

sesimbr'acontece

AGENDA DE ACONTECIMENTOS DO CONCELHO DE SESIMBRA **OUTUBRO'06** distribuição gratuita

Ano 1 - n.º 7



MÊS DA MÚSICA
**Centenário do Nascimento
de Fernando Lopes-Graça**

SEMANA GASTRONÓMICA
Sabores de Outono

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: girp@mun-sesimbra.pt

Projecto gráfico e editorial Rui Dias

Capa arranjo gráfico sobre fotografia de Rui João Rodrigues

Colaboraram nesta edição António Reis Marques, Pedro Filipe (redacção) e António M. (fotografia)

Pré-impressão e impressão Armazém Papéis do Sado, Lda

Distribuição CTT (envio postal), GIRP/CMS (equipamentos públicos municipais) e ARS – Serviços Publicitários, Lda. (comércio, colectividades e hotelaria)

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 sesimbracontece@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 redactorial.

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 Mês da Música

5 Sabores de Outono

VAI ACONTECER

6 música

8 feiras e exposições

10 animação infantil

13 conferências, ateliês e cursos

14 desporto, movimento e ar livre

16 outros eventos

PARA CONHECER

18 associativismo

19 artes e ofícios

20 livraria municipal

21 arquivo municipal

22 museu municipal

23 património histórico

24 estórias da nossa terra

27 actividade física e saúde

SUGERIMOS

28 um passeio

29 os sabores da nossa terra

30 aprender a...

31 um livro | um filme | um disco | um website

UTILIDADES

32 contactos

34 a minha agenda de Outubro

35 Sesimbra é um postal!

Outubro Mês da Música

Há 100 anos nascia em Tomar, Fernando Lopes Graça, uma das mais marcantes personalidades da cultura portuguesa. Compositor, musicólogo, pianista, crítico, Lopes-Graça foi também um exemplo de cidadania e da luta pela liberdade. No Mês da Música, Sesimbra comemora o centenário do nascimento de Lopes-Graça através de um programa de espectáculos, exposições e conferências que darão a conhecer a sua música, o seu percurso e a importância da obra que nos deixou.

Durante este mês há dois momentos importantes para os idosos do concelho: o Dia Internacional do Idoso, que se comemora com um convívio no Parque de Campismo do Forte do Cavalo e o início do projecto Idade Maior, que inclui as aulas de gerontomotricidade, logoterapia e danças de salão, actividades muito participadas, que contribuem para o bem-estar da população idosa.

Nesta época começam a aparecer os produtos regionais próprios do Outono. Este ano, a Câmara Municipal e os estabelecimentos de restauração organizaram a Semana Gastronómica Sabores de Outono, uma forma de divulgar a qualidade dos produtos das zonas rurais do concelho e dinamizar a actividade dos restaurantes. Convidamo-los, portanto, a visitar um dos estabelecimentos participantes e a provar as receitas desta estação.

E para desgastar as calorias de uma boa refeição nada melhor que um pouco de desporto. Em Outubro Sesimbra recebe duas provas, a Corrida de Sesimbra e a tradicional Travessia da Baía. Estas são algumas das iniciativas que lhe propomos, para que inicie o Outono da melhor forma.



Felícia Costa

Vereadora do Pelouro da Cultura

MÊS DA MÚSICA



destacamos





SEMANA GASTRONÓMICA

Os Sabores de Outono

As castanhas assadas, apregoadas nas ruas como “quentes e boas” indicam a chegada do Outono. Este é apenas um dos muitos produtos que fazem parte das tradições gastronómicas portuguesas e que surgem pelas zonas rurais do concelho nesta altura do ano. Destes sabores de Outono fazem parte a batata-doce, as nozes, os figos secos, as passas, a abóbora, o mel, as romãs, os marmelos, as uvas e as maçãs.

É inspirada neste mundo de sabores e aromas tradicionais que decorre, entre 21 e 29 deste mês, a *semana gastronómica Sabores de Outono*. A iniciativa tem lugar em vários restaurantes do concelho, que vão apresentar pratos e sobremesas confeccionados com produtos da época. A originalidade foi um dos desafios colocados aos

chefes de cozinha pois, como diz o ditado popular, “os olhos também comem”.

O lançamento da Semana Gastronómica é no sábado, dia 20, no Auditório Conde de Ferreira.

4
—
5

Ao Encontro da Semente

Também este mês, nos dias 20 e 21, decorre em Sesimbra a iniciativa *Ao Encontro da Semente*, que vai juntar agricultores de várias regiões do país, e alguns representantes estrangeiros, para discutirem as particularidades das sementes de cada região.

O programa inclui palestras e oficinas, onde se vai ensinar a forma correcta de recolher certas sementes, em particular as das variedades locais que correm perigo de desaparecer.



música

vai acontecer



Orquestra Académica Metropolitana



Gonçalo do Carmo e Alexandre Gabriel

A Câmara Municipal assinala o **Mês da Música** com vários concertos ao longo de Outubro. Nestas iniciativas integram-se também as **comemorações do centenário do nascimento de Fernando Lopes-Graça**, um dos mais notáveis compositores e musicólogos portugueses.

Na Igreja Matriz de Sesimbra, no dia 1, há um **Recital pelo Coro da Universidade de Lisboa**. No mesmo local, mas no dia 7, é feita uma homenagem a Lopes-Graça, com uma actuação do **Grupo Coral de Sesimbra**. Na Biblioteca Municipal é **apresentado o livro *A Canção Popular Portuguesa em Fernando Lopes-Graça***.

Ainda no dia 7, Alexandre Gabriel e Gonçalo do Carmo enchem a Capela do Espírito Santo com sons de harpa céltica, small pipe e flautas.

dia 1 | domingo

DIA MUNDIAL DA MÚSICA



Multiactividades

Exposição de instrumentos musicais, oficina do músico, utilização de instrumentos de percussão, dança, magia e balões

Av. 25 de Abril (em frente à Soc. Musical)
10.30h

Org.: Sociedade Musical Sesimbrense | Apoio: CM Sesimbra

dia 1 | domingo

CONCERTO

**Orquestra Orff/Infantil
+ Quartinete + Banda da
Sociedade Musical Sesimbrense**



Av. 25 de Abril (em frente à Soc. Musical)
15h

Org.: Sociedade Musical Sesimbrense | Apoio: CM Sesimbra

dia 1 | domingo

RECITAL

Coro da Universidade de Lisboa

Integrado nas comemorações do Mês da Música e também nas comemorações do centenário do nascimento de Fernando Lopes-Graça, o evento privilegia a recolha etnográfica musical levada a cabo por Lopes-Graça. Apresenta três Líricas Castelhanas de Camões e Romances Regionais Portugueses

Igreja Matriz

21.30h



dia 7 | sábado

HOMENAGEM A LOPES-GRAÇA

Cantar Lopes-Graça, pelo Grupo Coral de Sesimbra

Apresentação do livro/CD-Rom *A Canção Popular Portuguesa em Fernando Lopes-Graça*, da autoria de Alexandre Branco

Biblioteca Municipal, Sala Polivalente

16h





Grupo Coral de Sesimbra



Mata-Ratos

vai acontecer

dia 13 | sexta
GRÊMIO AO VIVO

Mata-Ratos
Clube Sesimbrense, Sesimbra

23h
Org.: SoundSnack | Apoio: CM Sesimbra

dia 27 | sexta
CONCERTO
**Orquestra Académica
Metropolitana**

Igreja Matriz
21.30h



dia 15 | domingo
RECITAL CORAL
Grupo Coral de Sesimbra
Igreja Matriz
16h



dia 21 | sábado
Baile

Para sócios ou elementos de uma das Instituições da Comissão Municipal do Idoso
• Inscrições: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra, Centro de Convívio da Fonte Nova, ABAS, Casa do Povo e CASCUZ
Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra
15h

dia 21 | sábado
CONCERTO
**Harpa céltica, small pipe
e flautas, com Alexandre Gabriel
e Gonçalo do Carmo**
Concerto que apresenta composições originais, temas tradicionais europeus da Bretanha, Irlanda, Escócia, Inglaterra, Suécia e Bélgica, assim como obras medievais e renascentistas
**Capela do Espírito Santo dos Mareantes,
Sesimbra**
21.30h



6
—
7



feiras e exposições



Exposição Fernando Lopes-Graça



Exposição Engenhos Sonoros



ZimbrArte

De 1 a 31 de Outubro, pode visitar a exposição de **Engenhos Sonoros** que representa a evolução histórica de alguns instrumentos, no Auditório Conde Ferreira.

A Biblioteca Municipal recebe uma **exposição evocativa do centenário de Fernando Lopes-Graça** que está patente de 3 a 28 de Outubro.

No dia 22 visite a Fortaleza de Santiago e entre no mundo das artes e do artesanato da **ZimbrArte** decorre das 10 às 19 horas.

Se visitar o Castelo de Sesimbra, aproveite para conhecer a **Exposição Rafael Monteiro** patente no Centro de Documentação.

A decorrer

EXPOSIÇÃO

Rafael Monteiro

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

Até 22 de Outubro

EXPOSIÇÃO

Memórias da Igreja de Nossa Senhora da Consolação do Castelo

Aproximar a comunidade do património, valorizando o Castelo, é o objectivo da exposição que exhibe textos, imagens, materiais arqueológicos e algum acervo sacro e artístico do templo
Igreja de Santa Maria do Castelo, Castelo de Sesimbra
das 9 às 18h

de 1 a 31 de Outubro

EXPOSIÇÃO

Engenhos Sonoros

A exposição ilustra, ao longo de dezoito painéis, a evolução histórica dos diversos instrumentos musicais e respectivo modo de funcionamento. O visitante ficará a conhecer as grandes famílias desses instrumentos e a sua evolução através dos tempos

Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra

todos os dias das 15 às 18h



de 3 a 28 de Outubro

EXPOSIÇÃO

Fernando Lopes-Graça

Exposição evocativa do centenário do nascimento de Fernando Lopes-Graça

Átrio da Biblioteca Municipal

Durante o horário de funcionamento da Biblioteca Municipal





Zimbr'Outono

de 7 a 22 de Outubro

EXPOSIÇÃO DE VIDA MARINHA

Carlos Pé – Leve (Ateliê Pé Leve)

Painéis de azulejo de alto forno

Galeria Municipal de Sesimbra

todos os dias, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

de 16 a 20 de Outubro

MOSTRA FOTOGRÁFICA

Objectos do Quotidiano

• Objectivos: mostra de trabalhos realizados no âmbito

do atelier de fotografia *Objectos do Quotidiano*

Pólo de Leitura da Quinta do Conde

horário do Pólo de Leitura

dias 21 e 22

FEIRA DOS SABORES DE OUTONO

Zimbr'Outono

Clube Sesimbrense

das 10 às 19h

dia 22 | domingo

FEIRA DAS ARTES E DO ARTESANATO

Zimbr'Arte

Fortaleza de Santiago

das 10 às 19h

de 28 de Outubro a 12 de Novembro

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

José António Ruivo

Galeria Municipal de Sesimbra

todos os dias, das 9 às 12.30h

e das 14 às 17.30h

ao encontro da

SEMENTE

21 e 22 de Outubro 2006

Fortaleza de Santiago • Sesimbra

Um incentivo ao cultivo das variedades locais
e à conservação da biodiversidade agrícola

Programa

Sábado - 21 de Outubro

9.00h (a)- Abertura do Encontro

9.30h (f)- Abertura da Exposição de Sementes

Palestras:

Moderador: José Brando Pedro

10.00h (a)- **O Movimento Slow Food e a Biodiversidade**

Orador: Virginia Chaves

10.45h (a)- **"As Sementes, a arqueobotânica
e o Território Antigo"**

Oradores: José Eduardo Monteiro - IIM Instituto Português de Antropologia
e Paula Queiroz

11.30h (a)- **A Conservação no Campo do Agricultor**

- **O Caso da Serra da Peneda Gerês**

Orador: André Bagan - Ilseco Português de Centro/Trás-os-Montes

Direção Regional de Agricultura Entre Douro e Minho

12.15h (a)- **O Homem e a Semente**

- **Saberes e Sementes de Portugal**

Orador: António Simões

14.45h (f)- Oficinas Práticas*

Debate:

16.30h (f)- **Organismos Geneticamente Modificados (OGM)**

- **Plataforma Transgénicos Fora do Prato**

Moderador: José Brando Pedro | Oradores: Margarida Silva, João Vieira

18.00h (f)- Mesa de Sábios

22.00h (f)- Programa de Animação

Domingo - 22 de Outubro

9.00h (f)- Oficinas Práticas*

Debates:

Moderador: José Brando Pedro

10.30h (a)- **Chicharo - Um Património Identitário**

Como Factor de Desenvolvimento Local

Oradores: Pedro Alves e Carlos Furtado

11.15h (a)- **O Papel das Variedades Tradicionais**

na Agricultura em Zonas Periurbanas

- **O Caso da Região da Península de Setúbal**

Orador: Jorge Ferreira

14.00h (a)- Mesa Redonda com a participação de membros das

Redes de Sementes estrangeiras (Espanha e França) e
portuguesa (Colher Para Semear)

16.00h (a)- Assembleia-geral da Associação

*OFICINAS PRÁTICAS - PRODUÇÃO LOCAL DE SEMENTES

- Colheita: Extração pelos métodos húmido e seco - José Miguel A. Fonseca

- Seleção e conservação de sementes - Ricardo Carvalho Paredes

- Caracterização de variedades e condicionantes botânicos - Jorge Conceição Ferreira

(a) - Auditório Conde de Ferreira - Sesimbra

(f) - Fortaleza de Santiago - Sesimbra



COLHER PARA SEMEAR
REDE PORTUGUESA
DE VARIEDADES TRADICIONAIS



Sesimbra
câmara municipal



animação infantil



Biblioteca: ateliês sobre alimentação



Ilustração de Pedro Leão

Hora do Conto – O Casamento da Gata

A importância da alimentação para o bom desenvolvimento das crianças é o tema de vários ateliês que terão lugar na Biblioteca Municipal, em Sesimbra, e no Pólo de Leitura da Quinta do Conde.

Nos dias 4 e 18 a **Avó** vai à Biblioteca contar uma história. No dia 21 venha descobrir os sons através do ritmo da percussão na Biblioteca Municipal.

dia 3 | terça

ATELIÊ

Jogo das Regras Básicas de Higiene e Segurança Alimentar

• Objectivos: conhecer as regras básicas de higiene e segurança alimentar, incentivando a prática de uma alimentação segura

• Destinatários: crianças e adolescentes

Pólo de Leitura da Quinta do Conde
14.30h

dias 4 e 18

HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO DO LIVRO E DA LEITURA

Hoje Temos Visitas...

A Avó Vem à Biblioteca

Contar uma História

• Destinatários: crianças dos estabelecimentos de ensino do pré-escolar e 1.º ciclo

• Máximo 25 alunos por sessão

• Sujeito a inscrição prévia: 21 228 85 88

Biblioteca Municipal, Sala do Conto
14.30h

dia 4 | quarta

ATELIÊ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

Quadros Geométricos

• Objectivos: criar um quadro usando vários tipos de papel e cartão como suporte

• Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

Pólo de Leitura da Quinta do Conde
15h

dia 6 | sexta

HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO DO LIVRO E DA LEITURA

O Artista Cão, de Lionel Koechlin

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura da Quinta do Conde
15h

vai acontecer



Ilustração de Patrícia Espinho Santo

Hora do Conto – Pimpona, A Galinha Tonta

dias 6 e 10

ATELIÉ

Limpinhos com Saúde

• Objectivos: dar a conhecer a importância da higiene alimentar e de lavar as mãos antes das refeições

• Destinatários: crianças e adolescentes

**Biblioteca Municipal,
Espaço Infanto-Juvenil (6 | sexta)**

14.30h

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde (10 | terça)

14.30h

dia 7 | sábado

**HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO
DO LIVRO E DA LEITURA**

O Casamento da Gata, de Luísa Duda Soares

• Destinatários: pais e crianças

Biblioteca Municipal, Sala do Conto

11h

dia 7 | sábado

ATELIÉ

Na Descoberta dos Sons do Quotidiano

• Objectivos: descobrir os sons através do corpo, que comunica ritmo e musicalidade

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

Biblioteca Municipal, Sala Multiusos

15h

dias 12, 19 e 26

OFICINA

Hoje Há Festa

• Destinatários: crianças entre os 3 e os 6 anos

• Dinamização: STIP/Cercizimbra e Biblioteca Municipal

Pólo de Leitura da Quinta do Conde

10h

A partir de dia 12, às quintas e sábados

**HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO
DO LIVRO E DA LEITURA**

Pimpona, A Galinha Tonta, de M. Carolina Rosa

Animação direccionada para as crianças do 1.º e 2.º anos do 1.º Ciclo

O Século Mais Novo do Mundo, de Teresa Duran

Animação direccionada para as crianças do 3.º e 4.º anos do 1.º Ciclo

• Objectivos: sensibilizar para a importância da leitura, partindo da exploração da vertente pedagógica e imaginária dos livros

• Máximo 25 alunos por sessão

• Sujeito a inscrição prévia: 21 228 85 88

Biblioteca Municipal, Sala do Conto

10h e 14.30h

dia 13 | sexta

ATELIÉ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

A Galinha de Casca de Ovo

• Objectivos: criar uma galinha utilizando a técnica de colagem de pedaços de casca de ovo

• Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

Pólo de Leitura da Quinta do Conde

15h

dias 13 e 17

ATELIÉ

Vamos Fazer um Sumo de Laranja para o Lanche

• Objectivos: sensibilizar as crianças para a ingestão de sumos naturais em substituição de bebidas açucaradas, reforçando o conceito de alimentação saudável. Valorizar a higiene oral

• Destinatários: crianças e adolescentes

Biblioteca Municipal

Espaço Infanto-Juvenil (13 | sexta)

14.30h

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde (17 | terça)

14.30h



animação infantil

Ilustração de Henrique Cayatte



Hora do Conto
Rato do Campo e Rato da Cidade

dias 13, 20 e 27

OFICINA

Aqui Brincamos Todos

- Destinatários: crianças entre os 3 e os 6 anos acompanhados por um adulto (13 e 27) até aos 3 anos (20 | sexta)
- Dinamização: STIP/Cercizimbra e Biblioteca Municipal

Pólo de Leitura da Quinta do Conde
10h

dia 14 | sábado

ATELIÊ

Marcadores de Livros

- Objectivos: estimular o contacto da criança com os alimentos utilizando novas formas de expressão
- Destinatários: crianças e adolescentes

Biblioteca Municipal,
Espaço Infanto-Juvenil
14.30h

dias 20 e 24

ATELIÊ

Contaminações Cruzadas

- Objectivos: transmitir informação sobre as possíveis fontes de contaminação de alimentos
- Destinatários: crianças e adolescentes

Biblioteca Municipal
Espaço Infanto-Juvenil (20 | sexta)
14.30h

Pólo de Leitura
da Quinta do Conde (24 | terça)
14.30h

dia 21 | sábado

HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO DO LIVRO E DA LEITURA

Rato do Campo e Rato da Cidade, de Alice Vieira

• Destinatários: pais e crianças
Biblioteca Municipal, Sala do Conto
11h

dia 21 | sábado

ATELIÊ

Percussão

- Objectivos: descoberta dos sons através do ritmo, compasso e melodia. Conhecimento de instrumentos de percussão.
- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

Biblioteca Municipal, Sala Multiusos
15h

dia 27 | sexta

ATELIÊ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

Molduras Coloridas

- Objectivos: construção de molduras usando materiais reciclados
- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

Pólo de Leitura da Quinta do Conde
15h

dias 27 e 31

ATELIÊ

Uma cozinha limpinha

- Objectivos: conhecer as regras básicas de higiene na cozinha, valorizando os potenciais focos de contaminação de alimentos

• Destinatários: crianças e adolescentes
Biblioteca Municipal,
Espaço Infanto-Juvenil (27 | sexta)
14.30h

Pólo de Leitura
da Quinta do Conde (31 | terça)
14.30h

dia 28 | sábado

ATELIÊ

Caixas de arrumação coloridas com alimentos à mistura

- Objectivos: reforçar o contacto da criança com novas formas de expressão, valorizando a prática de uma alimentação equilibrada e adaptada à faixa etária do grupo.
- Destinatários: crianças e adolescentes

Biblioteca Municipal,
Espaço Infanto-Juvenil
14.30h

vai acontecer

conferências, ateliês e cursos

No âmbito das comemorações do centenário de Lopes-Graça decorrem duas conferências: **Conversas à volta de Lopes-Graça** e **Obra Literária de Fernando Lopes-Graça**. A primeira é no dia 14, no Auditório Conde de Ferreira e a segunda na Sala Polivalente da Biblioteca, no dia 20.

A decorrer

WORKSHOP

Informática Sénior

• Objectivos: transmitir conhecimentos na óptica do utilizador. Pesquisa no catálogo da Biblioteca, navegação na Internet e criação de e-mail.

• Inscrições gratuitas: 21 228 85 88

• Destinatários: maiores de 18 anos

Biblioteca Municipal, Espaço de Adultos
Terças e quintas das 10 às 11.30h

dias 4 e 11

ATELIÊS

Aprende e Faz

Marionetas (4 | quarta)

Pintura em Tela (11 | quarta)

Anfiteatro da Boa Água

das 15 às 17h

dia 12 | quinta

CONVERSAS

Como Comprar Bem com Pouco Dinheiro

• Objectivos: identificar armadilhas que podem ocorrer nos locais de venda de produtos alimentares, no acto da compra, reflectindo e procurando soluções para mudar atitudes.

Biblioteca Municipal,
Espaço Infanto-Juvenil

15h

dia 13 | sexta

CONVERSAS NA CAPELA

Achados Monetários na Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Terá como orador Luís Lyster Franco que fará uma reflexão sobre mais de três centenas de moedas que actualmente integram o acervo do Museu Municipal de Sesimbra, balizadas cronologicamente entre o reinado de D. Dinis e a 1.ª República.

Capela do Espírito Santo dos Mareantes,
Sesimbra

21.30h



A vida e a obra de Fernando Lopes-Graça são tema de duas conferências

dia 14 | sábado

CONFERÊNCIA

Conversas à Volta de Lopes Graça

Integrada nas comemorações do centenário do nascimento do compositor e autor e também nas comemorações do Mês da Música. A iniciativa conta com a presença de Cristina Brito da Cruz, Miguel Oliveira da Silva e do compositor Sérgio Azevedo.

Auditório Conde Ferreira, Sesimbra

21.30h



dia 20 | sexta

CONFERÊNCIA

Obra Literária de Fernando Lopes-Graça

Biblioteca Municipal, Sala Polivalente

21.30h



dias 20, 21 e 22

Diálogos pela Arte

Cursos de iniciação às artes circenses

Anfiteatro da Boa Água

12h

dia 26 | quinta

CONVERSAS

Comer Bem e Beber Bem: erros e mitos alimentares

• Objectivos: indicar as principais características nutricionais de cada grupo de alimentos que compõem a nova roda dos alimentos e alertar para os mitos e erros alimentares mais frequentes

Biblioteca Municipal,
Espaço infanto-juvenil

15h

vai acontecer

12
—
13



desporto, movimento e ar-livre



Travessia da Baía



Corrida de Sesimbra

A Corrida de Sesimbra e a Travessia da Baía, nos dias 1 e 5, respectivamente, são duas provas tradicionais que trazem a Sesimbra centenas de participantes. A Travessia da Baía já tem mais de 60 anos e começou por ser organizada pelo Clube Naval. A Corrida de Sesimbra surgiu com a denominação de Espadarte de Prata, há cerca de 20 anos, durante o Festival do Mar.

Após as férias de Verão o projecto Idade Maior, que inclui a **gerontomotricidade**, a logoterapia e as danças de salão para idosos arranca durante este mês. As aulas têm lugar nas três freguesias, nos locais indicados.

A decorrer

GERONTOMOTRICIDADE

Oficinas de Movimento

- Informações: 21 228 82 37
- Inscrições nos locais da actividade

Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

terças e quintas, das 9 às 10h

Associação de Desenvolvimento da Quinta do Conde

segundas e quartas, das 9 às 10 e das 10.10 às 11.10h

Grupo Desportivo e Cultural Conde II

segundas e quartas, das 11.20 às 12.20h

Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

segundas, terças, quartas e quintas, das 13.45 às 14.45h

Clube Sesimbrense

terças e quintas, das 10.10 às 11.10h

A decorrer

YOGA

Yoga Sámkhya

O único espaço em Sesimbra exclusivamente concebido para a prática do yoga, com yoga para crianças e surfistas

- Informações e inscrições na Av. 25 de Abril, n.º 9, letra U, Sesimbra
- Tel.: 21 223 21 01

Segunda a domingo, das 8 às 24h

Org.: Centro de Yoga de Sesimbra

A decorrer

FORMAÇÃO

Ténis

Estão abertas as inscrições para a época 2006/2007, com aulas de iniciação para crianças, a partir dos 5 anos

- Tel.: 96 510 75 77 ou 96 373 63 11

Associação de Ténis de Sesimbra, Almoinha

Org.: Associação de Ténis de Sesimbra

vai acontecer





Gerontomotricidade

dia 1 | domingo

PROVAS DESPORTIVAS 2006

Corrida de Sesimbra

• Concentração a partir das 8.30h no estacionamento da Av. dos Náufragos

Praia do Ouro, Sesimbra
10h

dia 5 | quinta

PROVAS DESPORTIVAS 2006

Travessia da Baía

• Concentração às 10.30h na praia em frente ao Largo da Marinha

Baía de Sesimbra
10.30h

dias 5 e 7

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

Percorrer de canoa, parte da costa de Sesimbra – Cabo Espichel com destino à paradisíaca Praia do Ribeiro de Cavallo. Pelo caminho pode observar-se a fauna e flora características do local

- Preço: €19.50
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Data limite de inscrição: até dois dias antes da data da actividade
- Tel.: 21 084 89 19 ou 93 870 44 72

Ponto de encontro: Porto de Abrigo, em frente ao Clube Naval
9.30h

Org.: Vertente Natural

dia 15 | domingo

MULTI-ACTIVIDADE

Arrábida Terra e Mar

Será feita a abordagem à praia do Portinho da Arrábida em rappel, através de duas vias montadas para o efeito. Na praia haverá canoas de dois lugares para levar os participantes a descobrir as belezas desta costa

- Preço: 35 euros
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio / alto
- Data limite de inscrição: 12 de Outubro
- Tel.: 21 084 89 19/91 820 07 23

Ponto de encontro: Vertente Natural, Zambujal de Baixo
9.30h

Org.: Vertente Natural

dia 22 | domingo

ORIENTAÇÃO

Descobrir o Cabo

Prova de orientação no planalto do Cabo Espichel, que leva o participante a conhecer a natureza, os relevos e a história de um local de beleza e misticismo únicos

- Preço: 15 euros
- Inclui: bússolas, cartas topográficas, lápis e acompanhamento pela equipa de monitores da Vertente Natural.
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo
- Data limite de inscrição: 19 de Outubro
- Tel.: 21 084 89 19 ou 93 870 44 72

Ponto de encontro: junto ao Santuário do Cabo Espichel
9.30h

Org.: Vertente Natural



outros eventos



Núcleo de Arqueologia do Museu Municipal



Semana Gastronómica Sabores de Outono

O Núcleo de Arqueologia do Museu Municipal, no Castelo de Sesimbra, abre ao público no dia 5. Durante a cerimónia inaugural haverá uma palestra pelo Professor Doutor Manuel Calado.

No primeiro dia do mês comemora-se o **Dia Mundial do Idoso**. O Forte do Cavallo, em Sesimbra, recebe uma festa-convívio com a participação de idosos de todas as associações do concelho.

O Outono traz sabores e aromas diferentes que vão ser dados a conhecer através da **Zimbr'Outono**, nos dias 21 e 22, e da **Semana Gastronómica Sabores de Outono**, entre 21 e 29, nos restaurantes do concelho.

A decorrer

LOGOTERAPIA

Oficinas da Memória

- Informações: 21 228 82 37
- Inscrições nos locais da actividade

Clube Sesimbrense

terças, das 9 às 10h

Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

quartas, das 9 às 10h

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

segundas, das 9 às 10h

Grupo Desportivo e Cultural do Conde II

segundas e quartas, das 10.20 às 11.20 e
terças, das 10.45 às 11.45h

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

dia 1 | domingo

DIA MUNDIAL DO IDOSO

Festa-convívio

Animação musical, almoço-convívio, actuação dos elementos das Instituições, jogos tradicionais, aula de gerontomotricidade e homenagem aos participantes mais idosos

• Para mais informações contacte as seguintes Instituições: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra, Centro de Convívio da Fonte Nova, ABAS, Casa do Povo, CASCUZ e Centro Comunitário da Quinta do Conde

Forte do Cavallo, Sesimbra

11h

dia 5 | quinta

PATRIMÓNIO

Abertura do Núcleo

de Arqueologia do Museu Municipal

Este núcleo do Museu Municipal, vai funcionar na sala anexa à Igreja de Santa Maria do Castelo. O espaço terá uma exposição permanente, composta por materiais que testemunham a história da ocupação humana no concelho.

A abertura contará com uma palestra pelo Professor Doutor Manuel Calado

Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra

16h



Ao Encontro
da Semente

dias 12, 19 e 26

**HISTÓRIAS DE SEMPRE
O Velho e os Pássaros,
de António Mota**

- Objectivos: contribuir para a valorização pessoal e social do idoso; alargar as redes de contacto social através do convívio e do lazer; vivenciar novas experiências e estimular o convívio entre gerações.
- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares
- Inscrições gratuitas
- Tel.: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente
14.30h**

dias 14, 21 e 28

**VISÕES E RETROSPECTIVAS
Visionamento do filme
O Pianista (2002)**

Conversas sobre o realizador Roman Polanski
(14 | sábado)

Visionamento do filme

A Semente do Diabo (1966)

Conversas sobre o realizador Roman Polanski
(21 | sábado)

**Visionamento do filme O Beco
(1996)**

Conversas sobre o realizador Roman Polanski
(28 | sábado)

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente
15.30h**

dia 17 | terça

Hora Lopes-Graça

Momento dedicado à obra musical e bibliográfica de Lopes-Graça

Biblioteca Municipal, Sala Polivalente 
às 10h e às 15h

dia 20 | sexta

**HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO
DO LIVRO E DA LEITURA**

**A Princesa e a Ervilha,
de Hans Christian Andersen**

• Destinatários: aberto a toda a comunidade

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

dias 21 e 22

DEBATES/EXPOSIÇÕES

Ao Encontro da Semente

Um incentivo ao cultivo das variedades locais e à conservação da biodiversidade agrícola.

Exposição e troca de sementes, oficinas, palestras, animação e dança das colheitas

• Consulte programa detalhado na pág. 9

Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Sábado das 9 às 22h

Domingo das 9 às 16h


Org.: CM Sesimbra e Associação Colher para Semear 

de 21 a 29 de Outubro

SEMANA GASTRONÓMICA

Sabores de Outono

**Nos restaurantes participantes
(consulte o folheto informativo)**

Org.: CM Sesimbra, JF Castelo, Associação do Comércio e Industriais do Concelho de Sesimbra e Associação do Comércio e Serviços Distrito de Setúbal (delegação de Sesimbra). 

dia 27 | sexta

SERÃO DE CONTOS

Histórias Com... António Fontinha

• Objectivos: reviver a tradição oral redescobrimdo os contos tradicionais portugueses, as histórias e as lendas do concelho

• Destinatários: aberto a toda a comunidade

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente
21.30h**

dia 28 | sábado

ARTEPÚBLICA

Era Uma Vez...

**Mercado da Quinta do Conde
das 11 às 12h**



A Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra

A primeira misericórdia portuguesa resultou da intervenção da Rainha D. Leonor, com o total apoio do Rei D. Manuel I. O desenvolvimento da expansão marítima, da actividade portuária e comercial favorecia o afluxo de gente à cidade. As condições de vida degradavam-se e os naufrágios e batalhas contribuíram para o aumento de viúvas e órfãos.

Com cerca de cinco séculos de história a Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra tem um importante acervo histórico e cultural, com destaque para as obras de arte sacra que se encontram no Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes. Socialmente continua a trabalhar no apoio aos mais carenciados.

Alguns vestígios da estrutura primitiva arquitectónica da Santa Casa apontam como data de fundação o início do século XVI.

Em 1555 foi lavrada uma escritura pelo provedor João Serrão, cavaleiro fidalgo da casa real e mareante. Nesse documento

eram anexados à Misericórdia a Albergaria e o Hospital do Espírito Santo, no Castelo.

A Misericórdia adoptou como símbolo a imagem da Virgem com o manto aberto, numa atitude protectora que abrangia a nobreza, o clero e também todos os necessitados, representados por crianças, pobres, doentes e presos.

Actualmente tem lar de idosos, centro de dia, serviço de apoio domiciliário (com cuidados médicos continuados) e actividades de tempos livres para crianças dos 5 aos 12 anos.

Com 101 funcionários, presta serviço a cerca de 250 idosos e crianças.

FICHA ASSOCIATIVA:

Nome: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra

Data de Fundação: Início do séc. XVI

Provedor: Dr. Alcides Alves de Carvalho

Morada: Avenida da Liberdade, 36 e 38 – 2970 Sesimbra

Telefone: 21 228 82 10

E-mail: santa.misericordia.2netvisao.pt



A arte aliada à sabedoria

Nascido em 1940 no Zambujal, Edgar Casaca serviu a Marinha Portuguesa durante 35 anos, 10 dos quais como faroleiro. Durante quatro anos foi o responsável pelo farol do Cabo Espichel, esteve em vários locais do mundo a explicar o funcionamento destes engenhos.

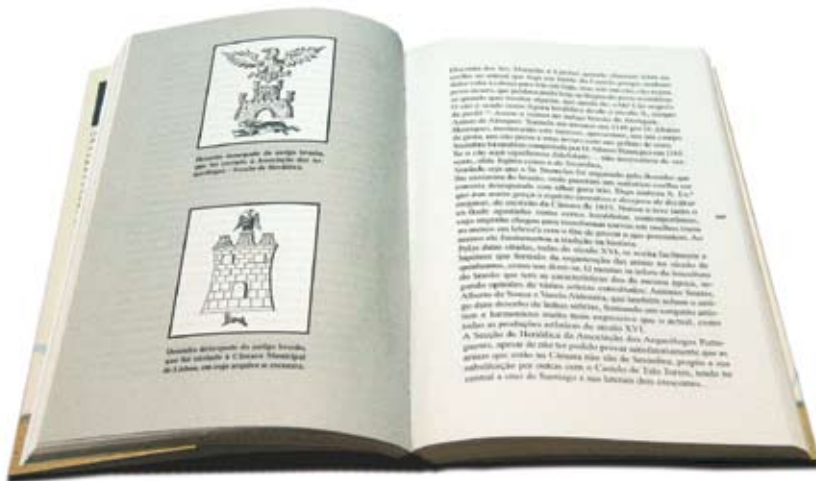
Aliando a experiência, o interesse e o conhecimento técnico à criatividade, Edgar Casaca tem vindo a realizar um trabalho admirável, tanto a nível pedagógico como artístico.

Além dos quadros com réplicas de faróis em cobre e prata aplicados sobre cartas marítimas, a sua coleção inclui peças e instrumentos que se utilizam nos faróis e algumas relíquias que são verdadeiras peças de museu. Já expôs em Vigo, Santiago de Compostela, Viana do Castelo, Porto, Nazaré, Setúbal e em Sesimbra.

Não sabe o tempo que leva a fazer cada peça. O que interessa é que o produto final seja bem traçado, bem desenhado e fiel ao seu original.



Para o seu trabalho, além do cobre, da prata, do latão e de matérias não ferrosas, utiliza uma grande variedade de ferramentas que arruma minuciosamente na oficina. Mas para Edgar Casaca, a perícia não é tudo. A investigação é uma componente do seu trabalho à qual dedica horas. Muitas vezes desloca-se ao Museu da Marinha e à Torre do Tombo apenas para investigar um determinado detalhe. A peça que mais gostou de construir foi a miniatura de uma bóia que era utilizada nas entradas das barras e que foi ofereceu ao Presidente da República, Jorge Sampaio, quando este visitou a Direção de Faróis.



Estudos Históricos e Outros Escritos

Com a edição, no âmbito da coleção Livros de Sesimbra, de Estudos Históricos e Outros Escritos, de Joaquim Preto Guerra (Rumina) – 1876-1962 –, a Câmara Municipal de Sesimbra reúne e torna acessível uma parte significativa da obra deste pioneiro dos estudos locais.

Colaborador regular, ao longo de décadas, de *O Sesimbrense*, onde publicou inúmeros escritos de cariz historiográfico e literário, a ele se devem títulos fundamentais da nossa bibliografia como *Génese de Sesimbra*, *A Náutica Sesimbra*, *A Piscosa Sesimbra* e *Mareantes e Guerreiros de Sesimbra dos*

Séculos XV, XVI, XVII, sem esquecer importantes estudos genealógicos que estabeleceram a ascendência sesimbrense de Camilo Castelo Branco.



FICHA TÉCNICA

Autor: Guerra, Joaquim Preto
Editor: Câmara Municipal de Sesimbra
Data de Edição: Setembro
Preço de Capa: 10 euros

Este livro encontra-se à venda na Biblioteca Municipal de Sesimbra



Documentação de carácter religioso

O Arquivo tem um papel fundamental na organização e tratamento do património documental, promovendo o estudo das instituições do concelho.

As organizações ligadas à igreja, sejam misericórdias ou confrarias, detêm uma prática de assistência aos necessitados, doentes, e presos, produzindo um grande conjunto de documentação, a maioria inédita, ligada a sua actividade, que urge conhecer e divulgar.

O papel da igreja foi fundamental como elemento estruturante após a reconquista cristã do território português. Podemos igualmente analisar o papel da Igreja no processo da organização territorial, na estrutura política e institucional, na normalização da sociedade e no ordenamento moral das populações, sempre em paralelo com o processo de centralização do poder régio.

Para se aprofundar a história de Sesimbra, importa conhecer a história da organização da Igreja neste concelho, que se encontra patente nos inúmeros documentos do Arquivo Municipal e na documentação que está à guarda da Igreja sesimbrense.

De entre a diversa documentação de carác-



ter religioso existente no Arquivo, salienta-se o Fundo da Câmara Municipal, que contém os Legados Pios e os Projectos de Igrejas e Misericórdias, e o Fundo Administração do Concelho, por exemplo, o Fundo das Juntas de Freguesia e Paróquias do Castelo e de Santiago, o Fundo da Confraria do Espírito Santo da Corporação Marítima de Sesimbra/ Associação de Socorros Mútuos Marítima e Terrestre da Vila de Sesimbra, o Espólio Rafael Monteiro, em regime de doação, e o Fundo da Santa Casa da Misericórdia.



Arqueologia em Sesimbra: do antigo Museu ao novo Núcleo

Inaugurado a 28 de Maio de 1960, na sala anexa à Igreja de Santa Maria do Castelo, o Museu Arqueológico de Sesimbra teve como impulsionadores e principais responsáveis a Câmara Municipal de Sesimbra, e Eduardo da Cunha Serrão e Rafael Monteiro, conhecidas figuras da arqueologia sesimbrense.

Tendo como objectivo valorizar o património arqueológico, testemunhando a evolução da ocupação humana do concelho, a colecção apresentava-se dividida em estantes com as seguintes designações: Paleolítico, Neolítico, Eneolítico, Bronze, Idade do Ferro e Época Romana, Época Muçulmana e Época Medieval Portuguesa.

Em 1982, a Câmara Municipal de Sesimbra decide transferir o Museu para a vila, ocupando este, primeiramente, um piso num dos edifícios da Rua Aníbal Esmeriz e, posteriormente, em 1987, um dos pavilhões da antiga Escola Preparatória Navegador Rodrigues Soromenho, no Largo Luís de Camões. Esta última localização manteve-se até aos nossos dias.

Recentemente, no âmbito de um projecto mais ambicioso que encara o Museu Municipal como uma entidade mais vasta e complexa, cuja estrutura se distribui por vários núcleos, objectivando uma participação cada vez mais activa no desenvolvimento da comunidade onde se insere, foi possível criar condições para transferir o Museu de Arqueologia para as instalações em que teve a sua génese, depois destas terem recebido melhoramentos estruturais para adaptação às exigências museológicas.

O novo espaço poderá agora cumprir, não só as suas funções de preservação e valorização do património cultural, mas também prestar um bom serviço à comunidade, na medida em que disponibilizará um conjunto de suportes educativos e lúdicos para a sua fruição, especialmente por parte da comunidade educativa.

**Para mais informações consulte o Sector de Cultura e Museus da CM Sesimbra.
Contactos disponíveis na página 32.**



Os ídolos de tipo "pinha" da Lapa do Bugio

O Museu Municipal de Sesimbra integra no seu acervo dois exemplares de ídolos genericamente designados como de tipo "pinha", identificados na sequência das intervenções arqueológicas efectuadas na Lapa do Bugio entre 1957 e 1966.

Os ídolos de tipo "pinha" consistem em artefactos votivos característicos da região da Estremadura, quase exclusivamente associados a contextos de necrópole, cuja cronologia remete para um horizonte cultural inerente ao III milénio (Calcolítico). Esculpidos em pedra calcária, um dos ídolos corresponderia à representação da alcachofra ou cardo no estágio de maturação anterior ao desabrochar, ao passo que o segundo representaria o fruto já amadurecido. Encontrar-se-iam relacionados com o fundo mágico-religioso das primeiras sociedades camponesas que procederam ao aproveitamento da lã e do leite, na medida em que a simbólica da representação da alcachofra estaria associada ao "estranho poder" da transformação do leite para a preparação

do queijo, facto que acentua o cariz votivo destes artefactos.

Além da representação explícita, incluiriam uma forte carga implícita ligada às influências de cultos de matriz oriental, inerentes à crença na renovação da vida e no acompanhamento dos defuntos no desconhecido caminho da morte.

Tanto estes como outros objectos de relevante interesse arqueológico estarão patentes ao público no Núcleo de Arqueologia localizado no Castelo de Sesimbra, a partir de 5 de Outubro.

Para mais informações consulte o Sector de Cultura e Museus da CM Sesimbra.

Contactos disponíveis na página 32.



O Parra e a Travessia de Sesimbra

Pedro Filipe

Quem participou, com os seus irmãos, em provas de longa distância como Sesimbra, Tejo, Sado, Alhandra, Alcácer do Sal, Caxias, Paço de Arcos e Albarquel, em representação do Clube Naval de Sesimbra, certamente que tem estórias para contar, que marcaram a juventude de praticantes voluntários de natação.

Podem-me que colabore nesta bonita agenda de acontecimentos do Município com um dos muitos episódios ocorridos na nossa Travessia da Baía de outros tempos.

Esta prova, que se deve ao dinâmico sesimbrense José Pinto Brás, com o apoio de seu irmão, Coronel Joaquim Pinto Brás, de Antero Figueiredo, outro dos dirigentes do Naval e do grande navalista, Dr. José Brás Roquete, então presidente da

Câmara, teve um grande impacto conceitual e nacional nos primeiros anos da sua organização, entre 1948 e 1957, período de ouro da natação local.

A efeméride realizava-se nos primeiros domingos de Setembro, por as nossas águas serem menos frias nesse mês.

Eram dias festivos na vila: a vinda, até nós de grandes figuras da natação nacional, como Hermano Patrone, Fernando Madeira e Eurico Perdigão, pelo Algés, Baptista Pereira, Jofre de Carvalho e António de Carvalho, pelo Alhandra e também nadadores do Belenenses, Estoril e Naval Setubalense eram a grande atracção desportiva, a que a beleza da nossa baía e os barcos de pesca engalanados davam um colorido especial.

A partida era dada do Caneiro, de dentro de barcas da armação colocadas lado a lado, no sentido Norte-sul, e chegada era na jangada (em frente ao edifício do salvavidas e mais tarde do Porto de Abrigo).

Depois da prova havia um almoço de confraternização entre dirigentes e nadadores (à volta de 50 a 80 participantes), baseado em caldeirada sesimbrense que o José Brás, no restaurante do Clube, proporcionava. E era um regalo. Seguiu-se a entrega de taças e medalhas aos melhores classificados.

Mais tarde, com os irmãos Brás desmotivados e os Filipes que, com Faustino Pereira e Primo Anacleto, faziam equipa, “acabados”, a prova conheceu um grande interregno, que o Mu-



nicipio, acertadamente, deitou mão e hoje é um sucesso popular com centenas de participantes.

Este preâmbulo é para que os mais novos conheçam os antecedentes desta prova onde sucedeu o episódio que passo a contar:

Nesse tempo de grande fartura de peixe, havia designação de pescadores de determinadas artes de pesca. Neste caso foi nomeado um membro da família Parra (polveiros) que moravam perto da Igreja Matriz e que na altura passavam pelas crises da época: grandes vendavais que impediam os seus pequenos botes de

se fazerem ao mar e no Verão, a baixa de preço do polvo que se vendia ao “preço da chuva”...

Ora o nosso amigo Parra, rapaz do nosso tempo, era todo brincalhão e gingão, misturando-se connosco nalguns bailaricos e na jangada onde habitualmente, íamos. Era fraco nadador mas não temia aventuras e nessa época, como haviam poucos fundistas, a inscrição de nadadores podia ser feita no dia da prova.

O Parra pediu-nos para participar na prova dizendo que chegaria à meta. Perante a sua insistência, solicitamos ao José Brás que o inscrevesse. Assim aconteceu. Vimo-lo à partida, não à chegada, pois perdemo-lo de vista, o que nos preocupou. Terminada a prova regressamos à sede para nos lavarmos, vestirmo-nos para o almoço e sabermos algo do Parra.

Subimos ao primeiro andar, onde se realizava a confraternização e... para nosso espanto vimos o Parra todo pimpão, vestidinho e pronto. Tinha sido o primeiro a chegar à meta do almoço!!!

Interessante episódio de uma Travessia que não mais esquecemos e que deu azo a que, em futuras provas, só almoçasse quem chegasse à meta (salvo especiais exceções), não fossem aparecer mais Parras...



estórias da nossa terra



Até um passado ainda recente, entre as várias formas de tratar ou cumprimentar, especificamente sesimbrenses, contava-se a curiosa saudação “Eh! Sóce.”

Trata-se de uma forma errada de pronunciar a palavra sócio que, como sabemos, significa aquele que é membro ou faz parte de uma sociedade ou associação.

Qual então a origem desse tratamento, que era exclusivamente usado pelos nossos pescadores?

Depois da implantação da República, e tal como aconteceu um pouco por todo o país registaram-se em Sesimbra algumas iniciativas tendentes à criação de sociedades mutualistas, cooperativas ou associações de classe.

Assim, um grupo de pescadores organizou uma sociedade para explorar uma “armação à valenciana para a pesca da sardinha”, arte piscatória que então empregava maior número de homens e constituía a principal fonte de rendimento da economia local.

A essa sociedade, a única do género que se formou na nossa terra, foi dado o nome de “Restauradora”, que queria significar o propósito dos seus fundadores de restabe-

Eh! Sóce

António Reis Marques

lecer, restaurar, o tradicional costume, abolido pelo liberalismo, de serem os próprios pescadores os concessionários, por determinação régia, dos lugares de pesca das “armações”, pois estes eram considerados bens da Coroa.

Nessa qualidade eles eram, e ao mesmo tempo, armadores-pescadores, dirigidos por um mandador ou mestre de pesca, que era o topo da tradicional hierarquia, de moço ou aprendiz, companheiro e mestre.

A partir da fundação da sociedade “Restauradora”, os seus membros passaram a tratar-se fraternalmente por sócios, como de direito e de facto todos eram.

E a forma prazenteira como o faziam, trazia uma certa afirmação de identidade, de liberdade, senhores que estavam da sua capacidade e força de trabalho, libertos de subordinação patronal, quiçá até de alguma exploração.

A nova saudação de “bom dia sócio” ou “olá sócio”, que depois se generalizou entre os demais pescadores, viria com a vulgarização a originar a corruptela de “sóce” “eh! sóce”, que eventualmente ainda hoje se pode ouvir entre eles.



Danças de salão para Idosos

A dança é uma forma de estimular a criatividade e fortalecer a autoconfiança e a independência do indivíduo idoso, ajudando à sua participação e integração na sociedade. Praticada regularmente, ajuda a queimar calorias, a manter o peso e a fortalecer os músculos, principalmente das pernas, dos glúteos e do abdómen. Além disso, é uma forma agradável de trabalhar a força e equilíbrio do corpo.

Na terceira idade são muitos os benefícios da dança, principalmente nas mulheres, ao nível do melhoramento da capacidade cardio-respiratória, da circulação san-

guínea e da prevenção da osteoporose depois da menopausa.

No concelho, vai arranjar em Outubro um projecto das danças de salão promovido pela Câmara Municipal e destinado a pessoas com mais de 60 anos. As aulas serão monitorizadas por um professor dos Alunos de Apolo através de um protocolo entre a autarquia e esta Escola de Dança.

Se gosta de dançar contacte a Divisão de Acção Social, através do telefone 212288237 e inscreva-se. A par deste novo projecto estão já a decorrer as aulas de gerontomotricidade e logoterapia.

um passeio...



de Outono...

Com a chegada do Outono sugerimos um passeio durante a tarde por alguns dos “miradouros” que se encontram um pouco por toda a região.

A partir de Santana, tome a direcção de Sesimbra nascente. O caminho pela Serra da Achada permite contemplar o suave ondulado dos montes e vales que se estendem até ao Castelo do séc. XII **(1)** e de onde se tem uma panorâmica sublime sobre a vila e a região.

Ao descer em direcção ao centro da vila, surge ao fundo o Porto de Pesca que aguarda a chegada dos pescadores de mais uma lide diária.

Já em plena vila, convidamo-lo a fazer um calmo passeio a pé ao longo da marginal **(2)**, aproveitando para tomar um café numa das muitas esplanadas que aqui podem encontrar, a entrar na Fortaleza de Santiago **(3)**, do séc. XVII e a continuar o percurso até ao porto de pesca **(4)**, prosseguindo pelo pon-

tão, onde terá uma outra perspectiva sobre a vila e o seu centro histórico.

Já no regresso desta sua caminhada sugere-se que suba pela Estrada da Assenta e lance um último olhar sobre Sesimbra **(5)**.

Depois tome a direcção do Cabo Espichel e vá apreciando as pequenas aldeias que surgem na paisagem. Ao longe, as praias da costa norte abrem-se ao Atlântico. Já no Cabo Espichel, aproveite o magnífico pôr-do-sol... **(6)**

Para mais informações consulte o Posto de Turismo.
Contactos disponíveis na página 32.



os sabores da nossa terra



Pato no Forno

Com nova gerência desde 2001, o restaurante Grelha Mar aposta no peixe e carnes grelhadas. A carne que cozinham vem da Barrosã e é conhecida por ser suculenta, tenra e fina. Quanto ao peixe, é de Sesimbra, o que é garantia de qualidade.

O Grelha Mar localiza-se no centro da Quinta do Conde, junto aos CTT.

Ingredientes:

1 pato salgado no dia anterior; 0,5 kg de miúdos de galinha; 200 gr. de arroz; 1 laranja; 3 dentes de alho; 1 folha de louro; 2 tomates maduros; 1alho francês; meio pimento Morrone; salsa; azeitonas.

Para o pato:

Coza o pato. Depois de cozido leve-o ao forno com laranja e alho até alourar.

Para o arroz:

Faça um refogado com tomate, salsa, louro e alho francês. Deixe apurar bem. Junte-lhe os miúdos de galinha e a água

da cozedura do pato (deve ter em conta a quantidade de água para que o arroz fique seco). Deixe ferver durante 20 minutos e adicione o arroz.

Numa travessa, disponha o pato cortado aos pedaços por cima do arroz. Decore com azeitonas, uma rodela de laranja e tiras de pimentos *morrone*s.

28
—
29



RESTAURANTE GRELHA MAR

Morada: Rua da Esperança, Lote 3201, Quinta do Conde

Telefone: 21 210 64 67

Modo de pagamento: Multibanco e VISA

ENCERRA AOS DOMINGOS



...a jogar ténis

Não existe um consenso quanto à origem do ténis. Há quem considere que deriva dos antigos jogos de bola praticados por egípcios e gregos e quem acredite que nasceu de um jogo romano chamado *harpastum*, que foi adaptado no País Basco e recebeu o nome de *jeu de paume*, porque a bola era batida com a palma da mão contra um muro, mais ou menos como na pelota basca.

No século XII, o *paume* espalhou-se pela França, com diversas variantes, tendo o muro dado lugar a uma corda que dividia um campo rectangular. No século XIV, com a invenção da raquete, na Itália, a modalidade torna-se mais acessível. É nessa altura que chega à Inglaterra, país que, no século XIX será o “berço” do ténis que hoje conhecemos.

Foi com o aparecimento da bola de borracha, em meados do século XIX, que Inglaterra viu aparecer um jogo chamado pelos súbditos de Sua Majestade de “real tennis” e que inicialmente era um passatempo das senhoras. A designação ten-

nis derivou do francês *tenez*, que significa “pega”. Era a expressão gritada no *paume* quando o jogador rebatia a bola para a quadra adversária.

As regras definidas nessa altura em Inglaterra são praticamente as mesmas utilizadas até hoje. Foi no século XIX que se iniciaram os grandes torneios mundiais: Roland Garros, em França (1891) e Wimbledon, em Inglaterra (1877).

O ténis foi introduzido em Portugal há 120 anos, e a federação da modalidade foi criada em 1925. Actualmente estima-se que existam 150 mil praticantes no país.

Em Sesimbra há dois clubes que dinamizam a modalidade: a Associação de Ténis de Sesimbra e o Clube de Ténis de Sesimbra. Existem dois *courts* municipais na Almoinha.

ASSOCIAÇÃO DE TÉNIS DE SESIMBRA

Av. dos Combatentes, n.º 21, r/c dt.º – 2970 Sesimbra
Tel.: 96 373 63 11

CLUBE ESCOLA DE TÉNIS DE SESIMBRA

Herdade das Mesquitas, Lt. 100, r/c Dt.º, Carrasqueira
2970 Sesimbra | Tel.: 96 968 79 37

um livro

A Canção Popular Portuguesa

FERNANDO LOPES-GRAÇA

Este livro é uma antologia de canções das províncias de Trás-os-Montes, Minho, Algarve, Alentejo e Beiras, acompanhadas das respectivas partituras.

Fernando Lopes-Graça dedicou toda uma vida à recolha de temas tradicionais. Juntamente com Michel Giacometti, fez uma recolha sobre os ritmos e cantares do povo português que é considerada como uma das mais importantes para os estudos etnográficos.

Seguramente uma forma de divulgação e reabilitação da nossa canção popular, há muito esquecida.



um disco

Canções heróicas, canções regionais portuguesas – Lopes Graça

CORO DA ACADEMIA DE AMADORES DE MÚSICA FERNANDO GOMES E OLGA PRATTS

Na passagem do centenário do nascimento de Fernando Lopes-Graça recomendamos um CD de autoria deste compositor do século XX.

Nesta edição recuperam-se as canções regionais portuguesas, uma paixão que alimentava pela cultura popular e as canções heróicas estas apelidadas pelo próprio como “obrinhas de circunstância” ou como “canções politicamente empenhadas” contra o antigo regime.

Interpretado pelo Coro da Academia dos Amadores de Música, grupo criado em 1945 pelo compositor, e acompanhados ao piano por Fernando Gomes e Olga Pratts.

Um CD para fazer renascer a nosso gosto pela música regional.



um filme

A Nona Porta

ROMAN POLANSKI

Dean Corso (Johnny Depp) é altamente especializado no seu trabalho – localizar livros raros para colecionadores abastados – trabalho que requer destreza, conhecimentos literários, nervos de aço... e poucos escrúpulos.

Boris Balkan (Frank Langella), um colecionador de livros especializado em demonologia, quer contratar Corso para uma missão especial: comparar um livro raro que recentemente adquirira (cópia dum lendário manual de invocação satânica) com as outras duas e únicas cópias conhecidas, determinando a autenticidade dos três livros.

Corso aceita o trabalho, e à medida que avança na sua investigação, penetra num labirinto recheado de armadilhas e tentações, encontros perturbantes, violência e misteriosas mortes. Protegido por uma criatura do outro mundo (Emmanuelle Seigner) e guiado por uma poderosa força, Corso resolve um a um os mistérios do livro maldito e desvenda os verdadeiros propósitos da sua missão...



um website

www.musicagulbenkian.pt

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

Num mês em que a música está em destaque, convidamo-lo a entrar em www.musica.gulbenkian.pt, onde pode encontrar informações sobre os espetáculos que vão acontecer

nos espaços da Gulbenkian e sobre os projectos que estão a ser desenvolvidos pela Fundação.

Neste *site* encontra ainda uma área dedicada a projectos educativos, como os ateliês, visitas, oficinas e cursos livres, destinados a grupos e escolas.

Pode ainda saber quais os transportes públicos e estacionamento mais próximos da Fundação e adquirir bilhetes para concertos de uma forma fácil e acessível. Um site imprescindível a todos os que gostam de música.

