

# sesimbr'acontece

AGENDA DE ACONTECIMENTOS DO CONCELHO DE SESIMBRA **FEVEREIRO'07** distribuição gratuita

Ano 1. n.º 11

Vem aí o Carnaval



Câmara Municipal de Sesimbra

# sesimbr'acontece

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 (Vereadora do Pelouro da Cultura)

**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** ilustração digital de Bruno Campos

**Colaboraram nesta edição** António Reis Marques (redacção), Francisco Rasteiro (fotografia) e António Manuel Rojão (postal)

**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, hotelaria e juntas de freguesia)

**Periodicidade** Mensal

**Tiragem** 9000 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](mailto: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** Carnaval 2007

## VAI ACONTECER

**6** conferências, ateliês e cursos

**8** feiras e exposições

**10** animação infantil

**13** música

**14** desporto, movimento e ar livre

**16** outros eventos

## PARA CONHECER

**20** associativismo

**21** tradições

**22** arquivo municipal

**23** património edificado

**24** a memória das imagens

**26** livreria municipal

**27** património natural

## 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 Fevereiro

**35** Sesimbra é um postal!

## O associativismo popular

O movimento associativo em Portugal teve um grande crescimento depois do 25 de Abril de 1974. Cerca de metade das colectividades que existem hoje no nosso País foram criadas nos anos que se seguiram à revolução. Nasceram associações de cultura e recreio, desportivas, de moradores, de estudantes, ambientais ou de solidariedade. O associativismo foi, assim, uma das formas que muitos cidadãos encontraram para exercer pela primeira vez a sua liberdade e os seus direitos.

Sesimbra não foi excepção. Nessa altura surgiram por todo o concelho muitas das associações que têm desempenhado um papel preponderante. É nas suas sedes que se encontram amigos para momentos de convívio e que muitas crianças e jovens dão os primeiros passos em actividades de âmbito cultural e desportivo. No aspecto social, estes agentes locais têm sido aliados estratégicos na implementação de programas de combate aos comportamentos de risco e na ocupação de tempos livres da população juvenil.

As autarquias têm o dever de apoiar e fomentar as iniciativas promovidas, mas cabe também às associações colocar a sua criatividade, experiência e capacidade de trabalho ao serviço da comunidade, numa atitude de responsabilização e sentido de serviço público. Só com esta parceria entre a Câmara Municipal e as colectividades se pode promover uma política cultural eficaz e duradoura.

É este o modelo de relacionamento que queremos estabelecer com o movimento associativo. Para que esta valiosa herança seja preservada.



ALEGRIA CONTAGIANTE

# Carnaval de

A contagem decrescente para o Carnaval já entusiasma as Escolas e os Grupos de Samba, foliões, colectividades e população de Sesimbra que, uma vez mais, fazem desfilar cor e alegria nas ruas do concelho. É nos dias de folia que se dá largas à imaginação e se encarnam personagens, reis ou rainhas, heróis de banda desenhada ou artistas de circo.

Em Sesimbra, o Carnaval também assume vários rostos. As cinco escolas de Samba e os dois grupos provam que sabem comemorar esta época fes-

tiva, envergando trajes coloridos, lantejoulas e brilhos, lançando alertas para problemas mundiais ou locais e, sobretudo, cativando os milhares de visitantes que, todos os anos, enchem as ruas do concelho. Para além do samba, o Cortejo de Fantasias de Palhaço junta famílias e amigos vestidos a rigor, num colorido ímpar e original. Às fantasias e cabeleiras coloridas, juntam-se os veículos especiais, alguns criados exclusivamente para este dia a partir de carros de bebés, banheiras ou triciclos.

Os bailes de máscaras organizados

destacamos





# Sesimbra

pelas colectividades desde finais do século XIX são também uma das mais antigas tradições do Carnaval de Sesimbra. E, mesmo as escolas de samba, inspiradas na tradição brasileira, nasceram destes bailes depois do 25 de Abril. Algumas das associações que participam no desfile já existem há mais de 30 anos. O que também não pode faltar neste programa são as manifestações populares de índole satírica. As “cavalhadas” realizam-se em Alfarim, terça-feira, dia 20, a partir das 15 horas, no Largo das Forças

Armadas. Trata-se de um jogo em que pessoas a cavalo tentam agarrar objectos presos numa corda.

A folia chega ao fim na Quarta-feira de Cinzas, durante o Enterro do Bacalhau. A despedida do Carnaval é assinalada num cortejo fúnebre, onde não faltam a viúva e os amigos chorosos.

As propostas são muitas. Basta encarnar o espírito carnavalesco, sair para a rua e festejar.



# conferências, ateliês e cursos



vai acontecer



Foto: Francisco Rasteiro

## Gruta do Frade

O Projecto **Dançoteca** vai pôr educadores de infância, professores e animadores a valorizar a dança como linguagem expressiva e forma de comunicação. As oficinas de formação arrancam a 10 de Fevereiro.

Francisco Rasteiro, presidente do Núcleo de Espeleologia da Costa Azul, é o orador de mais umas **Conversas na Capela**, desta vez dedicadas ao Sistema Cárstico do Frade. A conferência decorrer dia 23, às 21.30 horas.

O Auditório Conde de Ferreira recebe, dia 26, às 16.30 horas, uma sessão de sensibilização e informação sobre **Acidentes de Trabalho**. A organização é da Associação Nacional dos Deficientes Sinistrados no Trabalho.

### A decorrer

**DIÁLOGOS PELA ARTE**

#### **Pinturas sobre Tela**

(dias 7 e 21, das 15 às 17.30h)

#### **Oficinas Ludo-artísticas**

#### **Familiares**

(dia 13, das 10 às 12h)

**Loja PIPA, Mercado da Quinta do Conde às quartas**

### 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

Tel.: 21 228 85 88

- Destinatários: maiores de 18 anos

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

### A decorrer

**ATELIÊS**

#### **Aprende e Faz**

Brinquedos Reciclados (dia 2)

Caricaturas (dia 9)

Construção de Máscaras (dia 16)

Consciência Corporal (dia 23)

**Loja PIPA, Mercado da Quinta do Conde**  
às sextas, das 14.30 às 16.30h

### A decorrer

#### **Cursos de Pintura**

Com a artista plástica Francisca Sevilhano

- Preço: 20 euros/aula

- Informações: 96 807 16 86

**Original Arte – Rua do Areal, 23, Cotovia**  
terças, das 11 às 12.30h

ou quintas, das 14.30 às 16h

Org.: Original Arte



Formação de Dança

**dia 2 | sexta**

DEBATE

### **Despenalização da Interrupção Voluntária da Gravidez**

Com a participação de representantes dos movimentos pelo SIM e pelo NÃO

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

**21.30h**

Org.: Assembleia Municipal de Sesimbra

**dia 10 | sábado**

OFICINA

### **Dançoteca - Formação de Dança para Agentes Educativos**

- Objectivos: Experimentar estratégias e contextos educativos de pesquisa, reflexão e implementação de projectos de expressão e educação corporal; promover a integração de diferentes linguagens artísticas e expressivas no movimento, utilizando o livro como mediador expressivo.
- Destinatários: educadores de infância, professores, animadores e outros agentes educativos (máximo de 20 participantes)
- Esta acção tem a duração de 5 sessões nas seguintes datas: 10 de Fevereiro, 3 de Março, 14 de Abril, 12 de Maio e 9 de Junho
- Sujeito a inscrição prévia.
- Telefone: 21 228 85 88

**Biblioteca, Sala Polivalente  
das 10.30 às 12.30h**



Informação sobre acidentes no trabalho

**dias 10 e 24**

### **Aulas Livres de Pintura**

Coordenadas pela pintora Francisca Sevilhano e dinamizadas por Fernanda Neves

Traga uma tela da dimensão que desejar, um avental, pincéis e participe numa aula livre de Expansão de Expressão Artística

• Preço: 20 euros/aula

• Informações: 96 807 16 86

**Original Arte – Rua do Areal, 23, Cotovia**

**Sábados, das 10 às 13 ou das 15 às 18h**

Org.: Original Arte

**dia 23 | sexta**

CONVERSAS NA CAPELA

### **Sistema Cárstico do Frade**

Esta sessão das Conversas na Capela terá como orador Francisco Rasteiro, presidente do Núcleo de Espeleologia da Costa Azul

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

**21.30h**

**dia 26 | segunda**

SESSÃO DE SENSIBILIZAÇÃO E INFORMAÇÃO

### **Acidentes de Trabalho**

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

**16.30h**

Org.: Associação Nacional dos Deficientes Sinistrados no Trabalho

Apoios: CM Sesimbra e Mútua dos Pescadores



# feiras e exposições



ZimbrArte



Pintura de Ana Patrão

A **Zimbra Inverno**, Feira dos Aromas de Inverno, regressa à Fortaleza de Santiago, entre 10 e 11 de Fevereiro, para divulgar os produtos tradicionais do concelho.

A **ZimbrArte**, Feira das Artes e do Artesanato, mostrar o trabalho de artesãos na Fortaleza de Santiago no dia 25, entre as 10 e as 18 horas.

A pintura de **Ana Patrão** vai estar patente no Átrio da Biblioteca Municipal, entre 6 e 17 de Fevereiro.

**Sussurrar uma História II** é o nome da exposição de pintura de **Silvia Patrício** que vai estar no Átrio da Biblioteca Municipal de 21 de Fevereiro e 3 de Março.

## a decorrer

### EXPOSIÇÃO

#### **Rafael Monteiro**

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

#### até 3 de Fevereiro

### EXPOSIÇÃO DE PINTURA

#### **Susan Hawkins**

**Átrio da Biblioteca Municipal**  
de terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábado, das 10 às 18h

#### até 9 de Fevereiro

### EXPOSIÇÃO DE ARTE

#### **Colectiva de Natal**

Exposição de pintura e escultura sob o tema **O Gato**  
**Galeria Arte & Mar,**  
**Av. 25 de Abril 9-C, Sesimbra**  
de segunda a quarta, das 9 às 18h  
de quinta a sexta, das 9 às 19h  
sábados e domingos, das 9 às 21h  
Org.: Galeria Arte & Mar

#### até 12 de Fevereiro

### EXPOSIÇÃO

#### **Colectiva de Pintura**

Esta exposição está integrada no programa de apoio às obras de recuperação da Igreja Paroquial de Santiago e conta com trabalhos de artistas do concelho  
**Sesimbra Hotel & SPA**  
das 15 às 20h

#### de 3 a 28 de Fevereiro

### ARTE PÚBLICA

#### **Exposição de Fotografia - PIPA 06**

**Loja Pipa, Recinto do Mercado da Quinta do Conde**  
das 10 às 12h  
Org.: Anime | CM Sesimbra



Zimbra Inverno

**dias 10 e 11**  
FEIRA DOS AROMAS DE INVERNO

**Zimbra Inverno**  
Fortaleza de Santiago

Sábado e domingo, das 10 às 19h

**de 6 a 17 de Fevereiro**  
EXPOSIÇÃO DE ARTE

**Retrospectivas, de Ana Patrão**  
Exposição de pintura a óleo, acrílico e pastel seco  
**Átrio da Biblioteca Municipal**  
de terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábados, das 10 às 18h

**de 21 de Fevereiro a 3 de Março**  
EXPOSIÇÃO DE PINTURA

**Sussurrar uma História II,**  
**de Sílvia Patrício**  
**Átrio da Biblioteca Municipal**  
de terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábados, das 10 às 18h

**dia 25 | domingo**  
FEIRA DAS ARTES E DO ARTESANATO  
**Zimbr'Arte**  
**Clube Sesimbrense**  
das 10 às 18h



## LOCAIS DE VENDA

CÂMARA MUNICIPAL DE SESIMBRA (PAÇOS DO CONCELHO)  
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE SESIMBRA  
GABINETE MUNICIPAL NA QUINTA DO CONDE  
ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SESIMBRA  
PAPELARIA UNIVERSAL - SESIMBRA

Um livro que reúne testemunhos de 24 pessoas com deficiência, residentes no concelho de Sesimbra. São histórias de esperança e coragem que servem de exemplo e nos lembram que todos os cidadãos têm o direito à plena integração na comunidade. Uma edição da Câmara Municipal de Sesimbra e da Associação de Socorros Mútuos Marítima e Terrestre da Vila de Sesimbra.



A totalidade da receita da venda deste livro destina-se à aquisição de equipamento de apoio à acessibilidade e mobilidade nas praias do concelho de Sesimbra por pessoas com deficiência motora.





# animação infantil



Yoga com Conto Infantil

**Yoga com Conto Infantil** é o nome do ateliê para crianças agendado para dia 27, das 15 às 16 horas. Os participantes aprendem a concentrar-se e tomam um primeiro contacto com esta disciplina milenar.

As crianças a partir dos 6 anos podem participar no ateliê de leitura e escrita sobre **Cartas de Amor** e escrever uma missiva para alguém especial. A sessão decorrer no Dia dos Namorados, 14, às 15 horas, no Pólo de Leitura da Quinta do Conde.

Pais e filhos (com idades até aos 5 anos) estão convidados a participar nos ateliês de **Dança Criativa** a partir do dia 17. As sessões decorrem na Sala Polivalente da Biblioteca Municipal de Sesimbra.

## a decorrer

HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO DO LIVRO E DA LEITURA

### **Pimpona, A Galinha Tonta, de M. Carolina Rosa**

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

### **O Século Mais Novo do Mundo, de Teresa Duran**

Animação direccionada para as crianças dos 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

- Tel.: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala do Conto**  
terças e quintas, às 10 e às 14.30h

## a decorrer

ATELIÊ

### **Espaço Aqui Brincamos Todos!**

- Destinatários: crianças até 6 anos acompanhadas por um adulto

- Dinamização: STIP/Cercizimbra

**Biblioteca Municipal, Sala Infanto-juvenil**  
quartas, às 10.30h

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
sextas, às 10.30h

## a decorrer

OFICINA

### **Hoje Há Festa**

- Destinatários: famílias e crianças dos 3 aos 6 anos

- Dinamização: STIP / Cercizimbra

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
às quintas, às 10.30h



O Nabo Gigante



Ilustração: Martinho Dias



O Capuchinho Vermelho

**dia 3 | sábado**  
**HORA DO CONTO**  
**Vem mergulhar...**

...na história de Sesimbra dando vida às personagens do cavaleiro, do nobre, do soldado e do camponês

- Objectivos: motivar para o livro e para a leitura partindo de uma pequena dramatização histórica
- Destinatários: pais e crianças

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

**dia 6 | terça**  
**HORA DO CONTO**

**Histórias de Todos os Tempos:**  
**O Capuchinho Vermelho**

- Objectivos: motivar para o livro e para a leitura. Utilizar o teatro de marionetas como técnica de animação do conto
- Destinatários: pais e crianças

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

**dias 10 e 17**  
**ATELIÊ**

**Vem Pintar o Carnaval!**

- Objectivos: construir máscaras de gaze e gesso, pintar um conto na cara
- Destinatários: crianças

**Biblioteca, Sala Infanto-juvenil**  
**15h**

**dia 14 | quarta**  
**ATELIÊ DE LEITURA E ESCRITA**  
**Cartas de Amor...**  
**Quem as Não Tem?**

- Objectivos: Ler cartas de amor antigas. Escrever uma carta para alguém especial
- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

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

**dia 14 | quarta**  
**ATELIÊ**

**Cupido:**  
**Um Presente**  
**Para Alguém Especial**

- Objectivos: construir um presente para oferecer no Dia dos Namorados: um Cupido
- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
**16h**





# animação infantil



Dança Criativa

**dias 14 e 28**

HORA DO CONTO – ANIMAÇÃO  
DO LIVRO E DA LEITURA

## Hoje Temos Visitas...A Avó Vem à Biblioteca Contar uma História

- Objectivos: estimular a troca de experiências entre avós e netos através de contos e de histórias
- Destinatários: crianças dos estabelecimentos de ensino do pré-escolar e 1.º ciclo concelhio
- Máximo 25 alunos por sessão
- Sujeito a inscrição prévia: 21 228 85 88

**Biblioteca, Sala do Conto**  
às quartas, às 14.30h

**dia 16 | sexta**

CARNAVAL 2007

## Desfile de Carnaval dos Estabelecimentos de Ensino

**Início no Largo da Marinha e final na Avenida dos Náufragos**  
10h

**dia 16 | sexta**

ATELIÊ

## Máscaras e Mascarilhas

- Objectivos: reconhecer o disfarce como um acto lúdico realçado no Carnaval, mas também como uma actividade de carácter mágico, religioso e cultural. Construir máscaras, mascarilhas e fazer pinturas faciais. Dramatizar e representar personagens
- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

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

**dia 17 | sábado**

OFICINA

## Dançoteca - Dança Criativa para Pais e Filhos

- Objectivos: desenvolver um espaço lúdico de criação de movimento, a partir da relação do corpo; estimular a relação da criança com o livro, desenvolvendo o imaginário
- Destinatários: pais com crianças até aos 5 anos (máximo de 10 famílias)

• Esta acção tem a duração de 5 sessões nas seguintes datas: 10 de Fevereiro, 10 de Março, 21 de Abril, 19 de Maio e 16 de Junho

• Sujeito a inscrição prévia: 21 228 85 88

**Biblioteca, Sala Polivalente**  
das 10.30 às 12.30h

**dia 24 | sábado**

HORA DO CONTO

## O Nabo Gigante, de António Mota

- Objectivos: motivar para o livro e para a leitura
- Destinatários: pais e crianças

**Biblioteca, Sala do Conto**  
11h

**dia 27 | terça**

YOGA

## Yoga com Conto Infantil

- Objectivos: acrescentar capacidade de concentração, levando a um melhor proveito na leitura individual
- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos (máximo de 20 participantes)
- Sujeito a inscrição prévia: 21 228 85 88

**Biblioteca, Sala Polivalente**  
das 15 às 16h

**dia 27 | terça**

HORA DO CONTO

## Gira Gira Vai à Escola, de Mário Castrim

- Objectivos: motivar para o livro e para a leitura
- Destinatários: pais e crianças

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

**dia 27 | terça**

ATELIÊ

## As medidas: Grande e Pequeno, Alto e Baixo, Largo e Estreito

- Objectivos: Criar formas iguais, com dimensões diferentes. Explorar as dimensões dos objectos que nos rodeiam
- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
16h



Duo de Cordas na Capela do Espírito Santo dos Mareantes

O Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo vai ser palco de um recital do **Duo de Cordas** Adrian Florescu, violino, e Irma Skenderi, viola, que interpretam obras de Mozart e Stamitz.

## aos domingos

NOITES DE FADO

### Fadista Pedro Galveias

• Reservas: 21 223 54 40

Restaurante **Âncora**

Rua dos Pescadores, n.º 26 – Sesimbra

20.30h

Org.: Restaurante Âncora

## às quintas

MÚSICA AO VIVO

### Paulo Vilas Boas

Música variada (dia 1)

### Luís Taklin

Música variada (dia 8)

### Tozé Cerdeira

Antevisão Carnaval 2007 (dia 15)

### Hernany e Rhay

Música variada (dia 22)

## Sextas e sábados, músicas com DJ's

Bar **Onda Selvagem**, Praça da Califórnia,

Sesimbra

22h

Org.: Onda Selvagem

## dia 10 | sábado

RECITAL COM SOLISTAS  
DA METROPOLITANA

### Duo de cordas

**Adrian Florescu, violino**

**Irma Skenderi, viola**

Interpretação de obras de Mozart e Stamitz

**Núcleo Museológico da Capela do Espírito Santo dos Mareantes**

• Lotação máxima de 40 pessoas  
21.30h

## dia 10 | sábado

BAILE

### Ricardo Alcaide

**Sede da ACRUTZ, Zambujal**

22h

Org.: Associação de Cultura e Recreio União Trabalhadora Zambujalense

## dia 24 | sábado

BAILE

### Gisela Duarte

**Sede da ACRUTZ, Zambujal**

22h

Org.: Associação de Cultura e Recreio União Trabalhadora Zambujalense

12

—

13



# desporto, movimento e ar-livre



Mexe-te!



Gerontomotricidade – Oficinas de Movimento

Continuam a decorrer as **Oficinas de Movimento** dedicadas aos mais idosos, tal como as aulas de **Danças de Salão**.

O projecto municipal de Obesidade Infantil **Mexe-te** arranca dia 1 de Fevereiro no Pavilhão Municipal da Quinta do Conde. O objectivo é identificar e encaminhar os casos problemáticos para um programa de reeducação alimentar e de actividade física.

## A decorrer

SEMPRE A MEXER  
PARA NÃO ENVELHECER

### 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  
13.30 às 14.30h

#### Clube Sesimbrense

terças e quintas, das 10.10 às 11.10h

#### Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira (LIALA)

sextas das 9.30 às 10.30h

## A decorrer

SEMPRE A MEXER  
PARA NÃO ENVELHECER

### Danças de Salão

- Informações e inscrições: 21 228 82 37

#### Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

segunda, das 9 às 10.30h

#### Associação de Desenvolvimento da Quinta do Conde

segundas, das 14.30 às 16h

#### Clube Sesimbrense

segundas, das 11 às 12.30h

## A partir de dia 1

PROJECTO MUNICIPAL DE PREVENÇÃO  
DA OBESIDADE INFANTIL

### Mexe-te!

#### Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

Atendimento – Nutricionista e Técnico de Desporto:

Segundas e quintas, das 18.30 às 19.30h

Prática desportiva:

Segundas e quintas, das 19.30 às 20.30h



Rappel

### dia 10 | sábado

#### ESPELEOLOGIA

#### Lapa da Furada

Visita a uma gruta de progressão vertical e horizontal, ideal para o primeiro contacto com as técnicas de progressão em gruta com os seguintes conteúdos:

- Iniciação de verticais dentro de gruta;
- Interpretação dos espeleotemas;
- Interpretação arqueológica do local.

- Preço: 31 euros
  - Duração: 1 dia
  - Grau de dificuldade: médio / alto
  - Inscrições até 8 de Fevereiro
  - Ponto de encontro: junto ao campo de futebol da Azoia
- 9.30h**

Org.: Vertente Natural

### dia 17 | sábado

BTT

#### Terra à Lagoa

Percurso de BTT entre o Zambujal e a Lagoa de Albufeira

- Preço: €28,50
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições até 15 de Fevereiro

#### Vertente Natural, Zambujal de Baixo

**9.30h**

Org.: Vertente Natural

### dia 18 | domingo

RAPPEL E PASSEIO DE BARCO

#### Circuito da Baleeira

Está na hora da aventura! Num enquadramento natural único vamos fazer um circuito de *rappel* com 3 vias de progressão vertical que nos darão acesso ao Porto da Baleeira onde estará uma lancha que nos transportará pela costa Espichel-Sesimbra

- Preço: 55 euros
- Duração: 1 dia (manhã)
- Grau de dificuldade: Alto
- Inscrições até 16 de Fevereiro
- Ponto de encontro: junto ao Santuário do Cabo Espichel

**9.30h**

Org.: Vertente Natural

### dia 24 | sábado

RAPPEL

#### Circuito das Lapas

Actividade de *rappel*, que inclui 4 vias de progressão vertical e 2 vias de progressão horizontal. Vamos estar inseridos num ambiente paisagístico único onde podemos observar várias espécies de fauna e flora locais

- Preço: 30 euros
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições até 22 de Fevereiro
- Ponto de encontro: junto ao campo de futebol da Azoia

**9.30h**

Org.: Vertente Natural

### dia 25 | domingo

PASSEIO PEDESTRE

#### Ribeiro das Marmitas

Passeio pedestre nas Terras do Risco ao Ribeiro das Marmitas com identificação da fauna e flora e interpretação geo-morfológica do local

- Preço: 9 euros
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições até 23 de Fevereiro
- Ponto de encontro: Vertente Natural, Zambujal de Baixo

**9.30h**

Org.: Vertente Natural





## outros eventos



Universidade Sénior, na Cotovia

A **Universidade Sénior** é inaugurada dia 24, na Cotovia. Neste local, os seniores vão poder ter aulas de inglês, informática, português, sociologia e cidadania. A inauguração está agendada para as 17 horas.

A **Loja PIPA**, Projecto de Inclusão pela Arte, abre dia 3 no Recinto do Mercado Municipal da Quinta do Conde. Durante toda a manhã há música, dança, exposições e muita animação.

O actor **Jorge Serafim** vem à Sala Polivalente da Biblioteca Municipal para mais um Serão de Contos. O **Histórias com...** **Jorge Serafim** começa às 21.30 horas e promete reavivar a tradição oral e dos contos tradicionais.

### a decorrer

#### LOGOTERAPIA

#### **Oficinas da Memória**

- Informações: 21 228 82 37
- Inscrições nos locais da actividade
- Clube Sesimbrense – quintas, das 9 às 10h

#### **Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**

quintas, das 10.15 às 11.15h

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

quartas, das 9 às 10h

**Grupo Desportivo e Cultural do Conde II**

terças, das 9 às 10 e das 10 às 11h

### 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 às 12 e das 14.30 às 16.30h

domingos, das 9.30 às 11.30h

### dias 1, 8, 15, 22

#### HISTÓRIAS DE SEMPRE

#### **O Cordão Dourado, de Alice Vieira**

• 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: 21 228 85 88

**Biblioteca, Sala Polivalente**

às quintas, 14.30h

### dia 3 | sábado

#### INAUGURAÇÃO

#### **Loja PIPA**

#### **Projecto de Inclusão pela Arte**

Música, dança, performance, exposição de pintura; pintura de rosto e muito mais durante toda a manhã

**Recinto do Mercado da Quinta do Conde**

das 10 às 12h

Org.: Anime | CM Sesimbra



Ilustração: Bela Silva

O Cordão Dourado

**dias 3, 10, 17 e 24**

VISÕES E RETROSPECTIVAS

**Morte em Veneza, de Luchino Visconti**

(3 | sábado)

**Blow-up: História de um Fotógrafo,**

**de Michelangelo Antonioni (10 | sábado)**

**Carnaval de Sesimbra 2005,**

**de António Proença (17 | sábado)**

**O Último Tango em Paris,**

**de Bernardo Bertolucci (24 | sábado)**

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**

aos sábados, às 15h

**dia 23 | sexta**

SERÃO DE CONTOS

**Histórias com... Jorge Serafim**

**(actor no programa Levanta-te e Ri)**

• Objectivos: reviver a nossa tradição oral redescobrimdo os contos tradicionais portugueses, as histórias e lendas concelhias.

• Destinatários: aberto a toda a comunidade

**Biblioteca, Sala Polivalente**

21.30h

**dia 24 | sábado**

INAUGURAÇÃO

**Universidade Sénior**

Neste espaço os idosos vão poder ter aulas de inglês, informática, português, sociologia e cidadania.

**EN 378, Cotovia**

das 10 às 12h

# espaço solidário

para dar e receber  
basta um pequeno gesto...

Este espaço destina-se à recepção e distribuição de roupas, brinquedos e equipamentos domésticos a pessoas carenciadas do concelho. Contamos com o seu gesto!



Recinto do Mercado Municipal  
da Quinta do Conde, Loja 21

Horário  
segunda a sexta  
das 13.30 às 19.30h

Informações  
**Tel.: 21 228 82 37**  
(Sector de Acção Social  
da CM Sesimbra)

  
**Sesimbra**  
câmara municipal

**dia 16 | sexta | 22h**  
**Desfiles dos Estabelecimentos de Ensino e de Educação Pré-Escolar do Concelho de Sesimbra**

- Concentração: Largo da Marinha
- Percorso: Avenida dos Naufragos em direcção ao Porto de Abrigo. O desfile termina junto ao Hotel do Mar

**dia 17 | sábado | 11h**  
**Concurso Infantil de Fantasia de Carnaval**  
 Cafeteria do Castelo de Sesimbra

**dia 17 | sábado | 16h**  
**Desfile do Grupo de Olodum Feminino Tripa Mijona (Tripa Associação)**

- Tema: O Sítio do Pica-pau Amarelo
- Autor do Tema: Eloisa Santos
- Autor da Fantasia: Eloisa Santos
- Letra e Música: Apolónio Alves, Hélder Martelo, Álvaro Vieira, Paulo Guerra
- Concentração: Sociedade Musical Sesimbrense
- Percorso: Avenida 25 de Abril e Avenida dos Naufragos. Termina no parque de estacionamento do Hotel do Mar

# Carn

Sesimbra. Um m

**dia 18 | domingo | 14.30h**  
**Desfile Carnavalesco**  
 Avenida 1.ª de Maio – Quinta do Conde

**dias 18 e 20 | 15h**  
**Desfile das Escolas de Samba e Grupos**

- Percorso: Avenida 25 de Abril, Largo de Bombalães, Rua da Fortaleza, Largo da Marinha, Avenida dos Naufragos e Rua Professor Dr. Fernandes Marques – Sesimbra
- 15h**

**Escolas e Grupos de Samba Participantes:**

A.C.R.U.T.Z. ESCOLA DE SAMBA **SALTARICOS DO CASTELO**

- Enredo: Com Um Toque de Magia
- Samba de Enredo: Com Um Toque de Magia
- Autor do Enredo: Hélder Gaboleiro com a colaboração de Liliana Gaboleiro e de Lurdes Gaboleiro
- Autor do Samba de Enredo: Luís Taklim
- Autor do Carnavalesco: Hélder Gaboleiro

GRUPO RECREATIVO ESCOLA DE SAMBA **BOTA NO REGO**

- Enredo: Carnaval, Carnival, Carnevale...  
 Uno spettacolo per tutto Mondo... um misto de realidade e fantasia!
- Samba de Enredo: Carnaval, Carnival, Carnevale...  
 Uno spettacolo per tutto mondo... Um misto de realidade e fantasia
- Autor do Enredo: Fernando Sebastião, Marta Andrade e Leandro Martins
- Autor do Samba de Enredo: Ricardo Alves e Marta Andrade
- Autor do Carnavalesco: Fernando Sebastião, Marta Andrade e Leandro Martins

GRUPO RECREATIVO ESCOLA DE SAMBA **DÁ QUE FALAR**

- Enredo: A Fauna e a Flora Brasileira
- Samba de Enredo: A Fauna e a Flora Brasileira
- Autor do Enredo: Tatá Pires e Nâna Pirez e Glasson
- Autor do Samba de Enredo: Raoni Ventatane
- Autor do Carnavalesco: Glasson

GRUPO RECREATIVO ESCOLA DE SAMBA **UNIDOS DE VILA ZIMBRA**

- Enredo: Universo Um Olhar Sobre o Misteriosos Mundo
- Samba de Enredo: Universo Um Olhar Sobre o Misteriosos Mundo
- Autor do Enredo: Pedro Loures
- Autor do Samba de Enredo: Bruno Soares
- Arranjos Musicais: Franklin
- Autor do Carnavalesco: Pedro Loures



# aval

ar de emoções...

## GRUPO RECREATIVO ESCOLA DE SAMBA

### TREPA NO COQUEIRO

- Enredo: Quem Canta de Galo Quer Poleiro
- Samba de Enredo: Quem Canta de Galo Quer Poleiro
- Autor do Enredo: Diamantino Palmeirim
- Autor do Samba de Enredo: Ricardo Custódio; Apolónio Alves; Paulo Guerra
- Autor do Carnavalesco: Diamantino Palmeirim

## TRIPA ASSOCIAÇÃO - TRIPA CAGUEIRA

(sai em 6.º lugar no domingo e em 7.º na terça-feira)

- Tema: Em Busca do Sol Nascente
- Autor do Tema: Paulo Guerra, Apolónio Alves
- Autor da Fantasia: Helder Martelo, Paulo Alves
- Autor da Música e Letra: Apolónio Alves, Paulo Alves, Paulo Guerra, Helder Martelo

## ASSOCIAÇÃO RECREATIVA BIGODES DE RATO

(sai em 7.º lugar no domingo e em 6.º na terça-feira)

- Tema: Circo - O Mundo das Crianças
- Autor do Tema: Associação Recreativa Bigodes de Rato
- Autor do Carnavalesco: Associação Recreativa Bigodes de Rato

**dia 19** | segunda | 15h

### Cortejo de Fantasias de Palhaço

- Concentração: Parque de Estacionamento do Hotel do Mar
- Percurso: Avenida dos Naufragos, Avenida 25 de Abril, Rua Heliodoro Salgado, retorna até ao parque de estacionamento do Hotel do Mar - Sesimbra

**dia 20** | terça | 15h

### Cavalhadas

Largo das Forças Armadas - Alfarim

**dia 21** | quarta | 21.30h

### Enterro do Bacalhau

- Saída da Sociedade Recreio Sesimbrense, Rua Professor Joaquim Marques Pólvora, Largo Almirante Gago Coutinho, Rua Professor Dr. Fernandes Marques, Avenida dos Naufragos, Largo da Marinha (1.ª paragem), Rua da Fortaleza, Largo Bombalões, Largo do Município (2.ª paragem), Rua da República e Largo José António Pereira (3.ª paragem) - Sesimbra



Tudo sobre o Carnaval de Sesimbra em [www.carnavalsesimbra.com](http://www.carnavalsesimbra.com)

## BAILES DE CARNAVAL

**dias 16, 17, 18, 19 e 20** | 22h

### Jorge Espada

Sociedade Recreio Sesimbrense (Refugio)

### Grupo Sinal

Bombeiros Voluntários de Sesimbra

### Grupo 100 Limite

Sociedade Musical Sesimbrense

### Grupo Pipoca

Casa do Sport Lisboa e Benfica em Sesimbra

## CEGADAS

(Programa sujeito a alterações)

**Dia 17** | sábado

- Largo da Marinha, Sesimbra | 15h
- Restaurante Retiro do Conde, Lagoa de Albufeira | 21h

**Dia 18** | domingo

- Grupo Desportivo União de Azoia | 15h
- Restaurante Tisaura, Zambujal de Cima | 16h
- Pastelaria O Mel da Manhã, Zambujal de Baixo | 17h

**Dia 19** | segunda

- Café Carioca, Aiana de Cima | 20.30h
- Café Baratinha, Caixas | 21.30h
- Restaurante Retiro do Meco, Aldeia do Meco | 22h

**Dia 20** | terça

- Grupo Desportivo de Alfarim | 18h

\* A programação indicada está sujeita a alterações





## Associação de Cultura e Recreio União Trabalhadora Zambujalense

No salão de festas de Penim Marques, os bailes, convívios e sessões de cinema serviam de ponto de encontro entre os moradores do Zambujal. Antes do 25 de Abril, esta sala de espectáculos era o único local onde se realizavam actividades recreativas. Quando encerrou, um grupo de moradores decidiu fundar uma colectividade. Nasceu, assim, a 12 de Novembro de 1974, a Associação de Recreio União Trabalhadora Zambujalense (ACRUTZ). A ACRUTZ tem vindo a crescer e, em 1996, fez a escritura do terreno para construção da sua sede social. Um ano depois foi lançada a primeira pedra.

Reconhecida com o estatuto de Utilidade Pública desde 1998, recebeu nas comemorações do seu 25.º aniversário a Medalha de Mérito Desportivo (Grau Bronze) da Câmara Municipal de Sesimbra. Em Março de 2006 celebrou um protocolo com a Direcção Geral do Ordenamento do Território de Lisboa e Vale do Tejo para viabilizar a construção da segunda fase do

complexo desportivo. O projecto para a área cultural está em fase de apreciação e o da sede social a ser preparado.

Com mais de mil sócios e 300 atletas, a ACRUTZ tem como principal objectivo apoiar os jovens na ocupação dos tempos livres. Actualmente na área desportiva podem ser praticadas modalidades como o futebol sénior e juvenil, capoeira e cicloturismo. A colectividade tem uma escola de música, uma escola de samba – os Saltaricos do Castelo – e promove bailes. Diariamente realizam-se torneios de Sueca, de Não-te-irrites e de dominó, dinamizados pelos sócios.

ASSOCIAÇÃO DE CULTURA E RECREIO UNIÃO TRABALHADORA ZAMBUJALENSE

**Data de fundação:** 12 Novembro de 1974

**1.º presidente:** Adriel Pulquério

**Actual presidente:** José da Costa Sousa

**Morada:** Largo 25 de Abril - Zambujal

**Telefone:** 21 268 20 86

**E-mail:** geral@acruz.com

**Site:** www.acruz.com



## Um Carnaval com raízes

A frase é repetida vezes sem conta durante o Carnaval. “Ninguém leva a mal” as tropelias e partidas que nos dias de festa divertem os foliões. Em *As Escola de Samba no Carnaval de Sesimbra* (edição da Câmara Municipal de 1997), Fernanda Alves explica que “as brincadeiras que arrelham os residentes ou visitantes eram hábitos sesimbrenses”. Conta, por exemplo, que alguns pescadores encontravam de manhã às suas portas as aiolas que na véspera tinham deixado na praia”. Era também “perigoso usar vasos com plantas nas varandas”. Os foliões chegavam a decorar o muro da Capela do Espírito Santo com os vasos que furtavam...

Na zona rural do concelho, são as cegadas que marcam a tradição. Segundo o livro *Cegadas de Sesimbra*, editado pela autarquia em 1990, eram organizadas quase de forma espontânea por grupos de amigos, entre as conversas no café. “Há notícia de que nos anos 60 actuavam durante a época carnavalesca em locais

públicos, cerca de 20 grupos de cegadas”, lê-se nesta publicação. Estima-se que esta espécie de teatro de rua, a lembrar os autos medievais, existe há mais de 100 anos. Os grupos de cegantes, constituídos só por homens, revêem os acontecimentos do ano em tom satírico, fazendo crítica social e política de forma irónica e, muitas vezes, improvisada. São comédias populares, de timbre teatral, cujo enredo é mantido em segredo até ao dia em que são apresentadas publicamente.

Com o 25 de Abril a festa sai à rua e, como escreve Fernanda Alves, “alguns grupos organizam-se e formam escolas de samba”. O Carnaval adopta costumes e tradições locais e colhe heranças de todo o mundo. O Enterro do Bacalhau ou Enterro do Entrudo, uma tradição que marca o fim do Carnaval e que se realiza na Quarta-feira de Cinzas. Durante o cortejo, a viúva e a família do defunto choram a morte do “bacalhau”, transportado dentro de um caixão. Para o ano há mais.



## Sebastião Rodrigues Soromenho

Em 1595, Sebastião Rodrigues Soromenho, sesimbrense e piloto-major da carreira das Filipinas e da China, recebeu de Filipe II a missão de navegar ao longo da costa de Manila. Descobriu a baía de S. Francisco (baía Drake) e elaborou um relatório detalhado da rota seguida, das terras que viu e das gentes que contactou.

As fontes documentais disponíveis sobre este navegador são o traslado do seu testamento realizado em 1602 na cidade do México, na posse do Arquivo Municipal de Sesimbra, e a documentação oficial produzida pelas autoridades espanholas aquando do saque do galeão de Manila Santa Ana, em 1587, e da viagem da costa da Califórnia em 1595/96.

Mas são escassos os elementos biográficos sobre este navegador. Sabe-se que nasceu em Sesimbra, na Casa da Santa Misericórdia, e faleceu em 1602.

Jorge Preto Guerra, que traçou uma das primeiras análises historiográficas ao descobridor do Cabo Mendocino atribuiu ao

navegador sesimbrense o mapeamento e tomada de posse de S. Francisco. O nome Califórnia foi dado em honra da “Praia e Fonte da Califórnia” da sua terra natal.

O traslado do testamento de Sebastião Rodrigues Soromenho, encontra-se à guarda do Arquivo Municipal de Sesimbra, sendo este documento proveniente do Espólio de Rafael Monteiro.

---

### BIBLIOGRAFIA

- Costa, Euclides Goulard da – “Portugal Descobridor – relatório da exposição do Panamá de Roland e Pego. Apontamentos para um índice cronológico, de Carlos Roma Machado de Faria e Maia.
- Escrito originalmente publicado em Bazar das Letras, das Artes, suplemento do diário A Voz, série 24, n.º33, Lisboa, de 29 de Setembro de 1951.
- Piedade, Carla Delgado - Artigo “Sebastião Rodrigues Soromenho - um piloto nos navios da rota de Manila”;
- Monteiro, Rafael “Alguns mareantes desconhecidos da terra de Sesimbra e outros textos”. Col. Livros de Sesimbra. CMS. Março 2001;
- Guerra, Joaquim Preto(Rumina)“Estudos Históricos e outros escritos”. Col. Livros de Sesimbra. CMS. Setembro 2006;

---

**Para mais informações consulte o Arquivo Municipal. Contactos disponíveis na página 32.**

---



## O Forte de São Domingos da Baralha

O Forte de São Domingos da Baralha é uma pequena fortificação do Século XVII, construída entre os reinados de D. Afonso VI e D. Pedro II, que se implanta nas falésias da Chã dos Navegantes, ou Baía da Baleeira, entre o Cabo Espichel e a Ponta do Cavallo. A sua função era garantir a defesa da linha costeira, estando já em 1707 devidamente provido de artilharia e de guarnição militar.

Apesar de se encontrar em estado de ruína, em consequência do seu abandono após as guerras liberais, não deixa de apresentar a imponência do pano de muralha e da cisterna integrada na plataforma do edifício. Percorrendo as estruturas e diversos compartimentos do Forte, é possível perceber as suas funcionalidades e, em simultâneo, desfrutar de excelentes planos sobre a paisagem envolvente. A pedra de armas que encimava a porta deste Forte, assim como a que pertence ao de São Pedro, na Praia da Foz, fazem parte do espólio de reserva do Museu Municipal de Sesimbra.

Na proximidade do Forte de São Domingos da Baralha encontram-se as ruínas de uma antiga Capela de invocação ao Senhor Jesus dos Navegantes, construída no reinado de D. Pedro II e destruída por um incêndio, em 1803. Conta a tradição que a este lugar acorriam os mareantes de Sesimbra antes de partirem para as grandes viagens. Destaca-se também o *Horst* do Forte da Baralha, que se compõe por um bloco de rochas dolomíticas mais antigas, soerguido entre falhas geológicas paralelas, que se encontra rodeado por calcários mais recentes. Abaixo do Forte podem observar-se os contornos da Rechã dos Navegantes, semelhante a um grande degrau recortado nas arribas, assim como a formação modelada pela erosão marinha denominada Campo de Lapiás.

22  
—  
23

---

Para mais informações consulte o Sector de Cultura e Museus da Câmara Municipal.  
Contactos disponíveis na página 32.

---



# a memória das imagens



## A Estrada Romana

**António Reis Marques**

Embora se trate de uma estrada medieval a verdade é que através dos tempos, enraizou-se de tal maneira a popular designação de estrada romana que, apesar de errada, ainda hoje é assim que a nomeiam.

Fazendo parte do sistema viário que circundava o Castelo, em tempos medievos a estrada, cujo troço principal começava junto às “Portas da Azóia”, tinha um traçado que desapareceu com a construção daquela que hoje conhecemos e dá entrada naquele documento, através do espaço aberto na respectiva muralha.

Este troço vinha ligar-se, junto ao Cruzeiro, com três ramificações: uma no sentido do nascente, que levava ao “outeiro redondo”

onde se situava a forca em que se executavam os justicados; outra que seguia para o lado do sul em direcção à povoação da Ribeira, pelo caminho sobre o qual se construiu, mais tarde, a “estrada real” que ligava Sesimbra a Santana passando pelo sítio da “Alfarrobeira”; e por último a que, no sentido do poente, ia até à “Fonte Esquerda”, derivando daqui um ramal para norte que conduzia ao Zambujal, e outro para sul que, passando por Palames e circundando o monte do Castelo, tinha uma bifurcação perto do “Alto de S. João” cujo troço chegava à vila pelo seu lado poente, ou seja junto ao actual largo Almirante Gago Coutinho, onde então corria a céu aberto o ribeiro da Fonte Nova.



A partir das “Portas do Sol” um outro caminho, algo mais estreito devido ao acidentado do terreno, vinha também até ao Cruzeiro onde entroncava nas vias principais, que ali se juntavam.

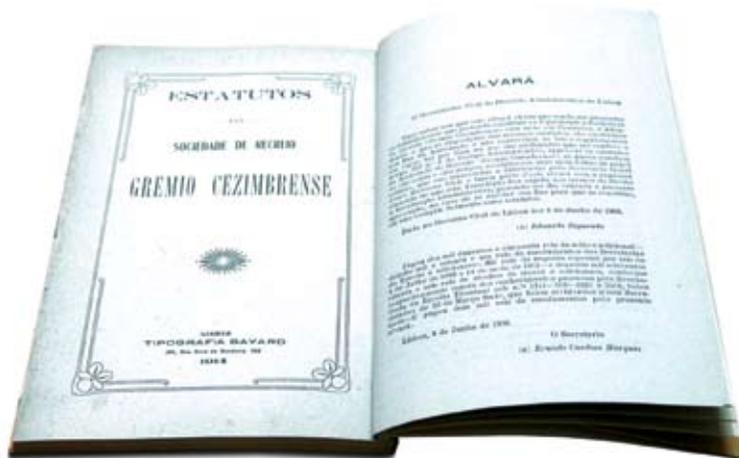
O facto, louvável, da Junta de Freguesia do Castelo ter há pouco refeito o traçado deste caminho, com pedra da região, despertou-nos a esperança de ainda podermos ver, como tantas vezes preconizámos, a recuperação e conservação de alguns troços da velha estrada e seus muros de suporte, principalmente perto de Palames onde ainda se encontram restos do primitivo pavimento lageado, da bem delineada estrada medieval de Sesimbra, que afinal constitui um valioso e singular elemento do nosso património.

Em meados do século passado esta parte da estrada era ainda de grande utilização pelos habitantes da freguesia

rural, que por ela acediam à vila onde vinham, com os seus burros carregados, vender os produtos da sua actividade agrícola.

Curiosamente era também a mais conhecida dos sesimbrenses, dado que, e pela mesma época, ainda fazia parte dos seus passeios irem a pé, pelo Alto de S. João, até ao lugar das “Cataratas”, que recebeu esse nome pelo facto da água, do então caudaloso ribeiro de Palames, ali cair em ruidosa cachoeira sobre o bonito vale do mesmo nome.

Embora sejam hoje muito raras, as pessoas que fazem passeios pedonais por aquelas paragens, e também já lá não se verem as quedas de água com o volume e a beleza desse tempo, o local continua porém a ser um dos muitos pontos altos que, ao redor da vila, nos oferece admiráveis panorâmicas.



## O Clube Sesimbrense: contributos para a sua história

Com a leitura desta obra é possível conhecer a vida e história da mais antiga sociedade de cultura e recreio do concelho de Sesimbra, os factos e as figuras que, ao longo do último século e meio, marcaram a existência da colectividade "Clube Sesimbrense". Com esta edição a Câmara Municipal de Sesimbra associou-se às Comemorações do 150.º Aniversário do popular "Grémio", prestando-lhe assim uma homenagem.



### FICHA TÉCNICA

**Autor:** Marques, António Reis

**Editor:** Câmara Municipal de Sesimbra

**Data de Edição:** Dezembro de 2003

**Preço:** 6 euros

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



## A Gruta do Frade

Localizada na Serra dos Pinheirinhos, em plena Cadeia da Arrábida, concelho de Sesimbra, a Gruta do Frade foi descoberta em Junho de 1999, tornando-se o principal motivo da existência do PISF – Projecto de Investigação do Sistema do Frade, coordenado pelo Núcleo de Espeleologia da Costa Azul.

Na fase actual dos levantamentos efectuados, a Gruta do Frade apresenta-se provavelmente como uma das mais belas da Península Ibérica, conforme se pode atestar pela grande variedade de espeleofórmicas aliada às mais variadas combinações entre estas, ao longo de um percurso que ronda os 340 metros de comprimento linear, efectuado horizontalmente à cota do nível médio das águas do mar.

As diversas salas descobertas foram em grande medida baptizadas com o nome das formações que melhor as caracterizam (ex.: Sala da Bandeira, Sala dos Gours, Sala das Tubulares, Sala do Manto Branco, etc...).

Na fase final dos trabalhos do PISF, os espeleólogos encontram pela primeira vez na cavidade espécies de fauna cavernícola, identificadas por alguns especialistas como pertencentes às classes dos aracnídeos (entre os quais pseudo-escorpiões), insectos, diplura e outros, não sendo de excluir a hipótese da ocorrência de espécies endémicas da própria cavidade.

No entanto, a grande fragilidade da gruta do Frade reside precisamente no facto de se inserir num sistema cársico, infelizmente sujeito às acções nefastas dos vários tipos de poluição, e por encerrar em si uma enorme quantidade de delicadas espeleofórmicas, o que faz com que esta cavidade seja considerada muito vulnerável.

O resultado de vários anos de trabalho permitiram desta forma identificar a excepcional importância da Gruta do Frade e reconhecer mais um valor patrimonial do concelho de Sesimbra.

## um passeio...



### ... Sesimbra Romântica

A 14 de Fevereiro comemora-se o Dia de S. Valentim, pelo que se sugere um passeio romântico intemporal em Sesimbra.

Propomos-lhe que inicie este percurso na Aldeia do Meco em direcção aos Fetais. Siga ao longo da costa onde se abre um novo ambiente diante dos sentidos, com românticos espaços verdes a decorarem a paisagem, intercalados por várias praias, que são excelentes miradouros, como é o caso da Praia das Bicas (1) e da Praia da Foz. Aqui aproveite para observar a excelente panorâmica, a tranquilidade e o silêncio interrompido pelo barulho do mar e do vento, as arribas de tons ocre e quentes a emoldurar a costa (2). Ao alto, e com uma vista privilegiada, observa-se um imenso espaço verde onde abundam pinheiros-mansos e zimbros-costeiros (3). Em baixo, um areal banhado pelo mar azul. Em dias limpos e claros, podemos ver a costa norte que se estende até à Lagoa de Albufeira, assim com a Região de Lisboa e a Serra de Sintra (4).

As arribas têm sido esculpidas por agentes erosivos como a chuva e o vento, originando formas notáveis, visíveis nas diversas ravinas. Estes locais são também um repositório de memórias com milhões de anos, como atesta o seu património fóssil.

Prossiga para sul em direcção ao Cabo Espichel (5). Aqui, desfrute da beleza ímpar que o local oferece: o imponente Santuário datado séc. XVIII e a enorme falésia que se entende até ao mar. Mais adiante, avista-se o Farol do Cabo Espichel (6), datado de 1790. Sugerimos, depois, que regresse de novo à Aldeia do Meco para um jantar a dois num dos vários restaurantes da zona.

---

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

---



# os sabores da nossa terra



## Linguado Recheado

O restaurante Dom Ricardo, de Odílio Ezequiel, um dos empresários de restauração mais antigos na zona de Alfirim, Meco, orgulha-se de confeccionar os mais prestigiados e variados pratos à base de peixe fresco. As especialidades da casa são as cataplanas, caldeiradas e massa de peixe. O linguado recheado e o espadarte à Dom Ricardo têm também especial destaque na ementa. Localizado na Estrada Nacional 377, oferece boas acessibilidades e estacionamento.

**Ingredientes:** 1 Linguado fresco; 100 g de camarão; 50 g de amêijoas; azeite, óleo, margarina e sal (q.b.); 1 molho de coentros (pequeno) e *ketchup*.

**Confeção:** Amanhe o linguado e frite-o aberto. Confeccione o recheio pondo ao lume uma frigideira com o óleo, o azeite, a margarina e o *ketchup*. Junte o camarão e a amêijoia e deixe cozinhar. Com este preparado recheie o linguado. Salpique com coentros e sirva com batata frita, arroz branco e salada.



28  
—  
29

---

### RESTAURANTE DOM RICARDO

**Morada:** Est. Nacional 377 - Alfirim - 2970-095 Sesimbra

**Telefone:** 21 268 47 35 / 93 695 09 93

**Modo de pagamento:** multibanco, visa e mastercard

**Dia de folga:** quinta-feira

---



## ... a praticar parapente

Pensa-se que o primeiro equipamento semelhante ao Parapente tenha sido inventado em 1965, pelo canadiano Domina Jalbert. Em 1978 três franceses decidem criar um pára-quadras com 7 células e, em 1984, surge o Dragonfly, com 9 células. Os registos dos primeiros voos em Portugal são de 1987 e, em 1995, foi criada a Federação Portuguesa de Voo Livre.

O parapente é semelhante a um pára-quadras, mas a asa é composta por células, que aproveitam o movimento gerado pela asa em contacto com o ar que circula entre o extradorso (parte superior) e o intradorso (parte inferior) A descolagem pode ser feita a partir de encostas de montes, rampas ou dunas das praias, como acontece na Praia do Moinho de Baixo, na Aldeia do Meco.

Em Portugal existem muitos clubes, associações e escolas, que organizam competições, promovem o convívio entre prati-

cantes e dão formação em parapente. Na nossa região, a Serra da Arrábida, o monte nascente da vila de Sesimbra (Argéis) ou as dunas da praia do Meco e da praia das Bicas, são as zonas preferidas dos adeptos do parapente.

Embora pareça fácil, este é um desporto exigente e há que cumprir todas as regras de segurança. O candidato a praticante deve obter conhecimentos e formação adequada, através de clubes devidamente credenciados. No concelho, formou-se recentemente a Asas do Sul – Associação de Pilotos de Voo Livre de Sesimbra, onde é possível obter todas as informações sobre esta modalidade.

---

### ONDE PODE APRENDER A FAZER PARAPENTE:

Asas do Sul - Associação de Pilotos de Voo Livre de Sesimbra

**Morada:** Biblioteca do Zambujal, EN 379, 2970 Zambujal, Sesimbra

**Tel.:** 96 847 24 94

**E-mail:** [asasdosul@gmail.com](mailto:asasdosul@gmail.com)

---

---

## um livro

### A cidadela branca

**ORHAN PAMUK**

Neste romance do escritor turco, o leitor acompanha as peripécias de um jovem que, depois de estudar ciências e arte em Florença e Veneza, é feito prisioneiro durante uma viagem de barco rumo a Nápoles. Levado para Istambul e preso, tenta salvar a pele dizendo que é médico. Fica próximo dos aposentos do Paxá e do Sultão e é aqui que vai conhecer um homem incrivelmente parecido com ele. Uma história assombiante e intrigante que faz lembrar o poder encantador de Sherazade. Orhan Pamuk recebeu em 2006 o Prémio Nobel da Literatura.

Disponível para leitura na Biblioteca Municipal.



---

## um filme

### Vigaristas de Bairro

**WOODY ALLEN**

Woody Allen escreveu, dirigiu e interpretou esta comédia passada em Nova Iorque sobre as aventuras ilegais de um ex-presidiário (Woody Allen) e da sua esposa (Tracey Ullman), uma manicura que sonha enriquecer a qualquer custo. Após muitas tentativas falhadas desenvolvem um plano para assaltar um banco que os deixa a nadar em dinheiro. Em conjunto com outros vigaristas do bairro alugam uma casa ao lado do banco, montando um pequeno negócio para não dar nas vistas, enquanto vão cavando um túnel para chegar ao cofre-forte.

O plano sai furado, mas o negócio paralelo das bolachas transforma-os nos reis da indústria alimentar de Nova Iorque.



---

## um disco

### Yoganidrá Descontração Profunda

**MARCO PERALTA**

Gravado, produzido e masterizado no estúdio SoundSnack em Sesimbra, Yoganidrá – Descontração Profunda, de Marco Peralta, contém exercícios simples de relaxamento que podem ser praticados por qualquer pessoa. O objectivo é atingir “uma completa e profunda descontração física, mental e emocional”. Marco Peralta é professor de yoga, tendo feito formação em Portugal, Brasil, Inglaterra, Grécia e Índia. Ministra aulas práticas desde 1998. Para adquirir o CD ou obter mais informações consulte [www.yogae-liberdade.blogspot.com](http://www.yogae-liberdade.blogspot.com).



---

## um website

### www.carnavalsesimbra.com

**CARNAVAL DE SESIMBRA**

No site oficial do Carnaval de Sesimbra pode ficar a conhecer os detalhes do programa, a história das escolas e grupos de samba e os temas que, este ano, merecem destaque nos festejos carnavalescos. Os foliões trajam a rigor para festejar o Carnaval, dançando ao som de enredos originais, ou vendo desfilar o maior cortejo de palhaços. As tradições populares das cegadas e cavalhadas também marcam presença numa época de folia que pode ficar a conhecer melhor através deste site.



# contactos

## EQUIPAMENTOS E SERVIÇOS MUNICIPAIS

### **Câmara Municipal de Sesimbra (Geral)**

Rua da República, 3 – 2970-741 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 00

E-mail: gjrp@mun-sesimbra.pt

Site: www.mun-sesimbra.pt

**Horário de atendimento**  
Das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Linha Verde**

800 22 88 50

### **Assembleia Municipal de Sesimbra**

Rua Almirante Sande de Vasconcelos, n.º 2  
2970-710 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 51

**Horário de atendimento**  
Das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Gabinete Municipal da Quinta do Conde**

Edifício do Mercado Municipal  
Rua Manuel de Arriaga – 2975-329 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 94 70

**Horário de atendimento**  
Das 9 às 12 e das 14 às 16.30h

### **Posto de Turismo**

Largo da Marinha, 26/27 – 2970-657 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 40

E-mail: decl\_dtc\_st@mun-sesimbra.pt

**Horário de atendimento**  
INVERNO  
De 1/10 a 31/5, das 9 às 12.30h  
e das 14 às 17.30h (todos os dias)  
VERÃO  
De 1/6 a 30/9, das 9 às 20h (todos os dias)

### **Sector de Cultura e Museus**

Avenida da Liberdade, n.º 55 - 1.º Dt.º  
2970-635 Sesimbra

Tel.: 21 228 82 06

E-mail: decl\_dtc\_scm@mun-sesimbra.pt

**Horário de atendimento**  
Das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Núcleo do Museu do Mar**

Largo Luis de Camões – 2970-668 Sesimbra  
Tel.: 21 228 82 36

E-mail: decl\_dtc\_scm@mun-sesimbra.pt

**Horário de funcionamento**  
Das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Núcleo de Arqueologia**

Castelo de Sesimbra – 2970 Sesimbra  
Tel.: 21 268 07 46

E-mail: cdrm@mun-sesimbra.pt

**Horário de funcionamento**  
De Junho a Setembro, das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h (todos os dias)  
Restantes meses, das 9.30 às 13h e das 14.30 às 17.30h

### **Centro de Documentação Rafael Monteiro**

Castelo de Sesimbra – 2970 Sesimbra  
Tel.: 21 268 07 46

E-mail: cdrm@mun-sesimbra.pt

**Horário de funcionamento**  
Das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h  
(todos os dias)

### **Capela do Espírito Santo dos Mareantes**

Rua Cândido dos Reis, 17 – 2970-724 Sesimbra  
Tel.: 21 223 11 34

**Horário de funcionamento**  
De quarta a domingo, das 10 às 12.30 e das 14 às 17.30h  
Terça, das 14 às 17.30h  
Encerra às segundas e terças de manhã

### **Biblioteca Municipal de Sesimbra**

Avenida da Liberdade, 46 – 2970-635 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 88

E-mail: decl\_dbm@mun-sesimbra.pt

**Horário de funcionamento**  
De terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
Sábado, das 10 às 18h

### **Pólo de Leitura da Quinta do Conde**

Rotunda da Cova dos Vidros – 2975-333 Quinta do Conde  
Tel.: 21 210 10 22

**Horário de atendimento**  
De terça a sexta, das 9.30 às 12.30 e das 14 às 17.30h  
Encerra segunda de manhã  
Horário da tarde, das 14 às 17.30h

### **Arquivo Municipal de Sesimbra**

Estrada Nacional 378, Edifício Casa do Mar, 1.º  
2970-643 Sesimbra

Tel.: 21 228 86 71

E-mail: daf\_damgd@mun-sesimbra.pt

**Horário de funcionamento**  
Das 9.30 às 12 e das 14.30 às 17h

### **Gabinete Jovem (Sesimbra)**

Avenida dos Náufragos, Edifício Varanda, 17C  
2970-637 Sesimbra

Tel.: 21 228 86 01

E-mail: gjovem@mun-sesimbra.pt

**Horário de atendimento**  
Das 9 às 12.30 e das 14 às 16.30h

**Espaço Jovem (Quinta do Conde)**

Mercado Municipal - loja 22

Tel.: 21 210 95 00

**Horário de atendimento**

Das 9.30 às 12.30h e das 14 às 17.30h

Encerra aos sábados, domingos e segundas de manhã

Segundas, das 14 às 17.30h

**Centro de Recursos Educativos**

Avenida João Paulo II, Edifício Mar e Serra,

Bloco C, r/c Esq.ª, Santana – 2970-649 Sesimbra

Tel.: 21 268 15 91

E-mail: cre@sesimbra-edu.net

**Horário de atendimento**

Das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

**Parque de Campismo Municipal**

**Forte do Cavallo**

Tel.: 21 228 85 08

**Pavilhão Desportivo Municipal de Sampaio**

Tel.: 21 268 64 08

**Pavilhão Desportivo Municipal da Quinta do Conde**

Tel.: 93 953 44 33

**JUNTAS DE FREGUESIA**

**Junta de Freguesia do Castelo**

Avenida Padre António Pereira de Almeida,

Lote 6, r/c, Santana – 2970-590 Sesimbra

Tel.: 21 268 92 10

Site: www.jf-castelo.pt

**Junta de Freguesia do Castelo (Biblioteca do Zambujal)**

Zambujal

Tel.: 21 268 19 14

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

Rotunda da Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

**Junta de Freguesia de Santiago**

Rua Capitão Leitão, n.º 4

2970-725 Sesimbra

Tel.: 21 228 84 10/3

**EMERGÊNCIA**

**Bombeiros Voluntários de Sesimbra**

PIQUETE DE SESIMBRA – Tel.: 21 228 84 50

PIQUETE DA QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 210 61 74

**Cruz Vermelha Portuguesa**

QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 210 02 12

**GNR**

SESIMBRA – Tel.: 21 228 95 10

ALFARIM – Tel.: 21 268 88 10

QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 210 07 18

**Polícia Marítima**

Tel.: 21 228 07 78

**Delegação Marítima**

Tel.: 21 223 30 48

**Centros de Saúde de Sesimbra**

SESIMBRA – Tel.: 21 228 96 00

SANTANA – Tel.: 21 268 92 80

QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 210 24 21

**Farmácias**

SESIMBRA (LOPES) – Tel.: 21 223 30 28

SESIMBRA (LEÃO) – Tel.: 21 228 80 78

SANTANA (BEARITA) – Tel.: 21 268 83 70

COTOVIA – Tel.: 21 268 16 85

ALFARIM – Tel.: 21 268 85 47

QUINTA DO CONDE (RODRIGUES PATA) – Tel.: 21 210 80 50

QUINTA DO CONDE (BIO-LATINA) – Tel.: 21 210 91 13

QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 211 37 28/9

**Linha SOS Criança**

Telefone: 800 202 651 (grátis)

**Comissão de Protecção de Crianças e Jovens do Concelho de Sesimbra (CPCJ)**

Tel.: 21 268 73 45

**Protecção Civil (CMS)**

Tel.: 21 228 05 21

**Piquete de Águas (CMS)**

SESIMBRA – Tel.: 21 223 23 21

QUINTA DO CONDE – Tel.: 21 210 95 06

**EDP (avarias)**

Tel.: 800 50 65 06

**PT (avarias)**

Tel.: 16200



# a minha agenda de fevereiro

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

utilidades

# Sesimbra é um postal!

Nesta rubrica mostramos a beleza de Sesimbra através do olhar e da criatividade de pessoas que gostam desta terra.

Assim, a Câmara Municipal de Sesimbra (CMS) convida-o a enviar propostas de imagem para o postal que é distribuído nesta Agenda.

Mensalmente em cada edição será publicada uma proposta previamente seleccionada pelo Gabinete de Informação e Relações Públicas da CMS.

O tema dos trabalhos deverá reflectir a valorização e a divulgação do conceito de Sesimbra numa das seguintes vertentes:

- Turismo
- Património histórico
- Património natural
- Actividades tradicionais
- Actividades culturais, desportivas e/ou de lazer

São admitidos trabalhos de:

- Fotografia (preto e branco ou cores);
- Fotografia digital;
- Pintura;
- Ilustração;
- Ilustração digital.

Os trabalhos em digital deverão ser entregues em suporte informático, com as medidas 201x127mm, a 300 dpi, gravados em formato *.tif* ou *.jpg*.

Os trabalhos em suporte de papel

deverão ser entregues no formato máximo A4 e formato mínimo 201x127mm (excepto slides) e serão digitalizados pelo GIRP/CMS.

O GIRP/CMS poderá efectuar reenquadramentos para ajustar o trabalho ao formato do postal (195x124mm ao baixo ou ao alto).

Os trabalhos deverão ser enviados para:

**Agenda Sesimbr'Acontece  
GIRP/Câmara Municipal de Sesimbra  
Avenida da Liberdade, n.º 7  
2970-635 Sesimbra**

e terão de incluir obrigatoriamente as seguintes informações:

- Nome, idade, morada completa, telefone (e/ou email) do(s) autor(es);
- Legenda/título da imagem;
- Técnica usada no trabalho (fotografia, pintura, ilustração, etc...)
- Declaração assinada pelo(s) autor(es) autorizando a Câmara Municipal de Sesimbra a reproduzir o seu trabalho para os fins que julgar necessários.

A selecção dos trabalhos baseia-se nos seguintes critérios:

- respeitar o tema;
- originalidade e criatividade;
- garantia de qualidade de reprodução.

Aos autores dos trabalhos seleccionados, ser-lhes-à atribuída uma oferta de interesse cultural e de valor simbólico (por edição) e um certificado de participação.



Se desejar receber a **Sesimbr'Acontece** por correio em sua casa,  
sem custos, solicite-o por escrito (indicando o seu nome e morada),  
ao **Gabinete de Informação e Relações Públicas (GIRP)**  
da **Câmara Municipal de Sesimbra**:

Avenida da Liberdade, n.º 7 – 2970-635 Sesimbra

Fax: 21 228 86 87 | Email: [sesimbracontece@mun-sesimbra.pt](mailto:sesimbracontece@mun-sesimbra.pt)

ou pelo telefone  
**21 228 85 90**



**Sesimbra**  
câmara municipal