, Sala do Conto**



# animação infantil

11h

**dia 12 | sábado**

ATELIÊ

## Expressão Corporal

- Destinatários: Crianças até aos 12 anos
- Inscrições (gratuitas): 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Multiusos**  
16h

**dia 14 | segunda**

ATELIÊ DE ESCRITA CRIATIVA

## Salada de Contos

- Destinatários: Crianças dos 6 aos 10 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
15h

**dias 16 e 17**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – HORA DO CONTO

## Rato do Campo e Rato da Cidade

**Praia da Califórnia (16 | qua.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Ouro (16 | qua.)**

das 16 às 17.30h

**Pq. Campismo do Forte do Cavalo (17 | qui.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Meco (17 | qui.)**

das 16 às 17.30h

**dia 18 | sábado**

ATELIÊ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

## Varetas para Plantas e Vasos

- Destinatários: Crianças a partir dos 6 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
15h

**dia 19 | domingo**

ATELIÊ

## Reconhecimento do Espaço

- Destinatários: Crianças até aos 12 anos
- Inscrições (gratuitas): 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Multiusos**  
11h

**dias 22 e 29**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – ATELIÊ

## Jogos de Expressão

**Pq. Campismo do Forte do Cavalo (22 | ter.)**

das 10.30 às 12.30h

**Praia do Ouro (22 | ter.)**

das 16 às 18.30h

**Praia da Califórnia (29 | ter.)**

das 10.30 às 12.30h

**Praia do Moinho de Baixo (29 | ter.)**

das 16 às 18.30h

**dias 23 e 24**

BIBLIOTECAS DE PRAIA – HORA DO CONTO

## O Soldadinho de Chumbo

**Praia da Califórnia (23 | qua.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Ouro (23 | qua.)**

das 16 às 17.30h

**Pq. Campismo do Forte do Cavalo (24 | qui.)**

das 11 às 12.30h

**Praia do Meco (24 | qui.)**

das 16 às 17.30h



**dias 25 a 27**

ZIMBRAMEL - ANIMAÇÃO INFANTIL

## Oficina das Abelhas

**Castelo de Sesimbra**

das 10 às 12.30 e das 14 às 20h



**dia 26 | sábado**

ZIMBRAMEL - ANIMAÇÃO INFANTIL

## Espectáculo de Magia

**Castelo de Sesimbra**

17h

**dia 26 | sábado**

HORA DO CONTO

## Lendas do Mar, de José Jorge Letria

- Actividade destinada a crianças e jovens

**Biblioteca Municipal, Sala do Conto**  
11h

**dia 26 | sábado**

## Ateliê de Ritmo

- Destinatários: Crianças até aos 12 anos
- Inscrições (gratuitas): 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Multiusos**  
16h

**de 29 a 31**

OFICINAS

## Come Bem, Vive Me

- Destinatários: Crianças e adolesce

**Pólo de Leitura da Quinta**  
(29 | ter.)

14.30h

**Biblioteca Municipal, Espaço Infanto-Juvenil**  
(dias 30 e 31)



vai acontecer

# conferências, ateliês e cursos



História e Património no Concelho de Sesimbra

A História e Património no concelho de Sesimbra é o tema escolhido para mais uma **Conversas na Capela**. No dia 18, pelas 21.30 horas, visite este espaço e participe nesta interessante partilha de ideias.

## a decorrer

### WORKSHOP

#### Informática Sénior

• Objectivos: Conhecimentos na óptica do utilizador, pesquisa no catálogo da Biblioteca, navegação na Internet e criação de *e-mail*.

- Destinatários: maiores de 18 anos
- Inscrições (gratuitas): 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Espaço de Adultos**  
3.ª e 5.ª feiras das 10 às 11.30h

## dia 3 | quinta

### CONVERSAS

#### Saúde no Nosso

#### Prato - Truques e Dicas

• Objectivos: Estimular uma alimentação adequada e valorizar os produtos locais.

- Destinatários: pais e avós
- Biblioteca Municipal,  
Espaço Infanto-Juvenil**

15h



Colóquios na ZimbraMel

## dia 10 | quinta

### CONVERSAS

#### A Gripe das Aves e Alimentação

• Objectivos: esclarecimentos e práticas de segurança alimentar.

- Destinatários: pais e avós
- Biblioteca Municipal,  
Espaço Infanto-Juvenil**

15h

## dia 18 | sexta

### CONVERSAS NA CAPELA

#### História e Património

#### no Concelho de Sesimbra

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

21.30h

## dia 26 | sábado

### ZIMBRAMEL – COLÓQUIO

#### Criação de Rainhas

**Castelo de Sesimbra**

9.30h

## dia 27 | sábado

### ZIMBRAMEL – COLÓQUIO

#### O Mel e a Doçaria

**Tradicional Portuguesa**

**Castelo de Sesimbra**

16h

vai acontecer

18

19



## outros eventos



Concurso de Construções na Areia



Pesca ao Tubarão: Pescar - Marcar - Libertar

No dia 16, a partir das 11 da manhã venha à praia do Ouro observar a habilidade dos pequenos artistas que vão participar no concurso **Construções na Areia**. Munidos apenas de pequenos instrumentos plásticos e um balde para transportar água, estes jovens escultores prometem transformar montes de areia em belas peças de arte.

### a decorrer

#### TEATRO

### Companhia das Artes

Oficina de teatro performativa, envolvendo todas as expressões (a partir dos 10 anos)

**Anfiteatro da Boa Água, Quinta do Conde**  
Sábados, das 10.30 às 12.30h

Org.: ANIME e CM Sesimbra

### até dia 31

### Bibliotecas de Praia

**Praias do Ouro, Califórnia e Moinho de Baixo (Meco)**

de 2.ª a 6.ª feira, das 10 às 12.30h

e das 15 às 18.30h

**Parque de Campismo Forte do Cavallo**  
de 2.ª a 6.ª feira, das 10.30 às 16.30h

### até dia 31

UM FILME NA SUA TARDE DE VERÃO

**A Sede do Mal** (1 | ter.)

de Orson Welles, M.12

**A sombra dos Abutres** (2 | qua.)

de Leonel Vieira, M.12

**Diários de Che Guevara** (3 | qui.)

de Walter Salles, M.12

**O Crepúsculo dos Deuses** (8 | ter.)

de Billy Wilder, M.12

**Colisão** (9 | qua.)

de Paul Haggis, M.16

**A Casa dos Espíritos** (10 | qui.)

de Bille August, M.12

**O Aviador** (12 | sáb.)

de Martin Scorsese, M.12

**Amor e Dedinhos de Pé** (16 | qua.)

de Luís Filipe Rocha, M.12

**Munike** (17 | qui.)

de Steven Spielberg, M.12

**A Noiva Cadáver** (18 | sex.)

de Tim Burton, M.12

**Homem na Lua** (19 | sáb.)

de Milos Forman, M.12

**À Beira do Abismo** (22 | ter.)

de Howard Hawks, M.12

**O Delfim** (23 | qua.)

de Fernando Lopes, M.12

**Syriana** (24 | qui.)

de Sephen Gaghan, M.16

**O Clube do Imperador** (26 | sáb.)

Michael Hoffman, M.12

**Aconteceu no Oeste** (29 | ter.)

Sérgio Leone, M.12

**Match Point** (30 | qua.)

de Woody Allen, M.12

**A Cidade de Deus** (31 | qui.)

de Fernando Meirelles, M.16

**Sala Polivalente**  
14.30h

dia 5 | sábado



## VISÕES E RETROSPECTIVAS

**O Último Imperador**

Visionamento e discussão do filme

- Um filme de Bernardo Bertolucci
- Maiores de 12 anos

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**

15.30h

**dia 10 | quinta**

59.º ANIVERSÁRIO DO GD SESIMBRA

**Missa Solene****Igreja Matriz**

18h

**Sessão Solene de Honra**

Com homenagem à equipa vencedora da Taça CERS, em 1981.

**Salão de Festas Coronel Joaquim Pinto Braz – Pavilhão do GD Sesimbra**

21.30h

Org.: GD Sesimbra

**dia 11 | quinta**

HORA DO CONTO

**Ciro à Procura de Amor**

de Beatrice Masini e Octávia Mónaco

- Destinatários: aberto a toda a comunidade

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**

11h

**dia 12 | sábado**

ANIVERSÁRIO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE SESIMBRA

**Alvorada e hastear da bandeira**

8h

**Desfile apeado e motorizado**

10h

**Romagem ao cemitério**

11.30h

**Formatura geral**

16.30h

**Recepção às entidades oficiais**

16.45h

**Batismo de novas viaturas**

17.15h

**Sessão Solene**

17.45h

**Moscatel****de Honra**

19h

Org.: Bombeiros Voluntários de Sesimbra

**dia 12 | sábado**

## ARTE PÚBLICA

**Multiactividades**

Dinamização de actividades no parque do anfiteatro

**Anfiteatro da Boa Água, Quinta do Conde****Durante a manhã**

Org.: ANIME e CM Sesimbra

**dia 16 | quarta**

CONCURSO

**Construções na Areia**

- Informações e inscrições: Tel. 21 228 85 40

**Praia do Ouro**

11h

Org.: Diário de Notícias | Apoio: CM Sesimbra

**dia 20 | domingo**

5.º TORNEIO ZUCA PESCA AO TUBARÃO

**Pescar - Marcar - Libertar**

- Informações: Tel. 96 520 23 00 (Jó Pinto)

- Inscrições até 9 de Agosto

**Concentração: Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: ZUCA | Apoio: APECE

**dias 21 e 28**

HORA DO JOGO

**Torneio de Uno**

- Destinatários: aberto a toda a comunidade

- Inscrições (gratuitas): 21 210 10 22

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**

15h

**dia 25 | sexta-feira**

JOGOS TEMÁTICOS

**O Jogo do Ambiente****Praia da Califórnia, Sesimbra**

10h

**dia 25 | sexta**

HORA DO CONTO

**O Traje Novo do Rei**

de Hans Christian Andersen

- Destinatários: aberto à comunidade

- Inscrições (gratuitas): 21 210 10 22

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**

11h

**dia 26 | sábado**

ARTE PÚBLICA

**Ensaio público O Cubo Romântico****Anfiteatro da Boa Água****das 11 às 12.30h**

Org.: ANIME e CM Sesimbra





## O Clube Naval de Sesimbra

No dia 4 de Setembro de 1930, um grupo de entusiastas da pesca e dos desportos náuticos, liderados pelo então Presidente da Câmara Municipal, Joaquim Mateus Preto Chagas, fundou o Clube Naval de Sesimbra (CNS).

Sesimbra era uma estância balnear marítima com características ímpares, e a criação de um centro de pesca desportiva e de desportos náuticos era fundamental para o turismo da região.

Durante estes 76 anos, o Clube Naval viveu vários momentos marcantes, dos quais se destacam a participação na Tarde Náutica Infante D. Henrique, em 1940, a primeira Travessia da Baía, em 1946, a organização do Campeonato Europeu de Caça Submarina, em 1980, e mais recentemente, em 2004, a organização do Campeonato do Mundo de Pesca de Alto Mar.

Com a instalação do Porto de Recreio, em 1999, o Clube passou a ter melhores condições para desenvolver as suas actividades, o que lhe permitiu afirmar-se como

um pólo turístico e aumentar o número de associados e atletas.

O ano passado, a 10 de Setembro, concretizou-se um dos grandes sonhos dos dirigentes e sócios do Naval: a inauguração das novas instalações, no Porto de Sesimbra.

Actualmente o Clube tem classes de vela, canoagem, remo, natação, pesca desportiva, caça submarina e mergulho. Os seus atletas continuam a destacar-se a nível nacional e internacional. Promove regularmente cursos relacionados com as actividades náuticas.

---

### FICHA ASSOCIATIVA:

**Nome:** Clube Naval de Sesimbra

**Data de Fundação:** 4 de Setembro de 1930

**Presidente da Direcção:** Lino António Gonçalves Correia

**Morada:** Posto Náutico do Clube Naval de Sesimbra –  
– Porto de Abrigo

**Telefone:** 21 223 34 51 / 21 228 10 39

**Site:** [www.naval-sesimbra.pt](http://www.naval-sesimbra.pt)

---



## Trabalhar entre as abelhas

Manuel Barros adquiriu a sua primeira colmeia há 15 anos. Na altura tinha apenas curiosidade em observar a forma como viviam as abelhas, mas o interesse por estes pequenos insectos foi aumentando e hoje tem 200 colmeias, na freguesia da Quinta do Conde, que produzem cerca de 3 toneladas de mel por ano.

Quando se iniciou na apicultura, os procedimentos eram muito simples: escolhia-se um bom local para colocar a colmeia, estudavam-se as flores e as condições atmosféricas, e o resto do trabalho era feito pelas abelhas. Nos meses de Junho e Julho recolhia-se o mel.

Com o passar dos anos foi desenvolvendo os métodos de produção, com base nas novas tecnologias aplicadas à apicultura. Considera que a investigação nesta área tem sido fundamental, não só para aumentar a produção, mas também para atrair gente nova para a actividade.

Actualmente é possível ao apicultor controlar a tendência natural das abelhas para

a multiplicação (enxameação) e seleccionar a abelha "ideal", mais produtiva, menos agressiva e menos propícia a doenças.

Um apicultor faz três colheitas por ano, de florações diferentes: eucalipto, rosmaninho e girassol, conseguindo, desta forma, diferentes sabores de mel.

Embora seja comum associar-se a criação de abelhas apenas à produção de mel, o "trabalho" destes insectos, que vivem numa das sociedades mais organizadas do mundo, permite obter muitos outros produtos, como a cera, o pólen, a geleia real e o própolis.

Quanto às características de um bom apicultor, Manuel Barros responde: "formação profissional, gosto pela natureza e não ter medo das abelhas".



## Vila de Sesimbra

Com o lançamento da publicação *Vila de Sesimbra*, da autoria do fotógrafo sesimbrense José Arsénio, a Câmara Municipal deu início à colecção Patrimónios.

Neste primeiro número, José Arsénio leva-nos numa viagem pelo quotidiano da vila, com o mar e às tradições da pesca sempre presentes. Pormenores de ruas, mercados, edifícios e monumentos foram captados pela sua objectiva e transpostos para esta publicação bilingue - português e inglês -, com 32 páginas a cores.

A colecção Patrimónios pretende divulgar aspectos culturais e paisagísticos



do celho através da fotografia.

---

### FICHA TÉCNICA

**Autor:** José Arsénio

**Editor:** Câmara Municipal de Sesimbra

**Data da Edição:** 2006

**Preço de Capa:** € 2,00

---

Esta publicação encontra-se à venda nos Postos de Turismo e na Biblioteca Municipal de Sesimbra.

---





## As Bibliotecas de Praia

O projecto Bibliotecas de Praia de Sesimbra surgiu há 20 anos, como forma de promover a leitura durante a época balnear. Na altura, eram seis pequenas estantes móveis, com algumas dezenas de livros, colocadas nas praias do Ouro e Califórnia, e nos parques de campismo do Forte do Cavalo e da Maçã.

Nos anos seguintes, as estruturas de apoio e a oferta literária foram sendo melhoradas.

Em 1999, a Câmara Municipal adquiriu quatro quiosques para as Bibliotecas e criou espaços próprios para a sua instalação, com esplanada e local para actividades infantis. Assim, foi possível aumentar o número de livros e jogos didácticos para empréstimo.

No último Verão foram 7 mil os utilizadores que frequentaram este espaço, e este ano espera-se que o número seja ultrapassado. Apesar de não ser feito um controlo rigoroso, todos os materiais foram devolvidos. Houve mesmo leitores que, no final das férias, ofereceram livros às Bibliotecas.

Este ano, as quatro Bibliotecas de Praia

começaram a funcionar no dia 3 de Julho, e vão manter-se abertas, nos dias úteis, até 31 de Agosto. Têm para empréstimo gratuito livros, publicações periódicas e jogos didácticos para todas as idades.

Os livros e publicações podem ser lidos na esplanada, na toalha ou à beira-mar e ficar reservados para o dia seguinte. Os jogos devem ser utilizados nas áreas indicadas. As Bibliotecas dinamizam também ateliês, jogos e teatro para crianças.

O funcionamento destes espaços é assegurado por 22 jovens do concelho. Para o ano está prevista a criação de mais um posto de leitura na Lagoa de Albufeira.

Conheça as actividades das Bibliotecas de Praia nas páginas 16, 17 e 18.

---

### LOCALIZAÇÃO E HORÁRIOS

**Praias do Ouro, da Califórnia, do Moinho de Baixo:**

Horários: das 10 às 13 e das 15 às 18.30h.

**Parque de Campismo do Forte do Cavalo:**

das 10.30 às 16.30h.

---



CAMARA MUNICIPAL DE SESIMBRA									
Mesa do concelho de Sesimbra para o voto de aquiescencia de									
Poder da Republica, durante o mês de <i>Junho</i> de 1915									
Residencia									
N.º	Nome	Idade	Sexo	Estado	Prof.º	Letra	Letra	Letra	Letra
1	Alves	31	M	C					
2	Alves	31	M	C					
3	Alves	31	M	C					
4	Alves	31	M	C					
5	Alves	31	M	C					
6	Alves	31	M	C					
7	Alves	31	M	C					
8	Alves	31	M	C					
9	Alves	31	M	C					
10	Alves	31	M	C					
11	Alves	31	M	C					
12	Alves	31	M	C					
13	Alves	31	M	C					
14	Alves	31	M	C					
15	Alves	31	M	C					
16	Alves	31	M	C					
17	Alves	31	M	C					
18	Alves	31	M	C					
19	Alves	31	M	C					
20	Alves	31	M	C					
21	Alves	31	M	C					
22	Alves	31	M	C					
23	Alves	31	M	C					
24	Alves	31	M	C					
25	Alves	31	M	C					
26	Alves	31	M	C					
27	Alves	31	M	C					
28	Alves	31	M	C					
29	Alves	31	M	C					
30	Alves	31	M	C					
31	Alves	31	M	C					
32	Alves	31	M	C					
33	Alves	31	M	C					
34	Alves	31	M	C					
35	Alves	31	M	C					
36	Alves	31	M	C					
37	Alves	31	M	C					
38	Alves	31	M	C					
39	Alves	31	M	C					
40	Alves	31	M	C					
41	Alves	31	M	C					
42	Alves	31	M	C					
43	Alves	31	M	C					
44	Alves	31	M	C					
45	Alves	31	M	C					
46	Alves	31	M	C					
47	Alves	31	M	C					
48	Alves	31	M	C					
49	Alves	31	M	C					
50	Alves	31	M	C					
51	Alves	31	M	C					
52	Alves	31	M	C					
53	Alves	31	M	C					
54	Alves	31	M	C					
55	Alves	31	M	C					
56	Alves	31	M	C					
57	Alves	31	M	C					
58	Alves	31	M	C					
59	Alves	31	M	C					
60	Alves	31	M	C					
61	Alves	31	M	C					
62	Alves	31	M	C					
63	Alves	31	M	C					
64	Alves	31	M	C					
65	Alves	31	M	C					
66	Alves	31	M	C					
67	Alves	31	M	C					
68	Alves	31	M	C					
69	Alves	31	M	C					
70	Alves	31	M	C					
71	Alves	31	M	C					
72	Alves	31	M	C					
73	Alves	31	M	C					
74	Alves	31	M	C					
75	Alves	31	M	C					
76	Alves	31	M	C					
77	Alves	31	M	C					
78	Alves	31	M	C					
79	Alves	31	M	C					
80	Alves	31	M	C					
81	Alves	31	M	C					
82	Alves	31	M	C					
83	Alves	31	M	C					
84	Alves	31	M	C					
85	Alves	31	M	C					
86	Alves	31	M	C					
87	Alves	31	M	C					
88	Alves	31	M	C					
89	Alves	31	M	C					
90	Alves	31	M	C					
91	Alves	31	M	C					
92	Alves	31	M	C					
93	Alves	31	M	C					
94	Alves	31	M	C					
95	Alves	31	M	C					
96	Alves	31	M	C					
97	Alves	31	M	C					
98	Alves	31	M	C					
99	Alves	31	M	C					
100	Alves	31	M	C					

## Fundo da Câmara Municipal de Sesimbra

O Arquivo Municipal de Sesimbra tem à sua guarda os documentos produzidos pela autarquia no exercício das suas funções e competências. Diferentes períodos temporais e lógicas governativas foram alterando o seu papel e área de intervenção, facto que ficou registado na documentação produzida ao longo dos séculos.

Da análise da documentação reunida no fundo histórico do Arquivo, podemos constatar facilmente a evolução dessas competências e formas de governação, que se traduzem numa maior ou menor autonomia e dependência do Poder Central.

Mas dessa análise resulta também, obrigatoriamente, parte da história da nossa terra, pois facilmente localizamos documentação relativa à intervenção da autarquia no desenvolvimento municipal.

São vários os processos relacionados com o abastecimento de água (construção de fontes e implementação da rede de água na sede do concelho e nas freguesias rurais), ou ligados à construção da rede de

saneamento básico.

Os projectos urbanísticos também estão depositados neste serviço, assim como os projectos de construção de equipamentos públicos como sejam o matadouro, o lavadouro, os bairros municipais e os cemitérios.

Tudo isto é representado em processos diferenciados, que foram identificados, inventariados, classificados e colocados à disposição, no Arquivo Municipal.

Para quem quer conhecer melhor a história do concelho de Sesimbra, é imprescindível a consulta do fundo da Câmara Municipal.

Consulte o horário de funcionamento ao público do Arquivo Municipal na página 36.



## As placas de xisto das Lapas do Fumo e do Bugio

O Museu Municipal de Sesimbra integra no seu acervo cerca de vinte e dois exemplares de placas de xisto identificadas na sequência das intervenções arqueológicas efectuadas nas Lapas do Fumo e do Bugio durante as décadas de 50 e 60 do século XX.

As placas de xisto consistem em artefactos votivos presentes no Centro e Sul peninsular, associados a contextos de necrópole, cuja cronologia remete para um horizonte compreendido entre 3500 e 2500 a. C. (Neolítico final / Calcolítico). Supõe-se que tenham sido depositadas sobre os defuntos, quer em primeiras, quer em segundas inumações, provavelmente na proporção de uma para cada um, incluindo a maior parte dos artefactos, perfurações para suspensão, eventualmente no pescoço do falecido.

Geralmente gravadas com motivos geométricos, poderiam representar ou o inumado ou uma divindade protectora na Vida e na Morte, a "Deusa Mãe" calcolítica, interpretação suportada tanto pelos signos femininos que algumas placas apresentam, nominal-

mente os triângulos simbólicos, como pela temática habitual dos olhos em forma de Sol, inerente às imagens da Deusa, características do III milénio a. C..

Além da representação explícita, incluiriam uma forte carga implícita associada ao acompanhamento e protecção dos defuntos no desconhecido caminho da morte, consistindo em verdadeiros artefactos simbólicos inerentes a um fundo mágico-religioso associado às crenças das primeiras sociedades camponesas produtoras de alimento.

Tanto estes como outros artefactos ligados ao sagrado estão patentes ao público desde 24 de Junho, no Centro de Documentação Rafael Monteiro, Castelo de Sesimbra, no âmbito da exposição: *Objectos do Sagrado em Sesimbra (IV milénio ao século XIV)*.



# memórias da nossa terra



## Os Fachos

**António Reis Marques**

Instalados em pontos elevados, as torres de vigia ou atalaia, eram estruturas de um antiquíssimo sistema de transmissão de sinais através de fogueiras ou fachos.

Ainda que, por uma ou outra breve referência em documentos antigos, se saiba que entre os Castelos de Sesimbra, Coima a Velha e Palmela, funcionava esse rudimentar sistema, a que já vimos chamar de "telepirocomunicações", a verdade é que foi através dessa importante auxiliar da história, que é a toponímia, que perdurou a memória da sua existência.

Como sabemos, existem no nosso concelho dois lugares com o nome de "Facho": o "Facho de Santana" e o "Facho d'Azóia".

Estas denominações recordam os locais onde se acendiam os fachos, ambos à vista do Castelo.

O "Facho d'Azóia", dada a sua situação perto do Cabo Espichel, serviria principalmente para a vigilância do mar.

Assim, sempre que os soldados em vigia permanente, viam aproximar-se da costa algum barco suspeito, acendiam logo fachos, também designados por almenaras, dando por esse modo sinal de advertência ao Castelo, sede da primitiva vila.

O "Facho de Santana", instalado num dos montes, a nascente do Castelo, tinha mais por missão comunicar com Coima a Velha e Palmela.



Não chegaram aos nossos dias quaisquer vestígios dos "fachos" de Santana e d'Azoia, embora se possa conjecturar que os moinhos construídos mais tarde, naqueles sítios, tivessem por base os seus alicerces ou paredes.

Porém, felizmente todos conhecemos, o único e valioso, testemunho desse tradicional sistema de atalaia que é a torre situada no interior do Forte do Cavallo.

De forma redonda e encimada por um terraço, que lhe oferece uma ampla visualização da costa, a sua construção embora mais tardia que as dos "fachos", a que nos reportamos, foi anterior à do Forte onde está edificada, o qual teve início em 1648 e conclusão em 1652.

Entre os séculos XV e XVI, era frequente as povoações do litoral serem atacadas pelos corsários, oriundos do norte de África, e onde predominavam os mouros.

Há notícias de Sesimbra ter sofrido vários ataques desses corsários, com as conse-

quentes pilhagens e o aprisionamento de donzelas que ficavam cativas para garantirem a obtenção de avultados resgates.

Essa torre do Forte do Cavallo terá sido, provavelmente, construída para dar sinal da aproximação das embarcações dos piratas do mar.

Curiosamente, seria num dos moinhos já desactivados, vulgarmente conhecido por "Moinho do Facho", no lugar do "Facho de Santana", que a Companhia Portuguesa Rádio Marconi instalaria, no ano de 1969, um posto de transmissão por feixes de ondas hertzianas, que são recebidas e retransmitidas num outro posto congénere instalado perto do Castelo de Palmela.

Quem diria, que passados séculos o "Facho de Santana" e o Castelo de Palmela voltariam a ser lugares de referência em sistemas de comunicações, desta vez até de um dos mais importantes nós internacionais de telecomunicações?





# património natural



## Jazida de Icnofósseis da Baía dos Lagosteiros

O concelho de Sesimbra, mais precisamente a zona costeira a Norte da vila, apresenta-se como uma área extremamente rica no que respeita a vestígios de dinossáurios, assumam-se estes como restos ósseos e odontológicos fossilizados ou como icnofósseis (pegadas).

Relativamente a esta última categoria, são conhecidas em Sesimbra pelo menos quatro jazidas, de entre as quais se destaca a Jazida de Icnofósseis da Baía dos Lagosteiros. O caminho para esta é de fácil acesso, encontrando-se descrito em pormenor no recém promovido percurso pedestre "Maravilhas do Cabo - conhecer Sesimbra pela rota dos dinossáurios", editado pela Câmara Municipal de Sesimbra.

Em termos geológicos, esta jazida de pegadas é a mais recente na região, tendo sido formada há cerca de 130 a 120 milhões de anos, durante o Cretácico inferior. Neste período, os terrenos da orla Meso - Cenozóica Ocidental portuguesa seriam planos, alagadiços e pantanosos, tendo

o decorrer do tempo, transformado estes sedimentos nas rochas calcárias que hoje observamos.

Inicialmente interpretadas como tendo sido produzidas por um grande saurópode, a que foi atribuída a designação de *Neosauropus Lagosteirensis*, esta última designação de espécie em claro consenso com a localização do achado, sabemos hoje que nestes calcários se reconhecem as marcas deixadas por grandes dinossáurios bípedes ornitópodes, nomeadamente iguanodontes. O visitante mais atento e interessado poderá descobrir uma marca que se crê pertencer à cauda de um indivíduo em repouso.

Ainda que o monumento se encontre em zona protegida, o acesso é livre, devendo, contudo, ser observados todos os cuidados para a preservação desta parte do rico património do concelho de Sesimbra.

---

**Para mais informações consulte o Posto de Turismo ou o Sector de Cultura e Museus da CM Sesimbra. Contactos disponíveis na página 36.**

---



## O projecto AgitaZimbra

Sabia que bastam 30 minutos de actividade física diária, cinco vezes por semana, para ajudar a prevenir doenças cardiovasculares, obesidade, *stress* e manter saudáveis ossos, músculos e articulações? Provavelmente não!

Para dar a conhecer os benefícios do exercício físico e ao mesmo tempo contribuir para a melhoria da saúde e qualidade de vida da população, a Câmara Municipal dinamiza, desde 2005, o Agitazimbra. Um projecto bastante abrangente, que até agora já promoveu diversas iniciativas. Destaque para a Caminhada da Liberdade, no 25 de Abril, e para a GimnaPraia, no início do Verão, que reuniram centenas de participantes

Até ao final de Agosto, o Agitazimbra estará todos os dias na praia do Ouro, em Sesimbra, com várias modalidades desportivas. Todos os fins-de-semana promove caminhadas, slide, body balance, body combat e actividades no circuito de *fitness*. A iniciativa está aberta ao público

em geral, sem qualquer limite de idades, mas dá uma atenção especial a todos aqueles que não costumam praticar desporto regularmente.

Parte-se do princípio que o praticante não precisa ser um atleta de alta competição. Deve, isso sim, adequar o exercício físico à idade e massa corporal, aumentando progressivamente a intensidade e duração. É importante que quem participa sinta as vantagens do desporto e continue a fazer exercício o resto do ano.

Quem não tem disponibilidade ou não gosta de praticar desporto, pode conseguir os mesmos resultados através de acções que realiza no seu dia-a-dia. Aqui ficam alguns exemplos: jardinar, 20 a 45 minutos; subir escadas, 15 minutos; andar, 30 minuto; pedalar, 15 minutos.

Depois do Verão, o Agitazimbra vai continuar a promover o desporto, com novos projectos. Pratique desporto, pela sua saúde!

# um passeio



## Arte, fé e tradição

A localização geográfica de Sesimbra determinou a existência de uma relação estreita entre o Homem, as suas actividades e o mar. O desconhecido diário originou, ao longo dos séculos, o culto a várias entidades. Alguns destes cultos subsistem na actualidade.

Iniciemos o nosso percurso na Igreja Paroquial de S. Tiago, séc. XVI, cuja construção se deve às necessidades culturais e administrativas da população marítima da então Ribeira de Sesimbra. No adro deste templo (1) aprecie o aspecto arquitectónico que ainda mantém o espírito da construção de quinhentos. No interior, destacam-se as talhas douradas barrocas (2) e os dourados dos brutescos das colunas quinhentistas, alguns deles representando caravelas latinas de 3 e 4 mastros (3) numa clara alusão à fé popular que desde sempre uniu os mareantes de Sesimbra aos seus santos, nomeadamente a Nossa Senhora da Boa Viagem, protectora dos homens do mar, e cuja festa se celebra a 14 de Agosto.

E porque falamos no mar e nas suas gentes, convidamo-lo a prosseguir a visita pelas ruas

do centro histórico e a entrar no Núcleo Museológico da Capela e do Hospital do Espírito Santo dos Mareantes, espaços de origem quinhentista, que tinham por função prestar assistência à comunidade marítima. No seu interior destaca-se a pintura de Nossa Senhora da Misericórdia, de Gregório Lopes (4), que nos apresenta a Virgem protectora dos homens. No piso inferior, e já na estrutura hospitalar, salientam-se os magníficos grafitos com representações de caravelas dos séculos XVI e XVIII (5) que muito se assemelham às das colunas quinhentistas da igreja paroquial...

E porque o nosso percurso envolve mareantes, a sua fé e o seu labor diário, sugerimos que termine o seu percurso no Museu do Mar (6). Aqui poderá reviver os antigos festejos a Nossa Senhora da Boa Viagem, sentir o cheiro das antigas artes de pesca e relembrar as tradições de um passado recente.

**Para mais informações consulte o Posto de Turismo. Contactos disponíveis na página 36.**





# os sabores da nossa terra



## Raia confitada em azeite sobre rissoto de açafraão, juliana de legumes e molho de ameixa

O Restaurante *A Padaria* foi inaugurado a 2 de Fevereiro 1996, com o objectivo de promover a cozinha de autor. A sua gastronomia incide sobre os sabores regionais e mediterrânicos. Participou em diversos concursos gastronómicos, onde ganhou alguns prémios. Destaque para o Prémio Especial de Cozinha Evoluída, atribuído pela Região de Turismo da Costa Azul, em 2004.

Até 15 de Agosto está a representar Sesimbra no Concurso de Gastronomia da Costa Azul.

### Ingredientes (para 4 pessoas):

2 cenouras médias; 1 cogumelo *portobello* grande; 1 curgete média; 100 gr. de rebentos de soja; 1 pimento verde pequeno; 1 pimento vermelho pequeno; 1 cebola pequena; 4 postas de raia; 2 l de azeite; 1 molho de tomilho; 1 gr. de açafraão; 2,5 dl de natas; 100 gr. de parmesão ralado; 500 gr. de rissoto arbóreo; sal e pimenta q.b.; 500 gr. de ameixas vermelhas

### Preparação:

Coloque a raia numa marinada de água e sal. Num tacho, aloure a cebola picada num fio de azeite. Junte o rissoto, deixe fritar um pouco e adicione o açafraão com um pouco

de água. Tempere com sal e pimenta. Antes do rissoto abrir junte 2 dl de natas, e no final, o parmesão.

Confite a raia em azeite com o tomilho fresco. Depois de cozinhada, retire-lhe a pele. Corte em palitos finos as cenouras, a curgete, os pimentos e os cogumelos. Junte os rebentos de soja e salteie em azeite, temperado com sal e pimenta. Os legumes devem ficar *al dente*.

Retire a pele e o caroço às ameixas. Ferva-as num pouco de água e açúcar e reduza-as a puré. Ligue com as restantes natas (0,5 dl). Coloque o rissoto numa forma alta e arme-o. Apoie a raia no rissoto, conforme a foto e por cima disponha a juliana de legumes. Cubra parte da raia com o molho das ameixas.

32  
—  
33

---

### RESTAURANTE A PADARIA

Morada: Rua da Paz, n.º 5 a 13, Sesimbra

Telefone: 21 228 03 81

Modo de pagamento: Multibanco, Visa, American Express  
ENCERRA À SEGUNDA-FEIRA

---



## ...a velejar

O contacto com a natureza, a sensação de liberdade e a adrenalina são as experiências mais gratificantes para um praticante de vela. Mas para lá chegar, é necessário conhecer bem as técnicas de navegação, o mar, os ventos e as normas de segurança. Tal como em qualquer outro desporto, é também importante alguma preparação física.

A prática da vela pode iniciar-se antes dos 10 anos. Os principiantes começam pela classe *Optimist*, um barco pequeno e fácil de manobrar. Daqui evoluem para outros tipos de embarcação, como a *Laser*, o 420, para dois tripulantes, ou o *Catamarã*.

A vela pode ser praticada em mar ou, no caso de embarcações de pequeno porte, em rios e lagos. Velejar em águas interiores é mais seguro e confortável para quem se inicia nesta actividade. Em qualquer caso, o aspirante a velejador não deve ir para dentro de água antes de ter tido a formação adequada.

Depois de dominarem bem as técnicas,

os mais aventureiros, experientes, e claro, com poder de compra, podem optar por um veleiro. São embarcações com condições para navegar durante vários dias longe da costa, equipadas com sistemas de comunicações e navegação sofisticados, que incluem rádio, telefone por satélite e GPS.

Se quer aprender a velejar, contacte o Clube Naval de Sesimbra, onde existe uma Escola de Vela, com cursos de formação nas várias classes.

---

**CLUBE NAVAL DE SESIMBRA (ESCOLA DE VELA)**

Porto de Abrigo – Sesimbra

Telefone: 21 223 34 51

---

## um livro

### Bilhete de Identidade

**MARIA FILOMENA MÔNICA**

Num país sem tradição memorialista, no qual as poucas obras que existem representam a justificação de acções passadas, Maria Filomena Mônica procura apresentar a sua vida sem glorificações nem lamúrias. Não presume fornecer a verdade mas apenas a sua verdade: outros terão olhado as pessoas, os acontecimentos, e as peripécias de que aqui nos fala de forma diferente.

O objectivo deste livro é perceber, e dar a perceber, uma vida, uma família e um país, entre 1902 e 1976.

Este livro encontra-se ao seu dispor na Biblioteca Municipal de Sesimbra.



## um filme

### A Intérprete

**SYDNEY POLLACK**

Protagonizado pelos vencedores do Óscar Nicole Kidman e Sean Penn e realizado por Sydney Pollack, A Intérprete define as regras do mais moderno thriller de acção, combinando um suspense intenso com um enredo emocionante e sedutor, capaz de dominar totalmente as nossas emoções.

Sílvia Broome (Kidman) é uma intérprete das Nações Unidas que ouve inadvertidamente uma ameaça de morte a um líder africano. Consciente que acaba de se tornar também ela um alvo dos assassinos, Sílvia começa a ter a protecção do agente federal Tobin Keller (Penn), que tem fortes suspeitas de que ela não está a dizer a verdade...

Um filme que pode ser visionado na biblioteca Municipal de Sesimbra.



sugerimos

## um disco

### Fotografia

**TOM JOBIM**

Muito já foi escrito sobre Tom Jobim, em biografias, teses e ensaios, além das sábias entrevistas que ele concedeu nos 40 anos de carreira. Afirmou-se internacionalmente como compositor e músico, antes de ter a oportunidade de gravar seu primeiro álbum em 1963. Nesta compilação especial, estão reunidos no CD 1, os principais sucessos do cantor e, no CD 2, diversas gravações que não constam dos LP e CD de carreira do cantor. O lançamento deste volume reveste-se de grande importância para fãs, coleccionadores, pesquisadores e interessados, não só na carreira do Brasileiro, como também na história da música popular do Brasil.

Um álbum musical que pode apreciar na Biblioteca Municipal de Sesimbra.



## um website

### www.prove.com.pt

**PROGRAMA PROVE – PROMOVER E VENDER**

A valorização dos produtos regionais ganhou um novo aliado: o Prove – Promover e Vender, projecto no âmbito da iniciativa Comunitária EQUAL, que envolve a parceria de

entidades nacionais e internacionais e produtores dos concelhos de Sesimbra e Palmela.

O projecto visa promover e escoar a produção de frutas e legumes dos seus associados junto do público em geral, através de um cabaz composto por uma diversidade de produtos de qualidade.

Além encomendar um cabaz de produtos, pode aprender algumas receitas tradicionais e conhecer os produtos da época e os seus ciclos de produção.

