

set
out
11

62 Sesimbr'Acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra . DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



*Na pista
dos dinossauros*

Câmara Municipal de Sesimbra

informação
participação
cidadania

SU

sumário

ficha técnica

Propriedade

Câmara Municipal de Sesimbra

Diretor

Augusto Pólvora (Presidente)

Edição, coordenação, redação,
fotografia, paginação, revisão
e secretariado

Divisão de Comunicação

e Informação (DCI)

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 (direção de arte)

Bruno Campos (paginação e ilustração)

Raquel Santana (paginação)

Capa

Bruno Campos

Colaboraram nesta edição

António Reis Marques

Pré-impressão e impressão

Copidata, SA.

Periodicidade

Bimestral

Tiragem

10000 exemplares

ISBN

972-9150-59-1

Esta publicação foi escrita ao abrigo
do novo acordo ortográfico.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

4 editorial

6 tema central

Na pista dos dinossauros

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	32

38 memórias

A sardinha antes
da grelha

40 à mesa



41 à noite

42 onde ficar

43 o que fazer

44 artes e ofícios

45 património natural

46 património

*Memória Histórica
das Caravelas de Sesimbra*

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 no direito de selecionar toda a informação de natureza redatorial.

O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.





editorial

Uma história com milhões de anos

É difícil imaginar vida na Terra há milhões de anos, mas o facto é que existiu. As evidências estão bem perto de nós e, devido aos avanços na investigação em áreas como a geologia e paleontologia, história e arqueologia, podem ser lidas e interpretadas localmente como um livro aberto. Tanto as jazidas de dinossauros da Pedra da Mua e dos Lagosteiros, no Cabo Espichel, como a que existe na Pedreira do Avelino, no Zambujal, atualmente em fase de musealização, devido à sua relevância e singularidade, têm uma importância decisiva para o estudo da evolução da vida na Terra. Classificados como Monumento Natural desde 1997, estes três sítios são procurados e reconhecidos por grandes especialistas mundiais e aparecem referenciados em várias publicações e sites da especialidade. É, portanto, com empenho que a Câmara Municipal continua a salvaguardar este valioso património através de visitas guiadas, atividades direcionadas para o público escolar, produção de materiais promocionais e interpretativos e dinamização de diversos projetos ligados à temática. Aos que nunca observaram de perto as pegadas destes “gigantes” que povoam o nosso imaginário, faço um convite para que visitem este valioso património e se sintam parte da história.

Felícia Costa
Vereadora do Pelouro da Cultura



Desde crianças habituámo-nos a ouvir histórias começadas por “Era uma vez...”, ou “Há muito, muito tempo...”, que normalmente nos remetiam para um passado distante. A história dos dinossáurios ou dinossauros, designação mais comum, podia perfeitamente iniciar-se desta forma, embora a sua passagem pelo planeta seja tão longínqua que se torna difícil de imaginar com os nossos calendários. Os registos mais antigos são do período Triássico, o que significa aproximadamente 230 milhões de anos. Para se ter um termo de comparação, refira-se que a espécie humana começou a desenvolver-se há apenas 195 mil anos, muito depois da era destes gigantes, que nalguns casos chegavam a atingir 30 metros de altura, o equivalente a um prédio de 9 andares, e 60 de comprimento, praticamente a largura de um campo de futebol.

Apesar de se terem extinguido há 65 milhões de anos, no final do período Cretácico, os dinossauros continuam bem presentes no nosso imaginário, graças sobretudo à indústria cinematográfica, que os elegeu como ícones do cinema fantástico e lhes deu vida com recurso a efeitos especiais, aos museus de história natural, à literatura e à televisão. O fascínio que exercem alargou-se aos mais novos, que os adotaram em formato de peluches, brinquedos ou de inúmeros programas infantis, onde ocupam papel de destaque.

Hoje, não há margem para dúvidas sobre a sua existência, e qualquer pes-

Na pista

soa associa, de imediato, o termo dinossauro a um animal desconumal que viveu há milhões de anos. Mas nem sempre foi assim. Só no início do século XIX é que os primeiros investigadores revelaram dentes, ossos e marcas de pegadas que não correspondiam a nenhuma espécie conhecida até então, e cujas dimensões eram surpreendentes. A revelação da existência destes seres despertou a curiosidade de muitos naturalistas, que procuraram mais evidências para ajudar a desvendar o mistério. Por todo o mundo foram surgindo fosséis que permitiram explicar a sua longínqua e prolongada passagem pela Terra. A pouco e pouco tentou também perceber-se o que os terá levado à extinção.

Em Portugal, uma das primeiras descobertas, interpretada como pegadas de dinossauros carnívoros, foi feita em 1884, nas rochas do Cabo Mon-



dos dinossauros

dego, durante um estudo de Jacinto Pedro Gomes. Foi quase cem anos depois, na década de 70 do século XX, que se identificaram as pistas a Norte da baía dos Lagosteiros, no Cabo Espichel. Em 1976, Miguel Telles Antunes publicou as primeiras referências aos Lagosteiros, jazida do Cretácico (120 milhões de anos) e à Pedra da Mua, jazida do Jurássico (145 milhões de anos), que neste momento está inscrita numa candidatura a património da UNESCO. Os estudos entretanto realizados na Mua permitem-nos saber que neste local há sete pistas paralelas de pequenos saurópodes, espécie de dinossauros quadrúpedes vegetarianos, com pescoço e cauda muito longas. Tinham 1,5 a 1,8 metros do solo à anca e estariam a deslocar-se entre 3,6 e 5 quilómetros por hora. Depois, há três pistas paralelas de grandes saurópodes que seguiam os mais pe-

quenos. Neste caso, tinham cerca de 2,8 metros do solo à anca e estariam a deslocar-se a uma velocidade entre os 3,4 e os 4,1 quilómetros por hora. Por sua vez, nos Lagosteiros, as pistas são de um saurópode e de um terópode, bípede e carnívoro, cuja espécie mais popular é o velociraptor, popularizado no filme Parque Jurássico. Teria cerca de 2 metros do solo à anca. O nível de rigor demonstra a profundidade dos estudos efetuados por grandes especialistas nacionais e internacionais, com destaque para Galopim de Carvalho, um dos principais impulsores da classificação de ambas as jazidas como Património Natural, em maio de 1997.

As marcas mais visíveis eram, muitas vezes, bem conhecidas desde há séculos. Em muitos casos foram associadas a crenças populares e religiosas. A jazida da Pedra da Mua é um desses



exemplos. A prová-lo está um painel de azulejo da Ermida da Memória, datado do século XVIII, que, embora indiretamente, é das primeiras representações artísticas conhecidas de pegadas de dinossauros. Nessa altura era perfeitamente perceptível que se tratava de um trilho de pegadas, mas ainda faltavam alguns séculos para que se soubesse a que se deviam. Não restam dúvidas, contudo, que a lenda do Cabo Espichel, segundo a qual uma mula (mula em português arcaico) gigante terá transportado Nossa Senhora desde o mar até ao local onde mais tarde seria erguida a Ermida da Memória, teve por base estas marcas.

A morfologia do Cabo é um dos aspetos que intriga a maioria daqueles que observam as pegadas. Isto porque as placas de rocha estão numa posição praticamente vertical, o que não permite que nenhum animal, sobretudo dinossauros de grande porte, faça o percurso. Este facto é facilmente explicável, visto que os milhões de anos que nos separam daquela época fizeram também com que houvesse mudanças impressionantes no terreno. A evolução dos conhecimentos geológicos que se verificou nos séculos XVIII e XIX, e que se prolongou até aos nossos dias, permite-nos diferenciar as várias eras e períodos da história da Terra e caracterizá-las com grande precisão. Há especialistas que apresentam a zona do Cabo há 147 milhões de anos como um pântano litoral, equivalente à Ria For-



Saurópode

mosa, e há 140 mil como uma planície aluvial. Nestes contextos é-nos mais fácil imaginar um conjunto de dinossauros a caminhar calmamente.

A forte inclinação das rochas, na sua maioria calcários e dolomitos do Jurássico Superior, deve-se aos movimentos tectónicos iniciados há cerca de 18 milhões de anos, relacionados com a colisão das placas africana e europeia,



Só no início do século XIX é que os primeiros investigadores revelaram dentes, ossos e marcas de pegadas que não correspondiam a nenhuma espécie conhecida até então, e cujas dimensões eram surpreendentes.



moveram-se e deixaram à vista este impressionante registo histórico. Atualmente, os locais estão identificados com sinalética e painéis informativos e é possível visitá-los e perceber que os seres estiveram muito perto dos lugares onde vivemos.



Terópode

que originaram os relevos da Arrábida. No fundo, existiu no local uma planície pantanosa que se foi transformando, por onde caminharam dinossauros durante milhões de anos. As marcas que deixaram sedimentaram e mais tarde as grandes placas rochosas

No caso da Pedra da Mua observamos à distância as marcas na enorme parede rochosa, mas nos Lagosteiros podemos descer com cuidado aos trilhos e perceber que os registos são bem reais. As dúvidas que possamos ter sobre estes achados desfazem-se quando tocamos na inscrição perfeita dos três dedos do terópode moldado na rocha, e pouco mais à frente, vemos outra marca semelhante. É nesse momento que passamos a encarar os gigantes que habitualmente associamos à ficção científica como seres reais. Ao tocarmos as pegadas, os milhões de anos que nos separam dos dinossauros deixam de ser uma barreira e somos absorvidos de imediato pela história e pela magia do lugar.



Aqui Há Jazz!

Em setembro os sons jazzísticos regressam a Sesimbra com a 4.^a edição do festival *Aqui Há Jazz!* O quarteto Chibanga Groove dá início ao programa, com um espetáculo onde o jazz se apresenta num estilo multicultural, com ritmos fortes, progressivos e muita improvisação. Uma harmónica simbiose entre música, imagem e recitação é a proposta do projeto *Música & Cinema*, que homenageia alguns dos grandes compositores italianos, como Ennio Morricone e Nino Rota. Para encerrar, Maria Anadon, voz, e Victor Zamora, piano, dão a conhecer *As Cores Que o Jazz Tem*, um

concerto que cruza as influências do jazz tradicional com os ritmos latinos de Cuba. Para além da sala do Cineteatro, também na cafetaria se vai ouvir este apaixonante género musical. Neste caso, as apresentações vão estar a cargo da Escola de Jazz do Barreiro.

16 e 17 SET | sex e sáb
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
(páginas 14 e 15)



Festa da Marioneta

A arte de contar histórias através da manipulação da marioneta, seja com figuras minuciosamente trabalhadas ou simples objetos do quotidiano, tem o poder de transmitir as emoções do teatro e ultrapassar as fronteiras do imaginário. Para celebrar esta linguagem artística que conquista público de todas as idades, a Artemrede organiza mais uma Festa da Marioneta. Sesimbra recebe três espetáculos durante o mês de outubro. A companhia alemã Figuren Theater Tübingen apresenta a peça *Com Um Asas Enormes*, que conta a história de um “anjo” tão velho

e frágil mas obstinado, que altera as condições de vida de uma aldeia com a sua chegada. *Fado Portugal – Uma História de Faca e Alguidar*, pela S.A. Marionetas, revela o retrato social do povo português pela música, onde as personagens do quadro do pintor “Malhoa” ganham vida. Na peça da Lua Cheia – Teatro Para Todos o senhor de La Fontaine viaja até Lisboa, trazendo a maleta onde guarda as suas nove fábulas.

8, 22 e 30 OUT
 Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
 (páginas 15 e 16)

Mundo Meu

O que é o mundo? Sou eu que crio o meu mundo? O mundo faz parte de mim ou eu faço parte do mundo? O mundo está dentro ou fora de mim? O mundo sou eu? O que acontece se entras no meu mundo? Tu podes mudar o meu mundo? Cada um de nós é portador do seu próprio mundo e este é constantemente enriquecido com conhecimentos vários que, acumulados, nos transformam num ser mais completo...num Mundo Meu. Neste espetáculo de dança infanto-juvenil da Companhia Portuguesa de Bailado Contemporâneo é abordado o modo como cada um de nós reconhece e constrói o seu próprio mundo.

Em palco, o encontro entre os dois bailarinos, que interpretam a rosa e o jardim de rosas, o foco de luz, a neve e o giz são factos que despertam o jogo coreográfico à medida que este vai esboçando o seu caminho.

28 OUT | sex | 10.30 e 14h
 Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra
 (página 16)





Fotodigisub 2011

A quarta etapa do 6.º Troféu Nacional de Fotografia Digital Subaquática - Fotodigisub 2011 realiza-se em Sesimbra, com o apoio da Anthia Diving Center. Esta iniciativa, organizada pela Federação Portuguesa de Atividades Subaquáticas e Fórum de Mergulho, com o patrocínio da empresa Mergulho no Azul, está aberta a todos os fotógrafos e modelos/assistentes subaquáticos, residentes em Portugal. Sesimbra volta assim a fazer parte desta prestigiada competição, o que confirma a sua fama como um dos melhores locais de Portugal para a prática de mergulho, devido à riqueza de flora e fauna e às excelentes condições do mar ao longo de todo o ano. O regulamento, informações e fotografias das etapas já realizadas podem ser consultados no site www.fotodigisub.com.

24 SET
Sesimbra
(página 22)

Quinzena Gastronómica do Espadarte

O espadarte vai reinar nas mesas dos restaurantes sesimbrenses durante a 5.ª edição da quinzena gastronómica dedicada a esta espécie, que decorre entre 10 e 25 de Setembro. Considerado há muito um símbolo de Sesimbra, o espadarte, ou peixe-agulha, como também é conhecido, cedo se tornou uma referência na gastronomia local. Primeiro, nos lares e nas “lojas de companhia”, ou armazéns dos pescadores, onde eram frequentes as “caldeiras”, termo que designava os almoços em grupo. A sua variada utilização na cozinha levou-o a integrar as ementas dos restaurantes, acompanhando o forte impulso turístico proporcionado pelo desenvolvimento da pesca desportiva a partir dos anos 50 do século XX. Hoje, a juntar às receitas mais tradicionais, como o espadarte grelhado ou de cebolada, com azeite, alho e louro, os apreciadores têm à sua disposição outras opções mais ou menos elaboradas, mas que preservam o sabor que o torna tão especial. Esta iniciativa é organizada pela Câmara Municipal, Junta de Freguesia de Santiago e associações de comerciantes do concelho.

10 a 25 SET

Restaurantes aderentes

(página 29)



Limpeza Subaquática e Terrestre

Sensibilizar a população para as questões ambientais é o grande objetivo da Limpeza Subaquática de Sesimbra. A iniciativa, que já vai na 16.ª edição, reúne dezenas de mergulhadores profissionais e amadores de todo o país. No ano passado, apesar de terem sido recolhidos cerca de 500 quilos de detritos, os números revelaram uma diminuição da poluição. A par da recolha subaquática, a autarquia lançou há três anos uma limpeza terrestre, que se centra sobretudo nos areais de acesso mais difícil, localizados na costa virada a Sul, como as praias do Ribeiro do Cavalo, Mijona, Baleeira e Chã dos Navegantes.



17 SET | sáb | 9h

Costa de Sesimbra

(página 30)



Estudo 1 para Porque Vale a Pena Viver | 10 e 11 SET



As Cores Que o Jazz Tem | 17 SET

10 SET | sáb | 22h

VERÃO NA

QUINTA DO CONDE

Trip Inn

Parque da Vila, Quinta do Conde

10 e 11 SET | sáb e dom | 16.30h

TEATRO

Estudo 1 para Porque Vale a Pena Viver

textos de Harold Pinter, Bernardo Soares, Leonardo da Vinci, George Steiner e outras reflexões internas e alheias

- Direção: São José Lapa
- Atores: Eva Pereira e J. da Cruz
- Sonoplastia: Inês Lapa Lopes
- Marcações: cooperativa@espacodasaguncheiras.pt / www.espacodasaguncheiras.pt

Espaço das Aguncheiras, Azoia
Org.: Espaço das Aguncheiras

16 SET | sex | 21.30h

AQUI HÁ JAZZ '11

Chibanga Groove

- Destinatários: M/4
- Bilhete: €5 (€10 para os 3 espetáculos)

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra

16 SET | sex | 23h

AQUI HÁ JAZZ '11

The Tree at The Top of The Hill

pela Escola

de Jazz do Barreiro

- Cláudia Franco (voz)
- Iuri Caspar (piano)
- José Canha (contrabaixo)
- Jorge Moniz (bateria)
- Entrada gratuita

Cafeteria do Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra



A Verdadeira História da Tomada do Carvalho
pela ESTE

«Em 1890, a família Garrett era uma das mais importantes do distrito. Explorava as pastagens do Carvalho e a Irmandade do Santíssimo as castanhas. O povo do Souto da Casa, por sua vez, detinha o cultivo da terra. Mas houve uma época em que o rico proprietário incumbiu o seu feitor, António Antunes Aquém, de ocupar todos os terrenos e não deixar que se cultivasse. Então, os sinos tocaram a rebate, o povo juntou-se e Aquém, desde o alto da Serra até ao povoado, foi obrigado a carregar um pesado tronco de castanheiro às costas.

- De quem é o Carvalho? – Insistiam

- É vosso... Respondia o castigado, vencido pela dura provação.

Mas não era ainda isto que todos queriam ouvir. E foi vê-lo descer encosta abaixo carregando a sua cruz. Foi o seu sofrimento, a sua aflição – afinal o sofrimento e a aflição de um povo – que o fez proferir, alto e bom som, as palavras ajustadas.

- De quem é o Carvalho? - O Carvalho ... é nosso!»

A ESTE – Estação Teatral encontra nesta lendária história da sua região, o Fundão, que serviu de inspiração à Revolução dos Cravos, o princípio para criar um novo espetáculo, onde o teatro se faz com o espetador.

- Destinatários: M/12

- Bilhete: €5

24 SET | sáb | 21.30h

Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra



Com Um^{as} Asas Enormes | 8 OUT



Giselle: Revenge | 14 OUT



Fado Portugal | 22 OUT

17 SET | sáb | 15h

VERÃO NA

QUINTA DO CONDE

Encontro Anual de Coros e Grupos Corais da Margem Sul Coreto da Quinta do Conde

Org.: Associação Musical e Cultural Conde I

17 SET | sáb | 17h

MÚSICA

Prisma Eufórico

Festa de despedida das férias

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

17 SET | sáb | 21h

AQUI HÁ JAZZ '11

Escola de Jazz do Barreiro

- Francisco Andrade (saxofone)
- Daniel Neto (guitarra)
- Entrada gratuita

Cafeteria do Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

17 SET | sáb | 21.30h

AQUI HÁ JAZZ '11

Música e Cinema

- Destinatários: M/4
- Patrícia Giliberti (piano)
- Mauro Dilema (piano)
- António Carrilho (flauta)
- Jorge Caeiro (acordeão)
- Bilhete: €7.5 (2 espetáculos de dia 17)

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

17 SET | sáb | 22.30h

AQUI HÁ JAZZ '11

Escola de Jazz do Barreiro

- Francisco Andrade (saxofone)
- Daniel Neto (guitarra)
- Entrada gratuita

Cafeteria do Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

17 SET | sáb | 23h

AQUI HÁ JAZZ '11

As Cores Que o Jazz Tem

- Destinatários: M/4
- Maria Anadon (voz)
- Victor Zamora (piano)
- Bilhete: €7.5

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

24 SET | sáb | 22h

VERÃO NA

QUINTA DO CONDE

Kangurus

Parque da Vila, Quinta do Conde

1 OUT | sáb | 21.30h

MÚSICA

Academia de Música - Bota Big Band

- Destinatários: M/3
- Bilhete: €3.5 (adultos); €2 (crianças)
- Observações: bilhetes à venda no GRES Bota no Rego
- Inserido nas comemorações do 2.º aniversário da Academia de Música - Bota Big Band

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Org.: Academia de Música - Bota Big Band | Apoio: CM Sesimbra

8 OUT | sáb | 16h

MÚSICA

Voz - Mateus Paraizo

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

8 OUT | sáb | 21.30h

TEATRO DE OBJETOS

| MARIONETAS

Com Um^{as} Asas Enormes

pela Figuren Theater Tübingen

- Destinatários: M/10
- Bilhete: €3

• Inserido nas comemorações da Festa da Marioneta '11

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

14 OUT | sex | 21.30h

DANÇA

Giselle: Revenge ("Because Love is Eternal")

pela ProART REPÚBLICA CHECA

- Destinatários: M/6
- Bilhete: €5
- Inserido na Quinzena de Dança de Almada

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

22 OUT | sáb | 21.30h

TEATRO

Fado Portugal - Uma História de Faca e Alguidar

pela S.A. Marionetas

- Destinatários: M/6
- Bilhete: €5
- Inserido nas comemorações da Festa da Marioneta '11

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra



Recital Dueto de Cordas | 23 OUT



O Senhor de La Fontaine em Lisboa | 30 OUT

23 OUT | dom | 16h

MÚSICA**Recital Dueto de Cordas**

- Natalia Juskievicz (violino)
- Halina Berezowska (violoncelo)
- Entrada gratuita

**Igreja de Nossa Senhora
da Consolação do Castelo**

28 OUT | sex | 10.30 e 14h

DANÇA**Mundo Meu**

pela *Companhia Portuguesa
de Bailado Contemporâneo*

- Destinatários: M/6
- Crianças: € 1.5
- Acompanhantes: € 2.5

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

30 OUT | dom | 17h

TEATRO DE MARIONETAS**O Senhor de La
Fontaine em Lisboa**

pela *Lua Cheia*

- Destinatários: M/4
- Crianças: € 1.5
- Acompanhantes: € 2.5
- Inserido nas comemorações
da Festa da Marioneta '11

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

a decorrer ...

setembro

OFICINA DE TEATRO**Palco: Campo
de Igualdade**

- Destinatários: professores,
alunos e público em geral
 - Informações: cooperativa@
espacodasaguncheiras.pt /
www.espacodasaguncheiras.pt
- Espaço das Aguncheiras, Azoia**
Org.: Espaço das Aguncheiras

CONCERTOS NO PALCO**Mantra Indiano**

Os Mantra são palavras
em Samskrta (sânscrito),
utilizadas há milénios
pelos Yogi da Índia
nas práticas de yoga.

Transmitidas ao longo de
gerações, são entoadas
normalmente como
cânticos (Kirtana) para
aprimorar a voz e o
sentido auditivo, mas
também para aumentar
a concentração. Neste
espetáculo, o Coral-
-Orquestra OMKÁRA da
Confederação Portuguesa
do Yoga apresenta alguns
Kirtana clássicos e o
público será incentivado
a participar. Sequências
de Ásana - posições
psico-biofísicas e outras
técnicas principais do
Yoga, como Pránáyâma
(respiratórios),
Yoganidrá (relaxamento),
Kriyá (limpeza orgânica)
e Dhyâna (meditação),
encerram o concerto.

• Bilhete: € 3

Org.: Centro do Yoga de
Sesimbra | Apoio: Coral-
-Orquestra OMKÁRA da
Confederação Portuguesa
do Yoga

15 OUT | sáb | 21.30h
Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra

ESCOLA DE MÚSICA**Anacrusa**

• Guitarra clássica, guitarra
elétrica, baixo, piano, teclado,
bateria, canto, violino,
acordeão, coro infantil/juvenil,
iniciação e teatro musical
(inspirado no tema High School
Musical)

• Informações: 21 210 46 55 /
96 769 18 20 /
anacrusa.em@gmail.com

Quinta do Conde

Org.: Escola de Música
Anacrusa

inscrições ...

ESCOLA DE MÚSICA**Associação Musical
e Cultural Conde I**

Estão abertas inscrições para
aulas de saxofone, flauta,
trompete, clarinete, percussão,
classe de conjunto de flautas
de bisel e admissão de músicos
para a orquestra ligeira.

• Informações: 92 403 71 00 /
amcondel@gmail.com

**Associação Musical e Cultural
Conde I, Quinta do Conde**

setembro e outubro

ACADEMIA DE MÚSICA**GRES Bota no Rego**

Inscrições abertas para
guitarra, flauta, clarinete,
saxofone, trompete,
trombone, tuba e percussão/
bateria.

• Destinatários: M/6
• Preço: entre 10 e € 20
• Informações: 96 828 70 35 /
botabigband@gmail.com

Sede social do GRES
Bota no Rego, Sesimbra



Sintra, Capital do Romantismo | 10 SET



Foz do Iguaçu Destino do Mundo | 10 SET

9, 10 e 11 SET

Mostra de Filmes Turísticos Sesimbra '11

9 SET | sex

11.30h | Sessão inaugural

12h | Apresentação

do Festival Art & Tur 2011, que se realiza em setembro em Barcelos

12.30h | Apresentação

do Finisterra Arzábida Film

• vídeo promocional

15h | Mostra de filmes

vencedores do Art & Tur 2010, que se realizou em Barcelos - Primeira sessão

Is it True what they say...

• Luxemburgo [3'23'']

• Vencedor na categoria "Destinos"

• Prémio da melhor sonoplastia

Santiago é Grande

• Espanha [2'30'']

• Vencedor na Categoria

"Turismo Cultural"

• Prémio de melhor conceito/criatividade

Is it True what they say About

Luxemburg Wine?...

• Luxemburgo [5'24'']

• Prémio especial do Júri

Eaglewalk

• Áustria [5'20'']

• Vencedor na categoria

"Turismo de Montanha"

Turnat 2009

• Sueden [19'30'']

• Prémio especial do Júri

Zaffari - Porto Alegre é de Mais

• Brasil [1']

• Prémio de melhor filme

promocional

21.30h | Mostra de filmes

vencedores do Art & Tur

2010, que se realizou em

Barcelos - Segunda sessão

Frederic

• Polónia [23'51'']



Mostra de Filmes Turísticos Sesimbra '11

As produções audiovisuais dedicadas ao Turismo têm tido um papel preponderante na promoção de destinos e produtos turísticos. Para dar a conhecer alguns dos melhores trabalhos que se fazem a nível mundial neste campo, a empresa Falcão Azul e o fotógrafo Carlos Sargedas, com apoio da Câmara Municipal e do Turifórum, promovem a primeira mostra de Filmes Turísticos de Sesimbra, que tem como parceiro privilegiado o Art & Tur, festival que se realiza há quatro anos em Barcelos. A mostra trará a Sesimbra os filmes premiados do Art & Tur (Barcelos) e do CIFFT 2010 (Áustria), dar a conhecer a edição de 2011 do festival de Barcelos e servirá de mote para apresentar o Finisterra, Festival de Filmes Turísticos de Sesimbra, que se inicia em 2012.

9,10 e 11 SET

Cinematheca Municipal
João Mota, Sesimbra

- Vencedor na categoria
- "Animação Turística/Eventos"

Lisboa

• Portugal [10'22'']

• Vencedor na categoria

"Turismo Acessível"

Um Caminho de Santiago

• Brasil [81'35'']

• Vencedor na categoria

"Turismo Religioso"

10 SET | sáb

15h | Mostra de filmes

vencedores do Art & Tur

2010, que se realizou em

Barcelos - Terceira sessão

Nature Propelled

• Estados Unidos [42'00'']

• Vencedor na categoria "Aventura,

• Expedições e Viagens"

Um Caminho de Santiago

• Brasil [81'35'']

• Vencedor na categoria

"Turismo Religioso"

Life in Aldeia da Baía

• Portugal/Cabo Verde [37'45'']

• Filme vencedor na categoria

"Vida Humana"

Bonito e Pantanal - O Brasil

no seu Melhor

• Brasil [36'16'']

• Vencedor na categoria

"Ecologia e Turismo"

21.30h | Mostra de filmes

vencedores do Art & Tur

2010, que se realizou em

Barcelos - Quarta sessão

Lisboa

• Portugal [10'22'']

• Filme vencedor na categoria

• "Turismo Acessível"

Vinho 8

• Portugal [5'05'']

• Vencedor na categoria

• "Gastronomia e Vinhos"

Rota Dos Vinhos

da Península de Setúbal

Portugal [12'24'']

Prémio especial do Júri



Master and Commander – O Lado Longínquo do Mundo | 24 SET No Mesmo Tom | 7 OUT

Clip Especial de Natal

• [3'24'']

• Prémio especial do Júri

Styria - The Green Heart
of Austria

• Áustria [6'19'']

• Filme vencedor na categoria
"Experiências Memoráveis"

Dali no Porto

• Portugal [2'56'']

• Filme vencedor na categoria
"Jovens Talentos"

Foz do Iguaçu Destino
do Mundo

• Brasil [6'40'']

• Prémio da Lusofonia

Mochila

• Brasil [30'']

• Prémio de melhor spot
publicitário

Sintra, Capital
do Romantismo

• Portugal [8'24'']

• Prémio de melhor documentário

África Lost Eden

• Moçambique/Estados Unidos [50']

• Grand Prémio Art & Tur 2010

• Vencedor na categoria

"Biodiversidade"

• Melhor filme na categoria

"Planeta Saudável"

• Prémio da melhor fotografia

11 SET | dom

15h | Mostra de filmes

vencedores do CIFFT 2010,
que se realizou em Viena de
Áustria - Quinta sessão

The Green Heart of Áustria

• [6'40'']

• Grand Prémio CIFFT 2010

Menções Honrosas

Christmas miracle in Riga

• Letónia [3']

Eaglewalk

• Áustria [5'20'']

Frederic 2010

• Polónia [23'51'']

África's Lost Eden

• Moçambique/Estados Unidos [50']

Kalundborg - Your scenic
destination

• Dinamarca [4'32'']

Warsaw, European Capital
of Culture 2016

• Polónia [4'47'']

• Informações e reservas:

21 223 40 34 / cineteatro@

cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal
João Mota, Sesimbra**

Org.: Carlos Sargedas e Falcão

Azul | Apoio: CM Sesimbra e

Turifórum | Parceiros: Art&Tur,

SANA Sesimbra Hotel, Quinta dos

Amarelos, Sesimbra TV, Sesimbra

FM, Jornal de Sesimbra,

O Sesimbrense e CM Barcelos

24 SET | sáb | das 14 às 18h

Master and

**Commander - O Lado
Longínquo do Mundo**

de Peter Weir; 2003;

132 min.; M/12

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

7 OUT | sex | 21.30h

No Mesmo Tom

de John Carney; 2006;

85 min.; M/12

• Bilhete: €3,5

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

20 OUT | qui | 14.30h

O BAÚ DOS FILMES

**Histórias da Vida
na Terra**

de Luís Correia, José Filipe

Costa, Jorge António e Rui Brás

Ciclo - Documentários

• Episódio 3 – Os Anfíbios: na

Fronteira Entre Dois Mundos

• Episódio 4 – Os Répteis: a

Independência da Água

• Entrada gratuita

Sala Polivalente, Biblioteca

Municipal de Sesimbra

29 OUT | sáb | das 14 às 18h

Ruptura Explosiva

de Kathryn Bigelow; 1991;

117 min.; M/12

Loja Ond@Jovem, Sesimbra





Astronomia para Todos | 9 SET



Animação de Festas de Aniversário | OUT

9 SET | sex | das 10 às 12h

TÉCNICAS E RECURSOS

Astronomia para Todos

• *Objetivo: construção em maqueta de um modelo do Sistema Solar em que se explica o seu funcionamento*

• *Inscrições: 21 080 96 66*

CIPA, Quinta do Conde

11 SET | dom | 16.30h

CONFERÊNCIA

O Cinema no Cabo Espichel e o Turismo

com Carlos Sargedas e Francisco Dias

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

17 SET | sáb | das 14 às 18h

ATELIÊ

Escrita Criativa

• *Destinatários: M/8*

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

22 SET | qui | 15h

Oficina das Experiências

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

24 SET | sáb | das 10 às 17h

TÉCNICAS E RECURSOS

Coaching

Iniciativas Jovens

• *Inscrições: 21 080 96 66*

CIPA, Quinta do Conde

24 SET | sáb | 15h

COLÓQUIO

António Telmo e o Caminho do Oriente por Roque Braz de Oliveira

• *Inserido no Ciclo Congeminações - I ciclo de estudos em homenagem a António Telmo, subordinado ao tema Ortodoxia e Livre Pensamento*

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

Motivação, Renovado Desafio das Organizações

A motivação é um dos grandes desafios que se colocam atualmente às organizações. Como contributo para o debate, a Câmara Municipal de Sesimbra promove um seminário dedicado ao tema, que conta com a participação de especialistas em várias áreas.

Receção aos participantes (9h)

Sessão de abertura (9.30h)

• *Augusto Pólvora, presidente da Câmara Municipal de Sesimbra*

As Ferramentas de Motivação nas Organizações (9.45h)

• *Clara Pracana (psicóloga); Ângelo Tavares (consultor para a área da Qualidade da CM Sesimbra); Maria do Carmo Tavares (CCTP-IN).*

• *Moderadora: Carmen Cruz, vereadora do Pelouro dos Recursos Humanos da CM Sesimbra*

• *Debate*

Motivação Intrínseca, Faça Mais por Si (11.20h)

• *Ana Rocha; Isabel Abecassis Empis (psicóloga); Carlos Neves (consultor sénior)*

• *Moderadora: Odete Graça, presidente da Assembleia Municipal de Sesimbra*

• *Debate*

Formar e Educar para Motivar (14.15h)

• *Projetos Educativos - Divisão de Educação da CM Sesimbra;*

Projeto RVCC - Marta Azevedo, CM Seixal; Assembleia Municipal de Jovens - Elisabete Luís, EBI da Quinta do Conde

• *Moderadora: Cláudia Mata, chefe da Divisão de Formação e Saúde Ocupacional da CM Sesimbra*

• *Debate*

Motivação nas Organizações - Boas Práticas (16.20h)

• *Ana Curto, CM Almada; Isabel Paredes, SHL Portugal - People Solutions, DACOL*

• *Moderadora: Ana Soeiro - diretora do Departamento de Recursos Humanos da CM Sesimbra*

• *Debate*

• *Sessão de encerramento (17.15h)*

• *Inscrições gratuitas*

20 OUT | qui | das 9 às 17.15h

Cineteatro Municipal João Mota



Percussão | 22 OUT



Nova Águia | 29 OUT

1 OUT | sáb | das 14 às 18h

ATELIÊ**Dança da Cadeira**

• Destinatários: M/8

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

1 e 8 OUT | sáb | das 10 às 17h

TÉCNICAS E RECURSOS**Coaching****Iniciativas Jovens**

• Inscrições: 21 080 96 66

CIPA, Quinta do Conde

4 e 11 OUT | ter | das 15 às 18h

DESENHO E PINTURA**Expressão e Criação**

• Inscrições: 21 080 96 66

CIPA, Quinta do Conde

8 OUT | sáb | das 10 às 18h

ESPECIALIZAÇÃO**Gestão Associativa**

• Objetivo: adquirir informações no sentido de uma consciência legal de uma associação, desenvolver competências de uma gestão clara, ativa e participante e elaboração e gestão de projetos

• Inscrições: 21 080 96 66

CIPA, Quinta do Conde

15, 22, 29 OUT | sáb

| das 10 às 18h

ESPECIALIZAÇÃO**Animação de Festas de Aniversário**

• Inscrições: 21 080 96 66

CIPA, Quinta do Conde

18 e 25 OUT | ter | das 15 às 18h

DESENHO E PINTURA**Expressão e Criação**

• Inscrições: 21 080 96 66

CIPA, Quinta do Conde

22 OUT | sáb | 16h

OFICINA DOS SONS**Percussão**

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

22 OUT | sáb | das 10 às 13

e das 14.30 às 17.30h

ATELIÊ**A Leitura em Voz Alta**

por Cristina Paiva

• Destinatários: profissionais da 1.ª Infância das IPSS do concelho

• Objetivos: trabalhar o corpo e a voz através de técnicas e de exercícios de respiração, postura, colocação de voz e dicção

• Inscrições: 21 228 85 88 /

biblioteca@cm-sesimbra.pt

• No âmbito da candidatura

ao projeto Falar de ...

Sala Polivalente, Biblioteca**Municipal de Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra

| Apoio: Fundação Calouste

Gulbenkian

29 OUT | sáb | 15h

LANÇAMENTO**Nova Águia**

Oitavo número da revista

COLÓQUIO**António Telmo****e a Escola Portuguesa em Lisboa**

por Pinharanda Gomes

• Inserido no Ciclo Congeminações

- I Ciclo de estudos em

homenagem a António Telmo,

subordinado ao tema Ortodoxia e

Livre Pensamento

Sala Polivalente, Biblioteca**Municipal de Sesimbra****A DECORRER ...****SET e OUT | 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

setembro e outubro**Academia Santiago**

Estudo acompanhado, ateliê do TPC, explicações, atividades lúdicas e pedagógicas,

preparação para exames,

psicologia e workshops.

• Valor: desde € 20

• Destinatários: crianças

e jovens dos 7 aos 14 anos

• Inscrições: 21 268 17 34 /

geral@academia-santiago.com

Rua Fernando Caldeira, Cotovia**terças e quintas | das 10 às 11.30h****WORKSHOP****Informática Sénior**

• Destinatários: M/18

• Objetivos: conhecimentos

na ótica do utilizador, pesquisa no

catálogo da Biblioteca, navegação

na Internet e criação de e-mail

• Inscrições: 21 228 85 88 /

biblioteca@cm-sesimbra.pt

(gratuitas)

Sala Polivalente, Biblioteca**Municipal de Sesimbra**



Zimbr'Arte | 11 e 25 SET e 23 OUT

III Feira Rotary da Saúde

Stands de várias entidades do concelho e de associações nacionais de prevenção e apoio em cuidados de saúde, mostra de produtos e serviços, dinamização de rastreios e demonstrações e campanhas de sensibilização para boas práticas de vida são os atrativos da III Feira da Saúde, organizada pelo Rotary Club de Sesimbra. O evento, que se tem revelado um enorme sucesso, procura sensibilizar os visitantes para a importância de uma vida saudável, através da prevenção de doenças e da experiência de boas práticas que permitam o bem-estar e uma melhor qualidade de vida.

Informações: rotaryclub-sesimbra.blogspot.com
Org.: Rotary Club de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra

3 e 4 SET | sáb e dom
| das 10 às 19h
Castelo de Sesimbra

3 a 30 SET
EXPOSIÇÃO DE PINTURA
Luís, Vamos Ver o Nascer-do-Sol!
de Susana Tereso
• de segunda a sexta, das 14 às 17.30, sábados e domingos, das 16 às 19h
Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra

3 a 30 SET
EXPOSIÇÃO DE DESENHO
Setembro
de Luís Valente
• de segunda a sexta, das 14 às 17.30, sábados e domingos, das 16 às 19h
Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra

9 SET | sex | 10.30h
EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA
Amorgos - 3 Dias da Objetiva
de Carlos Sargedas
Artes e Ofícios Tradicionais de Barcelos
de Andrzej Lojko
Cafetaria do Cineteatro Municipal, Sesimbra
La Mirada Del Pueblo
de Máximo Pelayo Arribas
• Inserido na Mostra de Filmes Turísticos Sesimbra 11
Atrio, Biblioteca Municipal de Sesimbra

11 e 25 SET | dom | das 10 às 23h
FEIRA DE ARTESANATO Zimbr'Arte
• Informações: Divisão de Economia Local e Pescas
• Tel.: 21 228 87 14
• E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt
Praça da Califórnia, Sesimbra
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

12 a 23 SET
EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA
Imagens Soltas a Preto e Branco
de José Couto
• de terça a sábado, das 10 às 12.30 e das 14 às 18.30h
Espaço Zambujal

10 SET a 16 OUT
EXPOSIÇÃO DE PINTURA E ESCULTURA
Vestígios
• inauguração dia 10 de setembro às 15h
• segunda a sexta, das 10 às 18, sábados e domingos, das 10 às 22h
Galeria Arte & Mar, Sesimbra

18 SET | dom | das 10 às 20h
FEIRA DE ANTIGUIDADES Quint'Antiga
• Informações: Divisão de Economia Local e Pescas
• 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



Quint'Antiga | 18 SET e 16 OUT

20 SET a 1 OUT

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

A Revolta dos Peixes

de Jorge Rebelo

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

Biblioteca Municipal de Sesimbra

24 SET

EXPOSIÇÃO

Construção Naval em Sesimbra

• setembro, das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h

• outubro, das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h

Centro de Documentação
Rafael Monteiro,
Castelo de Sesimbra

4 a 15 OUT

EXPOSIÇÃO

DE FOTOGRAFIA

de Carlos Sargedas

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

Biblioteca Municipal de Sesimbra

16 OUT | dom | das 10 às 18h

FEIRA DE ANTIGUIDADES

Quint'Antiga

• Informações: Divisão de Economia Local e Pescas

• 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 29 OUT

EXPOSIÇÃO

DE PINTURA

Zonas e Lugares da Nossa Terra

• Obras realizadas pelos utentes seniores do CASCUZ

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

Biblioteca Municipal de Sesimbra

23 OUT | dom | das 10 às 18h

FEIRA DE ARTESANATO

Zimbr'Arte

• Informações: Divisão de Economia Local e Pescas

• Tel.: 21 228 87 14

• E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt

Praça da Califórnia, Sesimbra

Org.: CM Sesimbra

e JF Santiago

a decorrer...

SET | terça a sábado

| das 13 às 19h

EXPOSIÇÃO

Património do Concelho

Exposição de pintura a óleo sobre tela de Isilda Carapinha

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

OUT | terça a sábado

| das 13 às 19h

EXPOSIÇÃO DE PINTURA

Ponto sem Nó

de Ivan do Nascimento

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

ARTES PLÁSTICAS

III Exposição da Casa das Artes de Sesimbra

A Praça da Califórnia, em Sesimbra, acolhe a III Exposição da Casa das Artes

de Sesimbra, que reúne mais de 30 artistas nas áreas de escultura, cerâmica, pintura, joalheria e desenho. Fundada em 2007, a Casa das Artes de Sesimbra envolve também, para além das artes plásticas, as artes de palco, como música, dança e teatro, e apoia a criação e divulgação de movimentos e eventos artísticos e a promoção de workshops.

• segunda a sexta, das 14 às 17.30 e das 19 às 23, sábados e domingos, das 16 às 23h

Org.: CM Sesimbra e Casa das Artes de Sesimbra

até 30 SET
Praça da Califórnia,
Sesimbra



Maravilhas das Aguncheiras | 3 SET



Na Pista dos Dinossáurios | 10 SET

2, 3 e 4 SET | sex, sáb e dom | 11h

VELA

VII Campeonato Nacional de Infantis

• Embarcações: Optimist

Baía de Sesimbra

Org.: Clube Naval de Sesimbra e Federação Portuguesa de Vela
| Apoio: Associação Portuguesa da Classe Internacional Optimist

3 SET | sáb | 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)

• Ponto de encontro: café Retiro dos Amigos, Azoia

3 SET | sáb | 9.30h

ESCALADA

Workshop de Escalada

• Preço: € 29

• Duração: 1 dia

• Grau de dificuldade: médio

• Inscrições: até 2 de setembro

• Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

• Ponto de encontro: Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

4 SET | dom | 6h

PESCA DESPORTIVA

Torneio de Pesca de Alto Mar

• Inscrições: até 25 de agosto

• Informações: 21 233 34 51 /

secnaval.sesimbra@mail.telepac.pt

• Inserido nas comemorações do

81.º aniversário do Clube Naval de Sesimbra

• Ponto de encontro: Clube Naval de Sesimbra

Org.: Clube Naval de Sesimbra

4 SET | dom | 9.30h

CANOAGEM

Arrábida Mar

• Preço: € 24 (menores de 8 anos desconto de 50%)

• Duração: manhã

• Grau de dificuldade: baixo

• Inscrições: até 2 de setembro

• Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

• Ponto de encontro: Portinho da Arrábida

Org.: Vertente Natural

10 SET | 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: o percurso é feito no carro dos participantes

• Ponto de encontro: parque de estacionamento do Pingo Doce, na Carrasqueira

Org.: Get Around Tours

10 SET | sáb | 10h

PASSEIO PEDESTRE

Na Pista dos Dinossáurios

• Preço: € 7 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)

• Pagamento feito no local

• Duração: 3 horas

• Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt

• Ponto de encontro: Igreja de Nossa Senhora do Cabo

Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre

11 SET | dom | 9h

COASTEERING

Blue Line

• Preço: € 30

• Duração: manhã

• Grau de dificuldade: médio

• Inscrições: até 9 de setembro

• Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

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

Org.: Vertente Natural

11 SET | dom | 10h

PASSEIO PEDESTRE

Medos do Penedo

• Preço: € 8 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)

• Pagamento feito no local

• Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt

• Ponto de encontro: Parque de Campismo Campimeco, Praia das Bicas, Aldeia do Meco

Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre



Surf - 3.ª etapa do Circuito Vestal | 17 e 18 SET

16 SET | sex | das 9 às 17h

CIRCUITO TURÍSTICO

Região dos 3 Castelos Tour B

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

17 e 18 SET | sáb e dom | 10h

KAYAK

Campeonato Nacional Prova final

- Categorias: juvenis, juniores e seniores (femininos e masculinos)
- Baía de Sesimbra**
- Org.: Clube Naval de Sesimbra e Federação Portuguesa de Canoagem

17 e 18 SET | sáb e dom

SURF

3ª Etapa do Circuito Vestal

- Informações: 21 087 51 39 / scs@scs.pt / www.scs-surfshop.com
- Local a confirmar mediante condições meteorológicas**
- Org.: Surf Clube de Sesimbra

18 SET | dom | 9.30h

MULTIATIVIDADES

Arrábida Terra e Mar

- Preço: € 35
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 16 de setembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Portinho da Arrábida
- Org.: Vertente Natural

18 SET | dom | 10h

CRUZEIRO

Baía dos Golfinhos - Rio Sado

- Preço: € 25 (adulto); € 12.5 (criança até aos 11 anos); € 20 (cartão SAL T ou T6)
- Duração: manhã
- Inscrições: 265 227 685 / sal@sal.pt
- Ponto de encontro: marina de recreio da Doca das Fontainhas
- Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre

21 SET | qua | 10 às 12h

PERCURSOS PEDESTRES

Ribeira de Coia

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

24 SET | sáb | das 9 às 13.30h

CIRCUITO TURÍSTICO

Sesimbra Tour A

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

24 SET | sáb | 9.30h

CANOAGEM

Lagoa de Albufeira

- Preço: € 20 (menores de 8 anos desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 23 de setembro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Lagoa de Albufeira
- Org.: Vertente Natural

24 SET | sáb | 15h

Passeio de Bicicleta

- Objetivo: criação de materiais de identificação de grupo (bandeiras, t-shirts e decoração da bicicleta)
- Destinatários: jovens com mais de 12 anos e com bicicleta
- Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde**

24 SET | sáb

6º Troféu Nacional de Fotografia Subaquática

Fotodigisub 2011

- Destinatários: fotógrafos e modelos/assistentes subaquáticos
- Informações: fotodigisub@forum-mergulho.com / www.fotodigisub.com
- Org.: Federação Portuguesa de Atividades Subaquáticas e Fórum de Mergulho | Apoio: Anthia Diving Center e Mergulho no Azul

25 SET | dom | 9h

BANDEIRA AZUL

O Refúgio das Armações Percursos Interpretativos

- Limite: 20 participantes
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: 21 228 85 40 / Posto de Turismo de Sesimbra (mínimo 12 participantes)
- Ponto de encontro: Centro de Documentação Rafael Monteiro
- Praia do Calhau da Cova**



Canoagem Lagoa de Albufeira | 24 SET



Gruta da Grande Falha | 1 e 2 OUT

25 SET | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

Andando na Chã

- Preço: €9 (menores de 11 anos desconto de 50%)
 - Dura ção: manhã
 - Grau de dificuldade: baixo/médio
 - Inscrições: até 23 de setembro
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
 - Ponto de encontro: Santuário do Cabo Espichel
- Org.: Vertente Natural

1 e 2 OUT

ESPELEOLOGIA

Gruta da Grande Falha

1 | sáb | 14h

Formação teórica e prática em verticais

2 | dom | 9.30h

Visita à gruta com acesso feito em rappel de cerca de 100 metros

- Preço: €98
 - Dura ção: 1 dia e meio
 - Grau de dificuldade: alto
 - Inscrições: até 30 de setembro
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
 - Ponto de encontro: Grupo Desportivo União da Azoia
- Org.: Vertente Natural

5 OUT | qua | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

No Topo da Arrábida

- Preço: €15
 - Dura ção: 1 dia
 - Grau de dificuldade: alto
 - Inscrições: até 4 de outubro
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
 - Ponto de encontro: sede da Vertente Natural
- Org.: Vertente Natural



PROVAS DESPORTIVAS DE SESIMBRA

Regata de Aiolas e Travessia da Baía

Com 70 anos de existência, a tradicional Regata de Aiolas é a mais antiga das provas desportivas de Sesimbra e um dos mais populares acontecimentos da vila. O facto de ser feita em embarcações típicas a remos torna-a muito exigente em termos físicos, o que leva a uma grande preparação por parte dos remadores, que começam a treinar semanas antes. No ano passado, a “corrida” contou com a participação de 29 embarcações, número recorde na última década. A par da Regata de Aiolas, também a Travessia da Baía se disputa entre as praias da Califórnia e Ouro. Os nadadores, federados e não federados, percorrem cerca de 1500 metros. A comemorar 65 anos, esta competição é uma das mais apreciadas e concorridas do calendário nacional da modalidade.

Informações e inscrições: 21 228 82 46 / 60 / 93 998 24 85 / desporto@cm-sesimbra.pt

Org.: CM Sesimbra | Apoio: Clube Naval, Delegação Marítima, Bombeiros Voluntários e Polícia Marítima

25 SET | dom | 11h

Regata de Aiolas

5 OUT | qui | 11h

Travessia da Baía

Ponto de encontro: Praia da Califórnia



Serra do Risco | 8 OUT



BTT - 2.ª Maratona do Cabo Espichel | 15 OUT



8 OUT | sáb | das 9 às 13h
CIRCUITO TURÍSTICO
Arrábida Tour H

- Preço: €40 (adulto); €36 (menores de 6 anos)
 - Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
 - Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
 - Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Get Around Tours

8 OUT | sáb | das 9 às 13h
PERCURSOS PEDESTRES
Serra do Risco

- Limite: 10 participantes
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: gratuitas
- Informações: 93 998 25 96 / Loja Ond@Jovem, Sesimbra
- Ponto de encontro: café Graciano, Pedreiras

8 OUT | sáb | 9.30h

WORKSHOP

Escalada

- Preço: €29
 - Duração: 1 dia
 - Grau de dificuldade: médio
 - Inscrições: até 7 de outubro
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
 - Ponto de encontro: Portinho da Arrábida
- Org.: Vertente Natural

8 OUT | sáb | 10h

PASSEIO PEDESTRE

Nas Arribas do Contrabando

- Preço: €7 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)
 - Pagamento feito no local
 - Duração: 3 horas
 - Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt
 - Ponto de encontro: Grupo Desportivo União da Azoia
- Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre

9 OUT | dom | 9.30h

PASSEIO PEDESTRE

A Caminho dos Dinossáurios

- Preço: €9 (menores de 11 anos desconto de 50%)
 - Duração: manhã
 - Grau de dificuldade: baixo
 - Inscrições: até 7 de outubro
 - Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
 - Ponto de encontro: Santuário do Cabo Espichel
- Org.: Vertente Natural

9 OUT | dom | 10h

PASSEIO PEDESTRE

Chã dos Navegantes

- Preço: €8 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho 50% de desconto)
 - Pagamento feito no local
 - Duração: 5 horas
 - Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt
 - Ponto de encontro: Igreja de Nossa Senhora do Cabo
- Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre

15 OUT | sáb | 7h

BTT

2ª Maratona do Cabo Espichel

- Destinatários: praticantes maiores de 16 anos, federados, não federados e de lazer
 - Percursos: maratona (85 Km); meia maratona (42 Km); mini maratona (20 Km)
 - Limite: 400 participantes
 - Inscrições: até 5 de outubro
 - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyefera.com / www.ludyefera.com
- Org.: Grupo Desportivo União da Azoia e Ludyefera



Chãdos Navegantes | 9 OUT



Torneio de Pesca ao Espadarte | SET

15 OUT | sáb | das 9 às 18h
CIRCUITO TURÍSTICO
Sintra/Cascais Tour D

- Preço: € 60 (adulto); € 56 (menores de 6 anos)
- Inscrições: até 24h antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 91 938 31 23 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Get Around Tours

19 OUT | qua | 10 às 12h
PERCURSOS PEDESTRES
Ribeira de Coina

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

22 OUT | sáb | 9.30h
ESPELEOLOGIA
Lapa do Fumo

- Preço: € 15 (menores de 11 anos desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 21 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Pinheirinhos
- Org.: Vertente Natural

23 OUT | dom | 9.30h
ESCALADA
Escalar no Risco

- Preço: € 27
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: alto
- Inscrições: até 21 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: sede da Vertente Natural
- Org.: Vertente Natural

29 OUT | 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: o percurso é feito no carro dos participantes
- Ponto de encontro: parque de estacionamento do Pingo Doce, na Carrasqueira
- Org.: Get Around Tours

29 OUT | sáb | 9.30h
RAPPEL
Círculo da Baleeira

- Preço: € 21
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio/alto
- Inscrições: até 28 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: café Retiro dos Amigos, Azoia
- Org.: Vertente Natural

30 OUT | dom | 9.30h
ESPELEOLOGIA
Lapa do Médico

- Preço: € 15 (menores de 11 anos desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 28 de outubro
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com
- Ponto de encontro: Serra da Arrábida
- Org.: Vertente Natural

30 OUT | dom | 10h
PASSEIO PEDESTRE
Terras do Risco

- Preço: € 8 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)
- Pagamento feito no local
- Duração: 5 horas
- Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt
- Ponto de encontro: café Bom Petisco, Casais da Serra
- Org.: SAL - Sistemas de Ar Livre

a decorrer...

setembro
PESCA DESPORTIVA
XII Torneio de Pesca
ao Espadarte
- José Pinto Braz

- Inscrições: Clube Naval de Sesimbra
- Informações: 21 233 34 51 / secnaval.sesimbra@mail.telepac.pt
- Ponto de encontro: Clube Naval de Sesimbra
- Costa de Sesimbra**
- Org.: Clube Naval de Sesimbra





À Descoberta do Castelo | sábados



Sempre a Mexer Para Não Envelhecer | SET e OUT

sábados | 11h

VISITAS GUIADAS

À Descoberta do Castelo

- Limite: 15 participantes
- Duração: 1 hora
- Inscrições: 21 228 85 40 / 21 268 07 46 / Posto de Turismo de Sesimbra / Centro de Documentação Rafael Monteiro (mínimo 4 participantes)
- Gratuito

Castelo de Sesimbra

SET e OUT | das 9 às 13h

CIRCUITOS TERRESTRES

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

- Preço: € 15
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 4 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Observações: circuito efetuado em português, francês, inglês e espanhol
- Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Zimbra Regular Tours

Sempre a Mexer para Não Envelhecer

- Atividades: ateliês de artes e ofícios, ginástica, danças de salão e logoterapia
- Inscrições e informações: 21 228 82 37 / Divisão de Ação Social da CM Sesimbra / www.cm-sesimbra.pt

SET e OUT | das 14 às 18h

CIRCUITOS TERRESTRES

Caves de Azeitão, Serra da Arrábida e Fábrica de Azulejos

- Preço: € 15
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 4 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Observações: circuito efetuado em português, francês, inglês e espanhol
- Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Zimbra Regular Tours

SET e OUT | das 8.30 às 13.30h

CIRCUITOS NAÚTICO

Golfinhos do Sado

- Preço: € 50 (adultos); € 30 (menores de 12 anos)
- Cascais, Estoril e Lisboa (mais € 25 por pessoa) / Sintra, Fátima e Évora (por pedido)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 2 participantes)
- Informações: 96 653 39 13 / zimbrartour@gmail.com / www.zimbratours.com
- Observações: circuito efetuado em português, francês, inglês e espanhol
- Almoço livre
- Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Zimbra Regular Tours

segundas e quartas, das 18.30 às 20h

Mexe-te

- Inscrições e informações: 93 998 24 85 / Divisão de Desporto da CM Sesimbra
- Grupo Desportivo de Sesimbra e Pavilhão Municipal da Quinta do Conde**

segundas e quartas | das 19 às 20h

Gente Ativa

- Inscrições: 93 998 24 85 / Divisão de Desporto da CM Sesimbra
- 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**

inscrições ...

Futebol Juvenil

Época de 2011/2012

- Estão abertas inscrições para os escalões de infantis A, juniores, juvenis, benjamins A, iniciados, infantis B e benjamins B
- Informações: 21 223 30 77 / grupo.desportivo.sesimbra@netvisao.pt / www.gdsesimbra.pt
- Org.: Grupo Desportivo de Sesimbra



Observação Solar | 6 e 13 SET



Festa da Luz | 9 a 11 SET

1 a 17 SET | terça a sábado
| das 14 às 20h

Ond@Voluntária

• Destinatários: jovens
dos 14 aos 30 anos
CIPA e Lojas Ond@Jovem

6 e 13 SET | ter | das 10 às 12h
TÉCNICAS E RECURSOS
Observação Solar

• Objetivo: observação através de
telescópio de manchas solares,
protuberâncias e filamentos do Sol
• Inscrições: 21 080 96 66
CIPA, Quinta do Conde

9 a 11 SET
Festas em Honra
de Nossa Senhora
da Luz

9 SET | sex

21h | Ladainha a Nossa
Senhora da Luz, com
Gaiteiros da Moita

21.30h | Tradicional fogueira,
com hastear da bandeira

22h | Baile com Irmãos Cabana

22.30h | Variedades com
Serafim - Levanta-te e Ri!

23.30h | Variedades com
Mário Gil e continuação
de baile

10 SET | sáb

18h | Baile com Fátima Dias

19.30h | Missa no terreno da
Quinta de Sampaio, seguida
de procissão

21.30h | Baile com Fátima Dias

22.30h | Variedades com
Luis Portela e as suas
bailarinas, Ana e as suas
bailarinas e baile com
Fátima Dias

11 SET | dom

17h | Baile com Ricardo Jorge

21h | Entrega da bandeira
ao novo Juiz

21.30h | Baile com Ricardo
Jorge

22h | Variedades com Edna
Pimenta e as suas bailarinas
e baile com Ricardo Jorge

Org.: Comissão de Festas de
Nossa Senhora da Luz
| Apoio: CM Sesimbra,
JF Castelo, TST, Cooperativa
Castelo-Zimbra, Firms,
comerciantes e população

9 SET | sex | 18h

LANÇAMENTO
Postais Turísticos
Ilustrados

Apresentação de três box's
com coleções de postais
turísticos ilustrados de
Portugal, Lisboa e Sesimbra,
da autoria de Carlos
Sargedas.

SANA Sesimbra Hotel

10 SET | sáb | das 14 às 17h

PLAYSTATION
Buzz

• Destinatários: M/8
Loja Ond@Jovem, Sesimbra

10 a 25 SET

Quinzena
Gastronómica
do Esparte

Restaurantes Aderentes

Org.: CM Sesimbra,
JF Santiago, Associação
de Comerciantes e Industriais do
Concelho de Sesimbra
e Associação de Comércio
e Serviços do Distrito de Setúbal
- Delegação de Sesimbra

14 SET | qua | das 9.30 às 13h

Colheita de Sangue
Sala Polivalente, Biblioteca
Municipal de Sesimbra

Quinzena
Gastronómica
do Esparte
10 e 25 SET





Festa do Cabo | 23 a 26 SET



Moinho do Outeiro

17 SET | sáb | 9h

BADEIRA AZUL

XVI Encontro de Limpeza Subaquática e III Campanha de Limpeza Terrestre

• Destinatários: mergulhadores amadores e em apneia e público em geral

• Duração: manhã

• Inscrições: 21 228 85 40 /

Posto de Turismo de Sesimbra

Org.: CM Sesimbra e Núcleo de

Atividades Subaquáticas

| Apoio: Núcleo de Espeleologia

da Costa Azul e Clube Naval de

Sesimbra

Baía de Sesimbra

23 a 26 SET

Festas em Honra de Nossa Senhora do Cabo Espichel

23 SET | sex

22h | Baile Popular

com Júlio Panão

24 SET | sáb

8.30h | Alvorada

9h | Jogos Populares

22h | Baile com o conjunto

Puro Azul

25 SET | dom

8h | Alvorada

10h | Jogos na Mãe de Água

16h | Missa seguida

de Procissão

22h | Baile Popular

com Júlio Panão

26 SET | seg

10h | Missa de Sufrágio

aos Antigos Romeiros



Visita Monumental e Urbana

Sesimbra associa-se, uma vez mais, às comemorações das Jornadas Europeias do Património, que este ano são subordinadas ao tema *Património e Paisagem Urbana* e pretendem sensibilizar os cidadãos para a necessidade de proteger e valorizar as características da paisagem nas cidades, vilas e aglomerados urbanos. Para assinalar a efeméride, a autarquia organiza uma visita à zona histórica da vila de Sesimbra guiada pelo arquiteto Luís Paixão, que vai demonstrar de que forma os edifícios monumentais influenciaram a atual rede urbana. As Jornadas Europeias do Património são uma iniciativa anual do Conselho da Europa e da União Europeia, que envolve cerca de 50 países.

• Inscrições: 21 228 82 06 / 07 / museu@cm-sesimbra.pt

• Limite: 20 participantes

• Ponto de encontro: Terminal rodoviário, Sesimbra

24 SET | sáb | 9.30h

Vila de Sesimbra



Dia Mundial do Turismo



Prémio Científico

10.30h | Encerramento dos Festejos

Org.: Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel | Apoio: CM Sesimbra, Paróquia de Santiago, JF Castelo, JF Santiago, TST, Pescadores, Comércio e População

**24, 27 e 30 SET
Dia Mundial do Turismo**

24 SET | sáb

9.30h | Visita à Lapa do Fumo

14h | Visita ao Farol do Cabo Espichel e queijaria

27 SET | ter

8 às 10h | Oferta de pack de farinha torrada aos turistas nos Postos de Turismo e nas unidades hoteleiras do concelho

16h | Apresentação e divulgação da nova imagem das Pequenas Rotas e sua homologação

30 SET | sex

15h | Visita guiada ao Castelo de Sesimbra

• Inscrições: 21 228 85 40 / Posto de Turismo de Sesimbra

8 OUT | sáb | 15h

Receção à Comunidade Educativa

• Entrada reservada à comunidade educativa

EBI/JI nº 3 da Quinta do Conde

12 OUT | qua | 15h

XADREZ

Torneio

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

15 OUT | sáb | das 14 às 18h

PLAYSTATION

Band Hero

• Destinatários: M/8

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

20 OUT | qui | 15h

DAMAS

Torneio

Loja Ond@Jovem,

Quinta do Conde

a decorrer...

OUT | quartas

VISITAS GUIADAS

Biblioteca Municipal

• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

• Inserido no Serviço Educativo Municipal

SET e OUT | terça a sábado | das 13 às 19h

Voluntariado

Em 2011 assinala-se o Ano Europeu do Voluntariado. Descobre nas lojas como podes ser voluntário.

• Inscrições: 21 210 22 31

Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

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

Moinho do Outeiro

• Preço: € 2

• Limite: 10 participantes

• Informações e marcações: 91 753 18 28 (Luís Rocha)

• todos os dias, a partir das 14h
Estrada Municipal 569, Azoia

inscrições ...

Prémio Científico 2012

Encontra-se a decorrer a fase de receção de candidaturas para a 4.^a edição do Prémio Científico Sesimbra.

• Inscrições: até às 12 horas de 30 de dezembro

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

• Regulamento: www.cm-sesimbra.pt

Sesimbra Criativa: Patrimónios de Sesimbra, Criatividade e Empreendedorismo

Programa de formação relacionado com as artes e tradições locais

• Inscrições: a partir de 24 de setembro

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



A Girafa Que Comia Estrelas | 8 SET



Moncho e a Mancha 1 OUT

O Bicharoco Que Era Oco | 17 AGO

O CONTO NO ESPAÇO

Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

1 SET | qui | 10.30h

Há um Cabelo na Minha Terra

de Gary Larson

• Destinatários: crianças a partir dos 8 anos

8 SET | qui | 10.30h

A Girafa

Que Comia Estrelas

de José Eduardo Aqualusa

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

18 OUT | ter | 10.30 e 15h

Os Músicos de Bremen

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

a decorrer...

quartas e sextas | 10.30 e 15h

O Grufalão

de Júlia Donaldson

e Axel Scheffler

• Destinatários: alunos do Pré-escolar, 1.º Ciclo, ATL e IPSS do concelho
• Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

quartas e sextas | 10.30 e 15h

Castelo dos Livros

de Maria Teresa

Maia Gonzalez

• Destinatários: alunos do 5.º e 6.º ano do 2.º Ciclo do ensino básico, ATL e IPSS do concelho
• Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

HORA DO CONTO

1 SET | qui | 15h

Eu e Tu

de Anthony Browne

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

3 SET | sáb | 11h

Eu e Tu

de Anthony Browne

• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

8 SET | qui | 15h

A Lagartinha

Muito Comilona

de Eric Carle

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

15 SET | qui | 15h

Eu

de Philip Waechter

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

17 SET | sáb | 11h

O Bicharoco

Que Era Oco

de A. Ventura e Carla Pott

• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

20 SET | ter | 15h

VOLUNTARIADO

O Corvo e a Raposa

de La Fontaine

dinamizado por Ana Paula Otero
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

22 SET | qui | 15h

A Flor do Coração

de Maria de Lourdes Soares

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

27 SET | ter | 15h

VOLUNTARIADO

A Galinha dos Ovos de Ouro

de Esopo

dinamizado por Ana Paula Otero

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

29 SET | qui | 15h

O Pinto Careca

de Mariza Núñez e ilustrações de Helle Thomassen

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

1 OUT | sáb | 11h

Moncho e a Mancha

de Kiko da Silva

• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

4 OUT | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Era uma Vez um Dia Normal de Escola

de Colin McNaughton

dinamizado por Ana Paula Otero
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde



O Rabo do Rato 13 OUT



**O Senhor Cavalo-
-Marinho | OUT**



A Semente Sem Sono | 6 OUT



O Bebê Mais Doce do Mundo | OUT

6 OUT | qui | 15h

A Semente Sem Sono

de **Maria de Lourdes Soares** com ilustrações de **Natalina Cóias**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

11 OUT | ter | 15h

VOLUNTARIADO

O Flautista de Hamelin

de **Perrault**

dinamizado por **Ana Paula Otero**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

13 OUT | qui | 15h

O Rabo do Rato

de **António Torrado**

com ilustrações de **Tânia Climaco**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

18 OUT | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Vem Aí um Lobo!

de **Nick Ward**

dinamizado por **Ana Paula Otero**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

20 OUT | qui | 15h

Os Músicos de Bremen

de **Irmão Grimm**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

25 OUT | ter | 15h

VOLUNTARIADO

Zonzo, o Cabritinho

de **Jaime Rix**

dinamizado por **Ana Paula Otero**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

26 OUT | qua

Hoje Temos Visitas ...

A **Avó Vem à Biblioteca**
Contar Histórias

• Destinatários: alunos do Pré-escolar e 1.º Ciclo do ensino básico
• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

27 OUT | qui | 15h

Numa Noite Muito Escura

de **M. Christina Butler** com ilustrações de **Jane Chapman**

• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

29 OUT | sáb | 11h

Numa Noite Muito Escura

de **M. Christina Butler** com ilustrações de **Jane Chapman**

• Destinatários: pais e crianças
Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer ...

OUT | terças

HORA DO CONTO

O Senhor

Cavalo-marinho

de **Eric Carle**

• Destinatários: crianças em idade Pré-escolar dos infantários públicos e privados do concelho
• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OUT | quintas

HORA DO CONTO

O Bebê Mais Doce do Mundo

de **Teresa Duran** com ilustrações de **Montse Gisbert**

• Destinatários: alunos do 1.º e 2.º ano do 1.º Ciclo do ensino básico

• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

• Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura
• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OUT | sextas

As Cozinheiras de Livros

de **Margarida Botelho**

• Destinatários: alunos do 3.º e 4.º ano do 1.º Ciclo do ensino básico

• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

• Livro recomendado pela Casa da Leitura – Fundação Calouste Gulbenkian

• Obra vencedora do Prémio Literário Maria Rosa Colaço
• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

As Cozinheiras de Livros | OUT





Karaoke | 2 SET



Terapia do Riso | 27 SET

EXPRESSÃO PLÁSTICA

Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

1 SET | qui | 15h

Carimbos com Batatas

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

• Limite: 15 crianças

3 SET | sáb | 14.30h

Recuperação de Verdes

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

• Limite: 20 crianças

8 SET | qui | 14.30h

Porta-lápis em Eva

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

• Limite: 20 crianças

10 SET | sáb | 15h

Matemática Divertida - Fantoques em Forma de Números

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

13 SET | ter | 10.30 e 15h

Porta-chaves com a Letra do Teu Nome

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 20 crianças

17 SET | sáb | 15h

Colagens com Folhas Secas

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 20 crianças

20 SET | ter | 14.30 e 15h

Decalque de Folhas com Cores Outonais

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 20 crianças

24 SET | sáb | 15h

Letras e Letrinhas - Colagens com Massas

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 20 crianças

29 SET | qui | 10.30 e 15h

Dia Mundial do Coração - Origami

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 15 crianças

8 OUT | sáb | 15h

Bingo de Frutas

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

• Limite: 20 crianças

15 OUT | sáb | 15h

Alimentos Divertidos - Fantoques

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 20 crianças

22 OUT | sáb | 15h

Vem Fazer um Estojo

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 15 crianças

a decorrer...

quartas e sextas | 11 e 15.30h

O Grufalão

• Destinatários: alunos

do Pré-escolar, 1.º Ciclo, ATL

e IPSS do concelho

Castelo dos Livros

• Destinatários: alunos do 2.º

Ciclo do Ensino Básico, ATL

e IPSS do concelho

• Limite: 30 participantes

Espaço Zambujal

ATIVIDADE FÍSICA

Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

2 SET | sex | 10.30h

Kids Combat

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

6 SET | ter | 14.30h

Jogos Lúdicos

• Limite: 15 crianças

9 SET | sex | 10.30h

Kids Combat

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

15 SET | qui | 10.30 e 15h

JOGOS TRADICIONAIS

Fogo à Barra

22 SET | qui | 10.30 e 15h

JOGOS TRADICIONAIS

Lencinho da Botica



**Retorno às Aulas
em Segurança,
Respeitar as
Passadeiras e os
Semáforos | 7 OUT**



Criar com Garrafas PET | 22 OUT

27 OUT | qui | 10.30 e 15h
Jogos Musicais

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

29 OUT | sáb | 15h
Kids Combat

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

OFICINAS E ATELIÊS

2 SET | sex | 14.30h
Karaoke

- Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

6 SET | ter | 10.30h
Escrita Criativa...

- De Retorno à Escola*
- Destinatários: crianças e jovens
 - Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

6 e 13 SET | ter | 15h

VOLUNTARIADO
Vamos Ilustrar um Conto!

- Ateliê de ilustração*
dinamizado por Ana Paula Otero
- Destinatários: crianças dos 8 aos 12 anos
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

9 SET | sex | 14.30h
Karaoke

- Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

10 SET | sáb | 15h

ATELIÊ

Acessórios "Verdes"

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

24 SET | sáb | 15h

VOLUNTARIADO

Transforma 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**

27 SET | ter | 10.30 e 15h

Terapia do Riso

- Destinatários: crianças e jovens
 - Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

4 OUT | ter | 10.30 e 14.30h

EXPRESSÃO MUSICAL
Comemoração do Dia Mundial da Música

- Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

6 OUT | qui | 10.30 e 15.30h

EXPRESSÃO MUSICAL
Desenha ao Som da Música

- Inscrições: 21 087 08 45
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

6 e 20 OUT | 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**

7 OUT | sex | 15h

CRESCER EM SEGURANÇA

Retorno às Aulas em Segurança, Respeitar as Passadeiras e os Semáforos

Autoproteção
dinamizado pela Proteção Civil da Câmara Municipal de Sesimbra

- Ao longo de vários meses, a Proteção Civil sensibiliza e alerta as crianças para os perigos que as rodeiam
- Destinatários: crianças dos 7 aos 12 anos

Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

8 OUT | sáb | 15h

VOLUNTARIADO

Um Estojo Original

Oficina da Mané
dinamizado por Maria Manuel Santos

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



Alpha & Omega | 7 SET



Rio | 25 SET

13 OUT | qui | 10.30 e 15h
EXPRESSÃO MUSICAL
Pintar as Notas Musicais

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

15 OUT | sáb | 11h
Yoga para Pais e Filhos
dinamizado pelo Centro de Yoga – Ashrama Sesimbra
• Destinatários: crianças a partir dos 5 anos acompanhadas pelos pais
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

20 OUT | qui | 10.30 e 15h
EXPRESSÃO MUSICAL
Constrói Instrumentos Musicais

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

20 OUT | qui | 15h
VOLUNTARIADO
Escrita Criativa
Ateliê

dinamizado por Amélia Lopes
• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

22 OUT | sáb | 15h
ATELIÊ
Criar com Garrafas PET
• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...
terças e quintas | 16h
Leitura e Ateliê
Depois do conto, segue-se um momento de expressão.
• Destinatários: pais e crianças
Polo de Leitura da Quinta do Conde

OUT | terças e sextas
Leituras Abusadas, Histórias Encenadas
terças | tarde
sextas | manhã

• Destinatários: alunos do 5.º e 6.º ano do 2.º Ciclo do ensino básico
• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)
• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OUT | terças e sextas
É...a Arte Que Conta!
terças | tarde
sextas | manhã

• Destinatários: alunos do 7.º, 8.º e 9.º ano do 3.º Ciclo do ensino básico
• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)
• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

OUT | terças e sextas
Leituras de Corpo Inteiro
terças | tarde
sextas | manhã

• Destinatários: alunos do 10.º, 11.º, e 12.º ano do ensino secundário
• Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)
• Inserido no Serviço Educativo Municipal
Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

sextas | das 15 às 17h
WORKSHOP
Vem Navegar em Segurança
• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

DOMINGOS EM FAMÍLIA

25 SET | dom | 17h
CINEMA
Rio
Versão Portuguesa de Carlos Saldanha; EUA; 2011; 96 min.; M/6
• Crianças: € 1.5
• Acompanhantes: € 2.5
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

9 OUT | dom | 17h
CINEMA
HOP
Versão Portuguesa de Tim Hill; EUA; 2011; 95 min.; M/4
• Crianças: € 1.5
• Acompanhantes: € 2.5
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

Yoga para Pais e Filhos | 15 OUT





Hop | 9 OUT

Massagem do Bebê | SET e OUT

16 OUT | dom | 17h

OFICINA

Tudo o Que Sempre Quis Saber Sobre Mim Próprio (Mas Nunca Tive a Quem Perguntar)

por Miguel Fragata

- Destinatários: M/6
- Crianças: € 1.5
- Acompanhantes: € 2.5

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

23 OUT | dom | 17h

CINEMA

Gnomeu e Julieta

Versão Portuguesa de Kelly Asbury; França; 2011; M/6

- Crianças: € 1.5
 - Acompanhantes: € 2.5
- Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

SUGESTÕES

3 SET | sáb | das 10.30 às 12h

Entre Mães

Grupo de Apoio à Amamentação e Maternidade

- Entrada gratuita
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

7 SET | qua | 14.30h

CINEMA

Alpha & Omega

de Anthony Bell / Ben Gluck

- Destinatários: M/12 anos
- Limite: 70 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal
Org.: JF Castelo

10 SET | 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

1 OUT | sáb | das 10.30 às 12h

Entre Mães

Grupo de Apoio à Amamentação e Maternidade

- Entrada gratuita
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

22 OUT | sáb | 11h

DESCOBRINDO

A BEBETECA

Onde Está a História? Nuaahhh...! Há! Há!

• Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhada pelos pais
Bebeteca, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

quintas | das 10.30 às 12h

Espaço Aqui Brincamos Todos

• Destinatários: crianças até aos 3 anos, acompanhadas por um adulto
Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde

ESPAÇO FILMES

Filmes Para Ver, ao Espaço Vem Escolher

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

SET | ter e qui | 16 às 17.30h

APOIO PEDAGÓGICO

Projeto Hora e Meia

- Destinatários: alunos que frequentem o 1.º Ciclo do ensino básico na freguesia do Castelo
 - Limite: 5 alunos por grupo
 - Objetivo: facultar apoio pedagógico em grupo, nas áreas da matemática, português e estudo do meio
 - Duração: 1.30h por sessão
 - Formadores: Graça Pólvora e Sílvia Pereira
 - Inscrições: 96 241 73 27 / espaço.zambujal@gmail.com
- Espaço Zambujal**
Org.: JF Castelo

SET e OUT | qua

| das 11 às 12.30h

WORKSHOP

Massagem do Bebê

- Workshop de 4 sessões
 - Preço: € 10 (por sessão); € 35 (4 sessões)
- Espaço do Zambujal**
Org.: JF Castelo

Gnomeu e Julieta
23 OUT



A sardinha antes da grel

Considera-se, como verdade incontestável, que temos do melhor peixe do mundo, e entre as espécies mais apreciadas pelo seu sabor está a sardinha.

Foi sempre muito grande a quantidade de sardinha pescada na costa sesimbrense ou, melhor dizendo, desde a ponta do Cabo Espichel até à Arrábida prolongando-se pela costa da Galé, zonas onde, no princípio do século XX, pescavam mais de trinta artes de pesca fixas, as designadas armações à valenciana para a pesca da sardinha que obtinham avultados rendimentos.

E era tão grande a fartura que o nosso clássico Raul Brandão, no seu belo livro *Os Pescadores*, de cuja leitura retiramos sempre algum proveito, dizia que “o mar lhe parecia compacto em sardinha”.

Espécie nómada, cujos cardumes – maravilhoso fenómeno de gregarismo – apareciam regularmente nas nossas águas, devido à sua temperatura e riqueza planctónica, a sardinha é um dos peixes com maior capacidade de reprodução.

Para termos uma ideia da sua fertilidade, basta dizer que cada uma gera anualmente 70 mil sardinhas. Essa fecundidade e a grandeza dos bancos de sardinha, que tanto impressionaram o escritor, parece ter sempre afastado a ideia da possibilidade da sua extinção.

Ao tempo já se pescava quase todo o ano, e também ao longo do ano se comia sardinha não só porque havia abundância mas também porque permitia várias confeções e não apenas, como no presente vem sendo hábito, principalmente depois de reabilitada em termos dietéticos, em fogareiros de carvão, sem dúvida a mais conhecida e apreciada de todas.

Estávamos ainda longe de saber que é rica em ácidos gordos que torna o sangue mais fluido, que diminui o mau e aumenta o bom colesterol, e também ainda não conhecíamos aqueles sábios que a apontavam, conjuntamente com os demais peixes de pele azul, como prejudicial à saúde.

O que sabíamos, e isso chegava, é que era o mais acessível, barato e farto alimento da nossa população, que a comia cozida, frita, panada, de escabeche ou de caldeirada e até escorchada, ou seja conservada em sal, estripada e sem cabeça, para ser comida no inverno quando era mais escassa.

Hoje, que dispomos de congeladores, é possível comer, em qualquer época do ano, a sardinha pescada no tempo em que atinge o ponto máximo do seu sabor, que é por alturas do solstício de verão. Daí, o conhecido ditado: “a sardinha pelo S. João pinga no pão”.

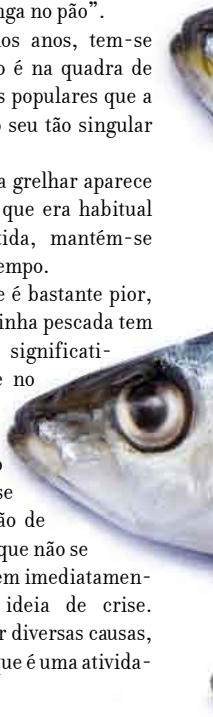
Todavia, nos últimos anos, tem-se verificado que já não é na quadra de celebração dos santos populares que a sardinha apresenta o seu tão singular teor de gordura.

A sardinha boa para grelhar aparece agora mais tarde do que era habitual mas, em contrapartida, mantém-se gorda durante mais tempo.

A par disso, e o que é bastante pior, a quantidade de sardinha pescada tem diminuído de forma significativa, provocando crise no setor.

Como em tempos ouvimos a um antigo armador, pesca e crise são palavras que estão de tal modo associadas, que não se pode falar de pesca sem imediatamente lhe ligarmos a ideia de crise.

Crise que poderá ter diversas causas, dado que a pesca porque é uma atividade



ha

de aleatória tem as suas contingências.

Causas naturais como modificações hidroclimáticas ou a diminuição do plâncton, que faz parte integrante da biologia da sardinha, a par da poluição e destruição de ecossistemas marinhos, podem estar na origem das alterações verificadas nas suas flutuações.

Apesar da sardinha ser um dos peixes que, através dos tempos, mais atenção tem merecido por parte dos biólogos e naturalistas, relativamente à sua vida, habitat e deslocamentos permanecem dúvidas, interrogações, que nos fazem lembrar o verso do nosso épico: «coisas do mar que os homens não entendem».

Foi sempre muito grande a quantidade de sardinha pescada na costa sesimbrense ou, melhor dizendo, desde a ponta do Cabo Espichel até à Arrábida prolongando-se pela costa da Galé.





Manjar do Norte

Avenida dos Aliados, Lote 1961,
2975-310 Quinta do Conde
Tel.: 21 210 46 70

· Encerra ao domingo

O Manjar do Norte é um restaurante tradicional, situado no centro da Quinta do Conde, fundado por uma família nortenha em 1994.

Tem como principal especialidade o Leitão à Bairrada, confeccionado com base nas técnicas tradicionais e assado no próprio local, em fornos construídos de acordo com as normas exigidas.

A casa, uma referência a nível regional e nacional, aceita encomendas de leitões para fora mediante reserva. Porém, o cardápio assente na cozinha portuguesa, apresenta outros pratos como as carnes grelhadas no carvão e um conjunto de sobremesas preparadas com base em receitas caseiras.

O espaço dispõe de uma ampla sala com capacidade para 72 pessoas, preparada para receber festas de aniversário ou grupos de trabalho. Com ambiente familiar e acolhedor, o Manjar do Norte oferece atendimento personalizado e facilidade de estacionamento pela proximidade a parques públicos.



O Coral

Largo Almirante Gago Coutinho, n.º 8,
2970-653 Sesimbra

Tel.: 21 223 36 04 | 93 325 57 25

· Encerra à terça-feira

Aberto há 30 anos, o Coral é um restaurante especializado em pratos de peixe e marisco, característicos da região de Sesimbra. Das sugestões do chefe destaque para o Espadarte à Coral, Filetes de Linguado com Camarão e Rolinhos de Peixe-espada Preto com Camarão.

Com uma cozinha à base de receitas tradicionais portuguesas, a ementa reúne outras iguarias, como o peixe e carne grelhados no carvão, acompanhados com legumes frescos do campo e marisco vivo da costa, cozido na hora.

O espaço familiar apresenta uma decoração em estilo rústico. O teto com uma estrutura em madeira e as paredes forradas a pedra da região exibem diversas peças decorativas, como uma coleção de notas antigas, canecas e pequenos barcos. Um quadro a óleo em grande formato, alusivo às artes de Sesimbra, do pintor Ernesto Neves, destaca-se à entrada. A casa, com capacidade para 28 pessoas, oferece uma esplanada coberta com 30 lugares.



Maria Adelina

Rua Central do Meco, 2970-058 Sesimbra
Tel.: 21 268 35 84

· Aberto todos os dias

Em 1985, Maria Adelina marcou a história da Aldeia do Meco ao ficar conhecida como a primeira mulher a abrir um bar na localidade. Batizado com o nome da proprietária, depressa ganhou lugar de destaque na noite do Meco. O ambiente familiar e acolhedor transforma-o num bar especial, onde cada visitante se torna um amigo. Remodelado recentemente, oferece três amplas salas com uma decoração moderna, sofisticada e elegante. Confortáveis sofás e cadeirões sugerem momentos descontraídos e nos dias mais frios a casa, equipada com lareira, transforma-se numa sala de convívio. No exterior, dispõe de duas esplanadas cobertas, uma com vista para uma das ruas mais movimentadas do Meco e outra mais reservada que brinda os clientes com uma atmosfera intimista. Ao fim de semana a presença de DJ convidados e festas temáticas dão outra energia ao espaço e proporcionam longas noites animadas. De verão ou de inverno, o bar Maria Adelina é uma excelente opção para quem elege o Meco como um destino perfeito para descontraír.



Barbulhas

Rua da Caridade, n.º 7, 2970-743 Sesimbra
Tel.: 96 330 07 91

· Aberto todos os dias

Localizado no núcleo antigo da vila, a poucos metros da praia, o Barbulhas é um dos bares mais antigos de Sesimbra.

Com uma área reduzida, que lhe confere um ambiente acolhedor e tranquilo, o espaço é um ponto de encontro sobretudo para os habitantes da “terra”. Quem entra é surpreendido pela decoração. As paredes pintadas a laranja e amarelo, decoradas com quadros, em grande formato, de sombras femininas, contrastam com os tons neutros do mobiliário. Os sofás e as pequenas mesas são ideais para longas conversas entre amigos. No exterior, a esplanada coberta em madeira, com vista para o mar, apresenta-se como uma boa opção para quem gosta de apreciar a vivência característica das ruas tradicionais. No menu sobressai a lista de *cocktails* e as várias sugestões para uma refeição mais leve. Aberto durante todo o ano, o Barbulhas é uma referência da vila para quem procura momentos mais descontraídos.



Casas de Calhariz

Quinta de Calhariz, 2970-210 Sesimbra
Tel.: 21 268 10 07 | 91 230 16 32
E-mail: geral@casadecalhariz.pt
Site: www.casadecalhariz.pt

Com um património edificado e paisagístico de onde se destaca o palácio, considerado um dos melhores exemplos do estilo maneirista em Portugal, e a floresta de origem mediterrânea, a Quinta de Calhariz dispõe de cinco casas para turismo local em espaço rural. Convertidas a partir de uma das antigas estruturas de apoio agrícola, as habitações estão equipadas com televisão, cozinha, sala de jantar, dois ou três quartos, um com cama de casal, duas ou três casas de banho, aquecimento central, lareira e serviço de limpeza dois dias por semana. As Casas de Calhariz, inseridas numa área com mil hectares, proporcionam aos hóspedes atividades de lazer e contacto direto com a natureza. Observação de aves, passeios pedestres e de bicicleta, passeios a cavalo e aulas de equitação são algumas das propostas, já que a Quinta dispõe de um picadeiro e uma ampla área arborizada onde existem diferentes espécies. O edifício turístico, situado a poucos quilómetros de Sesimbra, Arrábida e Aldeia do Meco, está aberto durante todo o ano.



Casa da Terrina

Quintola de Santana, 2970-570 Sesimbra
Tel.: 21 268 02 64
Fax: 21 082 39 74
E-mail: casadaterrina@iol.pt
Site: www.casadaterrina.com

Situada na Quintinha, entre a Serra da Arrábida e o Cabo Espichel, a Casa da Terrina é uma habitação de campo típica do princípio do século XIX. Totalmente remodelada, possui cinco quartos com casa de banho privativa e um terraço com vista para o jardim. A decoração é rústica e simples, com piso em azulejo, tapeçarias, loiças, pinturas e outras antiguidades. No interior, duas salas de receção, uma delas com televisão, garantem espaço para descontrair. No exterior, há acesso à Internet sem fios gratuita, uma piscina com espreguiçadeiras e um pátio, onde os hóspedes podem desfrutar do pequeno-almoço. A refeição, preparada pelos proprietários com produtos locais e caseiros, faz parte da estadia. A Casa da Terrina proporciona temporadas de férias ou fins de semana numa zona calma e em contacto com a natureza. Para além disso, as infraestruturas envolvidas na vegetação da propriedade reservam ao hóspede uma singular privacidade. A quinta encerra todos os anos a 10 de outubro para reabrir uma semana antes da Páscoa, seja em março ou abril.



Aquarama

Porto de Abrigo, 2970-152 Sesimbra
Tel.: 96 526 31 57 | 96 551 64 36
Fax: 21 268 72 66
Site: www.aquarama.com.pt

Descobrir as belezas escondidas no fundo do oceano e observar de perto algas, limos e cardumes de carapaus, sargos e outros peixes característicos da zona são algumas das propostas do Apnea. O barco, com casco submerso transparente, assegura uma visão panorâmica do mundo submarino. Composto por dois pisos, permite observar na parte superior a costa rochosa da região e no convés, abaixo da linha de flutuação, o que se passa no mar. Com partidas diárias do Porto de Abrigo de Sesimbra e capacidade para 75 pessoas, disponibiliza passeios à beira-mar, com uma rotação de hora e meia, para famílias, excursões, escolas e grupos de portadores de deficiência. Para além do Apnea, que viaja até à Praia do Inferno, o operador turístico dispõe de outra embarcação com percursos distintos. Para escolas e centros de mergulho, num máximo de 12 indivíduos, o Anfibus desloca-se até à Arrábida, Cabo Espichel e Tróia, onde os mergulhadores, para além da beleza natural, têm oportunidade de ver, na encosta, o património edificado, como o Convento da Arrábida e o Santuário do Cabo.



Get Around Tours

Rua das Dálias, Lote 252
2970-224 Sesimbra
Tel.: 91 402 94 40 | 96 509 14 08
E-mail: getaroundtours@gmail.com
Site: www.getaroundtours.com

A Península de Setúbal oferece condições únicas para o birdwatching - observação de aves no estado selvagem. Em Sesimbra, a atividade pode ser realizada na Lagoa de Albufeira, um dos sítios mais interessantes da região, classificado de zona protegida pela Diretiva de Aves da União Europeia devido ao papel que desempenha entre as áreas de nidificação da Europa. Para quem tem interesse em conhecer o local e certos pormenores da natureza, a Get Around Tours oferece saídas que consistem na observação de espécies diferentes no seu habitat natural. Com equipamento específico, que favorece um estudo pormenorizado das aves, e guias credenciados, a empresa dedica-se a dois tipos de passeios. Num dos itinerários os participantes podem observar o maior número de aves selvagens possível e noutro ver algum tipo de espécies em particular. Os percursos permitem ainda observar árvores, flora e outros animais. A Get Around Tours promove ainda um Turismo Acessível para pessoas com mobilidade reduzida. As atividades podem desenrolar-se noutras zonas do país e em Espanha.



A Arte de Transformar a Pedra

É na freguesia do Castelo, a mais rural do concelho, que ainda se pode encontrar um dos ofícios caraterísticos desta região. A arte de trabalhar a pedra de calcário tem centenas de anos de história. Moinhos de vento, fontanários, habitações e caminhos são alguns dos exemplos que atestam a importância deste ofício durante séculos, fruto da utilização de um recurso abundante, particularmente no Zambujal, Calhariz, Achada e Almoinha.

Mas este património encerra outra grande virtude. Sobreviveu ao tempo e passou de geração em geração, transportando consigo uma herança cada vez mais valiosa e rara.

Valiosa, na medida em que, para além de fazer parte integrante da identidade local, pode continuar a gerar riqueza. Rara, porque hoje são poucos os “sábios” nesta arte.

Quem passou a vida inteira a trabalhar a pedra sabe melhor que ninguém que o calcário da região tem potencialidades que o tornam ideal para as mais variadas utilizações. Com 65 anos, Francisco Marques é canteiro há 50, e só tem pena que o ofício não seja ensinado aos mais jovens. No seu terreno, a poucas dezenas de metros da Pedreira do Avelino, no Zambujal, podem

observar-se três montes de pedra de calçada em calcário branco e um monte de calçada azul. Chegou também a “esculpir” calcário rosa e amarelo. Enquanto revela alguns segredos da sua profissão debruça-se sobre uma pedra com centenas de quilos, que se prepara para partir ao meio, com o auxílio de uma marreta e ponteiros. É daqui que vai extrair os pedaços mais pequenos para fazer calçada. O segredo «está no bater na pedra». Nem mesmo o peso dos anos lhe tira a precisão quase cirúrgica das pancadas no momento de transformar um pedregulho tosco em cubos de linhas quase perfeitas, apenas com uma maceta e um ponteiro. Na gíria do canteiro esta pedra é o vidroço e serve para fazer calçada à portuguesa que se encontra dispersa pelo mundo. Ao seu lado vê-se tomar forma uma pilha de blocos, a que chama de calçada em rústico, utilizada para forrar muros. Para o efeito serve-se de um escacilhador, utilizado para desbastar as arestas da pedra. O seu caso é exemplo de perseverança e dedicação a um ofício que ainda pode ter muito para dar. Talvez este seja um dos caminhos a seguir numa altura em que o país precisa cada vez mais de conhecer e valorizar as suas riquezas.

Lapiás da Serra do Risco

Descritos como formas associadas à dissolução superficial das rochas carbonatadas (calcários e dolomitos), os lapiás apresentam-se como um dos exemplos mais originais do modelado cárstico. Esta forma, típica das primeiras fases de erosão, resulta da ação química da água das chuvas em contacto com as diaclases nas bancadas superficiais do carso. A expansão das diaclases ocorre sobretudo verticalmente, podendo atingir vários metros consoante as características litológicas, morfológicas e vegetativas dos locais. No caso específico da Serra do Risco, a

decrecente inclinação das bancadas do topo para a base, permite a observação de campos de lapiás cada vez mais desenvolvidos. Esculpidos ao longo de milhares de anos, estes testemunhos naturais da evolução da cadeia da Arrábida constituem um dos mais importantes e sensíveis geomonumentos do concelho de Sesimbra.

Texto: Núcleo de Espeleologia da Costa Azul



Memória Histórica das Caravelas

por Andreia Conceição, Museu Municipal



Consistindo numa das mais importantes e emblemáticas embarcações da nossa história moderna, a caravela consagrou-se pela descoberta de novos mundos, tendo ficado intrinsecamente ligada ao património cultural sesimbrense.

Em termos documentais, a primeira referência à caravela portuguesa foi identificada num manuscrito de 1226, reportando-se a mesma à integração de uma embarcação deste tipo numa frota inglesa durante o seu regresso à Gasconha.

No que se reporta a Sesimbra, os primeiros registos até ao momento conhecidos da existência do navio no porto da vila datam da segunda metade do século XV, sendo alusivos à presença da caravela *Estrelim da Flandres*, no Senegal, e da *Santo António*, em Larache, possuindo esta última uma tripulação composta por 30 homens.

Contudo, é crível que o início da sua construção se tenha dado durante a Idade

Média, associada, num momento inicial, à pesca, função a que, posteriormente, se agregou o comércio.

Em 1516, de acordo com a *Visitação* efectuada pelo Mestre da Ordem de Santiago, D. Jorge de Lencastre, seriam 70 as caravelas de mar alto matriculadas em Sesimbra, a maior parte das quais dedicada ao comércio de longo curso.

Possuindo uma sólida e hábil indústria de construção naval, fundamental para a existência de uma verdadeira frota comercial, as caravelas produzidas nas ribeiras da vila eram, durante o século XVI, de reconhecida qualidade no Reino. De acordo com Joaquim Preto Guerra, seriam «*estroncadas (sem coberta), e telhadas (com coberta), com o mínimo de oito bancos e três ou quatro mastros, latinas e redondas e de armada [...]. Importavam entre 50 a 70 mil reais.*».

Com efeito, em consonância com os registos de que dispomos, o desenvolvimento da frota sesimbrense seria do interesse

velas de Sesimbra



da Coroa, considerando um documento de 20 de maio de 1514, no qual D. Manuel I concede aos seus armadores a isenção de pagamento de direitos pelos materiais destinados à construção de navios, confirmada através do Foral Novo, de 28 de julho do citado ano.

Neste domínio, e não obstante a alegada política de sigilo instituída pela Coroa, mediante a qual seria proibida a venda de caravelas para o estrangeiro, encontra-se documentada, em 1509, a autorização régia para a venda de um destes navios por parte do armador sesimbrense João Castanho ao castelhano Juan de la Coa.

Revelando-se o navio de excelência utilizado pelos armadores sesimbrenses durante os séculos XVI e XVII, sobretudo ao nível das rotas comerciais de longo curso, a memória da caravela de Sesimbra foi imortalizada até aos nossos dias nos grafitos do Hospital do Espírito Santo dos Mareantes, ou dos ex-votos da Igreja Matriz de Santiago.

S. Miguel (1521), *Espírito Santo* (1538); S. João (1582), *Santa Catarina, Nossa Senhora da Vitória* (1566) ou *Nossa Senhora do Monte São* (1566) são, pois, alguns dos nomes destes navios, os quais comerciavam ouro da mina, âmbar, escravos, pescado, trigo e alfarroba proveniente do Algarve.

Bibliografia

GUERRA, Joaquim Preto (2006) – *Estudos Históricos e Outros Escritos*, Câmara Municipal de Sesimbra, pp. 27-110.

NOGUEIRA, Bernardo de Sá (1991) – A Vila de Sesimbra na Época dos Descobrimentos, *In Sesimbra Cultural*, n.º 1, Câmara Municipal de Sesimbra.

PAULO, Jorge Afonso Silva (1992) – Aspectos do Desenvolvimento da Vila de Sesimbra: Do Castelo à Ribeira (1165 - 1535) *In Sesimbra Cultural*, n.º 2, Câmara Municipal de Sesimbra.

SCHWARZ, George Robert (2008) – *The History and Development of Caravels*, Texas, A&M University (Submitted to the Office of Graduate Studies of Texas A&M University in partial fulfillment of the requirements for the degree of MASTER OF ARTS), pp. 50-191.

livraria municipal

Sesimbra, o Lugar Onde se Não Morre

António Telmo

Sesimbra, o Lugar Onde se Não Morre é um livro que presta homenagem, a título póstumo, a António Telmo, filósofo, escritor e professor de português, que chegou à vila com a família aos 16 anos. A obra, que reúne os escritos sesimbrenses do autor, apresenta entre poemas, contos, diálogos, crónicas, ensaios e conferências, acontecimentos marcantes da sua vida na terra que o acolheu na adolescência. Ao todo são 30 textos, escritos entre 1949 e 2009, que retratam seis décadas da sua obra literária. A publicação, com 79 páginas, destaca ainda relações de amizade, cumplicidade e partilha que nasceram entre António Telmo e ilustres sesimbrenses, que, tal como o professor, nutriam um efetivo encantamento pela escrita e pela leitura. Num excerto intitulado *Acontecimentos Extraordinários na Sesimbra de Outrora* lê-se: «Eu trazia comigo o amor dos livros (...) Não demorou muito tempo, depois que ali cheguei, que não entabulasse relações de convívio intelectual com outros rapazes (...) Eu respirava na atmosfera dos meus companheiros horas a fio, percorrendo com eles sobre os para nós profundos mistérios da literatura (...)», palavras do autor para descrever episódios vividos que determinaram o seu percurso pessoal e profissional. A par dos diversos géneros literários, o volume exhibe imagens e fotografias que registam locais, encontros e tertúlias que juntaram, durante anos, personagens marcantes da vida de António Telmo e de Sesimbra.



ficha técnica

Autor António Telmo | **Edição** Câmara Municipal de Sesimbra | **Data de edição** junho de 2011 | Disponível para consulta e empréstimo na Biblioteca Municipal.

um livro

O Cemitério de Praga de Umberto Eco



Exceto o protagonista, todos os outros personagens deste romance, passado durante o século XIX, entre Turim, Palermo e Paris, existiram realmente e fizeram aquilo que fizeram. E até o protagonista fez coisas que foram verdadeiramente feitas, salvo que fez muitas que provavelmente tiveram autores diferentes. Mas quando alguém se movimenta entre serviços secretos, agentes duplos, oficiais traidores e eclesiásticos pecadores, tudo pode acontecer. Até o único personagem inventado desta história ser o mais verdadeiro de todos, e se assemelhar muitíssimo a outros que estão ainda entre nós. Disponível na Biblioteca Municipal.

um site

Portal da Segurança

<http://www.portalseguranca.gov.pt/>



Estabelecer uma rápida ligação com as Forças de Segurança, com o Serviço de Estrangeiros e Fronteiras e a Autoridade Nacional de Proteção Civil, para que o cidadão possa aceder a questões essenciais à vida em sociedade, são algumas das possibilidades do Portal da Segurança. Neste site pode também ficar a saber como atuar perante algumas circunstâncias especiais, como as resultantes de catástrofes ou alterações da ordem e tranquilidade pública. Perceber como promover a segurança em casa, no trabalho, na escola, nas férias ou em viagem são outras das informações disponíveis em www.portalseguranca.gov.pt.

um disco

Smile

Maria Anadon



Uma viagem pelos maiores standards do jazz, recuperando compositores tão inesperados quanto Truman Capote ou Charlie Chaplin, é a proposta do quinto disco de Maria Anadon, gravado em Nova Iorque. O tema *Smile*, criação do mítico ator para o seu filme *Tempos Modernos*, dá aliás nome ao álbum, lançado em Portugal em junho do ano passado. Neste trabalho, Maria Anadon recupera clássicos como *So In Love*, *These Foolish Things*, *My Favourite Things* ou *Love for Sale*, revistos com novos arranjos das Five Play, habituais companheiras de Maria, em disco e em palco. *Smile* é uma obra de referência, em que Maria Anadon mostra as suas admiráveis capacidades como cantora.

um filme

Ágora

de Alejandro Amenábar



Século IV. No Egito, sob o poder do Império Romano, violentos confrontos sociais e religiosos invadem as ruas de Alexandria... Presa entre paredes, sem poder sair da lendária biblioteca da cidade, a brilhante astrónoma Hypatia, com a ajuda dos seus discípulos, faz tudo para salvar os documentos da sabedoria do Antigo Mundo... Entre os discípulos, encontram-se dois homens que disputam o seu coração: o inteligente e privilegiado Orestes e o jovem Davus, escravo de Hypatia, dividido entre o amor secreto que nutre por ela e a liberdade que poderá ter ao juntar-se à imparável vaga de cristãos. 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 85 00
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)

Divisão de Cultura, Museus e Património

Avenida da Liberdade,
n.º 55 - 1.º Dt.º
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 85 00
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt
Horário de atendimento
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

Reserva Visitável de Artes de Pesca

Largo Luís de Camões
2970-668 Sesimbra
Marcações: 21 228 85 00 /
museu@cm-sesimbra.pt

Núcleo Museológico 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

Núcleo Museológico da 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
de segunda a sexta, das 14 às 17.30h
sábado e domingo, das 9 às 12.30
e das 14 às 17.30h

Cinetatro Municipal

João Mota
Rua João da Luz, n.º 5
2970-635 Sesimbra
Tel.: 21 228 87 15
E-mail: cinetatro@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 espetáculo/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 88/00
E-mail: biblioteca@cm-sesimbra.pt
Horário de funcionamento
de terça a sexta, das 9.30 às 19h
sábado, das 10 às 18h

Polo 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 85 00
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 e Formação

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 de Argêis, Formar
2970 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00 / 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 85 00

E-mail: gip.ecidadania.

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 / 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 Cavalo

Tel.: 21 228 85 08

Pavilhão Municipal de Sampaio

Tel.: 21 268 64 08

Pavilhão 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.: 21 228 84 10

E-mail: geral@jf-santiago.pt

Site: www.jf-santiago.pt

Comunicação Social

Comércio do Seixal e Sesimbra

Tel.: 21 099 16 83

Fórum da Quinta do Conde

Tel.: 96 760 16 34

Jornal de Sesimbra

Tel.: 21 228 92 00

Nova Morada

Tel.: 96 621 72 66

O Condense

Tel.: 21 210 12 59

O Sesimbrense

Tel.: 21 223 21 05

Sesimbra FM

Tel.: 21 228 92 00

Raio de Luz

Tel.: 21 268 15 54

Sesimbra TV

Tel.: 21 088 37 65

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

Carrinha Sea Master

Tel.: 91 940 45 55

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 Proteção de Crianças e Jovens

Concelho de Sesimbra (CPCJ)

Tel.: 21 268 73 45

E-mail: cpejsesimbra@gmail.com

Proteção Civil (CMS)

Tel.: 21 228 05 21

Piquete de Águas (CMS)

Sesimbra

Tel.: 21 223 23 21 / 93 998 06 24

Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 06 / 93 998 06 04

EDP (avarias)

Tel.: 800 50 65 06

PT (avarias)

Tel.: 16200

