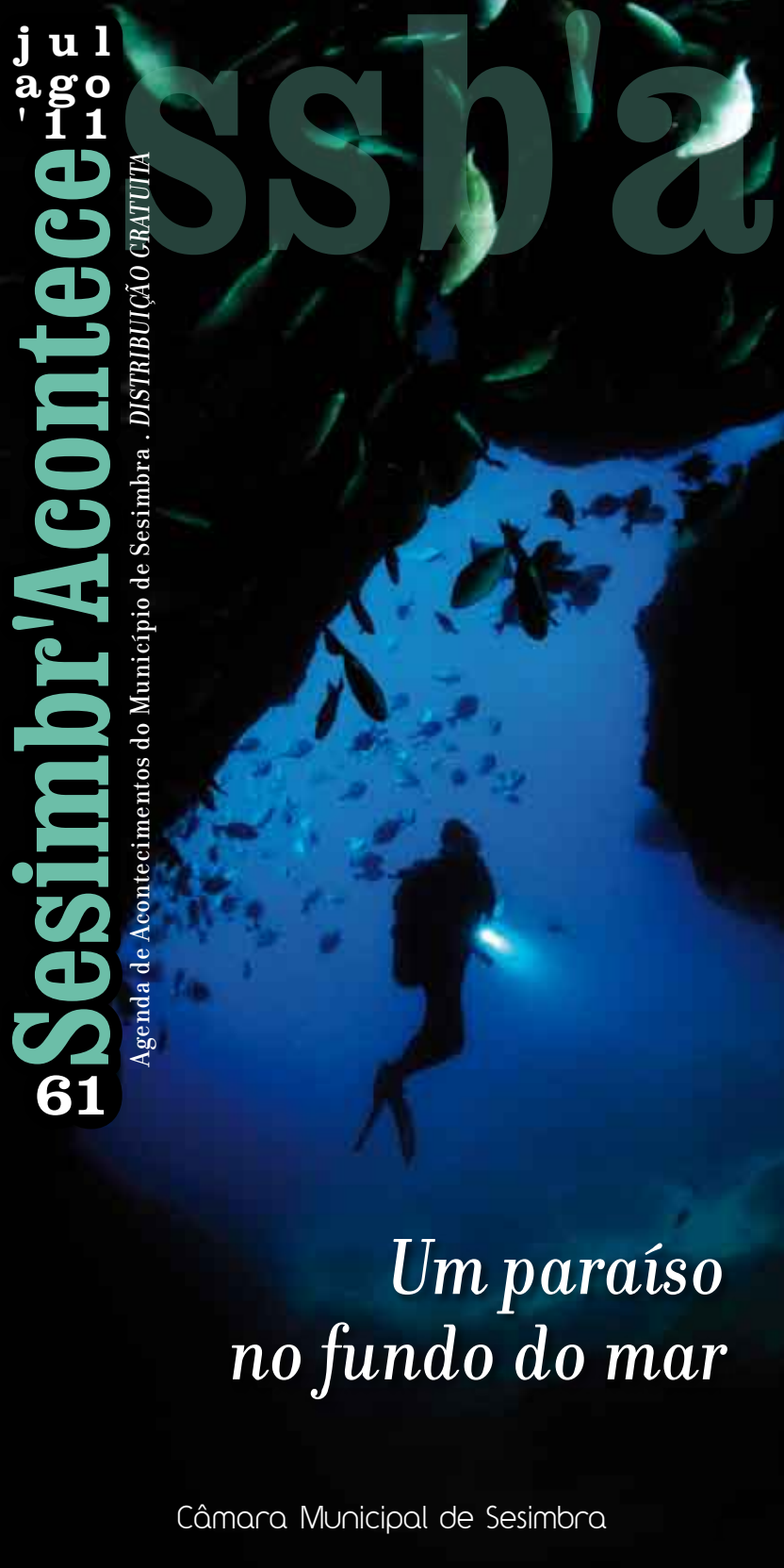




61ª Edição Sesimbr'Acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra . DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

*Um paraíso
no fundo do mar*

Câmara Municipal de Sesimbra

**informação
participação
cidadania**

Sesimbr'Acontece

sumário

ficha técnica

Propriedade

Câmara Municipal de Sesimbra

Director

Augusto Pólvora (Presidente)

**Edição, coordenação, redacção,
fotografia, paginação, revisão
e secretariado**

Cabinete de Informação
e Relações Públicas (GIRP)
Avenida da Liberdade, n.º 7
2970-635 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 90 | Fax: 21 228 86 87

E-mail: girp@cm-sesimbra.pt

Design Gráfico

Rui Dias (direcção de arte)

Bruno Campos (paginação e ilustração)
Raquel Santana (paginação)

Capa

Filomena Sá Pinto

Colaboraram nesta edição

António Reis Marques

Agradecimento

Vânia Santos, Andreia Abreu,
Vittorio Calegero, Anthia Diving
Center, Alberto Correia, José Tourais
José Saleiro, Filomena Sá Pinto

Pré-impressão e impressão

Belgráfica, L.^{da}

Periodicidade

Bimestral

Tiragem

10000 exemplares

ISBN

972-9150-59-1

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

4 editorial

6 tema central

Um Paraíso no Fundo do Mar

10 acontece

destaques **10**

música . teatro . dança **14**

cinema **17**

conferências . ateliês . cursos **19**

feiras . exposições **21**

desporto . movimento . ar livre **23**

...e ainda **29**

...e para os mais novos **30**

36 memórias

*Há 50 anos a água
chegou da Apostiça*

38 à mesa

39 à noite



40 onde ficar

41 o que fazer

42 artes e ofícios

43 sabores

44 património

Batalha no Cabo Espichel - 1180

45 museu

46 fotolegenda

O Jardim

48 favoritos

50 contactos úteis

*A agenda
Sesimbr'Acontece visa
promover e valorizar
a identidade cultural
do concelho
de Sesimbra,
afirmar a diversidade
de oferta
de acontecimentos
e serviços
da responsabilidade
da Câmara Municipal
de Sesimbra
e dos agentes
públicos ou privados
promotores de eventos
no concelho,
e cativar e criar
novos públicos.*

Para divulgar iniciativas, contribuir com sugestões ou receber mensalmente a Sesimbr'Acontece em sua casa contacte-nos através de sesimbracontece@cm-sesimbra.pt. A informação sobre os eventos deve chegar ao CIRP/CMS até dia 8 dos meses pares. Os eventos que não têm indicação da entidade organizadora são da responsabilidade da CMS.

A programação pode ser alterada por motivos imprevistos. A CMS não se responsabiliza pela devolução de material, salvo quando haja solicitação expressa, e reserva-se o direito de seleccionar toda a informação de natureza redactorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.





edit

editorial

Uma paisagem fascinante

A paixão com que os mergulhadores descrevem o fundo do mar de Sesimbra parece-nos muitas vezes desproporcionada. No entanto, imagens como as que publicamos nesta edição da Sesimbr'Acontece, ou como as que encontramos no blogue Sombras de Mar, da autoria de Filomena Sá Pinto, demonstram que esse fascínio tem toda a razão de ser. O mundo subaquático desvenda, sem dúvida, uma variedade de formas e cores surpreendente, só possível de partilhar por aqueles que o conhecem. Para além disso, é um recurso natural importantíssimo, que permite desenvolver um produto turístico que tem crescido nos últimos anos e que se assume, actualmente, como uma das imagens de marca do concelho. O número de escolas instaladas no Porto de Abrigo, a chegada de centenas de praticantes todos os fins-de-semana, o sucesso do Réveillon subaquático e o resultado das campanhas de promoção feitas com base em imagens dos fundos marinhos têm demonstrado que estamos perante uma actividade que tem tudo para dinamizar a economia local, e por esse motivo vai continuar a merecer a nossa atenção. Depois de vermos estas imagens, concluímos que a invulgar beleza do concelho de Sesimbra à superfície se prolonga pelo fundo do mar. O desafio está lançado. Atreva-se a mergulhar em Sesimbra.

Felícia Costa

Vereadora do Pelouro da Cultura

A photograph showing two divers in a blue underwater environment. One diver is in the foreground, slightly to the left, with a trail of bubbles rising from their tank. Another diver is visible in the background to the right. A jellyfish is seen in the upper center of the frame. The bottom of the image is covered in green coral or seaweed.

Um paraíso no fundo do mar

Quando, a pouco e pouco, abandonamos a superfície e começamos a submergir, os movimentos tornam-se suaves. O silêncio é total, e aos primeiros gestos, a sensação de planar absorve-nos. Continuamos a descida, concentrados na respiração, mas à medida que vamos despertando para as formas e cores que nos rodeiam esquecemo-la. Volta a ser um reflexo natural.

As barbatanas impulsionam-nos lentamente e ajudam-nos a controlar os movimentos. Estamos a cerca de 10 metros de profundidade e vemos aproximar-se o primeiro peixe, curioso, que a seguir se afasta, desinteressado. Os mergulhadores que nos acom-

panham fazem-nos sinal para um sargo, e pouco depois mostram-nos um polvo, que, ao sentir-se observado, desliza com elegância para longe. Adiante, os tons laranja denunciam um salmonete, e mesmo por baixo de nós identificamos um linguado, que se move discretamente. Ao sentir-se observado remexe a areia e torna-se praticamente invisível. Paramos, deixamos o corpo “flutuar”, e apercebemo-nos da imensidão de formas de vida que nos rodeiam. Os raios de sol espalham-se pela água cristalina e geram uma luminosidade única. É nessa altura que começamos a compreender a paixão com que os mergulhadores se referem à sua actividade, e sobretudo



a perceber aquilo que os leva, sempre que podem, a vestir um fato, a carregar um equipamento pesado e complexo e a entrar no mar, seja qual for a temperatura.

Há uma diferença que fica clara nesse instante: para quem nunca mergulhou, o mar é o espelho azul que se estende até ao horizonte. Para um mergulhador é muito mais. É tudo o que se esconde sob essa “película”.

E se em tempos, mergulhar foi uma actividade restrita, que exigia grande preparação e material dispendioso, hoje, a tecnologia tornou-a acessível, e há cada vez mais interessados numa primeira experiência, designada por baptismo. Qualquer escola de mergulho de Sesimbra transmite os conceitos básicos e faz um primeiro mergulho acompanhado numa manhã, sem que o formando tenha de se preocupar com nada.

«Sesimbra tem um dos fundos mais

belos da Europa», garantem, convictos, os mais experientes. A azáfama junto às escolas de mergulho aos fins-de-semana comprova-o. Há centenas de mergulhadores. Uns mais experientes, outros à procura do primeiro mergulho. Vânia Santos e Andreia Abreu, adeptas de desportos radicais, chegaram de Cascais a meio da manhã, vestiram o fato, receberam as explicações teóricas e de segurança na Anthia Diving Center e aguardam, ansiosas, a partida do próximo barco. «O que estão a achar?», perguntamos. «Queremos é entrar na água depressa», dizem entusiasmadas. A ouvir a conversa está Vittorio Calogero, 78 anos, um exemplo de que há poucos impeditivos para conhecer o mundo subaquático. O italiano, professor de yoga e macrobiótica, que costuma passar alguns períodos em Portugal, foi desafiado por um amigo a mergulhar no Mar Vermelho. Habitado a viajar



pelo mundo e, sobretudo, a absorver experiências novas, aceitou de imediato, e para se preparar veio a Sesimbra. Depois de um curso em piscina, passou para o mar. Há dois meses que o faz duas a três vezes por semana e é provavelmente o mais sénior dos que mergulham nestas águas.

A história do mergulho em Sesimbra começa em 1958, com a realização do Campeonato Mundial de Caça Submarina. Alberto Correia, 66 anos, um dos primeiros mergulhadores locais, que chegou a fazer parte das equipas de caça submarina do Clube Naval e do Benfica, lembra esses tempos. «Mergulhei durante muitos anos em apneia e só no início dos anos 70 é que me iniciei no mergulho autónomo».

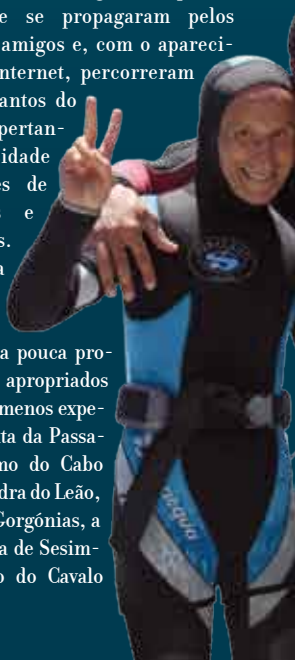
Mais tarde, em 1990, a riqueza subaquática passou a ser vocacionada para fins turísticos, com a instalação da primeira escola de mergulho em Se-

simbra, por José Tourais, um dos mais conceituados instrutores de mergulho em Portugal.

Começou então uma nova época, mais contemplativa e dirigida a um público desejoso de conhecer o universo de vida e cores que se estende desde a Arrábida ao Cabo Espichel.

As primeiras imagens captadas rapidamente se propagaram pelos círculos de amigos e, com o aparecimento da Internet, percorreram os quatro cantos do mundo, despertando a curiosidade de milhares de portugueses e estrangeiros.

Em toda a costa podem ser visitados vários *spots* a pouca profundidade, apropriados a quem tem menos experiência. Ponta da Passagem, próximo do Cabo Espichel, Pedra do Leão, Jardim das Corgónias, a Leste da Baía de Sesimbra, Ribeiro do Cavalo





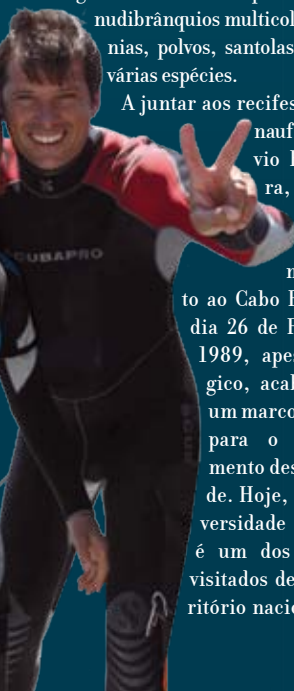
Há uma diferença que fica clara nesse instante: para quem nunca mergulhou, o mar é o espelho azul que se estende até ao horizonte. Para um mergulhador é muito mais. É tudo o que se esconde sob essa “película”.

e Baleeira, ambas a Oeste da vila, são alguns locais onde é possível observar nudibrânquios multicolores, gorgônias, polvos, santolas e peixes de várias espécies.

A juntar aos recifes naturais, o naufrágio do navio River Curaçá, com 175 metros de comprimento, junto ao Cabo Espichel, no dia 26 de Fevereiro de 1989, apesar de trágico, acabou por ser um marco importante para o desenvolvimento desta actividade. Hoje, devido à diversidade de habitats, é um dos spots mais visitados de todo o território nacional, apesar

de estar a cerca de 28 metros de profundidade.

O baptismo de Vânia e Andreia foi feito mais perto da costa, nos “pés de galo”, e a uma profundidade média de 3 metros. Depois da preparação do equipamento – botijas de oxigénio, regulador, máscara, colete e barbatanas – sentaram-se, a medo, na borda do barco e, tal como nos habituámos a ver na televisão, deixaram cair o corpo para trás entrando na água. Carlos Miguel, instrutor da Anthia, seguiu-as de perto. Andreia sentiu-se “em casa” e a expressão, quando veio à superfície, meia hora depois, deixava antever mais uma conquista do mundo subaquático sesimbrense. Vânia teve medo, ao início, mas com coragem tentou o segundo mergulho, que correu muito bem. Quanto a Vittorio, chegou ao barco, pediu ajuda para retirar parte do fato e deitou-se ao sol, a sorrir. Não precisou de articular palavra, pois todos percebemos que a breve viagem ao fundo do mar lhe deu a energia necessária para continuar a viver a vida sem olhar para a idade, como tem feito até aqui.





Jornadas Medievais

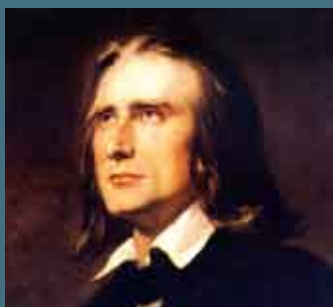
A música está de volta ao Castelo de Sesimbra com a 6.ª edição das Jornadas Medievais, que decorre no último fim-de-semana de Julho. Uma viagem pelas sonoridades da idade média, renascimento e início da época barroca é a proposta do ensemble Rosa Gallica, composto por Gaëlle Coulon, voz e espineta, Mickaël Durand, voz, viola da gamba e espineta, e Daniela Tomaz, flautas e percussão (adufe). Com um repertório dedicado à mulher na época medieval, o projecto Puy de Sons d'Autrefois, que reúne músicos de diferentes nacionalidades, promete um espectáculo

fascinante. David Alegre, voz, vielle e percussão, William Cooley, saltério, alaúde e percussão, Paloma Cutiérrez del Arroyo, voz, saltério e flauta, Sara Mancuso, voz e harpa, e Mario Parravicini, organetto e percussão, vão dar a conhecer as várias facetas femininas, desde a mulher elogiada à mãe, passando pela mulher desconsolada por amor e pela enamorada e correspondida. Os espectáculos têm início às 22 horas.

29 e 30 de Julho | sex e sáb | 22h
Igreja de Nossa Senhora da Consolação do Castelo
(páginas 15 e 16)

Concertos no Palco

Compositor revolucionário, maestro, escritor e humanista, Liszt marcou a sua época. Foi o pianista mais influente do século XIX, não só por ter sido o criador do recital solista, mas em especial pela contribuição que deu ao desenvolvimento da técnica do instrumento. Figura emblemática da geração romântica, pode ser considerado como a “estrela” da história da música. Liszt, a sua obra, hábitos e influências e a época em que viveu vão estar em destaque na próxima conferência-concerto orientada por Carlos Otero. O público também vai subir à cena, não para actuar, mas para assistir ao concerto, um conceito de



espectáculo em que a plateia e artistas estão no mesmo plano, o que gera uma grande proximidade e intimidade.

16 JUL | sáb | 22h
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 14)



Bibliotecas de Praia e de Jardim

Ler um livro à beira-mar ou conhecer as últimas notícias da imprensa diária nacional rodeado pelo verde de um jardim são prazeres que pode desfrutar nas praias da Califórnia, Ouro, Meco e Lagoa de Albufeira e no Parque da Vila, na Quinta do Conde. Para além da leitura, as Bibliotecas de Praia e de Jardim promovem também diversas actividades direccionadas para os mais pequenos, como ateliês, horas do conto e jogos. Estimular a criação e o desenvolvimento de hábitos de leitura durante as férias

de Verão e a ocupação dos tempos livres dos jovens são os principais objectivos do projecto, que já faz parte da história do concelho. Com mais de duas décadas de existência, as bibliotecas já cruzaram gerações e são uma presença indispensável no Verão de Sesimbra.

JUL e AGO

Praias do Ouro, Califórnia, Moinho de Baixo e Lagoa de Albufeira e Parque da Vila, na Quinta do Conde

(página 29)

Feira do Livro de Sesimbra

Entre 22 de Julho e 15 de Agosto, a Praça da Califórnia vai receber mais uma Feira do Livro, que promete voltar a atrair leitores de todas as idades. Esta 8.ª edição oferece, para além de uma grande diversidade de publicações, desde romance à ficção, passando pela literatura infantil, a preços reduzidos, encontros com escritores e *workshops* para os mais novos. Não perca os passatempos no site da autarquia, em www.cm-sesimbra.pt, e na rádio Sesimbra FM e ganhe livros todos os dias. Para participar basta responder correctamente às perguntas que vão sendo colocadas.



22 JUL a 15 AGO | das 12 às 24h

Praça da Califórnia, Sesimbra

(página 21)



Zimbra Mel

No último fim-de-semana de Agosto, o Castelo de Sesimbra recebe a 12.^a edição da ZimbraMel – Feira do Mel da Península de Setúbal. O certame, que atrai todos os anos milhares de visitantes, conta com stands de produtos apícolas, agricultura biológica, queijo da Azoia, pão de fabrico tradicional, doçaria e artesanato. O programa inclui ainda concursos de mel, doces, fotografia e desenho infantil, ateliês para

crianças e animação musical. O evento é organizado pela Câmara Municipal de Sesimbra, Associação de Apicultores da Península de Setúbal e Junta de Freguesia do Castelo. Para facilitar o acesso, a autarquia disponibiliza transporte gratuito a partir do Parque de Merendas do Castelo.

dias 26, 27 e 28 de Agosto | das 10 às 24h
Castelo de Sesimbra
(página 22)

Lojas de Companhia de Sesimbra

Um barco não vive apenas da sua actividade de mar. Todo o trabalho realizado em terra é também essencial, constituindo-se como a fase preparatória de uma nova saída para a pesca. É na Loja de Companhia que se preparam os aparelhos e reparam apetrechos para a próxima viagem. Recordar algumas das estórias e momentos vivenciados nestes espaços é o objectivo da próxima visita guiada, inserida no projecto *Sesimbra: Memória e Identidade*.



20 Ago | sáb | das 9 às 12.30h
(página 29)



5.^{as} Sem Headphones

Este Verão Sesimbra volta a receber a nova geração da música portuguesa. Lufa-Lufa, Zelig, Velha Gaiteira e a banda vencedora do Festival de Música Moderna são as propostas da terceira edição das 5.^{as} Sem Headphones, iniciativa que, durante as quintas-feiras de Julho e Agosto, traz ao Cineteatro Municipal João Mota algumas das bandas em ascen-

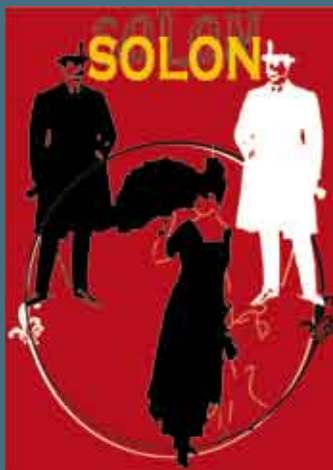
são no panorama musical português. O objectivo passa por, em época de férias escolares, tirar o público mais jovem (e não só) de casa e mostrar-lhes, por um preço simbólico de três euros, o que de melhor se faz na música nacional.

quintas-feiras | 22h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(páginas 14 a 16)

Los Malucos & Companhia

Na entrada para os loucos anos 20, num cabaré em plena Lisboa, uma quadrilha prepara-se para roubar todas as casas de Villar. No meio de muito mistério, surpresas e sedução, Antoinette, Bencoverly e Norwich juntam-se para acabar com o reinado de Villar, mas nem tudo acontece como se espera e no final a história dará uma grande volta. Não perca esta hilariante peça de teatro, intitulada *Solon*, apresentada pelo grupo Los Malucos & Companhia. A entrada é gratuita.



26 e 27 AGO | sex e sáb | 22h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(página 16)



Liszt e a Sua Obra | 16 JUL



Zelig | 21 JUL



1 a 3 JUL

MÚSICA

1º Encontro Europeu de Baterias de Escola de Samba

1 JUL | sex | 23h

Roda de Samba

Sede do G.R.E.S. Bota no Rego

2 JUL | sáb | 22.30h

Grupo Samba Lê Lê

Pavilhão do Grupo Desportivo de Sesimbra

3 JUL | dom | 17h

Mega Bateria

Marginal de Sesimbra

Org.: Grupo Recreativo Escola de Samba Bota no Rego e Grupo Recreativo Escola de Samba Unidos de Geneve (Suíça)

2 JUL | sáb | 17h

MÚSICA

Cátia Marques

Loja Ond@Jovem,
Quinta do Conde

7 JUL | qui | 22h

5.ª SEM HEADPHONES

Foledad

pelos Lufa-Lufa

• Destinatários: M/3

• Bilhete: €3

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

13, 20, 27 JUL | qua | 22h

Noite Brasileira

• Entrada gratuita

Bar Espadarte,
SANA Sesimbra Hotel



14, 15 e 16 JUL | sex, sáb e dom

17º Super Bock

Super Rock

14 JUL | qui

Palco Super Bock

- Arctic Monkeys
- Beirut
- The Kooks
- The Walkmen
- Sean Riley & The Slowriders

Palco EDP

- Lykke Li
- El Guincho
- Tame Impala
- The Glocks

Palco @Meco

- James Murphy
- Nicolas Jaar (live)
- Tim Sweeney
- Tiago
- Rui Murka
- Mary B

15 JUL | sex

Palco Super Bock

- Arcade Fire
- Portishead
- The Gift
- Rodrigo Leão & Cinema Ensemble
- Noiserv

Palco EDP

- Chromeo
- The Legendary Tigerman
- B Fachada
- L.a.

Palco @Meco

- Sven Väth
- Dorian Paic
- Makam (live)
- Rui Vargas & André Cascais
- Groovement Showcase (johnwynes & Kaspar Live)

16 JUL | sáb

Palco Super Bock

- The Strokes
- Slash
- Elbow
- Brandon Flowers
- X-wife

Palco EDP

- Ian Brown
- The Vaccines
- Junip
- Paus

Palco @Meco

- Ricardo Villalobos
- Guillaume & The Coutu Dumonts (live)
- Sascha Dive
- Zé Salvador & João Maria
- Kaesar E Henriq
- Bilhete: €45 (1 dia); €80 (3 dias, campismo incluído)

Herdade do Cabeço da Flauta,
Praia do Meco

Org.: Música no Coração

16 JUL | sáb | 22h

CONCERTOS NO PALCO

Liszt e a Sua Obra

Conferência/Concerto
com Carlos Otero

• Destinatários: M/3

• Bilhete: €5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

18 JUL | seg | 21.30h

FESTAS DE SANTIAGO'11 Cerimónia de Abertura

Escola de Música

Sociedade Musical

Sesimbrense, Sesimbra



Carnaval de Verão | 23 JUL



Luís Taklin | 24 JUL



Festival de Música Moderna

Divulgar e apoiar os mais recentes valores musicais do concelho e incentivar a criação de novos projectos são os objectivos do Festival de Música Moderna de Sesimbra. A avaliação do júri, constituído por músicos profissionais, críticos musicais e organização, terá em conta critérios como a musicalidade, execução, expressão, originalidade e criatividade. A banda vencedora recebe um prémio no valor de 250 euros e actuação garantida no dia 11 de Junho, no Cineteatro Municipal, inserida na iniciativa Quintas Sem Headphones.

A entrada é gratuita.
Org.: Câmara Municipal de Sesimbra e Soundsnaek

9 JUL | sáb | 21.30h
Anfiteatro da Boa Água, Quinta do Conde

19 JUL | ter | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Júlio Panão

Baile popular

Palco junto

à Fortaleza de Sesimbra

19 e 26 JUL | ter | 22h

Noite Latina

• Entrada gratuita

Bar Espadarte,

SANA Sesimbra Hotel

20 JUL | qua | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Nova Galé

Palco junto

à Fortaleza de Sesimbra

21 JUL | qui | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Banda da Sociedade Musical Sesimbrense

Palco junto

à Fortaleza de Sesimbra

21 JUL | qui | 22h

5.ª SEM HEADPHONES

Zelig

• Destinatários: M/12

• Bilhete: €3

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

22 JUL | sex | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Conversas e Acordes

Sociedade Musical

Sesimbrense, Sesimbra

23 JUL | sáb | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Desfile e Baile de Carnaval

Largo da Marinha, Sesimbra

23 JUL | sáb | das 22 à 1h

MÚSICA

Carnaval de Verão

Desfile de Escolas

de Samba

• Inserido no Programa

Integrado de Valorização

da Frente Marítima

de Sesimbra - QREN

Avenida dos Naufragos, Sesimbra

24 JUL | dom | 22h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Luís Taklin

Palco junto

à Fortaleza de Sesimbra

29 JUL | sex | 22h

DANÇA

MGBOOS

• Entrada gratuita

Anfiteatro da Boa Água,

Quinta do Conde

29 JUL | sex | 22h

JORNADAS MEDIEVAIS

Rosa Gallica

Ensemble de Música Antiga

• Caëlle Coulon

• Mickaël Durand

• Daniela Tomaz

• Bilhete: €3

Igreja de Nossa Senhora

da Consolação do Castelo

29 JUL | sex | 19 e 21.30h

TEATRO E MÚSICA

Brincar Sesimbra 2011

Trabalho desenvolvido

durante as Férias Jovens

2011 nas oficinas de Teatro

e Música

• Destinatários: M/3

• Bilhete: €1

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra



Caldeirada | 6 AGO



Velha Gaiteira | 25 AGO

30 JUL | sáb | das 16 às 3h

FESTAS DE SANTIAGO '11**19 Luau de Sesimbra***Praia do Ouro, Sesimbra*Org.: JF Santiago
e associações locais

30 JUL | sáb | 22h

JORNADAS MEDIEVAIS**Puy de Sons d'Autrefois***Música Medieval Cristã*

- David Alegre (voz, vielle e percussão)
- William Cooley (saltério, alaúde e percussão)
- Paloma Gutiérrez del Arroyo (voz, saltério e flauta)
- Sara Mancauso (voz e harpa)
- Mario Parravicini (organetto e percussão)
- Bilhete: €3

Igreja de Nossa Senhora da Consolação do Castelo

6 AGO | sáb | 22h

MÚSICA**Bigodes Eléctrico***Trio Eléctrico**Aldeia do Meco*Org.: Associação Recreativa
Bigodes de Rato
| Apoio: CM Sesimbra

6 AGO | sáb | 22.30h

TEATRO DE RUA**Caldeirada***pelo Teatro Extremo**Marginal de Sesimbra*

11 AGO | qui | 22h

5.ª SEM HEADPHONES**Festival de Música Moderna***Apresentação da banda vencedora*

- Destinatários: M/6
 - Bilhete: €3
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

13 AGO | sáb | 22h

MÚSICA**Tripa Trio***Trio Eléctrico*

• Inserido no Programa Integrado de Valorização da Frente Marítima de Sesimbra - QREN

Percorso: Avenida 25 de Abril e Avenida dos NáufragosOrg.: Tripa Associação
| Apoio: CM Sesimbra

13 AGO | sáb | 22h

MÚSICA**Mighty Tales***pelo Teatro ao Largo*

- Destinatários: M/16
 - Bilhete: €7,5
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

19 AGO | sex | 22h

MÚSICA**Portugal Acústico**

- Destinatários: M/6
 - Bilhete: €5
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

20 AGO | sáb | 22h

CONCERTOS NA CAPELA**Fado de Coimbra**

- Bilhete: €2,5
 - Lotação: 40 lugares
- Capela Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra**

25 AGO | qui | 22h

5.ª SEM HEADPHONES**Velha Gaiteira**

- Destinatários: M/6
 - Bilhete: €3
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

26 a 27 AGO | sex e sáb | 22h

TEATRO**Solon**

- Destinatários: M/12
 - Entrada gratuita (mediante lotação da sala)
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**
Org.: Los Malucos & Companhia
| Apoio: CM Sesimbra

a decorrer ...

JUL e AGO | quintas | 22h

Noite de Jazz

- Entrada gratuita
- Bar Espadarte, SANA Sesimbra Hotel**

JUL e AGO | sextas | 22h

Noite Internacional

- Entrada gratuita
- Bar Espadarte, SANA Sesimbra Hotel**

JUL e AGO | sábados | 22h

Karaoke

- Entrada gratuita
- Bar Espadarte, SANA Sesimbra Hotel**

AGO | terças | 22h

Noite Latina

- Entrada gratuita
- Bar Espadarte, SANA Sesimbra Hotel**

AGO | quartas | 22h

Noite Brasileira

- Entrada gratuita
- Bar Espadarte, SANA Sesimbra Hotel**



Alice no País das Maravilhas | 3 JUL



A Origem | 17 JUL

3 JUL | dom | 22h

ÓSCARES 2011**Alice no País das Maravilhas**

de Tim Burton, com Johnny Deep e Anne Hathaway.
Acção/Aventura; EUA; 2010;
108 min.; M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

10 JUL | dom | 22h

ÓSCARES 2011**Lobisomem**

de Joe Johnston,
com Anthony Hopkins
e Benicio del Toro.
Terror; Reino Unido; 2010;
102 min.; M/16

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

14 JUL | qui | 14.30h

O BAÚ DOS FILMES**Fado História d'uma Cantadeira**

de Perdigão Queiroga

Ciclo - Clássicos Portugueses

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS, lares e público em geral
- Entrada gratuita

Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

17 JUL | dom | 22h

ÓSCARES 2011**A Origem**

de Christopher Nolan,
com Leonardo DiCaprio
e Cillian Murphy.
Ficção Científica; EUA;
2010; 148 min.; M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

Óscares 2011

Os domingos de Julho e Agosto são sinónimo de Óscares em Sesimbra. Ao longo de nove semanas, os filmes nomeados para a cerimónia mais aguardada de Hollywood são recordados no Cineteatro Municipal. Para além de *O Cisne Negro*, que trouxe a Natalie Portman a estatueta de Melhor Actriz Principal, *O Discurso do Rei*, que permitiu o óscar de Melhor Actor Principal a Colin Firth e o de Melhor Filme e Melhor Realizador a Tom Hooper, e *O Último Round*, que possibilitou a Christian Bale e Melissa Leo arrecadarem o prémio de Melhor Actor e Melhor Actriz Secundários, respectivamente, o ciclo exhibe ainda *Alice no País das Maravilhas*, com Johnny Deep e Anne Hathaway, *Lobisomem*, com Anthony Hopkins e Benicio del Toro, *A Origem*, com Leonardo DiCaprio e Cillian Murphy, *A Rede Social*, com Andrew Garfield e Justin Timberlake, *Indomável*, com Jeff Bridges e Matt Damon, e *127 Horas*, com Amber Tamblyn e James Franco. Não perca esta oportunidade de ver ou rever os eleitos de 2011 para o prémio mais cobiçado do mundo cinematográfico.



Jul e Ago | dom | 22h

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra



Último Round | 24 JUL



A Rede Social | 31 JUL

21 JUL | qui | das 14 às 18h

Gato FedorentoSérie Meireles; 2005;
110 min.; M/12

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

28 JUL | qui | das 14 às 18h

Gato FedorentoEsmiúça os sufrágios; 2009;
69 min.; M/12

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

24 JUL | dom | 22h

ÓSCARES 2011**Último Round**de David O. Russell,
com Christian Bale
e Mark Wahlberg.
Biografia; EUA; 2010;
115 min.; M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

31 JUL | dom | 22h

ÓSCARES 2011**A Rede Social**de David Fincher,
com Andrew Garfield
e Justin Timberlake.
Drama; EUA; 2010; 121 min.;
M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

4 AGO | qui | das 14 às 18h

Regresso ao Futuro Ide Steven Spielberg; 1985;
116 min.; M/6

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

7 AGO | dom | 22h

ÓSCARES 2011**O Cisne Negro**de Darren Aronofsky,
com Natalie Portman
e Winona Rider.
Thriller; EUA; 2010; 107 min.;
M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

11 AGO | qui | das 14 às 18h

Regresso ao Futuro IIde Steven Spielberg; 1989;
108 min.; M/6

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

11 AGO | qui | 14.30h

O BAÚ DOS FILMES**Histórias da Vida
na Terra**da responsabilidade
da Fundação Calouste
Gulbenkian.

Ciclo - Documentários

- Episódio 1 – Os Peixes
- Episódio 2 – Os Artrópodes
- Destinatários: idosos dos
centros de dia, IPSS, lares
e público em geral
- Entrada

gratuita

Sala

Polivalente,

Biblioteca

Municipal

de Sesimbra

14 AGO | dom | 22h

ÓSCARES 2011**O Discurso do Rei**de Tom Hooper, com Colin
Firth e Helena Bonham Carter.
Drama; EUA; 2010; 118 min.;
M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

18 AGO | qui | das 14 às 18h

Regresso ao Futuro IIIde Steven Spielberg; 1990;
118 min.; M/6

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

21 AGO | dom | 22h

ÓSCARES 2011**Indomável**de Ethan Coen e Joel Coen,
com Jeff Bridges
e Matt Damon.
Western; EUA; 2010;
110 min.; M/12

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

28 AGO | dom | 22h

ÓSCARES 2011**127 Horas**de Danny Boyle, com Amber
Tamblyn e James Franco.
Acção/Aventura; EUA; 2010;
94 min.; M/16

• Bilhete: €3.5

Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

127 Horas | 28 AGO



Histórias de Avós e Netos | 28 JUL



Poesia à Solta | 25 AGO

5 JUL | ter | 15h

Workshop de Canto

• Destinatários: jovens a partir dos 14 anos
Loja Ond@Jovem,
Quinta do Conde

7, 8 e 9 JUL | qui a sáb
| das 10 às 18h

WORKSHOP Criatividade

• Inscrições: 21 080 96 66 /
Centro de Inovação
e Participação Associativa
CIPA, Quinta do Conde

16 JUL | sáb | das 14.30
às 21.30h

ASTRONOMIA Iniciação à Astronomia

Observação Nocturna
• Inscrições: 21 080 96 66 /
Centro de Inovação
e Participação Associativa
CIPA, Quinta do Conde

28 JUL | qui | 14.30h

A ARTE DO SABER Histórias de Avós e Netos

Ateliê de Leitura
• Destinatários: avós e netos
• Inscrições: 21 228 85 88 /
biblioteca@cm-sesimbra.pt
(gratuitas)
• Inserido nas Comemorações
do Dia Mundial dos Avós
Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

25 AGO | qui | 14.30h

A ARTE DO SABER Poesia à Solta

• Destinatários: idosos dos
centros de dia, IPSS e lares
• Inscrições: 21 228 85 88 /
biblioteca@cm-sesimbra.pt
(gratuitas)
Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

a decorrer ...

JUL e AGO | terça a sábado
| das 14 às 20h

Iniciação e Prática de Guitarra, Piano e Bateria

• Inscrições: 21 210 22 31
Loja Ond@Jovem,
Quinta do Conde



WORKSHOP

A Arte de Cozinhar para Bem Comer

Cozinha Vegetariana

Desde há algumas edições que as Zimbras Estações têm proposto, para além dos espaços de venda de produtos, workshops relacionados com cozinha, orientados pela chefe Marizé. Massas, vegetais e saladas foram alguns dos temas abordados nas acções anteriores, que tiveram grande adesão do público. Desta vez, Marizé vai orientar uma formação para os adeptos da cozinha vegetariana, onde serão confeccionadas saladas de rebentos, caldeirada de tofu e vegetais estufados com algas. A cada passo, a chefe promete ir desvendando alguns dos segredos sobre esta opção alimentar, que conquista cada vez mais seguidores.

2 e 3 JUL | sáb e dom | das 10 às 12.30 e das 15 às 17.30h
Sede do Grupo Recreativo Escola de Samba Unidos
da Vila Zimbra



Iniciação e Prática de Guitarra, Piano e Bateria | JUL e AGO

Iniciação ao Inglês

JUL | das 9 às 18h

**ACTIVIDADES LÚDICAS
E PEDAGÓGICAS**

Academia Santiago

Artes plásticas, praia,
piscina, cinema,
caminhadas, *workshop*
de fotografia, construção
de blogs, apresentações em
powerpoint, campeonatos
de playstation e muito mais.

• Valor: desde €20

• Destinatários: crianças

e jovens dos 7 aos 14 anos

• Inscrições: 21 268 17 34 /

geral@academia-santiago.com

**Academia Santiago,
Rua Fernando Caldeira, 10-A,
Cotovia**

inscrições ...

WORKSHOP

Iniciação ao Inglês

• Destinatários: adultos que
pretendam adquirir ou reciclar
conhecimentos de inglês

• Objectivos: comunicar na
língua inglesa em diferentes
contextos

• Duração: 25 horas (2 vezes
por semana)

• Inscrições: 21 268 17 34 /

geral@academia-santiago.com

**Academia Santiago, Rua
Fernando Caldeira, 10-A,
Cotovia**



CONVERSAS NA CAPELA

**Sesimbra na Pesca em Portugal
(século XII e XVII)**

A costa de Sesimbra está abrigada dos ventos dominantes, que sopram de Norte e Noroeste, privilégio que só tem paralelo na costa Sul do Algarve, desde o Cabo de S. Vicente até ao Guadiana. Por esse motivo foi sempre procurada por pescadores de fora e suscitou o emprego de todos os tipos de artes de pesca. Destaque para o acedar, importante rede de cerco, e um novo modelo de almadrava (armação de atum), introduzidas na segunda metade do séc. XV. Esta sessão das Conversas na Capela, dedicada à pesca de Sesimbra, entre os séculos XII e XVII, tem como orador o Comandante Fernando Gomes Pedrosa, que se dedica há 35 anos ao estudo da história marítima.

• Limite: 40 participantes

• Informações: 21 228 82 06 / 07 / museu@em-sesimbra.pt

29 JUL | sex | 21.30h

Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra



Sesimbra, Portugal e Outros | até 9 JUL



Exposição de pintura de Rui Alves | 12 a 30 JUL

2 e 3 JUL | sáb e dom
| das 10 às 20h

FEIRA DOS AROMAS DE VERÃO

Zimbra Verão'11

- Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal
- Tel.: 21 228 87 14
- E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt

Sociedade Musical Sesimbrense, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra, JF Castelo e JF Santiago | Apoio: Sociedade Musical Sesimbrense e GRES Unidos de Vila Zimbra

3 JUL | dom | das 10 às 20h
FEIRA DE ARTESANATO
Cond'Arte

- Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal
 - Tel.: 21 228 87 14
 - E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt
- Parque da Vila, Quinta do Conde**
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

até 9 de JUL
EXPOSIÇÃO
Sesimbra,
Portugal e Outros

Exposição de pintura
de Teresa Pascoal

- de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h
- Biblioteca Municipal de Sesimbra**

10 e 24 JUL | dom
| das 10 às 23h

FEIRA DE ARTESANATO

Zimbr'Arte

- Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal
 - Tel.: 21 228 87 14
 - E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt
- Praça da Califórnia, Sesimbra**
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

12 a 16 JUL

EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA

10 Anos de Programa Escolhas - Projecto "No Trilho do Desafio"

- de terça a sexta, das 9.30 às 19
 - sábados, das 10 às 18h
- Biblioteca Municipal de Sesimbra**
Org.: Cercizimbra
| Apoio: Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Sesimbra, CM Sesimbra, JF Santiago, JF Castelo, Agrupamentos de Escolas do Castelo e de Sesimbra - Castelo Poente e CNO - Centro de Recursos Educativos e Formação

12 a 30 JUL

Exposição de pintura de Rui Alves

- de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h
- Biblioteca Municipal de Sesimbra**

17 JUL | dom | das 10 às 20h

FEIRA DE ANTIGUIDADES

Quint'Antiga

- Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal
 - Tel.: 21 228 87 14
 - E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt
- Parque da Vila, Quinta do Conde**
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

18 a 25 JUL | das 17 às 24h

FESTAS DE SANTIAGO'11

Artes Decorativas

Sociedade Musical Sesimbrense

19 a 23 JUL

EXPOSIÇÃO

Mostra de Bijutaria

- Fundos revertem a favor da Cercizimbra.
 - de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h
- Biblioteca Municipal de Sesimbra**
Org.: Cercizimbra

22 JUL a 15 AGO

| das 12 às 24h

VIII Feira do Livro de Sesimbra'11

Praça da Califórnia, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra

2 a 13 AGO

EXPOSIÇÃO

Imagens Soltas a Preto e Branco

Exposição de fotografia
de José Couto

- de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h
- Biblioteca Municipal de Sesimbra**



Imagens Soltas a Preto e Branco | 2 a 13 AGO



Sol, Praia e Mar | AGO

2 a 20 AGO

EXPOSIÇÃO

Minha Terra ao Sul

Exposição de pintura

de José Raimundo

• de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h

Biblioteca Municipal de Sesimbra

6 a 15 AGO | das 18 às 24h

ARTES PLÁSTICAS

Romp Nife

Margaret á la Goche

1ª exposição de pintura

de João Manão

Praça da Califórnia, Sesimbra

7 AGO | dom | das 10 às 20h

FEIRA DE ARTESANATO

Cond'Arte

• Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal

• Tel.: 21 228 87 14

• E-mail: feiras.mercados@

cm-sesimbra.pt

Parque da Vila,

Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra

e JF Quinta do Conde

14 e 28 AGO | dom

| das 10 às 23h

FEIRA DE ARTESANATO

Zimbr'Arte

• Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal

• Tel.: 21 228 87 14

• E-mail: feiras.mercados@

cm-sesimbra.pt

Praça da Califórnia, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra

e JF Santiago

20 AGO a 25 SET

ARTES PLÁSTICAS

Casa das Artes

de Sesimbra

• segunda a sexta, das 14 às 17.30, sábados e domingos, das 14 às 19h

Praça da Califórnia, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra

e Casa das Artes de Sesimbra

21 AGO | dom | das 10 às 20h

FEIRA DE ANTIGUIDADES

Quint'Antiga

• Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal

• Tel.: 21 228 87 14

• E-mail: feiras.mercados@

cm-sesimbra.pt

Parque da Vila,

Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra

e JF Quinta do Conde

23 AGO

EXPOSIÇÃO

Cadernos Gráficos

e Outras Coisas

Exposição de cadernos

gráficos e pintura

de Celeste Lopes

• de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h

Biblioteca Municipal de Sesimbra

26, 27 e 28 AGO

FEIRA DO MEL

DA PENÍNSULA DE SETÚBAL

ZimbraMel'11

• Informações: Gabinete de Gestão de Feiras e Mercados da Câmara Municipal

• Tel.: 21 228 87 14

• E-mail: feiras.mercados@

cm-sesimbra.pt

26 e 27 | sex e sáb | das 10 às 24h

28 | dom | das 10 às 23h

Castelo de Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e JF Castelo

a decorrer ...

JUL | terça a sábado

| das 13 às 19h

EXPOSIÇÃO

Entre Sesimbra

e Lisboa

Exposição de Fotografia

de Luís Luz

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

JUL | terça a sábado

| das 14 às 20h

EXPOSIÇÃO

Liberdade Total

Exposição de pintura

a óleo sobre tela de Jorge Rebelo (surrealismo ligeiro)

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

AGO | terça a sábado

| das 13 às 19h

EXPOSIÇÃO

Sol, Praia e Mar

Exposição colectiva

de pintura de alunos

da Escola de Artes Vera

Santos Silva

• Autores: Isabel Ferreira, Victor Branco, Marina Tomás, Lubélia Grácio e David Yan

Loja Ond@Jovem, Sesimbra



ZimbraMel'11
26, 27 e 28 AGO



Observação de Aves | 9 JUL



Nocturna de Voleibol | 16 JUL

1 JUL | sex | das 9 às 13h

PERCURSOS PEDESTRES

Circuito da Cova

- Grau de dificuldade: médio
- Limite: 10 participantes
- Inscrições: (gratuitas)
- 93 998 25 96 / Loja Ond@Jovem, Sesimbra

Ponto de encontro: Varandas da Falésia, Sesimbra

2 JUL | sáb | 9.30h

CANOAGEM

Arrábida Mar

- Preço: €24 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 1 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Portinho da Arrábida (parque de estacionamento do Creiro)

Org.: Vertente Natural

2 e 3 JUL

Sempre a Mexer para Não Envelhecer

Encerramento da época 2010/2011

Actuações das turmas de Gerontomotricidade, Logoterapia, Danças de Salão e Exposição dos trabalhos de Ateliês de Artes e Ofícios

2 JUL | sáb | 16h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

3 JUL | dom | 16h

Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

3 JUL | dom | 9h

COASTEERING

Blue Line

- Preço: €30
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 1 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra.

Org.: Vertente Natural

9 JUL | sáb | das 8 às 13h

OBSERVAÇÃO DE AVES

Aves Selvagens da Península de Setúbal

- Preço: €10
 - Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
 - Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
 - Observações: percurso é feito em viatura dos participantes
- Ponto de encontro: parque de estacionamento Pingo Doce da Carrasqueira**

Org.: Get Around Tours

13 JUL | qua | 10 às 12.30h

PERCURSOS PEDESTRES

Ribeira de Coima

- Objectivo: dar a conhecer a biodiversidade local
- Ponto de encontro: Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde**

16 JUL | sáb | 17h

VOLEIBOL DE PRAIA

Nocturna de Voleibol

- Inserido do Campeonato Regional de Voleibol de Praia
- Praia do Ouro, Sesimbra**
- Org.: Grupo Desportivo de Sesimbra e Associação de Voleibol de Lisboa
- | Apoio: CM Sesimbra

16 JUL | sáb | 10h

CANOAGEM

Lagoa de Albufeira

- Preço: €20
 - Duração: 3 a 4 horas
 - Inscrições: até 14 de Julho
 - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com
- Org.: Ludyesfera - Turismo e Aventura, L.da

17 JUL | dom | 9.30h

ESCALADA

Sector Cu de Judas

- Preço: €17
 - Duração: manhã
 - Grau de dificuldade: médio
 - Inscrições: até 15 de Julho
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Portinho da Arrábida (parque de estacionamento do Creiro)**
- Org.: Vertente Natural

23 JUL | sáb | das 9 às 13h

CIRCUITO PEDESTRE

São Domingos da Baralha

- Preço: €8 (crianças até 12 anos, inclusive, desconto 50%)
 - Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
 - Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: junto ao Cruzeiro do Cabo Espichel**
- Org.: Get Around Tours



Coasteering | 24 JUL



Batismo de Mergulho | 24 JUL

23 JUL | sáb | 9.30h

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: €27 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 22 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra
Org.: Vertente Natural

24 JUL | dom | 9h

COASTEERING

Blue Line Advanced

- Preço: €35
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 22 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra.
Org.: Vertente Natural

24 JUL | dom | 9:30h

PASSEIO PEDESTRE

Calhau de Cova

- Preço: €7.5
 - Duração: 3 horas
 - Inscrições: até 21 de Julho
 - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyefera.com / www.ludyefera.com
- Org.: Ludyefera - Turismo e Aventura, L.da

24 JUL | dom | 9h

MERGULHO

Batismo de Mergulho

- Preço: €50
 - Inscrições: até 21 de Julho
 - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyefera.com / www.ludyefera.com
- Org.: Ludyefera - Turismo e Aventura, L.da

30 JUL | sáb | das 9 às 13.30h

CIRCUITO TURÍSTICO

Sesimbra Tour A

- Preço: €30 (adulto); €26 (menores de 6 anos inclusive)
- Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com

Ponto de encontro: Largo da Marinha
Org.: Get Around Tours

30 JUL | sáb | 9.30h

MULTIACTIVIDADES

Arrábida Terra e Mar

- Preço: €35
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 29 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Portinho da Arrábida (parque de estacionamento do Creiro)
Org.: Vertente Natural

31 JUL | dom | 9.30h

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: €27 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 29 de Julho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra
Org.: Vertente Natural

7 AGO | dom | 9.30h

CANOAGEM

Arrábida Mar

- Preço: €24 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 5 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Portinho da Arrábida (parque de estacionamento do Creiro)
Org.: Vertente Natural

9 AGO | ter | 10h

PASSEIO DE BARCO

Travessia do Cabo

- Preço: €27
- Duração: 2 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 8 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

Ponto de encontro: Cais Marítimo-Turístico, Porto de Abrigo de Sesimbra
Org.: Vertente Natural





Canoagem - Sesimbra Selvagem | 31 JUL

Percursos Pedestres | 12 AGO



BTT pelo Património

Os percursos de bicicleta de todo o terreno pelo património são uma forma de conhecer a história de Sesimbra e ao mesmo tempo praticar uma actividade física em contacto com a natureza. Este mês, os participantes vão poder percorrer os caminhos entre a Azoia, Caixas, Fornos e Aguncheiras, no primeiro passeio, e visitar as piscinas naturais do Regatão, no segundo trajecto. A actividade é acompanhada por guias, que, em cada paragem, fazem um enquadramento do local e da sua história.

Os passeios têm um grau de dificuldade médio/baixo e duram aproximadamente três horas. As inscrições, gratuitas, podem ser efectuadas até às 12.30 horas do dia anterior à visita.

- Preço: €2 seguro (excepto os participantes que já o possuam a título pessoal)
- Percorso: 20 quilómetros
- Inscrições: (gratuitas) 21 228 82 46 / 93 998 24 85 / desporto@cm-sesimbra.pt

9 JUL | sáb | 9h

Azoia - Caixas - Fornos - Aguncheiras

30 JUL | sáb | 9h

Azoia - Piscinas Naturais

Ponto de encontro: Grupo Desportivo União da Azoia

12 AGO | sex | das 9 às 13h

PERCursos PEDESTRES

Maravilhas das Aguncheiras

- Grau de dificuldade: médio
 - Limite: 10 participantes
 - Inscrições: 93 998 25 96 / Loja Ond@Jovem, Sesimbra (gratuitas)
 - Inserido nas Comemorações do Dia Internacional da Juventude
- Ponto de encontro: café Retiro dos Amigos, Azoia**

13 AGO | sáb | 9h

COASTEERING

Blue Line

- Preço: €30
 - Duração: manhã
 - Grau de dificuldade: médio
 - Inscrições: até 12 de Agosto
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra**
Org.: Vertente Natural

12 AGO | sex | 10 às 12.30h

PERCursos PEDESTRES

Ribeira de Coina

- Objectivo: dar a conhecer a biodiversidade local
 - Inserido nas Comemorações do Dia Internacional da Juventude
- Ponto de encontro: Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde**



Canoagem - Sesimbra Selvagem | 15 AGO



Gente Activa | segundas e quartas

13 AGO | sáb | das 9 às 13h

CIRCUITO TURÍSTICO

Sesimbra West Coast -Tour F

- Preço: €30 (adulto);
- €26 (menores de 6 anos inclusive)
- Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha**

Org.: Get Around Tours

14 AGO | dom | 9.30h

ESCALADA

Sector Portugal dos Pequeninós

- Preço: €17 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: alto
- Inscrições: até 12 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

15 AGO | seg | 9.30h

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: €27 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 12 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

18 a 21 AGO | das 9 às 12

e das 16 às 19h

Nivea KIN-Ball Sun 2011

Praia do Ouro, Sesimbra

Org.: Visual | Apoio: CM Sesimbra

20 AGO | sáb | das 9 às 13h

PASSEIO PEDESTRE

Praia da Baleeira

- Preço: €8 (crianças até 12 anos, inclusive, desconto 50%)
- Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: junto ao Cruzeiro do Cabo Espichel**

Org.: Get Around Tours

21 AGO | dom | 9h

COASTEERING

Blue Line Advanced

- Preço: €35
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 19 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

23 AGO | ter | 10h

PASSEIO DE BARCO

Travessia do Cabo

- Preço: €27
- Duração: 2 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 22 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Cais Marítimo-Turístico, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

27 AGO | sáb | das 9 às 17h

CIRCUITO TURÍSTICO

3 Castelos

- Preço: €45 (adulto);
- €41 (menores de 6 anos inclusive)
- Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha**

Org.: Cet Around Tours

27 AGO | sáb | 9.30h

CANOAGEM

Sesimbra Selvagem

- Preço: €27 (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 26 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

27 AGO | sáb | 10h

CANOAGEM

Sesimbra - Praia do Ribeiro de Cavalo

- Preço: €22
- Duração: 3 a 4 horas
- Inscrições: até 25 de Agosto
- Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com
- Org.: Ludyesfera - Turismo e Aventura, L.da



Circuitos Terrestres - Serra da Arrábida | segunda a sexta



Colfinhos do Sado | domingos

28 AGO | dom | 9h

COASTEERING

Blue Line

- Preço: €30
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 26 de Agosto
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Loja 6, Porto de Abrigo de Sesimbra.**

Org.: Vertente Natural

a decorrer ...

de segunda a sexta

| das 9 às 13h

CIRCUITOS TERRESTRES

Castelo de Sesimbra, Praia do Meco e Santuário do Cabo Espichel

- Preço: €30 (adultos); €15 (menores de 12 anos, inclusive)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 2 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha (em frente ao Posto de Turismo)**

Org.: Zimbra Regular Tours

de segunda a sexta

| das 14 às 18h

CIRCUITOS TERRESTRES

Caves de Azeitão, Serra da Arrábida e Fábrica de Azulejos

- Preço: €30 (adultos); €15 (menores de 12 anos, inclusive)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 2 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha (em frente ao Posto de Turismo)**

Org.: Zimbra Regular Tours

sábados | das 9.30 às 18h

CIRCUITOS TERRESTRES

Belém, Centro Histórico e Expo 98

- Preço: €35 (adultos); €20 (menores de 12 anos, inclusive)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 4 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha (em frente ao Posto de Turismo)**

Org.: Zimbra Regular Tours

domingos | das 8.30 às 13.30h

Golfinhos do Sado

- Preço: €50 (adultos); €30 (menores de 12 anos, inclusive)
- Cascais, Estoril e Lisboa (mais €25 por pessoa) / Sintra, Fátima e Évora (por pedido)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 4 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Almoço livre
- Ponto de encontro: Largo da Marinha (em frente ao Posto de Turismo)**

Org.: Zimbra Regular Tours

segundas e quartas

| das 19 às 20h

Gente Activa

- Inscrições e informações: 93 998 24 85 / Divisão de Desporto da CMSesimbra
- Grupo Desportivo de Sesimbra**

Caminhar

- quartas, das 17.30 às 19h
- Loja Onda Jovem de Sesimbra**
- segundas, das 17.30 às 19h
- Pavilhão Municipal de Sampaio**
- segundas e quartas, das 18 às 19.30h
- Pavilhão Municipal da Quinta do Conde**





Yoga na Praia | AGO



À Descoberta do Castelo | sábados

JUL e AGO | quartas

Pictionary de Praia

Mar um Recurso a Preservar

- Limite: 20 participantes
- Inscrições: 21 228 85 40 / Posto de Turismo de Sesimbra

6 e 27 JUL, e 17 AGO

Praia do Ouro

13 JUL, 3 e 24 AGO

Praia do Moinho de Baixo

20 JUL, 10 e 31 AGO

Praia da Califórnia

AGO | quartas e sábados | 19h

Yoga na Praia

- Preço: €2 (adultos); €1 (crianças)
- Informações: 21 223 21 01 / 96 524 52 57 /

yogasesimbra@gmail.com

Praia da Califórnia (junto às rochas), Sesimbra

Org.: Centro do Yoga – Áshrama

sábados | 11h

VISITAS GUIADAS

À Descoberta do Castelo de Sesimbra

- Duração: 1 hora
- Inscrições: 21 228 85 40 / Posto de Turismo de Sesimbra (mínimo 4 participantes)
- Limite: 15 participantes

Castelo de Sesimbra



BANDEIRA AZUL

Percursos Interpretativos

Conhecer a história das armações na Praia do Calhau da Cova e percorrer a rota dos apanhadores de algas até à Praia da Baleeira, profissão que deixou de existir no concelho há mais de 20 anos, são as propostas dos próximos percursos interpretativos, promovidos no âmbito do Programa Bandeira Azul da Europa. Ao longo dos trajectos, é também possível observar a fauna e flora características da Serra da Arrábida. As iniciativas são conduzidas pelo Núcleo de Espeleologia da Costa Azul.

- Limite: 20 participantes
- Inscrições: 21 228 85 40 / Posto de Turismo de Sesimbra (mínimo 12 participantes)
- Ponto de encontro: Centro Documentação Rafael Monteiro

31 JUL | dom | 9h

O Refúgio das Armações

Praia do Calhau da Cova, Sesimbra

28 AGO | dom | 9h

Na Rota dos Apanhadores de Algas

Praia da Baleeira, Sesimbra





Sardinhada do Idoso | 23 JUL



Lotas de Companhia de Sesimbra | 20 AGO

1 JUL a 31 AGO

TEMPO LIVRE

Bibliotecas de Praia e de Jardim

Bibliotecas de Praia

- de segunda a sexta, das 10 às 13 e das 16 às 19h
Praias do Ouro e Califórnia
- de segunda a sexta, das 10 às 13 e das 15 às 18h
Praias do Meco e Lagoa de Albufeira

Biblioteca de Jardim

- de sexta a terça, das 9 às 12 e das 17 às 20h
Parque da Vila, Quinta do Conde

1 a 3 JUL

GASTRONOMIA

2º Festival do Caracol

1 e 2 JUL | sex e sáb

| das 18 à 1h

3 JUL | dom | das 18 às 24h
Largo da Junta de Freguesia, Quinta do Conde

Org.: JF Quinta do Conde
| Apoio: CM Sesimbra

9 JUL | sáb | das 16 às 1h

BENEFICÊNCIA

Festival de Verão da Bianca

Jogos tradicionais populares, demonstração de Krav Maga, MGBOS, demonstração cães de obediência, Karaté, Ginástica acrobática dos Redondos, Núcleo Karaté Coju Ryu, concursos surpresa, José Carlos (artista de variedades), Dj Pepper - Back to the Oldies, insufláveis, pinturas faciais e bancas de artigos diversos, jogos e comes e bebes.

Mercado do Levante da Lagoa de Albufeira, Sesimbra

Org.: Associação Bianca
| Apoio: CM Sesimbra; JF Santiago; JF Castelo; Sesimbra FM; Union Jacs; Pepper; Auto Sesimbra; Quinta Vinha da Ribeira; Casa de Maria; Cozinha com Custo; Comércio do Seixal e Sesimbra; Frontline Combo; Jumbo Natureza; AP Design e Pexito do Campo

9 JUL | sáb | 17h

Festa do Diálogo Intercultural

Música, gastronomia

e artesanato de vários países

Parque da Vila, Quinta do Conde

23 JUL | sáb | das 11.30 às 18h

CONVÍVIO

Sardinhada do Idoso

- Destinatários: população sénior do concelho
 - Informações: 21 228 82 37 / Serviço de Acção Social da Câmara Municipal
 - Observações: para participar terá de ser sócio ou utente de uma das IPSS ou lar particular do concelho
- Herdade da Apostiga**

20 AGO | sáb | das 9 às 12.30h

SESIMBRA: MEMÓRIA IDENTIDADE

Lojas de Companhia de Sesimbra

visita guiada

- Inscrições: 21 228 82 06 / 07 / museu@cm-sesimbra.pt
 - Limite: 25 participantes
 - Transporte incluído
- Ponto de encontro: terminal rodoviário, Sesimbra**

a decorrer ...

Arte Xávega

- segundas, quintas e sábados, das 6 às 9 e das 19 às 21h
Praia da Califórnia, Sesimbra
- quintas, sextas e sábados, das 6 às 9 e das 19 às 21h
Praia do Ouro, Sesimbra
- todos os dias, a partir das 19h
Praia do Meco

VISITAS GUIADAS

Biblioteca Municipal

- Destinatários: grupos organizados
- Inscrições: (gratuitas) 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

JUL e AGO | das 14.30

às 19 e das 21 às 23.30h

HORÁRIO DE VERÃO

Museu Municipal

- Observações: os restantes espaços museológicos continuam com os horários normais
- Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra**

AGO | ter e qui | 16h

OBSERVAÇÃO SOLAR

Astronomia no Verão

Ponto de encontro: Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde



...e acontece para os mais novos...



Come a Sopa Marta | 5 JUL



História Para Meninos "Não Quero"

O CONTO NO ESPAÇO

Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

7 JUL | qui | 10.30h

HISTÓRIA PARA

MENINOS "NÃO QUERO"

A História da Princesa e do Garfo

de Vanda Gonçalves

14 JUL | qui | 10.30h

HISTÓRIA PARA

MENINOS "NÃO QUERO"

A História do Menino Não Quero

de Vanda Gonçalves

21 JUL | qui | 10.30h

HISTÓRIA PARA

MENINOS "NÃO QUERO"

A História do Mágico Distraído

de Vanda Gonçalves

28 JUL | qui | 10.30h

Alto da Barca do Castigo

de Sara Rodrigues

4 AGO | qui | 10.30h

A Estrela dos Desejos

de M. Christina Butler

11 AGO | qui | 10.30h

Os 7 Cabritinhos

de Júlia Donaldson

18 AGO | qui | 10.30h

O Grufalão

de Júlia Donaldson
e Axel Scheffler

25 AGO | qui | 10.30h

A Formiga Horripilante

de Liz Pichón

HORA DO CONTO

5 JUL | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Come a Sopa Marta

de Marta Torrão

dinamizado

por Ana Paula Otero

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

7 JUL | qui | 15h

É Tão Injusto!

de Pat Thomson

com ilustrações

de Jonathan Allen

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

9 JUL | sáb | 11h

É Tão Injusto!

de Pat Thomson

com ilustrações

de Jonathan Allen

• Destinatários: pais e crianças

Sala do Conto, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

12 JUL | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Nadadorzinho

de Leo Lionni

dinamizado

por Ana Paula Otero

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

14 JUL | qui | 15h

Uma Biblioteca

é Uma Casa Onde

Cabe Toda a Gente

de Mafalda Milhões

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

19 JUL | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Mago Goma

de Toño Núñez

dinamizado

por Ana Paula Otero

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

21 JUL | qui | 15h

O Sonho

do Ursinho Rosa

de Roberto Aliaga com

ilustrações de Helga Bansch

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

23 JUL | sáb | 11h

A Zebra Camila

de Marisa Núñez

e Óscar Vilán

• Destinatários: pais e crianças

Sala do Conto, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

26 JUL | ter | 15h

A Ovelhinha

Que Veio Para o Jantar

de Steve Smallman

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

27 JUL | qua | 14.30h

VOLUNTARIADO

Hoje Temos Visitas...

A Avó Celestina Vem à

Biblioteca Contar Histórias

dinamizado

por Celestina Baptista

• Destinatários: crianças

dos 5 aos 12 anos

• Inscrições: 21 228 85 88 /

biblioteca@cm-sesimbra.pt

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca

Municipal de Sesimbra



O Urso Resmungão | 28 JUL



Era Uma Vez Uma Velhinha | 18 AGO

28 JUL | qui | 15h
O Urso Resmungão
 de Steve Smallman
 com ilustrações de Cee Biscoe
 • Destinatários: pais e crianças
Pólo de Leitura
 da Quinta do Conde

4 AGO | qui | 11h
Vamos à Caça do Urso
 de Helen Oxenbury
 e Michael Rosen
 • Destinatários: pais e crianças
Pólo de Leitura
 da Quinta do Conde

6 AGO | sáb | 11h
Vamos à Caça do Urso
 de Helen Oxenbury
 e Michael Rosen
 • Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

11 AGO | qui | 15h
Perdido e Achado
 de Oliver Jeffers
 • Destinatários: pais e crianças
Pólo de Leitura
 da Quinta do Conde

18 AGO | qui | 15h
Era Uma Vez Uma Velhinha
 de Jeremy Holmes
 • Destinatários: pais e crianças
Pólo de Leitura
 da Quinta do Conde

20 AGO | sáb | 11h
Era uma vez uma Velhinha
 de Jeremy Holmes
 • Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

25 AGO | qui | 15h
Dançar nas Nuvens
 de Vanina Starkoff
 • Destinatários: pais e crianças
Pólo de Leitura
 da Quinta do Conde

a decorrer ...

JUL e AGO
BIBLIOTECAS DE PRAIA
Histórias à Beira-mar
Hora do Conto
 • Destinatários: pais e crianças
quartas | 10h |
Biblioteca da Praia do Ouro
quartas | 11.30h |
Biblioteca da Praia
da Califórnia
sextas | 15h |
Biblioteca da Praia
do Moinho de Baixo
sextas | 16.30h |
Biblioteca da Praia
da Lagoa de Albufeira

JUL e AGO | terças | 17.30h
BIBLIOTECAS DE JARDIM
Histórias no Jardim
Hora do Conto
 • Destinatários: pais e crianças
Biblioteca de Jardim do Parque
da Vila, Quinta do Conde

EXPRESSÃO PLÁSTICA
Espaço Zambujal
 Inscrições: 21 087 08 45
 Org.: JF Castelo

7 JUL | qui | 14.30h
Vem Criar
uma Piscina em 3D
 • Limite: 15 crianças

14 JUL | qui | 14.30h
Vamos Criar um Campo
de Futebol em 3D
 • Limite: 15 crianças

21 JUL | qui | 14.30h
Vamos Criar
um Ginásio em 3D
 • Limite: 15 crianças

28 JUL | qui | 14.30h
Vamos Criar
uma Pista de Atletismo
 • Limite: 15 crianças

4 AGO | qui | 14.30h
Vem Criar
uma Floresta em 3D
 Limite: 15 crianças

11 AGO | qui | 14.30h
Vamos Criar
o Fundo do Mar em 3D
 Limite: 15 crianças

18 AGO | qui | 14.30h
Cria um Gato
e um Cão
a Partir de um Balão
 Limite: 15 crianças

20 AGO | sáb | 15h
Cães e Gatos
em Origami
 Limite: 15 crianças

25 AGO | qui | 14.30h
Vamos Criar
uma Quinta em 3D
 Limite: 15 crianças

27 AGO | sáb | 14.30h
Vamos dar Cor
à Areia da Praia
e Criar Quadros
bem Coloridos
 Limite: 15 crianças

...e acontece para os mais novos...



Faz do Sol o Teu Amigo | 1 JUL



Pega-monstros | 9 JUL

ACTIVIDADE FÍSICA

Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

9 e 23 JUL | sáb | 15h

Kids Combat

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças

16 JUL | sáb | 15h

Jogos com Água

- Limite: 15 crianças

6 e 13 AGO | sáb | 15h

Kids Combat

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças

a decorrer ...

JUL e AGO | terças | 14.30h

Jogos Lúdicos

- Limite: 15 crianças

JUL e AGO | sextas | 10.30h

Hip Hop

OFICINAS E ATELIÊS

1 JUL | sex | 15h

CRESCER EM SEGURANÇA

Faz do Sol o teu Amigo

Autoprotecção

dinamizado pela Protecção Civil da Câmara Municipal de Sesimbra

- Destinatários: crianças dos 7 aos 12 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

2 JUL | sáb | 15h

ATELIÊ

Pulseiras de Trapo

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

5 JUL | ter | 10.30h

Vamos Descobrir...

O Que Rima

com Natação...

- Destinatários: crianças e jovens
- Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

7 JUL | qui | 15h

EXPRESSÃO PLÁSTICA

Constrói o teu Móvil

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

7 e 21 JUL | qui | das 10.30 às 12h

VOLUNTARIADO

Tradição e Jogo

Quintas-feiras lúdicas

dinamizado por Lurdes Beatriz e Iolanda Esteves

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

9 JUL | sáb | das 14 às 18h

ATELIÊ

Pega-monstros

- Destinatários: crianças a partir dos 8 anos
- Loja Ond@Jovem, Sesimbra**

12 JUL | ter | 10.30h

Vamos Descobrir...

O Que Rima

com Futebol...

- Destinatários: crianças e jovens
- Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

14 JUL | qui | das 14 às 18h

ATELIÊ

Jogos Populares

- Destinatários: crianças a partir dos 8 anos
- Loja Ond@Jovem, Sesimbra**

16 JUL | sáb | 15h

ATELIÊ

Um Mar na Garrafinha

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

19 JUL | ter | 10.30h

Vamos Descobrir...

O Que Rima

com Ginástica...

- Destinatários: crianças e jovens
- Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

21 JUL | qui | 15h

EXPRESSÃO PLÁSTICA

Constrói o Jogo Vaivém

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

26 JUL | ter | 10.30h

Vamos Descobrir...

O Que Rima

com Atletismo...

- Destinatários: crianças e jovens
- Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo



**Construção
de Papagaios
de Papel | 26 AGO**

Vamos Fazer Um Batido de Fruta | 30 JUL

30 JUL | sáb | 15h

Vamos Fazer um Batido de Fruta

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

30 JUL | sáb | 15h

VOLUNTARIADO

Transformas As Tuas Calças Numa Mala

Oficina da Mané

dinamizado

por Maria Manuel Santos

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

2 AGO | ter | 10.30h

Escrita Criativa...

Os Animais Selvagens

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

4 AGO | qui | 15h

EXPRESSÃO PLÁSTICA

Constrói o Jogo dos Cubos

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

9 AGO | ter | 10.30h

Escrita Criativa...

Animais Marinhos

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

13 AGO | sáb | 15h

ATELIÊ

Estampa

o Teu Saco de Praia

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

16 AGO | ter | 10.30h

Escrita Criativa...

Animais Domésticos

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

16, 23 e 30 AGO | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Vamos Ilustrar

um Conto!

Ateliê de ilustração

dinamizado

por Ana Paula Otero

• Destinatários: crianças

dos 8 aos 12 anos

• Inscrições: 21 210 10 22

(Inês Santos)

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

18 AGO | qui | 15h

EXPRESSÃO PLÁSTICA

Constrói o Teu Painei

de Fotos e Recados

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

19 AGO | sex | das 14 às 18h

ATELIÊ

Jogos Populares

• Destinatários: crianças

a partir dos 8 anos

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

23 AGO | ter | 10.30h

Escrita Criativa...

Animais da Quinta

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

26 AGO | sex | das 14 às 18h

WORKSHOP

Construção de Papagaios de Papel

• Destinatários: crianças

a partir dos 8 anos

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

27 AGO | sáb | 15h

ATELIÊ

Quadro de Areia

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

Sala do Conto, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

30 AGO | ter | 10.30h

Escrita Criativa...

Animais do Deserto

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

a decorrer...

terças e quintas | 16h

Leitura e Ateliê

• Destinatários: pais e crianças

Pólo de Leitura

da Quinta do Conde

JUL e AGO | terças e quintas

Companhia

das Leituras e das Artes

• Destinatários: crianças

a partir dos 8 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

...e acontece para os mais novos...



Bibliotecas de Jardim | JUL e AGO **As Aventuras de Sammy - A Passagem Secreta | 6 JUL**

JUL

BIBLIOTECAS DE PRAIA **Parque Marinho** **Professor** **Luiz Saldanha**

Ateliê

terças | 15h

Biblioteca da Praia do Ouro

terças | 16.30h

Biblioteca da Praia
da Califórnia

quartas | 15h

Biblioteca da Praia
do Moinho de Baixo

quartas | 16.30h

Biblioteca da Praia
da Lagoa de Albufeira

Dinamização: MARGov

sextas | das 15 às 17h

WORKSHOP

Vem Navegar **em Segurança**

• Destinatários: crianças
dos 6 aos 12 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

JUL e AGO

BIBLIOTECAS **DE PRAIA E DE JARDIM** **Quem Foi à Biblioteca** **Descobriu ...**

Oficina

• Destinatários: crianças

segundas | 16h

Bibliotecas de Praia

segundas | 18h

Biblioteca de Jardim

quintas | 10.30h

Bibliotecas de Praia

sexta | 10h

Biblioteca de Jardim

sexta | 10.30h

Bibliotecas de Praia

sábado | 18h

Biblioteca de Jardim

Bibliotecas de Praia **e de Jardim**

Para além da promoção do livro e da leitura, as Bibliotecas de Praia e de Jardim dinamizam animações especialmente vocacionadas para o público infantil e juvenil, tais como pequenas dramatizações de histórias, teatros de marionetas, ateliês de expressão plástica, dramática e corporal, sessões de contos e jogos, que se têm assumido como uma das principais componentes do projecto. Todos os anos, centenas de crianças e jovens ocupam desta forma o tempo livre durante as férias de Verão. Horas do conto, oficinas sobre a Biblioteca e ateliês sobre o Parque Marinho Professor Luiz Saldanha são as propostas para este ano. Na praia ou no jardim, diverte-te na companhia dos livros.

Praias do Ouro, Califórnia,
Meco e Lagoa de Albufeira e
no Parque da Vila, na Quinta
do Conde

JUL e AGO | sex | 14.30h

Karaoke

• Destinatários: crianças e jovens

• Inscrições: 21 087 08 45

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

SUGESTÕES

1 JUL | sex | 10h

EXPOSIÇÃO

O Tubarão na Banheira

Exposição de telas feitas
nas escolas alusivas

à Quinzena da Criança

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

2 JUL | sáb | 11h

DESCOBRINDO A BEBETECA

Onde Está a História?

Nuaahhh...! Há! Há!

• Destinatários: bebés até aos 36
meses acompanhadas pelos pais

Bebeteca, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

6 JUL | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

As Aventuras de Sammy **- A Passagem Secreta** *de Ben Stassen*

• Destinatários: M/6

• Inscrições: 21 087 08 45

• Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

13 JUL | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Entrelaçados

de Byron Howard, Nathan Greno

• Destinatários: M/4

• Inscrições: 21 087 08 45

• Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo





Nanny McPhee e o Toque de Magia | 10 AGO



Como Treinares o Teu Dragão | 24 AGO

20 JUL | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Gru - O Maldisposto

*de Chris Renaud
e Pierre Coffin*

- Destinatários: M/6
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

27 JUL | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Toy Story 3

de Lee Unkrich

- Destinatários: M/4
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo



**Toy Story 3
27 JUL**

3 AGO | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Fantástica Aventura na Quinta

de Tony Loeser

- Destinatários: M/4
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

10 AGO | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Nanny McPhee e o Toque de Magia

de Susanna White

- Destinatários: M/6
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo



13 AGO | sáb | 11h

DESCOBRINDO A BEBETECA Onde Está a História? Nuaahhh...! Há! Há!

- Destinatários: bebés até aos 36
meses acompanhadas pelos pais
**Bebeteca, Biblioteca
Municipal de Sesimbra**

17 AGO | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Megamind

de Tom McGrath

- Destinatários: M/6
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

24 AGO | qua | 10.30 e 14.30h

CINEMA

Como Treinares o Teu Dragão

*de Dean DeBlois
e Chris Sanders*

- Destinatários: M/6
- Inscrições: 21 087 08 45
- Inserido no projecto
Verão no Espaço Zambujal
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

a decorrer ...

ESPAÇO FILMES Filmes Para Ver, ao Espaço Vem Escolher

- Informações: 96 241 73 27 /
21 087 08 45
Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

JUL | qua, sex e sáb | 15h

Clube de Cinema ANIME

**Loja Ond@Jovem,
Quinta do Conde**

Há 50 anos a água chegou



Não será demais recordarmos que Sesimbra, muitos anos antes da maioria das vilas e cidades do país, já possuía um serviço de abastecimento domiciliário de água.

E isso deveu-se à corajosa iniciativa do Dr. António Peixoto Correia, um dos mais probos e dedicados sesimbrenses que tiveram assento na administração municipal e que, no ano de 1908, portanto ainda em vigência da monarquia, conseguiu dotar a nossa terra com tão relevante melhoramento.

Servindo inicialmente a vila, Santana e povoações circunvizinhas, com o decorrer dos anos e o aumento do número de consumidores, devido ao crescimento demográfico e urbano, os caudais da região da Fonte de Sesimbra tornaram-se insuficientes.

Essa situação revelava-se mais grave durante o estio, havendo anos em que a falta de água obrigou a Câmara não só a interromper o seu fornecimento durante a noite e até em algumas horas do dia, mas também a recorrer à aber-

tura de antigos poços, como aquele que existia no Largo do Jardim.

O problema da incapacidade do serviço durante a época balnear, refletiu-se negativamente na imagem que Sesimbra tinha adquirido como estância de veraneio.

Impunha-se, portanto, procurar solução para tão premente problema. Assim, no ano de 1958 a Câmara, que era presidida pelo eng.^o José Roquette, promoveu as primeiras diligências nesse sentido, com as pesquisas para a localização de novos caudais que viriam a ter sucesso com a descoberta da grande reserva de água no vale da Apostiça, cuja qualidade foi considerada das melhores do país.

Aliás a nossa terra teve sempre água de boa qualidade, pois até antes de existir distribuição ao domicílio, já o precioso líquido que era recolhido nos vários poços e fontes da vila tinha esse atributo.

Comprovada a importância daquele extenso lençol aquífero do concelho, procedeu-se depois à elaboração dos respectivos projectos pelo que, no ano de 1960,

u da Apostiça



foi aberto o concurso para a realização das obras necessárias e cuja base de licitação era de três milhões e seiscentos mil contos.

Tratava-se da 1.^a fase do empreendimento, que levou à criação de um moderno e eficaz serviço de fornecimento de água e compreendia uma conduta entre a nova estação elevatória e o reservatório de Santana, bem como a adutora entre este e os depósitos da vila.

Posteriormente, e com a instalação do equipamento de captação, edificação da residência do encarregado do seu funcionamento e a construção, a uma cota de cerca de 120 metros, de um reservatório perto da vila, para permitir o regular provimento às zonas mais altas, ficou concluída a obra que fez mudar da Fonte de Sesimbra para o lugar da Apostiça, a partir de 1961, o serviço municipal de fornecimento de água.

E embora a uma distância de 50 anos e a disponibilidade de maiores capacidades técnicas, esteve presente o mesmo problema surgido na estação da Fonte de Sesimbra: a capacidade da bomba e do motor que a accionava para fazer elevar

Aliás a nossa terra teve sempre água de boa qualidade, pois até antes de existir distribuição ao domicílio, já o precioso líquido que era recolhido nos vários poços e fontes da vila tinha esse atributo.

a água até Santana, vencendo um desnível de 210 metros e também a resistência da conduta à respectiva pressão.

Foi um momento de grande regozijo para todos os que o viveram, edil, técnicos e simples trabalhadores, aquele em que ficou demonstrada a eficácia do equipamento utilizado.

Em consonância com o nível do serviço instalado está a qualidade da água, que pode muito bem ser bebida por todos, tal como antigamente acontecia até se ter imposto a moda, e o bom negócio, do consumo de água engarrafada.

Destinatários privilegiados desse bem essencial à vida, que nos chega continuamente basta esse gesto simples da abertura de uma torneira, pouco sabemos porém sobre os vários trabalhos a desenvolver para que assim aconteça e representam aquilo que chamam de ciclo da potabilidade da água, com as seguintes fases: recolha nos mananciais da Apostiça e elevação de molde a fazê-la correr nas condutas, com a pressão suficiente para vencer desníveis; tratamento correctivo da sua composição para a tornar apropriada ao consumo; conservação em depósitos com a capacidade suficiente para um abastecimento ininterrupto; fornecimento aos consumidores pela rede de distribuição, em condições normais de quantidade e pressão.

Findo este ciclo segue-se o inverso, ou seja o retorno da água à natureza donde provém para que possamos viver.



Acácio

Rua do Comércio, Aldeia do Meco, n.º 38-A
2970-065 Sesimbra

Tel.: 21 268 39 01 | 96 904 92 75

• *Encerra à terça-feira*

Inaugurado em Julho de 1980, o Acácio é um dos restaurantes mais antigos da Aldeia do Meco. A casa, com gerência familiar, dedica-se a pratos tradicionais da cozinha portuguesa, onde se destacam os produtos da região. Caldeirada especial, arroz de lagosta e massa de cherne são algumas das especialidades, mas o peixe fresco da costa, grelhado no carvão, continua a ser referência para a maioria dos clientes. Remodelado recentemente, exhibe à entrada uma montra com o pescado do dia e um viveiro de marisco. No interior, uma estrutura de pedra da Serra da Arrábida divide o espaço em duas salas. Nas paredes, uma com lareira e outra que acolhe um aquário com peixes de água quente, sobressaem duas imagens da Praia do Meco. De um lado um painel de azulejo com uma embarcação típica e do outro uma fotografia aérea do areal, que ilumina a parede, também ela forrada a pedra da região. Com instalações modernas, amplas, iluminadas e acolhedoras, o Acácio afirma-se pela qualidade da sua gastronomia e pelo “bem servir”. Com capacidade para 150 pessoas dispõe ainda de esplanada coberta.



O Velho e o Mar

Rua Joaquim Brandão, n.ºs 30 e 32
2970-764 Sesimbra

Tel.: 21 087 99 95 | Fax: 21 086 25 33

E-mail: restauranteovelhoeomar@gmail.com

Site: www.ovelhoeomar.com

• *Aberto todos os dias*

Localizado no núcleo urbano antigo de Sesimbra, na primeira linha de praia, O Velho e o Mar é um restaurante com vista privilegiada para o oceano. Inaugurado em Junho de 2005, o espaço alia o rústico ao moderno, numa decoração marcada pela originalidade. Em dois pisos, com quatro salas distintas, cada uma com ambiente próprio, incorporam-se toques contemporâneos em visíveis estruturas antigas da arquitectura original, como paredes em pedra, painéis de azulejos e algumas peças antigas recuperadas. A cozinha é variada e tem como especialidades o peixe fresco da costa, grelhado no carvão, e pratos tradicionais portugueses com um toque de contemporaneidade. A diversidade das sobremesas, com criações exclusivas e originais para o Verão e Inverno, onde prevalecem os sabores e aromas de cada estação, marcam o cardápio. Na época quente, merecem destaque as delícias Quente e Frio de Crepe com Molho de Canela e o Fresco de Banana com Fina Rede de Chocolate, Noz e Mel. Aberto todos os dias, O Velho e o Mar é um restaurante que alia o requinte de uma refeição à elegância do cenário.



Bares Caravela e Espadarte

Av. 25 de Abril • 2970-634 Sesimbra
Tel.: 21 228 90 00
E-mail: sanasesimbra@sanahotels.com
Site: www.sanahotels.com
• Aberto todos os dias

A vista privilegiada para o Castelo, Arrábida, praia e vila de Sesimbra fazem parte do cenário dos Bares Caravela e Espadarte, situados no SANA Sesimbra Hotel. Os espaços, onde se pode degustar uma refeição leve, são amplos tanto nas dimensões como nas possibilidades. Localizados em pisos diferentes, servem para um café ao fim de tarde, leituras tranquilas, encontro entre amigos e para momentos de diversão. No sexto andar, o Bar Caravela sugere um ambiente mais descontraído, com cadeiras coloridas e mesas redondas em madeira a destacar-se entre o mobiliário existente e uma mesa de snooker. No exterior uma espaçosa varanda com cadeirões e sofás, onde sobressai um pequeno jardim, convida a contemplar a beleza do cenário envolvente. No piso térreo, o Bar Espadarte, em formato de café-bar ou sala de estar requintada, proporciona um ambiente à beira-mar mais acolhedor. Tem uma programação diversificada ao fim-de-semana com propostas variadas.



Drinks & Drunks

Rua do Comércio, Aldeia do Meco
2970-067 Sesimbra
Tel.: 91 269 32 66
E-mail: drinks.meco@iol.pt
• Encerra à quarta-feira, excepto
vésperas de feriados

O Bar Drinks & Drunks situa-se na Aldeia do Meco, uma das zonas de diversão mais populares do concelho e da região. O espaço está organizado em duas salas, uma mais pequena com mesa de snooker e outra maior por onde se distribuem mesas e máquinas de jogos. Numa das extremidades destaca-se um palco para música ao vivo e um ecrã gigante que privilegia música e desporto. Com uma decoração moderna, apresenta uma paleta de cores fortes nas paredes enquanto no tecto sobressaem candeeiros com formas geométricas, suspensos por barras metálicas, que, com iluminação reduzida, proporcionam uma atmosfera intimista e acolhedora. No exterior, uma ampla esplanada rodeada pelo jardim é ideal para as noites de Verão. Tem um ambiente calmo e descontraído e apresenta, pontualmente, um programa variado que inclui festas temáticas. Serve refeições leves e nas bebidas destacam-se uma lista de cocktails e uma grande variedade de marcas de whisky. Tem estacionamento privativo.



Cerca da Vitória

Rua Cândido dos Reis, n.º 55
2970 Sesimbra
Tel.: 93 783 85 73
E-mail: gaby.gama.pedro@gmail.com

Em pleno centro da vila de Sesimbra, ao lado da Igreja Matriz, localiza-se o alojamento local Cerca da Vitória. O edifício, construído em 2010, é composto por sete apartamentos distribuídos por três pisos. Cada espaço de tipologia T1 inclui cozinha equipada, sala com televisão e sofá-cama, um quarto com cama de casal e casa de banho. Com capacidade para duas ou quatro pessoas, este alojamento apresenta uma decoração simples, minimalista, mas confortável.

O mobiliário, com linhas contemporâneas e cores claras, contrasta com duas paredes forradas a cortiça, que isolam os ruídos exteriores. Dispõe de elevador, o que lhe permite receber hóspedes com mobilidade reduzida.

Num lugar tranquilo, a poucos metros da praia, e perto de restaurantes, bares e lojas, a Cerca da Vitória é uma excelente proposta para quem quer passar uma temporada de férias na vila. Está aberta durante todo o ano.



Quinta Casal do Frade

Rua do Casalinho, Aldeia do Meco
2970-050 Sesimbra
Tel.: 91 859 30 07
E-mail: info@casaldofrade.com
Site: www.casaldofrade.com

Entre a Aldeia do Meco e o Cabo Espichel localiza-se a Quinta Casal do Frade, o único B&B (*bed and breakfast*) de ecoturismo em madeira da região. A casa, rodeada por pinhal, oferece sete quartos com cama de casal ou individual e casa de banho privativa. Cores claras e móveis em madeira decoram os interiores cujo ponto central é um amplo salão onde a lareira e os sofás voltados para o jardim convidam a momentos descontraídos. Com *court* de ténis, mesa de *snooker*, TV e hi-fi, Internet *wireless* e bicicletas, a quinta dispõe ainda de um conjunto de serviços por reserva, como passeios a cavalo e de barco, baptismos de parapente e yoga. Disponibiliza uma equipa multidisciplinar constituída por médicos, psicoterapeuta, nutricionista e massagistas e oferece ainda tratamentos biológicos para quem pretende atingir um melhor equilíbrio físico, mental e espiritual. Com uma vista panorâmica da Praia do Meco, Lisboa e Baía de Cascais, o Casal do Frade permite privacidade e tranquilidade a quem procura uma vida em contacto com a natureza sem abdicar do conforto.



Centro de Yoga Āshrama Sesimbra

Edifício Âncora - Av. 25 de Abril,
n.º 9 - Letra U | 2970-634 Sesimbra
Tel.: 21 223 21 01 | 96 524 52 57
E-mail: yogasesimbra@gmail.com
Site: www.yogasesimbra.jimdo.com

Com 13 disciplinas técnicas, o yoga é uma actividade centrada no bem-estar permanente do ser humano. Com a realização de posturas terapêuticas e a sua sincronização adequada com a respiração, procura harmonizar o corpo, a mente e o espírito. Nos exercícios em grupo, acompanhados por música relaxante, combina tradicionais disciplinas orientais com técnicas dinâmicas. O praticante adquire uma maior flexibilidade articular, muscular, resistência, equilíbrio e concentração. Em Sesimbra, a modalidade pode ser praticada no Āshrama Sesimbra, espaço dedicado à prática exclusiva do Yoga Primordial. Com professores formados pela Confederação Portuguesa de Yoga, o centro promove aulas experimentais para quem pretende descobrir mais sobre a arte e sessões semanais para crianças, jovens e seniores que procuram desenvolver as suas capacidades físicas e mentais. Em Agosto, a Praia da Califórnia, em Sesimbra, acolhe aulas direccionadas a todas as idades.



Clube Escola de Ténis de Sesimbra

Praceta Nuno de Bragança, Maçã
2970 Sesimbra
E-mail: geral@cetsesimbra.pt
Site: www.cetsesimbra.pt

O ténis foi trazido de Inglaterra para Portugal no final do séc. XIX. Na época, a modalidade estava reservada à elite aristocrática, mas com o virar do século começou a tornar-se num desporto mais popular. Em Sesimbra, a actividade começou a ser dinamizada em 1990 por um núcleo do Grupo Desportivo de Alfirim, consolidando-se a sua implementação nove anos depois, altura em que surgiu o Clube Escola de Ténis de Sesimbra. A associação promove actualmente as suas actividades no Centro Municipal de Ténis de Sesimbra, na Maçã, um complexo com três courts e balneários, inaugurado em 2009. A escola que funciona no local é creditada pela Federação Portuguesa de Ténis e oferece aulas de motricidade específicas gratuitas, direccionadas a crianças entre os 3 e os 5 anos, sessões de iniciação e aperfeiçoamento, individuais ou de grupo, com acompanhamento técnico, e programas de treino especial para jovens atletas de competição, que pretendam melhorar a técnica ou apenas praticar a modalidade de forma orientada. É um desporto que exige velocidade, disciplina, coordenação e cálculo mental.



João Amigo



João Amigo, conhecido em Sesimbra por Lopes, cresceu a observar pescadores e acabou por descobrir o gosto pela pesca desportiva. Hoje, aos 69 anos, tem 17 diários escritos onde, desde 1988, toma nota das suas pescarias. Todos os pormenores, desde os melhores lugares às marés, fases da lua, direcção do vento, material usado e peixe capturado, são rigorosamente descritos nos seus cadernos de capa preta, até mesmo quando nada fica no anzol. «Em miúdo já gostava de ir à pesca e de estar atento a tudo», explica. Apesar de ter começado a trabalhar aos 12 anos, lembra que a primeira cana de pesca que teve foi-lhe oferecida por um estrangeiro, na década de 60. «Trabalhava no Hotel Espadarte e um dia o meu interesse pela pesca cativou um cliente de fora que antes de partir me ofereceu uma cana pequena», conta. «O lance feito com o aparelho logo nesse dia rendeu uns bons sargos». A partir daí nunca mais deixou de pescar, mas a ideia de criar um diário surgiu mais tarde, por imposição do destino. Aos 44 anos sofreu um AVC que o levou a uma reforma antecipada. «Tive de deixar de trabalhar mas para me manter activo e até por recomendação médica comecei a pescar com mais frequência». Uma das funções que tinha na

unidade hoteleira era anotar o peso, medida, cinta, local, pescador e tempo de luta dos espadartes capturados. Foi a partir daí que decidiu começar a fazer as suas próprias anotações sempre que ia à pesca. Nos cadernos lêem-se pormenores e curiosidades que conduzem a algumas conclusões. «Numa noite de lua cheia e mar raso fiz um lance de douradas e dez anos depois com as mesmas condições climáticas e no mesmo lugar apanhei, por sinal, a mesma espécie, o que é realmente interessante», adianta. Todos os anos faz o balanço do peixe capturado e, infelizmente, o número de quilos diminui com o passar do tempo. «São também as restrições que nos limitam a área de captura», diz entristecido, reconhecendo que também o corpo já dá sinal de cansaço. «Agora só vou à pesca duas vezes por semana, à segunda e quinta-feira». Mas há um registo que lhe ficará para sempre na memória. «Em Junho de 2008 fui



pescar ao Meco com um amigo e apanhei uma corvina com quase sete quilos», garante. «Foram 17 minutos de luta. A cana tinha uma linha muito fina e podia ter rebentado mas com cuidado e conhecimento consegui trazê-la para casa», afirma orgulhoso. Costa de saborear o peixe com a esposa e de oferecê-lo aos amigos e já perdeu a conta ao que já pescou, mas retém na memória a captura de um peixe-balão. «Era tão bonito que o desprendi do anzol e devolvi-o ao mar».



Gelados com tradição

Há mais de 50 anos que a Geladaria Marina, no Largo 5 de Outubro, em Sesimbra, produz gelados artesanais.

A casa abriu portas em 1960, pelas mãos de Manuel Agostinho, que antes tinha explorado o negócio durante 10 anos na Rua da República. Já então, os seus gelados se impunham pela qualidade e despertavam a atenção de locais e turistas.

No início da década de 80, o espaço foi adquirido por João António Calder que o baptizou com o actual nome e, respeitando a fórmula de sucesso, criou uma nova gama de sabores que continuam a proporcionar momentos de prazer aos apreciadores destes doces.

«Demoro o tempo que for necessário a tentar confeccionar gelados diferentes»,

afirma João Calder, que passa horas a fio a reinventar este produto, juntamente com a sua mulher, Mariana.

É ele quem adiciona o leite, o açúcar, os sabores e controla a temperatura das máquinas. Ainda tem tempo para escolher e comprar a fruta, porque os seus gelados «não levam corantes, apenas fruta triturada», um segredo que «faz toda a diferença em termos de sabor e textura», confirma.

Foi com esta determinação que criou os gelados de laranja e chocolate ou nata com noz caramelizada. São tentações a que poucos resistem, principalmente no período de Verão.

Com cerca de meio século de existência, a Geladaria Marina continua ainda a “adoçar a vida” a sesimbrenses e visitantes, que a têm como referência.





Batalha no Cabo Espichel – 1180

por Cristina Conceição, Museu Municipal

Na documentação conhecida, alusiva à actividade marítima militar nos primeiros tempos da nacionalidade, são poucas as referências sobre os primeiros combates navais então travados. O cruzado Osberno, no relato efectuado a D. Afonso Henriques sobre o Cerco de Lisboa, em 1147, descreve a morte do então comandante das galés, o que leva a supor a existência de uma eventual marinha militar lusitana.

Com o crescente interesse muçulmano pela questão marítima, à qual não é alheia a perda de alguns dos importantes portos ocidentais sobre o seu domínio, nomeadamente Lisboa (1147) e Alcácer do Sal (1158), nota-se uma maior vigilância almóada na costa e o consequente desenvolvimento, entre 1163 e 1199, de uma esquadra muçulmana no Atlântico.

Em Julho de 1180, será travada, em frente ao Cabo Espichel, a que é tida como sendo a primeira Batalha Naval Portuguesa. De acordo com as fontes, D. Afonso Henriques terá tido conhecimento da presença, na costa, de uma esquadra de 10 galés muçulmanas, sob o comando do Almirante Gamim ben Mardanis, cujo objectivo seria destruir a esquadra portuguesa e capturar ou matar D. Fuas Roupinho, responsável pela frota nacio-

nal e pelo sistema de vigilância da costa. D. Afonso Henriques terá então ordenado a D. Fuas Roupinho que organizasse e preparasse uma frota de combate às forças inimigas.

Após rumar a Norte, a esquadra muçulmana aporta em S. Martinho do Porto, e em combate perto de Porto de Mós, sofre baixas humanas, entre as quais se encontra o Almirante Gamim ben Mardanis. Tomando conhecimento do resultado do combate e da morte do seu almirante, a frota almóada rumo a Sul, abrigando-se, eventualmente, em Sesimbra ou na Foz do Sado para reabastecimento de água. D. Fuas Roupinho organiza em Lisboa uma frota de nove galés e parte em direcção ao Cabo Espichel, em frente ao qual terá sido travada a batalha a 15 de Julho, com triunfo da esquadra portuguesa. Com a vitória nesta batalha, que terá impedido novo ataque à cidade de Lisboa, D. Fuas terá recebido o título de Almirante.

Bibliografia

APEREIRA, J. A. R. (2010) – Marinha Portuguesa Nove Séculos de História, Comissão Cultural da Marinha, pp. 27-47.
PEREIRA, J. A. R. (2009) – Grandes Batalhas Navais Portuguesas, Os Combates que Marcaram a História de Portugal, A Esfera dos Livros, pp. 15 – 51.



Fogacho

Na reserva etnográfica visitável do Museu Municipal de Sesimbra podem encontrar-se inúmeros objectos relacionados com a faina marítima. Um deles, o fogacho, marca o fim da era do petróleo e o início da utilização da energia eléctrica na pesca sesimbrense.

Este objecto de formato cilíndrico, feito em zinco, podia ter um ou dois tubos, de onde saíam as tramas, formadas por fios de algodão enrolados, embebidos no petróleo ou no gasóleo que se encontravam no interior.

A ponta do cordão que ficava no exterior do tubo tinha, em média, cerca de cinco centímetros de comprimento. «Quando esta ardia por completo tínhamos de puxá-la mais para fora para ir ardendo. E quantas vezes o cheguei a fazer com os dentes...», recorda Adelino Encantado, 81 anos, antigo pescador que foi para o mar aos nove. Para além de fornecer a luminosidade

necessária no mar, o fogacho era um instrumento precioso na arte da “sacada”, sendo colocado, no centro da rede, a fim de funcionar como chamariz para os peixes.

Para se manter à superfície era colocado num “submarino”, caixa de madeira preenchida com cortiça, que também funcionava como “baliza” na arte do palangre.

Na pesca aos covos e ao aparelho nas aiolas, antes da sua substituição pela lanterna, os pescadores prendiam-no num pau de vassoura, encaixado na chumaceira da embarcação, para o manter a uma altura segura.

Não se pense, no entanto, que o fogacho só servia para a vida no mar. Em terra, devido à fraca iluminação pública, era habitual recorrer-se a esta forma de luz durante as caldeiradas que se faziam nas ruas por altura dos Santos Populares. Apesar de ter caído em desuso com o passar do tempo, o fogacho ficará para sempre ligado à história de Sesimbra.



O Jardim

Comparando-se esta fotografia, com a que foi publicada na edição anterior, podemos ver como, num intervalo de duas décadas, o antigo “Campo da Misericórdia” se transformou no primeiro e, até hoje, único jardim público de Sesimbra.

No arvoredo existente tinham predominância as palmeiras, que foram

derrubadas no ano de 1932 para se dar início a uma nova configuração daquele espaço, com canteiros relevados e floridos como ainda hoje os conhecemos.

À direita do observador vê-se o coreto fixo, que também foi demolido naquele ano, e onde a banda da Sociedade Musical Sesimbrense dava os seus concertos



nalguns domingos e dias festivos.

No lado contrário está um antigo candeeiro que, na altura, ainda era a petróleo, pois a electricidade só chegaria à nossa terra em 1937.

Tanto num lado como no outro do topo da foto, estão bem visíveis os dois moinhos que ficavam mais perto da vila e eram designados pelos nomes dos respectivos donos: o da

esquerda era o moinho do Faustino, que foi integrado numa residência do conjunto urbanístico que por isso se chama "Bloco do Moinho"; o da direita era o moinho da Amora, que seria derrubado pela Câmara quando adquiriu a propriedade envolvente para a construção do bairro para pescadores, inaugurado em Dezembro de 1944. ARM

livraria municipal

Na Fronteira do Mar

Pedro Brito

Na Fronteira do Mar - Evolução do Estuário do Sado e da Plataforma Continental entre Sesimbra e o Canhão de Setúbal nos Últimos 50 000 Anos é o resultado do trabalho desenvolvido pelo geólogo Pedro Brito, vencedor da edição de 2010 do Prémio Científico Sesimbra. Bolseiro de investigação do Instituto Nacional de Engenharia, Tecnologia e Inovação e a exercer funções no Departamento de Geologia Marinha do INETI/LNEG, na área da Geologia Costeira, Pedro Brito começou a interessar-se pela evolução recente desta zona há cerca de 8 anos. Em 2003 participou no cruzeiro Tesa, onde recolheu os primeiros dados, com o objectivo de estudar o tema que viria a abordar na presente publicação. Apoiado por um financiamento concedido pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia ao projecto SADOGEOROB, conseguiu participar noutros cruzeiros, com destaque para o SADOGEOROB1, durante o qual obteve informações bastante importantes para a sua pesquisa. Com base nos dados recolhidos, Pedro Brito realizou a sua tese de doutoramento, intitulada *Impactos da Elevação do Nível Médio do Mar em Ambientes Costeiros: O Caso do Estuário do Sado*, que serviu de apoio ao trabalho apresentado ao Prémio Científico Sesimbra, lançado em 2008 pela Câmara Municipal, para incentivar o desenvolvimento de projectos científicos relevantes para a preservação, recuperação e divulgação do património do concelho de Sesimbra.



ficha técnica

Autor Pedro Brito | **Edição** Câmara Municipal de Sesimbra | **Data de edição** Maio de 2011 | Disponível para consulta e empréstimo na Biblioteca Municipal

um livro

O Bom Inverno

de João Tordo



Quando o narrador, um escritor frustrado, viaja até Budapeste para um encontro literário, está longe de imaginar até onde a literatura o pode levar. Apesar de planejar uma viagem rápida, acaba por conhecer um escritor italiano, que o convence a ir até Sabaudia, Itália, onde um famoso produtor de cinema tem uma casa no meio de um bosque, onde reúne um leque de convidados excêntricos. Nada na casa do produtor Don Metzger é o que parece, e depois de uma primeira noite muito agitada, o narrador depara-se com uma tragédia: Metzger é encontrado morto no seu próprio lago. Um a um, os convidados vão ser confrontados com os seus piores medos. Disponível na Biblioteca Municipal.

um site

Sombras no Mar

<http://mena-sombrasnomar.blogspot.com/>



Filomena Sá Pinto começou a praticar mergulho recreativo em 1996, mas só sete anos mais tarde é que se iniciou como fotógrafa subaquática. Actualmente, é um exemplo no panorama da fotografia subaquática em Portugal, com vários prémios em concursos nacionais e colaborações em revistas e livros, que revelam o reconhecimento pela qualidade do seu trabalho. No seu blogue, Sombras no Mar, propõe-nos uma viagem pelos fundos marítimos que tem visitado. Há imagens captadas em Cabo Verde, Açores, Madeira e, claro, em Sesimbra, terra onde, há mais de 10 anos passa grande parte do seu tempo livre e onde mergulha quase todas as semanas. O contraste das cores fortes e as formas da fauna e flora marítimas vistas pela objectiva de Filomena ganham outra dimensão e tornam-se quadros surpreendentes.

um disco

Foledad

dos Lufa-Lufa



Lufa-Lufa, formado por Ricardo Santos Rocha e Carlos Adolfo, é um projecto de música instrumental para concertina e percussão com seis anos de existência. Na bagagem trazem já uma mão cheia de histórias interessantes e uma música inconfundível e contagiante. No início de 2010, lançaram o seu álbum de estreia, *Foledad*, onde a percussão, a melódica, o jogo de sinos, martelinhos de S. João e uma marioneta, se tornam elementos cruciais num espectáculo musical, visual e cénico. O CD reúne um repertório de temas originais e percorre distintas linguagens musicais. Não perca, a actuação do grupo, dia 7 de Julho, às 22 horas, no Cineteatro Municipal João Mota, inserida na iniciativa 5.^{as} Sem Headphones.

um filme

Cinco Minutos de Paz

de Oliver Hirschbiegel



Irlanda do Norte, 1975. O Ulster Volunteer Force (UVF), um grupo paramilitar protestante, tem por alvo os católicos, que afirmam ser republicanos militantes. Alistair Little, 16 anos, é o líder de uma célula do UVF, a quem é dada a ordem para matar James Griffin, como forma de aviso para os católicos. Quando o assassinato é executado, o irmão de 11 anos de James assiste horrorizado. Trinta anos depois, Joe Griffin e Alistair têm encontro marcado, em frente às câmaras, para uma reconciliação. Alistair cumpriu a sua sentença, e o que procura é redenção. Mas Joe não vai ao programa para um aperto de mãos... Disponível na Biblioteca Municipal.

Equipamentos e Serviços Municipais

Câmara Municipal de Sesimbra (Geral)

Rua da República, 3
2970-741 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
E-mail: girp@cm-sesimbra.pt
Site: www.cm-sesimbra.pt
Horário de atendimento
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h
Linha Verde (Reclamações):
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: turismo@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
INVERNO (Outubro a Maio):
das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h
(todos os dias)
VERÃO (Junho a Setembro):
das 9.30 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: museu@cm-sesimbra.pt
Horário de atendimento
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Núcleo do Museu do Mar

Largo Luís de Camões
2970-668 Sesimbra
Tel.: 21 228 82 36
E-mail: museu@cm-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: museu@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
de segunda a sexta, das 14 às 17.30h
sábado e domingo, das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h

Centro de Documentação

Rafael Monteiro

Castelo de Sesimbra
2970 Sesimbra
Tel.: 21 268 07 46
E-mail: cdrm@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
INVERNO (Outubro a Maio):
das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h
VERÃO (Junho a Setembro):
das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h

Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido dos Reis, 17
2970-724 Sesimbra
Tel.: 21 223 11 34
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
todos os dias, das 14.30 às 19
e das 21 às 23.30h

Cineteatro Municipal

João Mota
Rua João da Luz, n.º 5
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 15
E-mail: cineteatro@cm-sesimbra.pt
Horário da bilheteira
INVERNO
quarta a domingo, das 16 às 20h
VERÃO (Julho e Agosto):
quarta a domingo, das 17 às 21h
O horário é prolongado em dias
de espectáculo/cinema, até 30
minutos depois do início dos
mesmos.

Informações e reservas:
21 223 40 34

Biblioteca Municipal de Sesimbra

Avenida da Liberdade, 46
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 88
E-mail: biblioteca@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
de terça a sexta, das 9.30 às 19h
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
E-mail: plqc@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
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@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
das 9.30 às 12 e das 14.30 às 17h

Loja Ond@Jovem (Sesimbra)

Rua Heliodoro Salgado, n.º 2
2970-760 Sesimbra
Tel.: 93 998 25 96
E-mail:
onda.jovem.sesimbra@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
de terça a sábado, das 13 às 19h

Loja Ond@Jovem (Quinta do Conde)

Av. Norton de Matos, Cova dos Vidros
2975-312 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 22 31
E-mail:
onda.jovem.qdc@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
de terça a sábado, das 14 às 20h

Centro de Recursos Educativos

Avenida Dom Manuel Martins,
n.º 8 (edifício Raio de Luz),
Maçã/Sampaio - 2970-585 Sesimbra
Tel.: 21 268 15 91
E-mail: cref@sesimbra-edu.net
Horário de atendimento
das 9 às 20 horas

Espaço Solidário

Recinto do Mercado Municipal
da Quinta do Conde, lj. 14
Tel.: 93 998 27 74
Horário de atendimento
de terça a sexta, das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h

Espaço Cidadania

Recinto do Mercado Municipal
da Quinta do Conde, lj. 21/22
Tel.: 21 228 85 00
Horário de atendimento
segundas, das 13.30 às 19.30h
de terça a sexta, das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h

Cabinete de Inserção Profissional (Sesimbra)

Bairro dos Argeis, Formar
2970 Sesimbra

Tel.: 21 228 82 37 / 21 228 10 27

E-mail: gipsesimbra@gmail.com

Horário de atendimento

de segunda a quarta,
das 14.30 às 17h

terças, quintas e sextas,

das 9.30 às 12.30 e das 14.30 às 17h

Cabinete de Inserção Profissional (Quinta do Conde)

Espaço Cidadania, Mercado
Municipal da Quinta do Conde,

Loja 21 – 2975 Sesimbra

Tel.: 21 210 42 52 / 21 228 82 37

E-mail: gip.ecidania.

quintadoconde@gmail.com

Horário de atendimento

segundas, das 12.30 às 17.30h

de terça a sexta, das 9 às 12.30

e das 14 às 17.30h

Espaço Zambujal

Estrada Nacional 379, Zambujal
2970 Sesimbra

Tel.: 21 087 08 45 ou 96 241 73 27

E-mail:

espaco.zambujal@jf-castelo.pt

Site:

www.espaco-zambujal.blospot.com

Horário de funcionamento

de terça a sábado, das 10.30

às 12.30 e das 14 às 18.30h

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.: 21 210 16 91

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

E-mail: geral@jf-castelo.pt

Site: www.jf-castelo.pt

Junta de Freguesia da Quinta do Conde

Rotunda da Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt

Site: www.jf-quintadoconde.pt

Junta de Freguesia de Santiago

Rua Capitão Leitão, n.º 4

2970-725 Sesimbra

Tel.: 21 223 52 85

E-mail: geral@jf-santiago.pt

Site: www.jf-santiago.pt

Comunicação Social

Comércio do Seixal e Sesimbra

Tel.: 96 760 16 34

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.: 21 223 31 33 / 21 181 01 04

Sesimbra FM

Tel.: 21 228 92 00

Raio de Luz

Tel.: 21 268 15 54

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

CNR

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

Centros de Saúde de Sesimbra

SESIMBRA – Tel.: 21 228 96 00

SANTANA – Tel.: 21 268 92 80

QUINTA DO CONDE

Tel.: 21 211 09 40

Hospital Garcia de Orta (Almada)

Tel.: 21 294 02 94

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

Tel.: 800 202 651 (grátis)

Linha Verde Recados da Criança

Tel.: 800 206 656 (grátis)

Comissão de Protecção de Crianças e Jovens

Concelho de Sesimbra (CPCJ)

Tel.: 21 268 73 45

E-mail: cpcjsesimbra@gmail.com

Protecção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

Piquete de Águas (CMS)

Sesimbra

Tel.: 21 223 23 21

Tm.: 93 998 06 24

Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 06

Tm.: 93 998 06 04

EDP (avarias)

Tel.: 800 50 65 06

PT (avarias)

Tel.: 16200

Receba a Sesimbr'Acontece em sua casa.

***Envie o seu nome e morada para o e-mail
sesimbracontece@cm-sesimbra.pt,
para o telefone 21 228 85 90 ou registe-se
em www.cm-sesimbra.pt***



Sesimbra. Um mar de emoções... todo o ano.