

# sesimbr'acontece

AGENDA DE ACONTECIMENTOS DO CONCELHO DE SESIMBRA

MAIO'07

distribuição gratuita



Dia do Pescador

Festa do Senhor das Chagas

Mostra de Teatro Escolar

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 (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** fotografia cedida por Miguel Ribeiro

**Colaboraram nesta edição** António Reis Marques e Liliana Granja (redacção)

**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** 10000 exemplares

**ISBN:** 972-9150-59-1

**DISTRIBUIÇÃO GRATUITA**



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 10 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** Dia Internacional dos Museus

**5** Quinzena do Peixe-espada Preto

### VAI ACONTECER

**6** música

**8** cinema, teatro e dança

**12** conferências, ateliês e cursos

**16** feiras e exposições

**19** animação infantil

**22** desporto, movimento e ar livre

**24** outros eventos

### PARA CONHECER

**24** a memória das imagens

**26** livraria municipal

**27** museu municipal

**29** alimentação e saúde

### SUGERIMOS

**30** os sabores da nossa terra

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

### UTILIDADES

**32** contactos

**34** a minha agenda de Maio

**35** Sesimbra é um postal!

## Teatro Escolar


As aulas de expressão dramática têm vários benefícios para o processo de desenvolvimento da criança. Trabalham a coordenação motora, aumentam a concentração, exercitam a memória, incentivam a interação com o outro, despertam o gosto pela leitura e estimulam o sentido estético. É por isso que muitos países europeus incluem esta disciplina nos currículos obrigatórios desde os primeiros anos do ensino. Em Portugal, apesar da importância reconhecida, a expressão dramática continua a ser uma actividade extra-curricular, e em muitas escolas acaba por ficar esquecida.

A Mostra de Teatro Escolar de Sesimbra surgiu em 2004 para contrariar esta tendência e, logo no primeiro ano, contribuiu para o aparecimento de alguns grupos de teatro nas escolas que, no final do período lectivo, se apresentaram num espectáculo, na Sociedade Musical Sesimbrense. O resultado positivo fez com que a iniciativa se repetisse em 2006, desta vez, no Anfiteatro da Boa Água, na Quinta do Conde.

Este ano, a Mostra surge com duas novidades: a primeira é o envolvimento do Espaço das Aguncheiras, através de uma parceria com a Câmara Municipal. A cooperativa artística liderada pela actriz e encenadora São José Lapa deu formação aos professores e está a acompanhar os ensaios dos vários grupos; a segunda é a apresentação das peças no Cineteatro Municipal, o que permitirá que muitos dos participantes subam, pela primeira vez, ao palco de uma sala de espectáculos. Os pequenos actores têm demonstrado grande empenho na preparação das peças, a que não são alheios estes dois factores. Esperamos que este impulso da autarquia desperte nas crianças o gosto pela representação e que o espectáculo de dia 27 possa ser o primeiro passo para a criação de um grupo de teatro amador no concelho de Sesimbra.

  
Felícia Costa

Vereadora do Pelouro da Cultura



## Dia Internacional dos Museus Ao serviço da comunidade

A 29.<sup>a</sup> edição do Dia Internacional dos Museus celebra-se no dia 18 de Maio. Sesimbra associa-se às comemorações, que assinalam o esforço dos Museus na preservação e divulgação das colecções e patrimónios. Nesta data são promovidas, em 145 países de todo o mundo, várias actividades que reforçam a presença dos museus na sociedade contemporânea, bem como o sentimento de partilha e esforço comum na defesa do património universal. Uma das principais funções da comunidade museológica internacional passa pela responsabilidade de preservar o património cultural mundial, em função das necessidades das populações locais. No caso de Sesimbra, o Museu Municipal tem, ao longo da sua história, evoluído nesse sentido. Inaugurado a 28 de Maio de 1960, teve como núcleo central do seu espólio artefactos arqueológicos provenientes de vários locais do concelho. A estas peças, até então expostas no Castelo, juntaram-se outras, encontradas nos anos trinta e quarenta, durante o restauro do monumento. Deste acervo nasceu o Museu Arqueológico Municipal de Sesimbra, na altura situado numa sala daquele imóvel, longe da população, sem horário definido e em precárias condições de segurança. Em 1982, a título provisório, deslocou-se do Castelo para o antigo edifício das finanças, e após uma exposição temporária, que teve a pesca como tema central, foi-lhe doada uma grande quantidade de peças. Assim nasceu, em 1983, o Museu do Mar que mais tarde, em 1987, se deslocaria juntamente com a colecção de arqueologia para o antigo ciclo preparatório. Em Outubro de 2006 o Museu Arqueológico voltou ao Castelo, desta feita para um espaço com as condições necessárias ao seu bom funcionamento. Nos últimos 50 anos, o Museu Municipal tem contribuído para a formação e enriquecimento cultural de quem visita o concelho, sendo ponto obrigatório de passagem tanto para escolas como para os turistas. Actualmente é constituído por três núcleos: Museu do Mar, Núcleo Arqueológico e Núcleo da Capela do Espírito Santo dos Mareantes.





## Peixe-espada Preto em Sesimbra

Em Sesimbra, o Peixe-Espada Preto ainda é capturado de forma artesanal, utilizando a técnica do palangre de grandes profundidades, cerca de 1500 metros, o que torna esta pesca altamente selectiva. É utilizada uma caçada em corda e "pita" (fio de nylon) com anzóis e isco (sardinha ou cavala). Para ser levado para o fundo são necessárias várias pedras com muito peso. A "arte" está identificada à superfície com bandeiras, que podem ter iluminação e bóias. Abril, Maio, Junho, Outubro e Novembro são os meses onde normalmente se registam maiores capturas.

Nos últimos anos, o Peixe-Espada Preto tomou o lugar do Branco em muitos pratos, devido à diminuição da captura desta espécie. A sua frescura, aliada à carne macia e ao sabor agradável, fazem com que seja

dos mais procurados em Sesimbra. Para além da importância social e económica que representa, tornou a cozinha local mais rica e diversificada.

Para promover e divulgar as especialidades gastronómicas que utilizam este peixe foi criada, no ano passado, *A Semana do Peixe-espada Preto*. O sucesso da primeira iniciativa foi tal que este ano o evento vai prolongar-se por mais uma semana. Para além do tradicional Peixe-Espada com Ervilhas e dos habituais filetes, o festival trouxe à mesa novidades, como o Mil Folhas de Lombos de Espada-Preto ou os Rolinhos de Peixe-Espada. Em 2007, durante a *Quinzena do Peixe-Espada Preto*, entre 26 de Maio e 10 de Junho, estes e outros pratos voltarão a estar em destaque nas ementas dos restaurantes aderentes.



Encontro – Luís Represas e João Gil



La Serena – Teresa Salgueiro e Lusitânia Ensemble

**dia 5 | sábado**

CONCERTO

### **Encontro, Luis Represas & João Gil**

João Gil e Luís Represas voltam a encontrar-se, 13 anos depois do fim dos Trovante, para um espectáculo onde recuperam alguns dos temas mais marcantes da música portuguesa

- Crianças até aos 12 anos: 7,5 euros
- Jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 10 euros
- Seniores (maiores de 65 anos): 10 euros
- Bilhete normal: 15 euros
- Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
22h

**dia 6 | domingo**

ANIVERSÁRIO DA RÁDIO SESIMBRA  
FM E DO JORNAL DE SESIMBRA

### **Espectáculo de Música**

**Portuguesa,**

**Ménito Ramos, Ana Rita, Akácio,**

**Eduardo Santana e banda da Sociedade**

**Musical Sesimbrense, entre outros**

- Bilhete: 2 euros

**Salão de Festas Coronel Joaquim Pinto  
Braz, Grupo Desportivo de Sesimbra**  
15h

Org.: Jornal de Sesimbra e Sesimbra FM

**dia 12 | sábado**

### **La Serena, Teresa Salgueiro & Lusitânia Ensemble**

A voz dos Madredeus junta-se ao agrupamento Lusitânia Ensemble, para criar o espectáculo *La Serena*

- Crianças até aos 12 anos: 7,5 euros
- Jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 10 euros
- Seniores (maiores de 65 anos): 10 euros
- Bilhete normal: 15 euros
- Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
22h

**dia 18 | sexta**

CONCERTOS NA CAPELA

### **Duo de Violino**

**e Violoncelo,**

**Alexêi Tolpygo (violino)**

**e Guenrikk Elessine (violoncelo)**

**interpretam obras de Maurice**

**Ravel e Zoltán Kodály**

No âmbito das comemorações do Dia Internacional dos Museus, a iniciativa visa promover a proximidade entre o museu e a comunidade através da música

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

22h





Sesimbra ao Encontro dos Sons

dia 26 | sábado

CONCERTO

**Sesimbra ao Encontro dos Sons, Grupo Coral de Sesimbra, Quartinete - quarteto de clarinetes, Banda da Sociedade Musical Sesimbrense, Diogo Sargedas e a participação especial do Grupo de Metais do Seixal**

Vários agentes culturais do concelho foram convidados a produzir um espectáculo que dê visibilidade ao trabalho que desenvolvem, e que se repitirá todos os anos, em Maio.

• Entrada gratuita (os ingressos devem ser levantados nos dias 25 e 26 de Maio na bilheteira)

• Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
22h

às quintas

MÚSICA AO VIVO

**Café com Leite (dia 3)**

**Dreno (dia 10)**

**Wanted (dia 17)**

**Lander (dia 24)**

**Dany Pascoal (dia 31)**

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

22h

Org.: Bar Onda Selvagem



# 31 de Maio Dia do Pescador

de 26 de Maio  
a 10 de Junho

GASTRONOMIA

**Quinzena**

**do Peixe-espada Preto**

Durante 15 dias os restaurantes do concelho vão confeccionar pratos com Peixe-espada Preto. A captura deste peixe mobiliza, desde há muito, uma parte substancial da frota de pesca de Sesimbra.

Nos estabelecimentos  
de restauração aderentes

dia 28 | segunda

VISITAS

**Ao Encontro**

**das Gentes do Mar**

Visitas às lojas de companhia, ao centro histórico e ao Museu do Mar.

No âmbito da divulgação do património histórico, etnográfico e cultural do concelho, a iniciativa tem por objectivo promover um envolvimento entre o visitante e a comunidade local às 10 e às 14h

dia 29 | terça

VISITAS

**Hoje Vamos à Doca**

Visita à Docapesca e a uma embarcação.

A iniciativa tem por objectivo ilustrar as actividades associadas à pesca e à compra e venda de peixe, divulgando a sua importância na história e na vida do concelho  
**Docapesca**  
e Porto de Sesimbra  
14.30h

dias 30 e 31

ANIMAÇÃO  
PEDAGÓGICA

**A Pesca em Sesimbra**

No âmbito das comemorações do Dia do Pescador, a iniciativa tem por objectivo ilustrar, de forma lúdica e pedagógica, as actividades ligadas à faina marítima

• Informações: 21 228 86 02

**Museu do Mar, Sesimbra**

Várias sessões, entre as 9.30 e as 17h

dia 31 | quinta  
INAUGURAÇÃO DE  
EXPOSIÇÃO

**Sesimbra, Um Passado Recente - A Pesca do Peixe-espada Branco**

TRADIÇÃO

**Demonstração de Arte Xávega**  
**Praia da Califórnia**  
17h

HOMENAGEM  
AO PESCADOR

**Coloção de Coroa de Flores no Monumento ao Pescador**

**Largo de Bombaldes, Sesimbra**  
17.30h

ANIMAÇÃO  
MUSICAL

**Actuação do Grupo Musical Nova Galé**  
**Largo de Bombaldes, Sesimbra**  
17.45h

TRADIÇÃO  
**Recolha das Redes - Arte Xávega**  
**Praia da Califórnia**  
18.30h

CONVERSAS  
**Histórias da Pesca do Bacalhau**  
**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**  
21.30h



# cinema, teatro e dança



*Submersão do Meu Ser*



*As Obras Completas de William Shakespeare em 97 Minutos*

**dia 2 | quarta**

APRESENTAÇÃO DE DVD

## **Xávega no Meco, de António Proença**

Uma homenagem aos homens e às mulheres, que não sendo pescadores profissionais, dividem esta actividade com a pastorícia e a agricultura. Esta arte pode estar condenada à extinção, pois são cada vez menos as pessoas que a ela se dedicam. Uma iniciativa inserida nas comemorações do aniversário da rádio Sesimbra FM e do Jornal de Sesimbra

**Espaço Zambujal – Biblioteca & Cultura**  
**18.30h**

Org.: Junta de Freguesia do Castelo, Sesimbra FM e Jornal de Sesimbra

**dias 5 e 12**

VISÕES E RETROSPECTIVAS

## **Ladrão de Bicicletas,**

**de Vittorio de Sica (5 | sábado) M/6 anos**

## **Casablanca, de Michael Curtiz**

**(12 | sábado) M/12 anos**

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**  
**15h**

### **\*BILHETEIRA DE CINEMA**

(consulte o horário na página 32)

- Bilhete normal: 3,5 euros;
- Bilhete p/ jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 2,5 euros;
- Bilhete sénior (maiores de 65 anos): 2,5 euros;
- Bilhete p/ crianças até aos 12 anos: 2 euros;

**dia 6 | domingo**

CINEMA INFANTIL\*

## **Happy Feet**

(VERSAO EM PORTUGUÊS)

No coração da Antárctica, o pinguim Mumble não consegue cantar. Ele sabe que, sem uma boa canção de amor, não conseguirá conquistar a rapariga dos seus sonhos. Expulso da sua comunidade Mumble descobre que o mais importante é ser ele próprio e que só assim poderá fazer a diferença.

- Realização: George Miller
- Género: animação/comédia
- Classificação: M/4
- Origem: Austrália/EUA, 2006
- Duração: 98 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
**10.30h**

**dia 9 | quarta**

CINEMA\*

## **Diário de um Escândalo**

Duas mulheres envolvidas num drama de necessidade e traição são o coração deste drama psicológico. As voltas e reviravoltas da relação entre Barbara Covett (Judy Dench), uma professora autoritária e solitária, e a professora de arte, Sheba Hart (Cate Blanchett).

- Realização: Richard Eyre
- Com: Judy Dench, Cate Blanchett, Bill Nighy
- Género: drama
- Classificação: M/16
- Origem: EUA/Reino Unido, 2006
- Duração: 92 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
**21.30h**





Mostra de Teatro Escolar

dia 13 | domingo

CINEMA INFANTIL \*

### A Casa Fantasma

(VERSÃO EM PORTUGUÊS)

O jovem D.J. sempre soube que havia algo de estranho na casa do velho Nebbercracker, no outro lado da rua. Quando a casa se transforma num monstro assustador, D.J. junta-se aos seus amigos, Chowder e Jenny, para descobrir o segredo que mantem a casa viva.

- Realização: Gil Kenan
- Género: animação/aventura/familiar
- Classificação: M/6
- Origem: EUA, 2006
- Duração: 87 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
10.30h

dia 19 | sábado

DANÇA

### Submersão do Meu Ser,

#### pela Companhia de Dança de Almada

*Trabalho coreográfico inspirado na pintura a óleo sobre madeira de Bosch (1450-1516). Prémio para a melhor estreia em sala na 26.ª edição da Fira de Teatre Al Carrer, Tárrega.*

- Crianças até aos 12 anos: 5 euros
- Jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 7,5 euros
- Seniores (maiores de 65 anos): 7,5 euros
- Bilhete normal: 12,5 euros
- Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
22h



Bobby



Diário de Um Escândalo



O Último Rei da Escócia



# cinema, teatro e dança



Happy Feet



A Casa Fantasma

**dia 20 | domingo**  
CINEMA INFANTIL \*

## Boog & Elliot Vão à Caça

(VERSÃO EM PORTUGUÊS)

Boog (Martin Lawrence), um urso-pardo da América, domesticado e feliz, vê o seu mundo virado do avesso quando conhece Elliot (Ashton Kutcher), um veado magricela e tagarela. Elliot apresenta a Boog um mundo de doces tentações que ele nunca conheceu. Mas quando os verdadeiros instintos de urso começam a emergir, os acontecimentos ficam rapidamente fora de controlo.

- Realização: Roger Allers
- Género: comédia/animação/aventura
- Origem: EUA, 2006
- Duração: 99 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
10.30h

**de 21 a 29**  
TEATRO INFANTIL  
**Mistério no Sótão**

- Destinatários: estabelecimentos de ensino do pré-escolar e do 1.º ciclo da freguesia do Castelo
- Inscrições e informações: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura**  
Org.: Junta de Freguesia do Castelo

---

\*BILHETEIRA DE CINEMA  
(consulte o horário na página 32)

- Bilhete normal: 3,5 euros;
  - Bilhete p/ jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 2,5 euros;
  - Bilhete sénior (maiores de 65 anos): 2,5 euros;
  - Bilhete p/ crianças até aos 12 anos: 2 euros;
- 

**dia 23 | quarta**  
CINEMA \*

## O Último Rei da Escócia

Um jovem e ingénuo médico escocês chega ao Uganda, esperando aventura, romance e prestar alguma ajuda médica a um país com necessidades. Mas aquilo que encontra é uma chocante viagem ao mais sombrio local do mundo: o coração humano.

- Realização: Kevin Macdonald
- Com: Forest Whitaker, James McAvoy, Kerry Washington
- Género: drama
- Classificação: M/16
- Origem: Grã-Bretanha, 2006
- Duração: 121 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
21.30h

**dia 25 | sexta**  
TEATRO

## As Obras Completas de William Shakespeare em 97 Minutos, pela Companhia Teatral do Chiado

Uma comédia/farsa hilariante, que revisita as trinta e sete obras de Shakespeare a alta velocidade

- Crianças até aos 12 anos: 5 euros
- Jovens até aos 25 anos com cartão de estudante: 7,5 euros
- Seniores (maiores de 65 anos): 7,5 euros
- Bilhete normal: 12,5 euros
- Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
22h



Boog & Elliot Vão à Caça

### dia 27 | domingo

#### TEATRO

### 3.ª Mostra de Teatro Escolar

Esta iniciativa tem vindo a registar uma adesão cada vez maior por parte de professores e alunos, o que levou a Câmara Municipal a apostar na formação dos participantes

- Centro Comunitário da Quinta do Conde  
*Caldinho do Coelhoinho Branco*
- Colégio Educa a Brincar  
*A Carochinha da Reciclagem*
- Escola Básica Integrada da Quinta do Conde  
*A Menina do Mar*
- Escola 2+3 Michel Giacometti  
*Auto da Barca do Inferno*

• Entrada gratuita (os ingressos devem ser levantados nos dias 25, 26 e 27 de Maio na bilheteira)

• Consulte o horário da bilheteira na pág. 32

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

14.30h

### dia 30 | quarta

#### CINEMA\*

### Bobby

Bobby é uma história ficcionada sobre pessoas cujas vidas se intersectam nas horas antecedentes e decorrentes do assassinato de Robert F. Kennedy, em Los Angeles.

- Realização: Emilio Estevez
- Com: Anthony Hopkins, Laurence Fishburne, Helen Hunt, Martin Sheen, Sharon Stone, Elijah Wood, Demi Moore
- Género: drama
- Classificação: M/16
- Origem: EUA, 2006
- Duração: 120 min.

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

21.30h

18 de Maio | sexta

## CONGRESSO

### Grupo de Intervenção de Saúde Comunitária

*P'la Nossa Saúde* é o tema do congresso deste ano do GISC, um projecto de desenvolvimento de competências psicossociais desenvolvido junto dos adolescentes do 2.º e 3.º ciclo e secundário

PROGRAMA (provisório - sujeito a alterações)

9.00h **SESSÃO DE ABERTURA**

**Felícia Costa**

Vereadora da Educação da Câmara Municipal de Sesimbra

**Mariana Duppont**

Directora do Centro de Saúde de Sesimbra

**Gonçalo Almeida**

Professor representante das Escolas

**João António Casaca**

Representante dos alunos

TEMAS:

9.30h **SEXUALIDADE**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

9.45h **OPRESSÕES/SOLUÇÕES E FIM DE SÉC. XXI**

Escola Básica 2,3 de Santana

10.00h **MÉTODOS CONTRACEPTIVOS**

Escola Básica Integrada da Quinta do Conde

10.15h **GRAVIDEZ E PARTO**

Escola Básica Integrada da Quinta do Conde

10.30h **GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA**

Escola Básica 2,3 de Santana

11.00h **DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS**

Escola Básica Integrada da Quinta do Conde

11.15h **DST**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

11.30h **ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

11.45h **CONSUMO ÁLCOOL NOS JOVENS**

Escola Secundária de Sampaio

12.00h **DROGAS**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

12.15h **ÁLCOOL E TABACO**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

12.30h **SAÚDE COMUNITÁRIA – HOMOPÉXITOS**

Escola 2,3 Navegador Rodrigues Soromenho

12.45h **ALIMENTAÇÃO E HÁBITOS SAUDÁVEIS**

Escola Secundária de Sampaio

13.00h **DISTÚRBIOS ALIMENTARES**

Escola Básica 2,3 Michel Giacometti

13.15h **ALIMENTAÇÃO E USOS SOCIAIS**

Escola Secundária de Sampaio



# conferências, ateliês e cursos



*Conversas na Capela – A Crise do Museu na Sociedade Contemporânea*

**dia 3 | quinta**

## **Cerimónia de Abertura do XV Curso de Treinadores de Futebol** Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura 18.30h

Org.: Junta de Freguesia do Castelo, CM Sesimbra, GD Alfarim e Associação de Futebol de Setúbal

**dia 5 | sábado**

WORKSHOP

## **Vegetarianíssimo**

• Objectivo: conhecer a arte e o requinte dos legumes vegetarianos, preparar entradas, molhos, sobremesas *light* e conhecer melhor as proteínas vegetais

• Preço: 60 euros (inclui curso, almoço e lanche)

• Informações e inscrições: 21 924 22 37 / 96 972 01 13

**Quinta Casal do Frade, Aldeia do Meco**  
das 10 às 17h

Org.: Quinta do Casal do Frade

**dia 6 | domingo**

WORKSHOP

## **Yoga Livre**

• Preço: 55 euros (inclui almoço)

• Informações e inscrições: 21 924 22 37 / 96 972 01 13

**Quinta Casal do Frade, Aldeia do Meco**  
das 10 às 19h

Org.: Quinta do Casal do Frade



*Workshop – Direitos das Crianças e Jovens Filhos de Imigrantes no Acesso à Educação e à Saúde*

**dia 7 | segunda**

WORKSHOP

## **Direitos das Crianças e Jovens Filhos de Imigrantes no Acesso à Educação e à Saúde**

• Destinatários: dirigentes e técnicos das organizações do distrito de Setúbal, que lidam ou desenvolvem acções e intervenções junto da população imigrante

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**  
das 10 às 12.30 e das 14 às 17h

**dia 8 | terça**

DIÁLOGOS PELA ARTE

## **Oficinas Ludo-artísticas Familiares**

**Loja PIPA, Mercado da Quinta do Conde**  
das 10 às 12h

**dia 11 | sexta**

ACÇÃO DE FORMAÇÃO

## **Contos de Nunca Acabar, com a Dora Batalim**

• Objectivos: Quantas histórias há numa história? Esta acção de formação propõe aos participantes mergulhar numa selecção de títulos de livros para crianças através de propostas concretas de exploração das palavras e da imagem

• Acção integrada no Programa de Itinerâncias Culturais 2007

• Destinatários: bibliotecários, educadores de infância,

professores do 1.º ciclo e pais

• Inscrição prévia até 8 de Maio

• Informações: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**  
das 9.30 às 13 e das 14 às 17h



dia 11 | sexta

WORKSHOP

**Restauração e Bebidas**

- Entidades convidadas: empresas e associações do sector sediadas no concelho

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**  
15h

dia 12 | 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
- Actividade sujeita a inscrição

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

dias 12 e 26

WORKSHOPS

**Aulas Livres de Pintura**

Criadas e dinamizadas pela professora Fernanda Neves e coordenadas pela pintora Francisca Sevilhano

- Traga uma tela, um avental, pincéis e participe numa aula
- Preço: até 15 anos - 35 euros, mais de 65 anos - 35 euros, restantes - 40 euros

**Original Arte, Rua do Areal, 23, Sesimbra**  
das 10 às 13h

**Expressão Criativa**

- Preço: 20 euros
- Informações: 96 807 16 86

**Original Arte, Rua do Areal, 23, Sesimbra**  
das 15 às 19h

Org.: Original Arte

dia 18 | sexta

DEBATE

**Mais Participação, Melhor Decisão**

Uma sessão que pretende abordar as normas de apoio ao movimento associativo

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura**  
21.30h

Org.: Junta de Freguesia do Castelo

dias 19 e 20

CURSO DE CULINÁRIA

**Alimentação Natural**

Curso prático, com uma breve introdução teórica sobre os benefícios e os aspectos nutricionais da alimentação natural

- Objectivos: aprender a utilizar ingredientes não utilizados na cozinha portuguesa; aprender a substituir os alimentos prejudiciais à saúde por alimentos benéficos
- Preço: 145 euros (inclui dois almoços, um jantar e lanche)
- Informações e inscrições: 21 924 22 37 / 96 972 01 13

**Quinta Casal do Frade, Aldeia do Meco**  
das 10 às 20h

Org.: Quinta do Casal do Frade

A partir de 21 de Maio

FORMAÇÃO

**Curso Eletromecânico****– Climatização e Refrigeração**

- Horário: pós-laboral (5 horas por dia)
- Destinatários: indivíduos entre os 16 e os 65 anos

**Forpescas Sesimbra**

**Curso de Condução – Condução de Motores de potência igual ou inferior a 250 KW**

- Horário: pós-laboral (4 horas por dia)
- Destinatários: profissionais do sector da pesca que possuam cédula marítima com as categorias de pescador, arrais ou contramestre;
- Inscrições abertas até 21 de Maio
- Tel.: 21 228 07 60 | E-mail : sesimbra@forpescas.pt

**Forpescas Sesimbra ou Setúbal**

Org.: Forpescas Sesimbra

dia 22 | terça

SESSÃO DE ESCLARECIMENTO

**Transporte Colectivo de Crianças**

• Reservado a instituições e colectividades do concelho  
**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**  
15h

Org.: Comissão Municipal do Idoso e Associação para a Promoção da Segurança Infantil (APSI)



# conferências, ateliês e cursos

dia 23 | segunda

PREVENÇÃO

## Encontro de encerramento do projecto Aventura na Cidade

Projecto de prevenção de comportamentos de risco destinado a estudantes do 2.º e 3.º ciclo

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**  
19h

Org: Associação ARISCO e CM Sesimbra

dia 25 | sexta

CONVERSAS NA CAPELA

## Museus e Património – A Crise do Museu na Sociedade Contemporânea

Esta sessão terá como orador João Brigola, professor do Departamento de História da Universidade de Évora, que irá abordar a função e o papel dos museus e a avaliação dos diferentes públicos

**Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra**  
21.30h

dia 26 | sábado

COLÓQUIO

## Ciclo de Colóquios No Signo do 7 – 150 Anos de Filosofia Portuguesa

Apresentação do livro *Congeminações de um Neopitagórico*, de António Telmo

• Apresentador: Luís Paixão

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**  
16h

dia 30 | quarta

CONVERSAS DE SAÚDE

## Problemas Neuropsicológicos nos Idosos – Depressão e Demência

• Responsável: Cristina Lopes

**Auditório Municipal Conde de Ferreira, Sesimbra**  
14.30h

Org: Comissão Municipal do Idoso e Centro de Saúde de Sesimbra

a decorrer

DIÁLOGOS PELA ARTE

## Pinturas sobre Tela

**Loja PIPA, Mercado da Quinta do Conde**  
terças, das 15 às 17.30h

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

• Destinatários: maiores de 18 anos  
• Inscrições gratuitas 21.228.85.88

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

a decorrer

ATELIÊS

## Aprende e Faz

**Hip-Hop (dia 2)**

**Bijuteria (dia 9)**

**Poesia Visual (dia 16)**

**Relaxamento (dia 23)**

**Esculturas em Gesso (dia 30)**

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

a decorrer

SEMPRE A MEXER

PARA NÃO ENVELHECER

## Ateliês de Artes e Ofícios

• Objectivos: dar formação na área das artes decorativas, tapeçaria bordada e tecida, bordados tradicionais, pintura, corte e confeção

• Destinatários: maiores de 60 anos residentes no concelho  
• Informações e inscrições: 21.228.82.37

**Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2**  
**Escola Básica das Fontainhas/Casal do Sapo**  
**Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira**  
segundas, das 14 às 18h

a decorrer

TEATRO

## Companhia das Artes

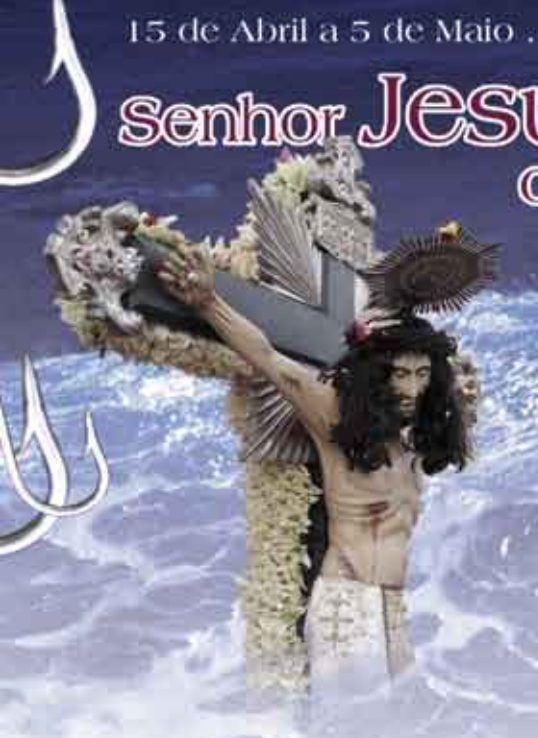
Oficina de teatro performativa, envolvendo todas as expressões (a partir dos 10 anos)

**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

15 de Abril a 5 de Maio, 2007

# Senhor Jesus das Chagas

Padroeiro dos Pescadores



Em 1534, o mar trouxe até à praia de Sesimbra, junto à «Pedra Alta», a imagem de um Cristo crucificado, sem um braço. Mais tarde, outros pescadores encontraram o braço junto à mesma pedra. Embora haja outra versão que diz que foi uma velha que o encontrou quando andava à lenha na praia. Desde então, o povo apadrinhou o Senhor Jesus das Chagas como o padroeiro dos pescadores e do povo de Sesimbra.

Como é que a imagem chegou à praia de Sesimbra ninguém sabe ao certo. No entanto, acredita-se que tenha vindo de Inglaterra, já que por esta altura, devido às revoltas religiosas entre os anglicanos e o papado, a Rainha deu ordem para serem deitadas às águas todas as imagens sagradas, a fim de evitar a sua profanação.

A festa em homenagem ao Senhor Jesus das Chagas é a comemoração principal da vila de Sesimbra, que se divide em novenas, sermões, pagamento de promessas e o momento alto, a procissão, no dia 4 de Maio.

**dia 1 | terça**

**Actuação do Grupo Coral de Sesimbra**

16h

Capela da Misericórdia

**Novena**

21.30h

Igreja Matriz de Santiago

**dia 2 | quarta**

**Novena**

Igreja Matriz de Santiago

21.30h

**dia 3 | quinta**

**Alvorada**

8h

Missa em honra do Senhor Jesus das Chagas, com a celebração do sacramento dos doentes

18h

**Concerto pela Banda da Sociedade**

**Musical Sesimbrense**

Coreto, Largo 5 de Outubro

22h

**Sessão de fogo preso**

**na Baía de Sesimbra**

23.30h

**dia 4 | sexta**

**Alvorada**

8h

**Entrega das Condecorações Municipais**

Auditório Conde de Ferreira

11h

**Missa Solene**

Igreja Matriz de Santiago

15.30h

**Procissão com a imagem do Senhor Jesus das Chagas, finalizando com a procissão de recondução da Imagem para a Capela da Misericórdia**

Ruas da vila de Sesimbra

17h

**Espectáculo Musical**

Coreto, Largo 5 de Outubro

22h

**dia 5 | sábado**

**Missa Solene e tomada de posse do**

**Juiz para o ano de 2008**

18h



# feiras e exposições



Memórias do Cinema em Sesimbra

até dia 5

EXPOSIÇÃO

## Falar de Coisas Difíceis

Depois de ter percorrido os jardins-de-infância e creches das IPSS do concelho, esta exposição, que pretende facilitar o acesso dos adultos e crianças a livros para a primeira infância, vai estar na Biblioteca Municipal **Biblioteca Municipal, Sala Infanto-juvenil** de terça a sexta, das 9.30 às 17.30h sábados, das 10 às 18h

até dia 6

## Feira da Festa das Chagas

Divertimentos, comércio e espaços institucionais preenchem este espaço. A Câmara Municipal está presente com um *stand* onde dá a conhecer as principais intervenções de requalificação urbanística e valorização turística que terão início este ano na vila de Sesimbra **Av. da Liberdade – Terminal Rodoviário** das 15 às 24h (véspera de dias úteis) das 15 à 1h (véspera de fim-de-semana e feriados)

até dia 6

OVIBEJA

## Promoção Turística de Sesimbra

Neste certame, Sesimbra marcará presença através da divulgação turística e das suas potencialidades turísticas

**Parque de Feiras e Exposições de Beja** todos os dias, das 10 às 24h

até dia 27

EXPOSIÇÃO

## Memórias

### do Cinema em Sesimbra

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

de terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábados, das 10 às 18h

de 2 a 12 de Maio

## Exposição de Fotografia,

### de Geraldino Penim Marques

**Átrio da Biblioteca Municipal**

terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábados, das 10 às 18h

de 15 a 26 de Maio

EXPOSIÇÃO

## Pintura, de Umbelina Ribeiro

**Átrio da Biblioteca Municipal**

terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
sábados, das 10 às 18h

18 a 31 de Maio

EXPOSIÇÃO

## Barcos, de Alberto Correia

A mostra é composta por réplicas de barcos típicos de Sesimbra e inclui também 3 naus espanholas

**Espaço Atlântico**

sábado e domingo, das 16 às 19h  
segunda a sexta, das 15 às 19h





Exposição multimédia Sesimbra, Um Passado Recente

a partir de 23 de Maio

EXPOSIÇÃO

### **O Giro de Nossa Senhora do Cabo e as Berlindas Processionais**

Esta exposição conta, no seu espólio, com peças cedidas pelo Núcleo Arqueológico do Museu Municipal  
**Museu dos Coches, Lisboa**  
 terça a domingo, das 10 às 18h

dia 26 | sábado

ARTE PÚBLICA

### **Mercado de Arte**

**Mercado da Quinta do Conde**

10h

Org.: Anime

dia 27 | domingo

FEIRA DAS ARTES E DO ARTESANATO

### **Zimbr'Arte**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

das 10 às 18h

de 29 de Maio a 16 de Junho

EXPOSIÇÃO

### **Cem Anos de Literatura Portuguesa – Nexos na Criação Literária do século XX**

Coordenação: Isabel Allegro de Magalhães.  
 Uma iniciativa integrada no âmbito do Programa de Itinerâncias Culturais 2007, desenvolvido pelo Instituto Português do Livro e das Bibliotecas / Ministério da Cultura  
**Átrio da Biblioteca Municipal**  
 terça a sexta, das 9.30 às 17.30h  
 sábados, das 10 às 18h

31 de Maio a 17 de Junho

EXPOSIÇÃO MULTIMÉDIA

### **Sesimbra, Um Passado Recente – A Pesca do Peixe-Espada Branco**

Esta exposição apresenta fotos e vídeos sobre o dia-a-dia dos homens do mar. Um passado recente que ainda está bem vivo na memória dos sesimbrenses. Iniciativa integrada nas comemorações do Dia do Pescador  
**Auditório Municipal Conde de Ferreira, Sesimbra**  
 todos os dias das 15 às 19 e das 21 às 23h

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



# animação infantil



O novo Espaço Zambujal – Biblioteca & Cultura da responsabilidade da Junta de Freguesia do Castelo, inicia este mês a sua actividade com muitas actividades para os mais novos

até 25 de Junho

## CONCURSO

### As Alterações Climáticas e o Litoral

O concurso é composto por oito perguntas e pretende sensibilizar as crianças para as questões ambientais.

- Destinatários: crianças e jovens
- Informações e inscrições: Posto de Turismo de Sesimbra
- Telefone: 21 228 85 40

dia 18 | sexta

### Conversas à Volta da Fogueira, com António Fontinha

- Destinatários: jovens e famílias

#### Habitação Municipal de Almoinha

21.30h

Org.: CM Sesimbra e Cercizimbra

a decorrer

## HORA DO CONTO

### A Galinha Medrosa, de António Mota

Animação direccionada para as crianças em idade pré-escolar

- Objectivos: sensibilizar para a importância do livro e da leitura, partindo da dramatização da história
- Limite: 25 participantes
- Sujeito a inscrição
- Tel.: 21 228 85 88

#### Biblioteca Municipal, Sala do Conto

terças e quintas, às 10 e às 14.30h

a decorrer

ATELIÉ

### Espaço Aqui Brincamos Todos!

- Destinatários: crianças até aos 6 anos, acompanhadas por um adulto

#### Biblioteca Municipal, Espaço Infanto-juvenil

quartas, às 10.30h

#### Pólo de Leitura da Quinta do Conde

sextas, às 10.30h

Org.: STIP/Cercizimbra e CM Sesimbra

a decorrer

## OFICINA

### Hoje Há Festa

- Destinatários: famílias e crianças dos 3 aos 6 anos

#### Pólo de Leitura da Quinta do Conde

quintas, às 10.30h

Org.: STIP/Cercizimbra CM Sesimbra

dias 2, 16 e 30

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

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

- Objectivos: promover a troca de experiências entre avós e netos através da audição de contos e de histórias
- Destinatários: crianças dos estabelecimentos de ensino do pré-escolar e 1.º ciclo concelhio
- Limite: 25 participantes
- Inscrições: 21 228 85 88

#### Biblioteca Municipal, Sala do Conto

14.30h

vai acontecer



Ilustração de Raffaello Bergonse

As Moedas de Ouro de Pinto Pintão

**dia 3 | quinta**

ATELIÉ

### Aprender a Lenda do Padroeiro de Sesimbra

- Destinatários: crianças dos 5 aos 12 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições e informações: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura**  
às 11 e às 15h

Org.: Junta de Freguesia do Castelo

**dia 5 | sábado**

ATELIÉ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

### Adoro-te Mãe!

- Objectivos: construir um presente para oferecer no dia da mãe
- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

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

**dia 5 | sábado**

ATELIÉ

### Vem Fazer um Mimo para a Mamã!

- Destinatários: pais e filhos
- Limite: 20 participantes
- Inscrições e informações: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura**  
15h

Org.: Junta de Freguesia do Castelo

**dia 8 | terça**

HORA DO CONTO

### Bemol Saltitante, de António Amago e Nuria Rodriguez

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

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

**dia 8 | terça**

ATELIÉ DE EXPRESSÃO MUSICAL

### Fantasia Kortakowsky

- Objectivos: reconhecer a música como forma de comunicação e expressão

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos.

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
15.30h

**dia 9 | quarta**

ATELIÉ

### Encontro com o Ilustrador Pedro Leitão

- Objectivos: sensibilizar e motivar as crianças para a importância da imagem no livro, partindo de uma projecção multimédia da banda desenhada.

- Destinatários: crianças em idade pré-escolar e dos 1.º e 2.º anos do 1.º ciclo do ensino básico concelhio

- Inscrições: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente**  
às 10, às 11.15 e às 14.30h

**dia 12 | sábado**

HORA DO CONTO

### As Moedas de Ouro de Pinto Pintão, de Alice Vieira

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

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

**dia 15 | terça**

ATELIÉ

### Constrói a tua Árvore Genealógica

- Destinatários: crianças dos 5 aos 12 anos

- Limite: 15 participantes por sessão

- Inscrições e informações: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura**  
às 11 e às 15h

Org.: Junta de Freguesia do Castelo

18

—

19



Ilustração de Carla Pott

Cotãozinho e os Seus Irmãos

dia 15 | terça

HORA DO CONTO

### O Dinossauro, de Manuela Bacelar

- Objectivos: motivar para o livro e para a leitura
- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

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

dia 15 | terça

ATELIÊ DE EXPRESSÃO PLÁSTICA

### Vamos Fazer...

#### Um Dragão com Massinhas!

- Objectivos: proporcionar um momento de reflexão sobre as personagens de uma história através da textura. Explorar a imaginação e a criatividade.

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos.

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde**  
15.30h

dias 18 e 24

SERVIÇO EDUCATIVO DO MUSEU MUNICIPAL

### À Descoberta da Capela do Espírito Santo

Propõe-se uma visita guiada, com apoio de personagens temáticas, que apelam aos sentidos de descoberta dos objectos existentes nas pinturas. Seguindo as pistas descobrem-se as histórias secretas de um hospital medieval

- Informações: 21 228 82 06

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

Várias sessões entre as 11 e as 17h

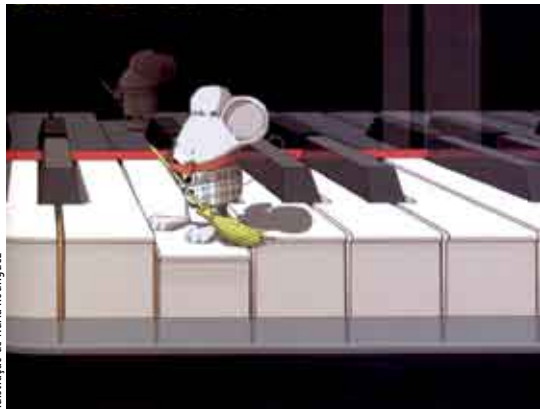


Ilustração de Nuria Rodriguez

Bemol Saltitante – Um Ratinho ao Piano

dias 19 e 22

ATELIÊ

### Borboletas de Lã

- Objectivos: proporcionar um momento de iniciação à escrita e à matemática através da linha. Criar uma composição livre utilizando pedaços de lã de várias cores e tamanhos.

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

**Biblioteca Municipal, Espaço Infanto-juvenil (19 | sábado)**  
15h

**Pólo de Leitura da Quinta do Conde (22 | terça)**  
15h

dias 22 e 29

SERVIÇO EDUCATIVO DO MUSEU MUNICIPAL

### À Descoberta

#### do Núcleo Arqueológico

Propõe-se a exploração do Castelo de Sesimbra em busca de tesouros escondidos de há milhares de anos e a realização de uma viagem no tempo pela história da evolução do Homem

- Informações: 21 228 82 06

**Núcleo Arqueológico, Castelo de Sesimbra**

Várias sessões entre as 9.30 e as 17h

dia 26 | sábado

HORA DO CONTO

### Cotãozinho e os Seus Irmãos, de Daniel Barradas

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

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





Yoga com Conto Infantil

**dia 26 | 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 e crianças até aos 5 anos
- Inscrições e informações: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente das 10.30 às 12h**

**dia 29 | terça**

YOGA

### **Yoga com Conto Infantil**

- Objectivos: acrescentar capacidade de concentração, levando a um melhor proveito na leitura individual através do Yoga – Sámkhya
- Destinatários: dos 6 aos 12 anos
- Limite: 10 participantes
- Inscrições: 21 228 85 88

**Biblioteca Municipal, Sala Polivalente das 16 às 17h**

Org.: Centro do Yoga de Sesimbra

**dia 31 | quinta**

ATELIÊ

### **Aprende a Pescar**

- Destinatários: crianças dos 5 aos 12 anos
- Limite: 15 participantes
- Inscrições e informações: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal - Biblioteca & Cultura às 11 e às 15h**

Org.: Junta de Freguesia do Castelo

de 1 a 5 de Junho

## **4.ª MOSTRA de PROJECTOS EDUCATIVOS de SESIMBRA**



Junto ao Hotel do Mar

As comunidade educativa dá a conhecer os projectos que desenvolveu durante este ano lectivo. Os participantes (escolas da rede pública, instituições de solidariedade, estabelecimentos de ensino privado e associações de pais, entre outros) vão dinamizar um conjunto de ateliês e actividades de palco.



# desporto, movimento e ar livre



Bodyboard

## dia 1 | terça

CIRCUITO MATIX/SCS 2007

### 2.ª Etapa - Skimboard

- As datas estão sujeitas a alterações caso não se verifiquem as condições necessárias para a realização da prova

**Praia da Lagoa de Albufeira**

Org.: Surf Clube de Sesimbra

## dia 5 | sábado

PASSEIO PEDESTRE

### Na Pista dos Dinossáurios

- Preço: 6 euros (grátis para menores de 10 anos)
- Grau de dificuldade: baixa
- Inscrições no local

**Ponto de encontro: Igreja do Cabo Espichel**  
10h

Org.: SAL – Sistemas de Ar Livre

## dia 5 | sábado

PASSEIO PEDESTRE

### Lagoa Pequena

Passeio pedestre à Lagoa Pequena, na Lagoa de Albufeira, com observação de aves.

- Inscrições e informações: Posto de Turismo de Sesimbra
- Telefone: 21 228 85 40.

16.30h

Org.: Centro de Estudos e Interpretação da Lagoa de Albufeira e Sociedade Portuguesa de Estudo das Aves

## dia 5 | sábado

SENIORGYM 2007

### 2.º Festival Nacional de Ginástica, Saúde e Vida Activa de Maio

Participação dos alunos de Gerontomotricidade com apresentação de um esquema de ginástica

**Mafra**

Org.: Federação de Ginástica de Portugal

## dia 6 | domingo

PASSEIO PEDESTRE

### Medos do Penedo

- Preço: 6 euros (grátis para menores de 10 anos)
- Grau de dificuldade: alta
- Inscrições e pagamentos no local

**Ponto de encontro: Parque Campimeco, Praia das Bicas**

10h

Org.: SAL – Sistemas de Ar Livre



Gerontomotricidade – Oficinas de Movimento

de 6 de Maio a 3 de Junho

VISITAS GUIADAS

### Conhecer e Divulgar o Património da Nossa Região

Esta iniciativa, dinamizada no âmbito do Fórum Intermuseus do Distrito de Setúbal, assume-se como um ponto de encontro entre todos os museus municipais do Distrito e o Museu de Arqueologia e Etnografia do Distrito de Setúbal

- Objectivo: fomentar o conhecimento do património cultural comum entre vários municípios
- A autarquia disponibiliza o transporte de ida e volta (com excepção da visita ao concelho de Sesimbra)
- Cada participante deve levar roupa e calçado confortáveis, merenda(s), almoço (para quem não optar por restaurantes), água, chapéu, máquina fotográfica ou de filmar
- Limite: 26 participantes
- Informações e inscrições: Sector de Cultura e Museus
- Telefone: 21 228 85 00

**Santiago do Cacém – dia 6**

**Setúbal – dia 13**

**Sesimbra – dia 20**

**Moita – dia 27**

**Montijo – dia 3 de Junho aos domingos**

dia 11 | sexta

### 3.ª Edição do Desafio do Coração

Os alunos de gerontomotricidade do projecto *Sempre a Mexer para Não Envelhecer* vão participar num passeio orientado, inserido nesta 3ª edição do Desafio do Coração

**Estádio Universitário de Lisboa**

Org.: Fundação Portuguesa de Cardiologia

dia 11 | sexta

SARAU

### Fame

**Escola Michel Giacometti**

21h

Org.: CM de Sesimbra e Anime

dias 12 e 13

CIRCUITO MATIX/SCS 2007

### 2.ª Etapa - Surf, Bodyboard e Longboard

### 3.ª Etapa - Skimboard

As datas estão sujeitas a alterações caso não se verifiquem as condições necessárias para a realização da prova

**Praia da Lagoa de Albufeira**

Org.: Surf Clube de Sesimbra

dia 17 | quinta

ANDANDO E CONHECENDO

### Comemoração

### da Quinta-feira de Espiga

Para participar basta ser sócio ou utente de uma das Instituições que fazem parte da Comissão Municipal do Idoso

- Inscrições: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra, Centro de Convívio da Fonte Nova, ABAS, Casa do Povo, CASCUZ e Centro Comunitário da Quinta do Conde

**Atalaia, Montijo**

dia 20 | domingo

PEDESTRE

### Andando na Chã

Passeio pela Chã dos Navegantes identificando a flora e fauna características do local. Interpretação histórica e cultural do Forte da Baralha e do Santuário do Cabo Espichel

- Preço: 9 euros

- Duração: manhã / grau de dificuldade baixo/médio

- Data limite de inscrição: 18 de Maio

- Contactos: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: junto ao Santuário do Cabo Espichel**

9.30h

Org.: Vertente Natural



# desporto, movimento e ar livre



Passeios Pedestres na Lagoa Pequena

**dia 23 | quarta**

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

## **Percurso Pedestre: Maravilhas do Cabo**

• Divulgar e promover o património do concelho, enquanto recurso de biodiversidade e memória histórica, é o objectivo destes percursos que promovem a vertente social da relação natureza - homem e apelam a uma vida saudável

**Ponto de encontro:  
junto ao Cabo Espichel  
10 e 14.30h**

**dia 25 | sexta**

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

## **Percurso Pedestre: Chã dos Navegantes**

**Ponto de encontro:  
à entrada do Cabo Espichel  
10 e 14.30h**

**dias 26 e 27**

CIRCUITO MATIX/SCS 2007

**3.ª Etapa - Surf, Bodyboard e Longboard**

**4.ª Etapa - Skimboard**

• As datas estão sujeitas a alterações caso não se verifiquem as condições necessárias para a realização da prova

**Praia da Lagoa de Albufeira**

Org.: Surf Clube de Sesimbra

**a decorrer**

SEMPRE A MEXER PARA NÃO ENVELHECER

## **Danças de Salão**

• Informações e inscrições: 21 228 82 37

**Associação Cultural e Desportiva da Cotovia  
terças, das 16 às 17.30h**

**Sociedade Musical Sesimbrense  
quartas, das 10 às 11.30h**

**Associação de Desenvolvimento  
da Quinta do Conde  
sextas, das 17 às 18.30h**

**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**

**Sociedade Musical Sesimbrense  
terças e quintas, das 10.10 às 11.10h**

**Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira  
sextas, das 9 às 11h**



## outros eventos



Cerimónia de Atribuição de Condecorações e Distinções Municipais no dia 4 de Maio, Feriado Municipal

**dia 4 | sexta**

**DIA DO MUNICÍPIO**

### **Cerimónia de Atribuição de Condecorações e Distinções Municipais**

Condecorados: funcionários municipais e personalidades (Pedro Ferreira, Ilídio Miguel, Marcelo Silva, Ana Rita Monteiro, Bruno Torres, Valdemar Capitulo, Cármen Marques, Grupo de Cegantes de Alfarim, Grupo de Cegantes do Zambujal, Maria da Graça Candeias, João Miguel Carreta, Associação Cultural e Desportiva da Cotovia, Paulo Soromenho, Inês Piló, Clube de Tiro de Sesimbra, Ambrósio Raposo, Pedro Ferreira)

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
11h

**dia 6 | domingo**

### **Missa Motard**

**Igreja do Cabo Espichel**  
16h

Org.: Motoclubes Cezimbra

**dia 12 | sábado**

**CIDADANIA**

### **Assembleia Municipal de Jovens**

A Assembleia Municipal de Jovens realiza-se há 5 anos e tem como objectivo transmitir aos estudantes as principais funções e o funcionamento dos órgãos autárquicos do concelho.

15h

**Salão de Festas Coronel Joaquim Pinto Braz, Grupo Desportivo de Sesimbra**

**dia 19 | sábado**

**CONVÍVIO DE IDOSOS**

### **Baile da Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra**

Para participar basta ser sócio ou utente de uma das instituições que fazem parte da Comissão Municipal do Idoso

• Inscrições: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra, Centro de Convívio da Fonte Nova, ABAS, Casa do Povo, CASCUZ e Centro Comunitário da Quinta do Conde

**Sociedade Musical Sesimbrense**

**das 15 às 18h**

Org.: Comissão Municipal do Idoso

**às quintas**

**HISTÓRIAS DE SEMPRE**

### **Gil Moniz e a Ponta do Nariz, de António Torrado**

• 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 Municipal, Sala Polivalente**

14.30h

**a decorrer**

**LOGOTERAPIA**

### **Oficinas da Memória**

• Informações: 21 228 82 37

• Inscrições nos locais da actividade

**Sociedade Musical 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**

**terças, das 9 às 10h**

**Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2**

**terças, das 10 às 12h**

**Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira**

**quintas, das 11.30 às 12.30h**

vai acontecer

24

—

25





O Cinema em Sesimbra

## O Parque Recreio Popular

António Reis Marques

Dado que não era atraente frequentar o Salão durante o período estival, João Baptista Mota, sempre norteador pelo espírito inovador que o caracterizava, lembrou-se de criar um espaço para cinema ao ar livre.

Para tanto, adquiriu um prédio rústico na zona do “Caninho”, uma das muitas hortas que, nesse tempo, faziam a periferia da vila e era conhecida por “horta do Bernardino”, nome do seu antigo dono.

A aquisição daquele prédio, que tinha uma área de cerca de 3.000 metros quadrados e foi vedada por uma espécie de paliçada, ou tapume de tábuas pregadas a estacas, não era apenas para instalar um cinema ao ar livre, mas muito mais do que isso.

Na verdade, o empresário pretendia que Sesimbra dispusesse, pelo menos durante os meses de Primavera e Verão, de um grande recinto de diversões.

E nesse sentido trabalhou, com a determinação e perseverança que punha em todos os empreendimentos, e muitos e variados foram, da sua vida.

Para além da esplanada, reservada ao cinema e isolada no topo norte do recinto, os

terrenos situados a nascente que, devido ao seu desnível, foram dispostos em três planos paralelos, onde se abriram arruamentos de terra batida, seriam destinados às várias colectividades de recreio, desportivas e de beneficência, para instalação de barracas ou pavilhões, cujo aproveitamento seria da livre iniciativa de cada uma delas.

Esta ideia de associar as instituições locais à instalação e funcionamento do centro de diversões, ao mesmo tempo que fazia envolver maior número de pessoas qualificadas na sua concretização, pretendia também que para elas revertessem alguns lucros uma vez que o associativismo, muito activo na época, passava porém por dificuldades económicas.

Nesse sentido, tanto a cedência dos terrenos como a iluminação dos espaços seriam gratuitos.

Correspondendo aos propósitos do seu proprietário, todos se congregaram para que fossem variados, e interessantes, os atractivos a oferecer ao público, tanto mais que se determinou fazer a abertura do recinto na quadra dos santos populares, ocasião de tradicionais festas que envolviam praticamente toda a população.

# a memória das imagens

Assim, no dia 23 de Junho de 1929, pelas 20 horas, numa festa própria dos grandes acontecimentos da época, era inaugurado o Parque Recreio Popular, “o esplêndido recinto de divertimentos que se deve à iniciativa do empresário do Salão Recreio Popular, Snr. João Baptista Mota”, como referia o Diário de Notícias na sua edição do dia 29 do mesmo mês.

Todavia, a primeira sessão de cinema só teria lugar no dia seguinte com um público que enchia por completo os 800 lugares, daquele que foi desde logo considerado como um dos melhores do país, para espectáculos cinematográficos ao ar livre.

O acto inaugural começou com a abertura de um posto de socorros, montado pela corporação de bombeiros voluntários e apetrechado para prestar assistência em casos de doença súbita ou desastre.

De seguida realizou-se um concerto pela banda da Sociedade Musical Sesimbrense, que brindou a assistência com algumas das melhores peças do seu repertório.

Depois deu-se início ao baile, animado por um grupo da mesma colectividade, que foi intervalado por descantes populares próprios da quadra, como eram as famosas cantigas ao desafio à roda das fogueiras.

Entre as muitas e bem decoradas barracas que lá se instalaram, destacavam-se a dos Bombeiros que era a reprodução fiel do edifício do seu quartel, que tinha tómbola e cervejaria, a do União Football Sesimbra, ornamentada com motivos desportivos onde realçavam as bandeiras dos clubes locais, vendendo pastelaria e tabacaria, e a da Musical, decorada com alegorias à arte dos sons, com serviço de bar.

Depois da inauguração, o parque funcionava somente aos domingos, com cinema, bailes e concertos pela banda. Tudo isto

seria a sua primeira fase, dado que estava planeada a instalação de um restaurante e de outras diversões, como um carrossel e “montanha russa”.

A criação do Parque Recreio Popular foi uma feliz ideia, justamente enaltecida pela comunidade sesimbrense, mas a época não era a mais propícia para que o seu funcionamento gerasse proveitos e fosse, portanto, mais duradouro.

Nessa altura, início dos anos trinta do século passado, Sesimbra conheceria uma das mais graves e prolongadas crises da sua actividade piscatória, da qual então dependia toda a economia da terra.

Por isso, passados poucos anos, o empresário viu-se obrigado a suspender o seu funcionamento, que nunca mais retomaria, oferecendo apenas espectáculos de cinema e variedades, durante o Verão.

No decorrer dos anos a esplanada do cinema foi, por mais de uma vez, melhorada e ampliada, e também dotada com a mais moderna aparelhagem de som e de projecção de filmes.

Para além da exibição do que de melhor produzia na indústria cinematográfica do tempo, ali se realizaram também muitos dos mais memoráveis espectáculos de variedades, noites de fado, de teatro ligeiro ou de revista, que Sesimbra conheceu.

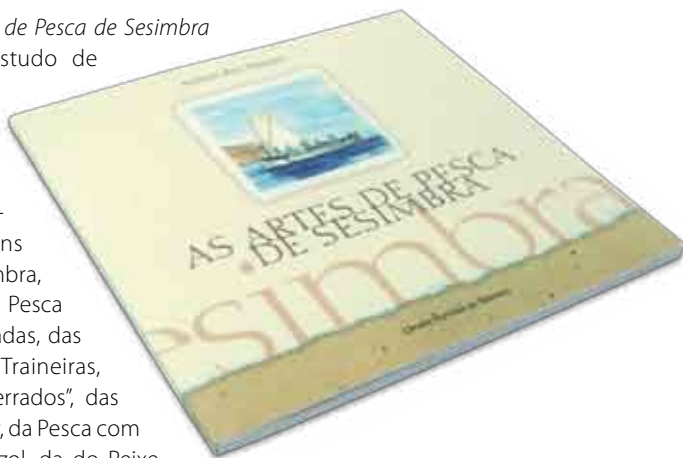
A progressiva diminuição na frequência dos cinemas, que se verificara em todo o país, atingiria também o Parque Recreio Popular que ainda funcionou, embora com intermitências, até finais dos anos 60.

Após o seu encerramento, a propriedade seria adquirida pela Câmara Municipal de Sesimbra, que dela tomou posse no ano de 1973, a fim de instalar a “Escola Preparatória Navegador Rodrigues Soromenho”.



## As Artes de Pesca de Sesimbra

A obra *As Artes de Pesca de Sesimbra* é um valioso estudo de divulgação etnográfico e o primeiro livro do autor. Uma homenagem sentida aos homens do mar de Sesimbra, que nos fala da Pesca à Baleia, das Sacadas, das Armações, das Traineiras, da Pesca dos “Ferrados”, das Redes de Emalhar, da Pesca com Aparelhos de Anzol, da do Peixe – Espada Preto e Branco, acompanhando cada tema com imagens que estão bem presentes na memória de cada sesimbrense. *As Artes de Pesca de Sesimbra* foi editada em 2000 para assinalar o Dia do Pescador.



---

### FICHA TÉCNICA

**Autor:** Marques, António Reis

**Editor:** Câmara Municipal de Sesimbra

**Data de Edição:** 2.ª edição, Maio de 2007

**Preço de capa:** 10 euros

---

**Esta publicação encontra-se à venda na Biblioteca Municipal de Sesimbra, a partir de 31 de Maio**

---



## Os Museus e a Herança Universal

A 18 de Maio comemora-se o Dia Internacional dos Museus. Este ano, o tema proposto pelo International Council of Museums (ICOM) é “Os Museus e a Herança Universal”. Esta proposta assenta na premissa de que o património de um povo se constrói em torno de conhecimentos e atitudes, de que fazem parte as ciências, a tecnologia ou a arte. Da mesma forma, é central o sistema de ideias e de valores que definem as concepções do mundo, a consciência individual e colectiva e os diversos estilos de vida. O património de uma comunidade passa, então, por um processo de criação e de renovação que assegura a continuidade da relação entre a vida, o espaço e o tempo.

Neste sentido, os museus, enquanto guardiães e divulgadores destes testemunhos da história dos povos, das memórias da humanidade, desenvolvem a sua actividade a partir das colecções que acolhem, cumprindo as funções de conservação, investigação, educação e comunicação. Com propriedade, podemos dizer, reportando-nos à realidade do que hoje é o conceito de Sesimbra, que o Museu Municipal, através da actividade dos seus Núcleos de Arqueologia, do Mar e Capela do Espírito Santo dos Mareantes, espelha uma boa parte da história da humanidade, abrangendo dimensões distintas mas intrinsecamente ligadas da ocupação humana, como as crenças perante a morte e o desconhecido,

as atitudes face às adversidades da vida ou a organização social das comunidades pretéritas que ao longo dos milénios ocuparam este espaço.

Mas a responsabilidade de preservar e de dar a conhecer o património da humanidade não se cinge à interacção com a comunidade local, nos seus diversos aspectos. O Museu Municipal de Sesimbra persegue os seus objectivos e cumpre as suas funções também com entidades externas, nacionais e internacionais.

São disto exemplo as peças e exposições que acolhe e cede a outras instituições ou a documentação e os artefactos que disponibiliza a investigadores de áreas como a arqueologia ou a etnografia. A teia de relações criada permite-nos dizer que o rico e vasto património sesimbrense é, em primeiro lugar, propriedade efectiva e afectiva de Sesimbra e dos seus habitantes, mas é também pertença de toda a humanidade, corporizada em todos os que por ele nutram interesse. Este não é, porém, um dado novo. Basta pensar no papel desempenhado pela vila durante a Epopeia de expansão nacional e no facto de que ainda hoje nos chegam ecos da Sesimbra quinhentista vindos dos quatro cantos do mundo.




---

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

---



# património edificado

## O Monumento ao Pescador

Erigido por iniciativa da Câmara Municipal, em 1982, como forma de homenagem aos pescadores de Sesimbra, o Monumento ao Pescador existente no Largo de Bombaldes sustenta a prática da construção de testemunhos físicos como forma de conservar a memória dos factos mais significativos do percurso de uma comunidade ao longo do tempo e do espaço. Este marco, da autoria de Anjos Teixeira, afirma-se como um meio

para transmitir aos sesimbrenses a noção de pertença a um colectivo, reforçando o laço social que os une. A inscrição “Aos pescadores, a quem o mar se curva e a terra aclama” persegue esse mesmo propósito de afirmação, de unidade e de identificação, ilustrando o alto relevo moldado em bronze 10 pescadores em tarefas relacionadas com a actividade piscatória, cena em que se reconhecem alguns apetrechos da importante “armação à valenciana”. Relativamente a esta arte de pesca, a sua grande expansão nos mares de Sesimbra ocorre nos séculos XIX e XX, recuando contudo as suas raízes até às tradições de pesca dos tempos de domínio muçulma-

no no concelho (sécs. VIII a XII). A “armação” constituiu, até ao início da década de 60, a principal fonte de riqueza das gentes de Sesimbra, não só pela empregabilidade que gerava, mas também pelo volume de pescado recolhido destinado, quer à indústria conserveira, quer ao abastecimento de aglomerados urbanos como Lisboa.

A “armação” era um aparelho de pesca de grandes dimensões, localizado próximo da costa, composto por es-



truturas como as “entrelhações”, a “rabeira”, a “boca”, o “bucho” e o “copo”, e mantido na sua posição por meio de âncoras, bóias, barricas e cortiças. Uma vez montada a estrutura, os cardumes de sardinha e carapau eram encaminhados ao longo da “rabeira” até entrarem no “bucho” e depois no “copo”. Este último era levantado todos os dias antes do nascer ou do pôr do sol. A localização da “armação” era decidida considerando as zonas cujo potencial piscatório era elevado e a proximidade de pequenas enseadas onde se edificavam construções conhecidas como “calhaus”, que serviam de postos-avançados de trabalho, já que este durava todo o ano.





## Maio, mês do coração

Ao longo dos últimos anos, Maio tem sido o mês eleito para se dedicar uma atenção especial ao coração, atenção essa, bem necessária! Na generalidade dos países ocidentais, as doenças cardiovasculares constituem a principal causa de morte das populações. Para além de outros factores de risco, o recente aumento da obesidade e do excesso de peso têm contribuído significativamente para a elevada incidência destas doenças.

Actualmente, sabe-se que independentemente do grau de obesidade, a localização da gordura tem um papel determinante no aumento do risco de doença cardiovascular. Do ponto de vista cardiovascular, a gordura abdominal (cintura) é mais perigosa do que a gordura acumulada na zona das ancas e coxas, pois além da pressão que o excesso de gordura exerce sobre alguns órgãos, verifica-se a produção de algumas substâncias tóxicas, que agridem o coração e as artérias, aumentando o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Consideram-se valores normais do perímetro da cintura até 80 cm para as mulheres e 94 cm para os homens. Valores acima dos de 88 cm para as mulheres e 102 cm para os homens aumentam bastante o risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

Assim, não só para quem tem obesidade e excesso de peso, mas também para aqueles que exibem uma barriguinha acima do desejável, é fundamental que comam melhor e se mexam mais!

A dieta mediterrânica é frequentemente referida como tendo um efeito protector



para o coração. A sua base assenta em produtos hortícolas, frutos, leguminosas (feijão, grão, ervilhas, favas), cereais pouco refinados (produtos integrais ou “escuros”), oleaginosas, peixe, leite e equivalente e azeite. Por outro lado, apresenta um baixo consumo de carnes vermelhas, gorduras de origem animal e alimentos processados. Este padrão alimentar garante, por um lado, um importante consumo de vitaminas, minerais, fibra, antioxidantes e gordura com um perfil saudável, e assegura, por outro, um baixo consumo de gordura saturada, colesterol e açúcar, desaconselhados numa alimentação protectora do sistema cardiovascular.

No mês de Maio não faça dieta de carinhos... e mime o seu coração!

**Liliana Granja**

Nutricionista

# os sabores da nossa terra



sugerimos



## Caril de Gambas

O restaurante Pasta Fina, criado em Maio de 2004, fica situado na rua Dr. Peixoto Correia, em pleno coração da vila de Sesimbra. Com ambiente acolhedor, o espaço é enriquecido pela excelente vista sobre o mar. Durante os três anos de existência, as instalações e o menu têm sido actualizados sempre no sentido de proporcionar um melhor serviço ao cliente. A ementa varia entre *pizzas*, pastas, carnes, peixes e mariscos, com destaque para o caril de gambas que delícia os clientes mal chega à mesa.

### Ingredientes:

Gambas, azeite virgem, sal, picante, uma boa quantidade de alhos, caril, 20 cl de natas e coentros.

### Confecção:

Frite as gambas em azeite virgem, com o sal, o picante e os alhos. Depois de fritas, retire-as e junte o caril ao azeite, deixando ferver durante 2 minutos, me-

xendo sempre. Adicione as natas e deixe apurar.

Coza o arroz com tempero a gosto e coloque-o no centro do prato e, em redor, as gambas. Por fim, regue com o molho e polvilhe com coentros picados.



### RESTAURANTE PASTA FINA

**Morada:** Rua Dr. Peixoto Correia, 67-71 2970-752 Sesimbra

**Telefone:** 21 085 76 61 | 96 803 05 08

**E-mail:** joao.pastafina@gmail.com

**Aberto todos os dias**

**Horário:** das 12 às 23h

## um livro

### D. João II - O Homem e o Monarca

**MÁRIO DOMINGUES**

Desde 1474 que dirigia a política atlântica, devendo-se à sua visão de governante, apesar de não ter ainda vinte anos, a instituição do *mare clausum*, princípio que estabelecia que o domínio dos mares estava ligado ao seu descobrimento. Na linha dessa política surge o Tratado de Toledo, de 1480, em que D. João II aceitando a partilha das terras do Atlântico pelo paralelo das Canárias, afasta a concorrência da Espanha em África e protege a mais tarde chamada Rota do Cabo. Em 1494, assina-se o Tratado de Tordesilhas, dividindo-se a terra em duas zonas de influência, a atribuir a Portugal e à Espanha. Dentro da zona de influência portuguesa ficava o Brasil, o que permite supor que o monarca tinha conhecimento da existência dessas terras. Este livro está disponível para leitura na Biblioteca Municipal.



## um disco

### Por Este Rio Acima

**FAUSTO**

*Por Este Rio Acima* é o sexto álbum de Fausto, editado em 1982 e remasterizado em 1998. É o primeiro disco da trilogia inacabada *Lusitana Diáspora*, que inclui ainda o álbum *Crónicas da Terra Ardente* (1994). Este álbum baseia-se nas viagens de Fernão Mendes Pinto, relatadas na sua *Peregrinação*. É considerado geralmente pela crítica um dos álbuns mais marcantes da música popular portuguesa das últimas décadas. O disco pode ser ouvido na Biblioteca Municipal.



## um filme

### Tarde Demais

**JOSÉ NASCIMENTO**

Inspirado num caso verídico, o filme conta-nos a história de quatro pescadores que, depois do naufrágio da sua pequena embarcação no rio Tejo, tentam desesperadamente alcançar a margem. Após longas horas, imersos em água gelada e sempre com a angustiante sensação de ter Lisboa à vista, o cansaço e o desespero vão-se apoderando dos seus corpos e pensamentos. Enquanto isso, em terra firme, as famílias tentam arranjar meios para os salvar, impotentes face à burocracia e à inércia das autoridades. A noite já vai longa quando a polícia marítima decide iniciar as buscas. Será que a salvação ainda é possível?

Este filme está disponível para visionamento na Biblioteca Municipal.



## um website

### <http://www.fpcardiologia.pt>

**FUNDAÇÃO PORTUGUESA DE CARDIOLOGIA**

A Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC) foi criada em 7 de Novembro de 1979, por iniciativa da Sociedade Portuguesa de Cardiologia. Divulgar junto do público conhecimentos sobre a prevenção das doenças cardiovasculares, realçando as vantagens da adopção de estilos de vida saudáveis é um dos principais objectivos desta instituição. Neste site encontramos informação sobre os principais factores de risco para o coração, dicas para uma alimentação saudável e propostas de actividade física, bem como um conjunto de iniciativas promovidas pela FPC junto das populações.



# contactos

## EQUIPAMENTOS E SERVIÇOS MUNICIPAIS

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

Rua da República, 3  
2970-741 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

E-mail: girp@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  
2970-668 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

### **Cineteatro Municipal João Mota**

Avenida da Liberdade, 46  
2970-635 Sesimbra

Tel.: 21 228 87 15

E-mail: carlos.dionisio@mun-sesimbra.pt

#### **Horário da bilheteira**

Quartas, sextas e sábados das 16 às 18  
e das 19 às 22h  
Quintas das 16 às 18h  
Domingos das 9.30 às 11h

### **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)**

Recinto do Mercado Municipal  
da Quinta do Conde, lj. 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.º,  
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

### **Espaço Solidário**

Recinto do Mercado Municipal  
da Quinta do Conde, lj. 21  
**Horário de atendimento**  
Das 13 às 19.30h  
Encerra aos sábados e domingos

### **Parque de Campismo Municipal Forte do Cavalo**

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](http://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

## **COMUNICAÇÃO SOCIAL**

### **Fórum da Quinta do Conde**

Tel.: 96 760 16 34

### **Jornal de Sesimbra**

Tel.: 21 228 92 00

### **Notícias da Zona**

Tel.: 21 087 97 90

### **Nova Morada**

Tel.: 21 244 37 98

### **O Condense**

Tel.: 21 086 44 55

### **O Sesimbrense**

Tel.: 21 228 00 61 / 21 223 02 27

### **Sesimbra FM**

Tel.: 21 228 92 00

### **Raio de Luz**

Tel.: 21 268 15 54





# a minha agenda de Maio

**F**

**2**

**3**

**F**

**5**

**6**

**7**

**8**

**9**

**10**

**11**

**12**

**13**

**14**

**15**

**16**

**17**

**18**

**19**

**20**

**21**

**22**

**23**

**24**

**25**

**26**

**27**

**28**

**29**

**30**

**31**

**utilidades**