

# 118 Sesimbr'Acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

*Santos  
Populares*



Câmara Municipal de Sesimbra

## informação participação cidadania

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 PDF no seu e-mail contacte-nos através de [sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt](mailto:sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt). A informação sobre os eventos deve chegar à UFCI/CMS até dia 8 de cada mês. 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 seleccionar toda a informação de natureza redatorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

  
Sesimbra  
câmara municipal  
[www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt)



Receba a Sesimbr'Acontece no seu e-mail.  
Subscreva a newsletter na página inicial do site da CMS.  
<http://www.cm-sesimbra.pt>

# SUM

## sumário

<b>3</b> editorial	
destaques	4
música . teatro . dança . cinema	10
feiras . exposições	12
conferências . ateliês . cursos	14
desporto . movimento . ar livre	17
...e ainda	24
...e para os mais novos	26

## 34 contactos úteis

### ft

## ficha técnica

**Propriedade**  
Câmara Municipal de Sesimbra

**Diretor**  
Augusto Pólvora (presidente)

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

Unidade Funcional de Comunicação  
e Informação (UFCI)  
Avenida da Liberdade, n.º 7  
2970-635 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 90  
Fax: 21 228 86 87  
E-mail: [informacao@cm-sesimbra.pt](mailto:informacao@cm-sesimbra.pt)

**Design Gráfico**  
Rui Dias (direção de arte)  
Raquel Santana (paginação)

**Capa**  
Rui João Rodrigues

**Pré-impressão e impressão**  
Jorge Fernandes, L.<sup>da</sup>

**Periodicidade**  
Mensal

**Tiragem**  
5000 exemplares

**ISSN**  
2182-6315



## **Animação de Verão**

Em junho, o concelho de Sesimbra volta a ser animado com um dos mais genuínos festejos que se realizam no nosso país: os Santos Populares. Como tem sido hábito nos últimos anos, as ruas ornamentadas, as marchas populares e os “bailaricos” vão preencher um programa que se estende por quase todo o mês, e que conta com o empenho da comunidade e de várias associações locais, a quem muito agradecemos por nos ajudarem a manter viva esta tradição. Em Sesimbra sai à rua a marcha dinamizada pela Catequese da Paróquia de Santiago, enquanto na Quinta do Conde as marchas são organizadas pelo Centro Comunitário da Quinta do Conde, Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2, Grupo Encontra a Esperança e Associação de Pais da Escola Básica Integrada da Quinta do Conde.

Com a chegada do verão, inicia-se também a animação na Fortaleza de Santiago, que depois de ter sido restaurada pela autarquia, em 2014, se tornou num dos principais palcos da cultura do concelho. Este mês, o monumento recebe os CRASSHStreet, grupo de percussão que transmite uma energia contagiante, o teatro e a magia da dupla de palhaços e mágicos italianos *Lucchettino Classic*, um concerto de piano que é também uma “volta ao mundo”, pelo pianista Rui Filipe, e dois concertos de música de câmara pelos premiados do Concurso Internacional Cidade de Almada.

Uma palavra para a Feira Festa e para a sua comissão organizadora, que este ano conseguiu dar uma enorme visibilidade ao evento e reunir um excelente cartaz musical, com nomes como Herman José, Quim Barreiros ou Toy, que dispensam apresentações. Para concluir destaque mais um Festivárzea, festival dedicado às artes e biodiversidade, que acontece no Parque Ecológico da Várzea, na Quinta do Conde, espaço verde que tem cada vez mais visitantes. Estas são algumas das propostas para este mês de junho.

**Felícia Costa**  
Vereadora do Pelouro da Cultura



## **Santos Populares**

As marchas populares são o ponto alto do programa dos Santos Populares no concelho. Os desfiles, que reúnem mais de duas centenas de participantes, serão organizados pelo Centro Comunitário da Quinta do Conde, Grupo Desportivo e Cultural do Conde 2, Grupo Encontra a Esperança, Associação de Pais da Escola Básica Integrada da Quinta do Conde e Catequese da Paróquia de Santiago. Na Quinta do Conde, as marchas saem à rua nos dias 17 e 24, sábados, às 22.30 horas, em Sesimbra nos dias 23 e 30, sextas, às 22 horas. As ruas ornamentadas são outro dos atrativos do programa. Apesar da tradição já não ser o que era, algumas ruas e largos da vila de Sesimbra, como as ruas Capitão Leitão, Pescadores e António Augusto de Aguiar, os largos da Marinha e José António Pereira, a Associação da Cotovia e o Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde continuam a manter vivo este costume típico da quadra. Tal como é habitual, e sobretudo aos fins de semana, não vão faltar os bailes populares e os característicos “comes e bebes”, com diversos petiscos e a tradicional sardinha assada. Na Quinta do Conde, de 29 de junho a 2 de julho, realiza-se também o Festival do Caracol, que ano após ano tem conquistado mais adeptos.

**de 9 JUN a 2 JUL**  
**Concelho de Sesimbra**  
(páginas 10, 11 e 24)



## Feira Festa da Quinta do Conde

A Feira Festa da Quinta do Conde é uma das principais mostras de atividades da região. Conta com dezenas de expositores ligados às atividades económicas, movimento associativo, empresas e instituições. Para além desta área, o certame apresenta um programa musical bastante variado e de grande qualidade, recheado de nomes bem conhecidos do público português, como Herman José, Quim Barreiros e Filipa Azevedo, que concorreu, em 2015, ao programa da RTP The Voice Portugal, entre muitos outros artistas, e um espaço de divertimentos com vários carrosséis e pontos de venda de comida e bebida. Este ano, a autarquia volta a marcar presença com um *stand*, onde destaca as principais intervenções realizadas, e que vão avançar em breve na freguesia, como a Escola Básica e Jardim de Infância do Conde 2, a luta por uma Escola Secundária, a ampliação do Centro de Saúde da Quinta do Conde, o Parque da Várzea, o Parque do Pinheiro Manso ou o novo espaço de “workout”. Promovido pela Comissão Organizadora da Feira Festa e Câmara Municipal, com apoio da Junta de Freguesia, o certame é um dos mais importantes da região, atraindo todos os anos milhares de visitantes.

de 2 a 11  
Quinta do Conde  
(páginas 10, 12 e 20)





## **Projeto Despertar para o Verde**

Shiatsu, yoga, pilates, chi-kung, capoeira, grit, zumba, quizomba, *workshop* de *snacks* saudáveis e *fast food* vegetariano, degustação de cavala e carapau negrão, uma caminhada no Parque da Várzea e um *peddy papper* são algumas das atividades previstas no projeto sobre hábitos de vida saudável *Despertar para o Verde*, dirigido a toda a comunidade. No espaço dedicado exclusivamente aos mais novos, estão previstas horas do conto, jogos, pinturas faciais e plasticinas caseiras. A iniciativa, organizada pela Câmara Municipal, conta ainda com a participação do projeto *Geração Saudável*, desenvolvido pela Ordem dos Farmacêuticos, e do camião interativo *Champimóvel*, da Fundação Champalimaud.

**dia 24 | qua | das 10 às 18h**  
**Parque da Vila, Quinta do Conde**  
(página 24)

## **FestiVárzea - Festival da Terra, Artes e Biodiversidade**

Entre 31 de maio e 6 de junho, o Parque Ecológico da Várzea, na Quinta do Conde, acolhe o FestiVárzea – o II Festival da Terra, Artes e Biodiversidade, que promove diversas iniciativas, entre elas o concurso de fotografia *Quinta do Conde Uma Vila Sustentável*, a abertura do Labirinto da Várzea, pintura ao vivo, observação de aves, sessões de astronomia, percursos pedestres, voo circular, yoga e marionetas. O objetivo é promover esta zona de grande valor ambiental, que pretende contribuir para a preservação das espécies animais e vegetais autóctones, divulgando o seu conhecimento.

O festival, que em 2016 contou com a presença de mais de 500 visitantes, é organizado pela Anime – Projeto de Animação e Formação, que comemora este ano duas décadas de existência, com apoio de mais de uma dezena de entidades, entre elas a Câmara Municipal e a Junta de Freguesia.

**31 MAI a 6 JUN**

**Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde**  
(página 17)





## 100 Metros

O filme *100 Metros* traz ao cinema a verdadeira história de Ramón Arroyo, que, ao ser confrontado com um diagnóstico de esclerose múltipla em estado avançado, decidiu contrariar as previsões dos médicos participando numa dura prova desportiva, composta por 3,8 quilómetros de natação, 180 de bicicleta e 42 de corrida. Com a ajuda do sogro, Ramón dá início a um treino em que se vê todos os dias a superar limites, numa extraordinária manifestação de coragem e capacidade de sacrifício. Um filme sobre resiliência e superação, com realização e argumento de Marcel Barrena, e participação de Dani Rovira, Karra Elejalde, Alexandra Jiménez, Ricardo Pereira e Maria de Medeiros.

**dia 25 | sex | 21.30h**  
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 11)



## Jogos do Futuro da Região de Setúbal

Telma Monteiro, Rita Patrício, Paulo Fonseca e José Augusto são os patronos da 5.ª edição dos Jogos do Futuro, que se realiza nos dias 2, 3 e 4 de junho em nove municípios da região. Luís Sénica, selecionador de hóquei em patins, Guilherme Cabral, atleta internacional de canoagem, e Filipe Meira, bicampeão nacional de SUP e atleta internacional, serão os embaixadores do concelho de Sesimbra. Promover o desporto e as modalidades desenvolvidas nos municípios da região de Setúbal são os principais objetivos da iniciativa, que vai envolver centenas de jovens atletas.

**dias 2, 3 e 4 | sex, sáb e dom**  
(página 19)



## **Animação de verão na Fortaleza de Santiago**

A Fortaleza de Santiago, que nos últimos anos se transformou num dos palcos principais da animação cultural no concelho, recebe, no início de junho, os primeiros espetáculos deste verão. O programa arranca no dia 3, sábado, às 21.30 horas, com a música dos CRASSH\_Street, da companhia Wetumtum, do Porto, uma combinação única de percussão, movimento e comédia visual, em que tudo é pretexto para produzir som, com uma energia contagiante. Meia hora depois, segue-se o teatro *Lucchettino Classic*, um espetáculo explosivo apresentado por uma dupla de palhaços e mágicos italianos, que em 2016 recebeu o prémio Mandrake d'Or, em Paris, considerado o óscar da magia. O monumento acolhe, no dia 10, sábado, às 22 horas, o concerto *As Viagens do Barqueiro de Oz*, interpretado pelo pianista Rui Filipe. Não esquecendo a sua raiz, onde vários poetas e artistas lusos foram o mote para muitas das suas viagens e inspirações, o músico partilha com o público temperos e memórias de colaborações que fez um pouco por todo o mundo. A animação regressa ao monumento nos dias 16 e 17, às 22 horas, com os premiados do concurso internacional de música *Cidade de Almada*, que apresentam dois concertos de música de câmara.

Destaque ainda para a exposição de pintura *Movimento*, de Leonor Beltrán, patente de 10 a 25, no Espaço Multiusos, e que combina padrões com formas muito simples, que se repetem criando uma malha densa, com um forte efeito visual.

**dias 3, 10, 16 e 17**

**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
(páginas 10, 11 e 12)



## **Histórias em Viagem**

A partir da exploração de linguagens artísticas, *Histórias em Viagem* aprofunda o espaço que existe dentro de cada indivíduo, convidando os participantes a autoconhecerem-se e a partilharem partes de si. O espetáculo, criado no âmbito do projeto ODISSEIA, cofinanciado pelo programa Partis, da Fundação Calouste Gulbenkian, conta com a participação de jovens não profissionais dos municípios de Oeiras, Barreiro, Moita, Almada, Santarém e Sesimbra, que aqui se tornam *performers* ao lado de dois atores e de dois bailarinos profissionais.



**dias 16 e 17 | sex e sáb | 22h**

**Avenida Cova dos Vidros, na Quinta do Conde**

(página 11)



## **A Festa vai à Praça - O Maior Espetáculo do Mundo**

O grupo de teatro amador sesimbrense De Vez em Quando volta a subir ao palco do Cineteatro Municipal para comemorar os Santos Populares, com mais um divertido e atribulado episódio da vida de Ti Evaristo, assente na crítica social. Desta vez, o castiço taberneiro e a família vão entrar num mundo nunca antes explorado de personagens e situações insólitas que tornarão a peça bastante hilariante. Uma das grandes surpresas deste ano é a participação especial da atleta paralímpica Simone Fragoso. Os bilhetes custam 5 euros. A receita da sessão de dia 18 reverte a favor da Conferência Vicentina. Uma história com muita aventura, magia, loucura e boa disposição, a não perder.

**dias 9, 10, 14, 16 e 17 | 21.30h**

**dias 11, 18 e 25 | 16h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

(página 11)



CRASSH\_Street | dia 3



Música de Câmara | dias 16 e 17

de 2 a 11

## MÚSICA/DANÇA

### Feira Festa

#### da Quinta do Conde

dia 2 | sex | 21.30h

Filipa Azevedo e Átoa

dia 3 | sáb

das 14 às 17h | Movimento Associativo

21h | Banda 4Funk

23.30h | Banda Omega

dia 4 | dom

das 14 às 17h | Movimento Associativo

20h | Grupo Musical ECOS

21h | Banda Rola

22.30h | David Antunes

dia 5 | seg | 21h

Anarchicks e Tributo a Bon Jovi

dia 6 | ter | 21.30h

Ana Pacheco e Toy

dia 7 | qua | 21h

Banda Os Alcorrazes e Quim Barreiros

dia 8 | qui | 21h

Dialeto e Banda

Ferro e Gaita

dia 9 | sex | 21h

Tuna Sénior da Universidade

Sénior O Sonho Não Tem Idade

Banza e Canto Afonsinho

dia 10 | sáb

das 14 às 17h | Movimento Associativo, Dança

21.30h | Kássio

23.30h | Banda Brasileira

Toque de Classe

dia 11 | dom

21h | Banda Alcoolémia

22.30h | Herman José

00h | Fogo-de-artifício

Palco da Feira Festa, Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra e Comissão Organizadora

da Feira Festa da Quinta do Conde

dia 3 | sáb | 21h

## CONCERTO

### DE FINAL DE ANO

#### Agrupamento de Escolas da Boa Água

Atuação da Orquestra

Geração da Boa Água

e de outras bandas

musicais do agrupamento.

• Bilhete: 5 €

Cinematheca Municipal

João Mota, Sesimbra

Org.: Agrupamento de Escolas da Boa Água

dia 3 | sáb | 21.30h

## MÚSICA

### CRASSH\_Street

pela companhia Wetuntum

Fortaleza

de Santiago, Sesimbra

(ver destaque na página 8)

dia 3 | sáb | 22h

## BAILE POPULAR

### Duo Latinos

Salão de Baile

da ACRUTZ, Zambujal

Org.: ACRUTZ

dia 3 | sáb | 22h

## TEATRO | PALHAÇOS

### Lucchettino Classic

pela companhia

Lucchettino

Fortaleza

de Santiago, Sesimbra

(ver destaque na página 8)

dia 4 | dom | 16h

## MÚSICA

### Concerto Dia

#### Mundial da Criança

Luis Taklim, alunos do pré-

escolar da EB1 de Sesimbra

e Movimento Associativo

Largo da Marinha, Sesimbra

Org.: JF Santiago

de 9 a 30

## SANTOS POPULARES

dia 9 | sex | 22h

### Jorge Espada

Largo da Marinha, Sesimbra

dia 16 | sex

21.30h | Sara Pessoa

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

22h | Jorge Espada

Largo da Marinha, Sesimbra

dia 17 | sáb

21.30h | Noélia Costa

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

22h | Jorge Nice

Rua Capitão Leitão, Sesimbra

22h | Jorge Espada

Largo da Marinha, Sesimbra

dia 18 | dom | 21.30h

### Hélder Costa

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

dia 19 | seg | 21.30h

### Ricardo Alcaide

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

dia 20 | ter | 21.30h

### Luís Casanova

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

dia 21 | qua | 21.30h

### Paulo Gamito

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

dia 22 | qui | 21.30h

### Vítor Ginga

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

dia 23 | sex

21.30h | Os ARA

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

22h | Jorge Espada

Largo da Marinha, Sesimbra



Histórias em Viagem | dias 16 e 17



A Festa vai à Praça: O Maior Espetáculo do Mundo

dia 24 | sáb  
21.30h | **Duo Musical JP**

Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

22h | **Jorge Espada**  
Largo da Marinha, Sesimbra  
dia 25 | dom | 21.30h

**Susana Vinagre**

Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 26 | seg | 21.30h

**Nuno Rupio**

Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 27 | ter | 21.30h

**Luís Rouxinol**

Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 28 | qua | 21.30h

**César Silva**

Largo da Junta de Freguesia da Quinta do Conde

dia 30 | sex | 22h

**Jorge Espada**

Largo da Marinha, Sesimbra  
(ver destaque na página 4)

dias 9, 10, 14, 16, 17 | 21.30h

dias 11, 18 e 25 | 16h

**TEATRO**

**A Festa vai à Praça:  
O Maior Espetáculo  
do Mundo**

pelo Grupo de Teatro

**Amador De Vez em Quando**

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 5 €

• A receita do espetáculo do dia 18 reverte a favor da Conferência

Vicentina de Sesimbra

**Cineteatro Municipal**

**João Mota, Sesimbra**

Org.: Serviços Sociais do Pessoal da Câmara Municipal de Sesimbra  
(ver destaque na página 9)

dia 10 | sáb | 22h

**CONCERTO DE PIANO**

**As Viagens  
do Barqueiro de Oz**

por Rui Filipe

Espaço Multiusos,  
Fortaleza de Santiago

dia 15 | qui | 16h

**TEATRO**

**Velhas no Cruzeiro**

Associação Cultural  
e Desportiva da Cotovia

Org.: ACD Cotovia

dias 16 e 17 | sex e sáb | 22h

**CONCERTO**

**Música de Câmara**

Premiados do Concurso  
Internacional de Música  
Cidade Almada.

Espaço Multiusos,  
Fortaleza de Santiago

dias 16 e 17 | sex e sáb | 22h

**ESPETÁCULO DE RUA**

**Histórias em Viagem**

por António Oliveira

e Julieta Rodrigues

Avenida Cova dos Vidros,  
Quinta do Conde

Org.: Artemrede

(ver destaque na página 9)

dia 22 | qui | 14.30h

**O BAÚ DOS FILMES**

**A Gaiola Dourada**

de Ruben Alves, com Rita  
Blanco, Joaquim de Almeida,  
Roland Giraud e Chantal  
Lauby. Comédia; POR/FRA;  
2013, 90 min.; M/12

- Destinatários: idosos dos centros de dia, IPSS e lares

- Inscrições: 21 228 85 88 / ana.marinheiro@cm-sesimbra.pt

**Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

dia 24 | sáb | 15.30h

**CONCERTO DE VERÃO**

**Grupo de Cantares  
Populares  
de Sesimbra  
e Coro Infantil**

Moscatel de Honra

**Auditório do Centro Cultural**

**Raio de Luz, Sampaio**

Org.: Centro de Estudos Culturais  
e de Ação Social Raio de Luz

dia 25 | sex | 21.30h

**CINEMA**

**100 Metros**

de Marcel Barrena,  
com Dani Rovira  
e Karra Elejalde. Comédia  
Dramática; ESP/PT;  
2016; 108 min.; M/14

- Bilhete: 3,5 €\*

**Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra**

dia 30 | sex | 22h

**DANCE CASTLE**

**Join The Electronic  
Kingdom**

com os DJ Paulo Trindade,  
Poppy, Nox, Chadubritt  
e Miss Sheila

- Bilhete: 10 €

**Castelo de Sesimbra**

Org.: We Event | Apoio: CM Sesimbra  
e JF Castelo

\*

- Estudantes até 25 anos e seniores (mais de 65 anos): 30% de desconto
- Crianças até 12 anos: 50% de desconto

- Bilheteira

**Cineteatro Municipal**

- Tel.: 21 223 40 34

- de quarta a domingo, das 17 às 21h

**Spot Jovem, Quinta do Conde**

- Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26

- de terça a sábado, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h





Wonderful Índia | até dia 9



Exposição de Lápis | até dia 17

até dia 2

## EXPOSIÇÃO ITINERANTE DE LIVROS PARA A 1ª INFÂNCIA **Falar de... Como Viajar pelo Nosso Mundo**

• Entidades promotoras:  
CMS/Biblioteca Municipal e  
Cercizimbra/ELI de Sesimbra  
• Inserido nas comemorações  
do Ano Internacional  
do Turismo Sustentável  
para o Desenvolvimento  
**Polo de Leitura  
da Quinta do Conde**

Org.: creches e jardins de infância  
das IPSS do concelho

até dia 9

## EXPOSIÇÃO FOTOGRAFICA **Incredible Índia Cedida pela Embaixada da Índia**

• Integrada no Finisterra Arrábida  
Film Art & Tourism Festival  
**Átrio, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

até dia 9

## EXPOSIÇÃO FOTOGRAFICA **Wonderful Índia de João Taborda**

• Integrada no Finisterra Arrábida  
Film Art & Tourism Festival  
**Piso 1, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

até dia 17

## Exposição de Lápis

Lápis elaborados pelas  
crianças das escolas e IPSS  
da freguesia do Castelo que  
receberam o conto *O Dia em  
que os Lápis Voltaram a Casa*,  
de Drew Daywalt e Oliver  
Jeffers, através do projeto  
Espaço no teu Espaço.

• Inserido na 10.ª edição  
da Quinzena da Criança

**Lugar da Terra,  
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo

até dia 24

## EXPOSIÇÃO BIBLIOGRÁFICA **António Reis Marques: Uma Vida Dedicada a Sesimbra**

Exposição bibliográfica  
que reúne algumas obras  
da coleção particular do  
sesimbrense António Reis  
Marques, recentemente  
doada à Câmara Municipal  
de Sesimbra e agora  
disponibilizada ao público  
para consulta na Biblioteca.  
**Sala de Leitura, Piso 1,  
Biblioteca Municipal  
de Sesimbra**

de 2 a 11

## Feira Festa da Quinta do Conde

• das 20 às 24h (dias úteis)

• das 20 à 1h (vésperas de  
feriados e fins de semana)

**Rua Sacadura Cabral,  
Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e Comissão Organizadora  
da Feira Festa da Quinta do Conde  
(ver destaque na página 5)

de 2 a 25

## EXPOSIÇÃO DE VÍDEO E INSTALAÇÃO

### Onda

de Inês Apolinário  
e João Pedro Fonseca

• de quarta a sexta, das 15  
às 17.30, sábados e domingos,  
das 15 às 18 e das 20 às 23h  
**Galeria em Projeto, Sesimbra**

dia 10 | sáb | das 10 às 23h

## FEIRA DAS ARTES E DO ARTESANATO **Zimbr'Arte**

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

de 10 a 25

## EXPOSIÇÃO DE PINTURA **Movimento**

de Leonor Beltrán

• Inauguração no dia 10  
de junho, às 15 horas, com  
apontamento musical pelo  
pianista Rui Filipe, pelas 17 horas

• de quarta a sexta, das 15 às  
17.30, sábados, domingos e  
feriados, das 15 às 18h  
**Espaço Multiusos,  
Fortaleza de Santiago**

de 13 a 24

## EXPOSIÇÃO COLETIVA **Diálogos**

de Antonieta Figueiredo,  
Artur Vicente, Luís  
Nogueira, Maria Amélia  
Ramos e Miriam Biencard  
**Átrio, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

dia 18 | dom | das 10 às 20h

## Feira das Antiguidades, Artes e Artesanato

**Parque da Vila, Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde



Movimento | de 10 a 25



Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra | de 26 a 30

**dia 24 | sáb | das 10 às 23h**

**FEIRA DAS ARTES  
E DO ARTESANATO  
Zimbr'Arte**

**Praça da Califórnia, Sesimbra**  
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

**dia 25 | dom | das 10 às 20h**  
**Feira das Antiguidades,  
Artes e Artesanato**

**Parque da Vila, Quinta do Conde**  
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

**de 26 a 30**

**EXPOSIÇÃO  
Universidade Sénior  
de Rotary de Sesimbra**  
*Final do Ano Letivo*

Nos dias 26 e 30 de junho, pelas 21 horas, haverá um apontamento musical pelo Grupo Coral da Universidade Sénior da Rotary de Sesimbra  
• *segunda, das 18 às 24, terça a domingo, das 14 às 18 e das 21 às 24h*  
**Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago**

**a partir de dia 27**

**EXPOSIÇÃO  
DE CERÂMICA  
Sardinhas, Peixes  
& Mariscos  
by Bordallo Pinheiro**

**Átrio, Biblioteca Municipal de Sesimbra**  
Org.: Faianças Artísticas Bordallo Pinheiro

**a decorrer...**

**EXPOSIÇÃO  
Leitura com Arte**

Peças de vários artistas plásticos sesimbrenses inspiradas na obra de Fernando Pessoa – Livro do Desassossego.  
**Sala de Leitura, Piso 1, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**EXPOSIÇÃO  
Identidade  
e Memórias  
- Poder Local**

• *Inserida nas comemorações dos 40 Anos do Poder Local Democrático*  
**Av. 25 de Abril, Sesimbra**  
Org.: Assembleia Municipal de Sesimbra

**sábados e domingos |  
das 9.30 às 14h**

**Sabores  
da Nossa Terra  
Moagem de Sampaio**

**segunda a sábado |  
das 15 às 18h**

**ANUFISE  
Exposição  
de Colecionismo**  
**Edifício Varanda, Avenida dos Naufragos, Sesimbra**

Org.: Anufise – Associação Numismática Filatélica e Afins de Sesimbra

**segunda a domingo |  
das 7 às 20h**

**EXPOSIÇÃO  
Foral de Sesimbra**

A exposição é composta por quatro painéis que reúnem informação sobre os direitos e deveres dos habitantes que escolhiam Sesimbra para se instalar, ancorada em ilustrações que retratam os costumes e modo de vida da altura. No mesmo espaço encontra-se também uma maquete que reconstrói a alcáçova do Castelo em finais do século XV e inícios do século XVI.  
**Torre de Menagem, Castelo de Sesimbra**

**segunda a domingo |  
das 7 às 20h**

**EXPOSIÇÃO  
O Castelo  
de Sesimbra**

Na Torre Nova do Castelo, erguida no extremo poente da cerca muralhada da medieval vila de Sesimbra, e que tinha a antiga função militar de atalaia costeira, é possível visitar uma exposição sobre a vida e o quotidiano dos castelos, durante a Idade Média.  
**Torre Nova, Castelo de Sesimbra**

**segunda a domingo |  
das 9.30 às 13**

**e das 14.30 às 18h**

**EXPOSIÇÃO  
As Primeiras  
Comunidades  
Agro-pastoris  
e Metalúrgicas  
do Concelho  
de Sesimbra**

Vestígios das primeiras comunidades agro-pastoris e metalúrgicas do concelho de Sesimbra compõem a exposição.  
**Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro, Castelo de Sesimbra**



Snacks e Marmitas Saudáveis | dia 3



Cozinhar no Mercado | dia 3

dia 3 | sáb | das 10 às 13h

## WORKSHOP

### Snacks

#### e Marmitas Saudáveis

- Limite: 20 participantes
- Inscrições e informações: [info.juventude@cm-sesimbra.pt](mailto:info.juventude@cm-sesimbra.pt)
- **Spot Jovem, Sesimbra**

dia 3 | sáb | 10h

## EXPERIÊNCIAS DE CULINÁRIA

### Cozinhar no Mercado

por Maria Papoilla

Acompanhe Maria Papoilla nas suas compras de ingredientes pelo mercado, aprenda a cozinhar os sabores genuínos de Sesimbra e delicie-se com o que de melhor se faz na cozinha tradicional sesimbrense.

- Limite: 15 inscrições
- Informações e inscrições: 21 228 85 00 / [gae@cm-sesimbra.pt](mailto:gae@cm-sesimbra.pt)
- **Cozinha do Mercado Municipal de Sesimbra**

dia 3 | sáb | 15h

## LANÇAMENTO

### DO LIVRO | COLÓQUIO

#### Agostinho da Silva em Sesimbra

de Pedro Martins e António Reis Marques

**Espaço Multiusos, Fortaleza de Santiago**

Org.: Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz

dia 3 | sáb | 15.30h

## LANÇAMENTO DE LIVRO

### Realidades Sentidas

de António Almeida

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

de 3 a 24

## Terapias Alternativas

dia 3 | sáb | 15h

*Workshop Como*

*Pedir aos Anjos*

dia 7 | qua | 17h

*Workshop de Tarô*

dia 10 | sáb

*Aula Aberta de Meditação*

*e Relaxamento*

dias 14 e 28 | qua

*Meditação pela*

*Paz no Planeta*

dia 17 | sáb | 10h

*Aula aberta para Grávidas*

dia 24 | sáb | 9.30h

*Iniciação aos Cristais*

• Inscrições e informações: 96 148 69 15 / [se7esoais.als@gmail.com](mailto:se7esoais.als@gmail.com)

**Se7eSois, Almoinha**

Org.: Se7eSois

dia 4 | dom | 15h

## LANÇAMENTO

### DA REVISTA

#### Akra Barbarion:

**Sesimbra, Cultura**

**e Património**

**Segundo Volume**

• Inserido nas comemorações do Dia do Pescador

**Casa do Governador,**

**Fortaleza de Santiago**

dia 4 | dom | 17h

## RELAXAMENTO E MEDITAÇÃO

### Vivência

#### Sonora no Bosque

- Destinatários: maiores de 18 anos
- Preço: 10 €

• Informações e inscrições: 96 617 68 71 / [info@casadopateo.com](mailto:info@casadopateo.com)

- Observações: os participantes de verão trazer colchão/colchonete, venda para os olhos, manta/saco cama, meias e água.

**Casa do Páteo, Meco**

Org.: Casa do Páteo Guesthouse

dia 10 | das 10 às 18h

## WORKSHOP

### Terapia

#### Multidimensional

*Formação de terapeutas*

- Informações e inscrições: 96 610 29 87 / [sexto.sentido.terapias@gmail.com](mailto:sexto.sentido.terapias@gmail.com)

**Sexto Sentido, Quinta do Conde**

Org.: Espaço Sexto Sentido

dia 10 | sáb | das 10.30 às 12h

## WORKSHOP

### As Birras na Criança

*Conversando com os Pais*

- Preço: 10 €
- Inscrições: 21 804 94 99 / 96 129 89 25 / [artedesorrir3@hotmail.com](mailto:artedesorrir3@hotmail.com)

**Arte de Sorrir, Quinta do Conde**

Org.: Arte de Sorrir



**akra  
BARBARION**  
Revista, cultura e património



**Akra Barbarion: Sesimbra,  
Cultura e Património | dia 4**



**Pinte a sua Sardinha! | dia 10**

**Primeiros Socorros para o  
Comércio Local | dias 26 e 27**

**LANÇAMENTO  
DA REVISTA  
Akra Barbarion:  
Sesimbra, Cultura  
e Património  
Segundo Volume**

Este segundo volume da revista Akra Barbarion – Sesimbra, Cultura e Património assume-se como meio de divulgação e reflexão sobre as transformações conduzidas pelo homem no seu meio, evocando a ecologia humana e as relações dinâmicas que a sociedade estabeleceu com a sua envolvente. O projeto, que retoma a dinâmica da revista Sesimbra Cultural, editada pela autarquia na década de 90, pretende dar a conhecer trabalhos inéditos, de novos e consagrados investigadores, que possam contribuir para a difusão do conhecimento, e promover a reflexão em torno de diferentes temáticas relacionadas com o município.

**dia 4 | dom | 15h**  
Casa do Governador,  
Fortaleza de Santiago

**dia 10 | sáb | 17h**  
**WORKSHOP  
DE PINTURA  
EM CERÂMICA**  
**Pinte a sua Sardinha!**

- Preço: 3 € (cada sardinha)
- Informações e inscrições: 21 228 85 40 / turismo@cm-sesimbra.pt
- Inserido nas comemorações dos Santos Populares
- Promotor: Espaço Fortuna Fortaleza de Santiago, Sesimbra

**dia 15 | qui | das 10 às 17.30h**  
**WORKSHOP**  
**Como Levar  
a Meditação  
para a Sala de Aula?**

- Destinatários: professores, educadores e quem trabalha com crianças
- Informações e inscrições: 96 610 29 87 / sexto.sentido.terapias@gmail.com
- **Sexto Sentido, Quinta do Conde**  
Org.: Espaço Sexto Sentido

**dia 17 | sáb | das 15 às 18h**  
**WORKSHOP**  
**Meditação com  
Pintura de Seixos**

- Informações e inscrições: 96 610 29 87 / sexto.sentido.terapias@gmail.com
- **Sexto Sentido, Quinta do Conde**  
Org.: Espaço Sexto Sentido

**dia 17 | sáb | 15.30h**  
**CONFERÊNCIA**  
**Conversando  
com Mozart**

- por Carlos Otero
- Moscatel de Honra Auditório do Centro Cultural Raio de Luz, Sampaio
- Org.: Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz

**dia 24 | sáb | 15h**  
**TARDES TÉLMICAS**  
**Lançamento  
de O Horóscopo  
de Portugal  
e Escritos Afins**  
Volume VII das Obras Completas de António Telmo por António Carlos Carvalho e Rui Arimateia  
**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**dias 26 e 27 | seg e ter |  
das 20.30 às 23.30h**  
**WORKSHOP**  
**Primeiros Socorros  
para o Comércio Local**  
Como atuar em caso de emergência

- Destinatários: empresários, empregados do comércio local e público em geral
- Limite: 12 participantes
- Informações e inscrições: 21 228 85 00 / gae@cm-sesimbra.pt
- Dinamizadora: Mónica Franco, técnica do Gabinete Municipal de Proteção Civil Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra

**inscrições...**

**quartas e sextas | manhã**  
**CERTIFICAÇÃO**  
**AMRS.Sesimbra**  
**Qu@lifica**

- Objetivo: certificar competências adquiridas em tecnologias de informação e comunicação
- Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra



Universidade Sénior O Sonho Não Tem Idade

**FORMAÇÃO****Informática Sénior**

- Destinatários: maiores de 18 anos
  - 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
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**a decorrer...**

sextas | 21h

**MEDITAÇÃO****Um Somos Nós**

- Inscrições e informações: 96 148 69 15 / se7esoais.als@gmail.com
- Se7eSois, Almoinha**  
Org.: Se7eSois

**Universidade Sénior O Sonho Não Tem Idade**

*Alemão; Artes Decorativas; Canto; Cidadania; Coleccionismo; Culinária; Saudável; Dança; Educação Física; Espanhol; Francês; Inglês I; Inglês II; Informática I; Informática II; Jornalismo; Pintura; Poesia; Português; Psicologia; Reiki Meditação; Saúde; Teatro; Troca de Valores e Saberes; Tuna*

**Salão da Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra, JF Quinta do Conde, Centro Comunitário da Quinta do Conde, Voz do Alentejo e Agrupamentos de Escolas (AEQC, AEMG e AEBA)

**Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra**

*Inglês 1, nível iniciante; Inglês 2, nível médio; Inglês 3, nível avançado; Francês; Espanhol (castelhano); Pintura, Rudimentos e Técnicas de Arte; Artes Decorativas; História Universal; Museus e Património; Navegação Marítima; Teatro; Gastronomia; Informática; Equilíbrio do Corpo e da Mente; Canto Coral*

- Destinatários: maiores de 18 anos
  - Preço: 20 € (mensal)
- Edifício Raio de Luz, Sampaio**  
Org.: Rotary Clube de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra

**Universidade Sénior da Quinta do Conde**

*Reiki Meditação; Saúde na 3ª Idade; Inglês Clássico; História Contemporânea; Proteção Civil; Tuna Académica; Clube de Poesia; Escrita Criativa; Informática I; Informática II; Artes e Manualidades; Direitos do Cidadão; Comunicação e Jornalismo; Terapias Antistress; Inglês Interativo; O Mundo da Arte; Oficina de Expressão Dramática; Danças de Salão; Chá Dançante; Psicologia; Ateliê de Fotografia; Cavaquinho; Viola; Caminhar é Viver; Hidroginástica*

**CIPA, Quinta do Conde**

Org.: Associação Movimento Social Utopia Global

**AÇÕES DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL****Um Projeto de Vida**

- Cozinheiro
- Serviços de Reparação e Manutenção
- Operador de Jardinagem
- Assistente Administrativo
- Auxiliar de Serviços Gerais

Os participantes terão direito a bolsa de formação, subsídio de alimentação, subsídio de transporte, seguro de acidentes pessoais e estágio em contexto real de trabalho.

- Destinatários: maiores de 16 anos, com limitações ao nível das funções mentais globais e/ou específicas
  - Informações: 21 268 02 42 / 91 050 40 92
  - Observações: os participantes deverão estar inscritos no Centro de Emprego da zona de residência e residirem nos concelhos de Sesimbra, Seixal, Almada ou Setúbal
- Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra, Sampaio**

Org.: Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra



II Festival da Terra, Artes e Biodiversidade | de 1 a 6

Passeio de Stand Up Paddle/Kayak e Observação de Aves | dia 3

de 1 a 6 | qui a ter  
**FESTIVÁRZEA**  
**II Festival da Terra,  
Artes e Biodiversidade**  
dia 1 | qui

9.30h | Birdwatching

10h | Abertura  
do Labirinto da Várzea

10.30h | Marionetas  
pela Companhia ZEM  
(Grécia, Malta e Ucrânia)

15h | Marionetas  
pela Companhia ZEM  
(Grécia, Malta e Ucrânia)

16h | Circuito Pedo-car

17.30h | Mínar a Família  
Kaminhos Konsentido

dia 2 | sex

10h | Astronomia:  
Observação do Sol

17.30h | Birdwatching

17.30h | Voar com a Mente  
Kaminhos Konsentido

21.30h | Astronomia:  
Observação Noturna

dia 3 | sáb

9.30h | Pintura de Mural  
ao Vivo no CAAV

10h | Percurso Pedestre  
Interpretativo da Ribeira  
de Coína ao Parque  
Ecológico da Várzea

Ponto de encontro: Complexo  
Funerário da Quinta do Conde

12.30h | Almoço Convívio  
(hortelões e familiares)

13h | Atribuição do Galardão  
da Melhor Horta 2017

15h | Concerto  
com o Grupo ACEDA

16.30h | Percurso Guiado  
pelas Obras dos Artistas  
Participantes

17h | Atribuição do  
Galardão do Concurso de  
Fotografia Quinta do Conde  
Uma Vila Sustentável

18h | Concerto com Taças  
Tibetanas | Kaminhos  
Konsentido

Ponto de encontro: CAAV  
dia 4 | dom

10.30h | Comemoração  
dos 20 anos da ANIME.PAF  
(encontro de colaboradores  
e associados)

11h | Tiro com Arco

11h | Voltar à Natureza  
Algumas Gerações Depois  
| Kaminhos Konsentido

14h | Percursos no Parque  
- Dia Aberto à População  
para Observação  
das Instalações Artísticas  
Desenvolvidas  
Durante o Festival

dia 5 | seg

9.30h | Birdwatching

10.30h | Astronomia:  
Observação do Sol

11.30h | Caça às Pegadas

11.30h | Labirinto  
da Várzea: Visita Guiada  
pela Fauna e Flora do PEV

18h | Aula de Yoga Aberta  
Kaminhos Konsentido

dia 6 | ter

10h | Tiro com Arco

10.30h | Voo Circular  
e Batismos de Voo  
Control Line Portugal

17.30h | Oficinas  
de Mandalas Naturais  
Kaminhos Konsentido

• Informações: 21 080 96 66 /  
anime.paf@gmail.com

Parque Ecológico  
da Várzea, Quinta do Conde

Org.: Anime Natura | Apoio: CM Sesimbra  
e JF Quinta do Conde  
(ver destaque na página 6)

dia 1 | qui | 10h  
**Observação  
de Golfinhos**

• Preço: 35 € (crianças: 20 €)  
• Duração: 3 a 4 horas

• Inscrições: 91 785 28 35 / 91 565  
05 85 / geral@ludyesfera.com /  
www.ludyesfera.com

Ponto de encontro:

**local a combinar**

Org.: Ludyesfera

dia 3 | sáb | 9h  
**Passeio de SUP / Kayak  
e Observação de Aves**

• Preço: 30 € (sócios da SPEA: 25 €)

• Destinatários: praticantes  
de SUP e Kayak, com ou sem  
experiência

• Inscrições: até 1 de junho

• Informações: 96 918 68 59 /  
escolaruimeira@hotmail.com

• Limite: 12 participantes

Ponto de encontro: instalações  
do Meira Pro Center

Org.: CM Sesimbra, SPEA  
e Meira Pro Center

(ver destaque na página 19)

dia 3 | sáb | 9h  
**PASSEIO DE JEEP  
E PEDESTRE**

**Rota da Arrábida**

• Preço: 25 € (primeira  
criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade: baixo/médio

• Inscrições: até 2 de junho

• Informações: 93 845 80 58 /  
91 342 69 56 / sesimbrasafari@  
gmail.com

Ponto de encontro:

**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari





VII Ultra de Sesimbra | dia 4



Rota do Cabo Espichel à Lagoa | dia 4

**dia 3 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

## SÁBADOS

### EM MOVIMENTO

#### Zumba

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra

| Apoio: Fascínio Health Club

**dia 3 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

## SÁBADOS

### EM MOVIMENTO

#### Zumba

**Parque da Vila,**

**Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

| Apoio: Sport City

**dias 3, 13, 18 e 24 | 10h**

## CANOAGEM

### Praia do Ribeiro

#### Cavalo

• Preço: 24 € (crianças: 12 €)

• Duração: 3 a 4 horas

• Informações: 91 785 28 35 /

91 565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Ludyefera

**dias 3 e 24 | sáb | 10.30h**

## PASSEIO DE BARCO

### Grutas e Praias

#### Sagradas

#### em Semirígido

• Preços: 26 € (crianças: 20 €)

• Duração: 2 horas

• Informações: 91 785 28 35 /

91 565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Ludyefera

**dia 3 | sáb | das 17 às 19h**

## DANÇA

### Zumba

*Com os instrutores Míkael*

*Alexandre, Mónica Santos,*

*Elisa Damião, Adélia*

*Coelho e Mónica Almeida*

**Associação Cultural**

**e Desportiva da Cotovia**

Org.: ACD Cotovia

**dia 4 | dom | 8h**

## TRAIL

### VII Ultra de Sesimbra

*Ribeiro do Cavalo, Trilho*

*dos Navegantes, Cabo*

*Espichel, Praia da Foz,*

*Castelo de Sesimbra*

*e Serra do Risco*

• Distâncias: Ultra Trail

de 60 quilómetros; Trail de 21

quilómetros e Mini Trail de 15

quilómetros

**Partida: Praça da Califórnia,**

**Sesimbra**

Org.: Associação O Mundo da Corrida

| Apoio: CM Sesimbra

**dia 4 | dom | 9h**

## PASSEIO DE JEEP

### Rota do Cabo

#### Espichel à Lagoa

• Preço: 25 € (primeira

criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade: baixo

• Inscrições: até 3 de junho

• Informações: 93 845 80 58 /

91 342 69 56 / sesimbrasafari@

gmail.com

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 4 | dom | 9h**

## COASTEERING

### Enseada da Mula

• Preço: 35 €

• Duração: manhã

• Grau de dificuldade:

baixo / médio

• Inscrições: até 2 de junho

• Informações: 21 084 89 19 /

info@vertentenatural.com /

www.coasteering.pt

**Ponto de encontro: loja nº 6,**

**junto aos centros de mergulho,**

**Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**dias 4, 7, 11, 13, 17, 21, 25,**

**28 e 30 | 10h**

## Observação

### de Golfinhos

• Preços: 35 € (crianças: 24)

• Duração: 3 a 4 horas

• Informações: 91 785 28 35 /

91 565 05 85 / geral@ludyefera.

com / www.ludyefera.com

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Ludyefera

**dia 4 | dom | 11h**

## Yoga & Concerto

### na Floresta

Cuidar do corpo, da mente

e da alma através da prática

de yoga e de alimentação

saudável, com um brunch

vegetariano. Haverá também

um concerto guiado pelos

sons de instrumentos, como

taças tibetanas, tambor

xamânico, maracas e pau de

chuva...

• Preço: 25 €

• Informações e inscrições: 96 617

68 71 / info@casadopateo.com

**Casa do Páteo, Meco**

Org.: Casa do Páteo Guesthouse



Enseada da Mula | dia 4



Jogos do Futuro  
| de 2 a 4

### Passeio de Stand Up Paddle/Kayak e Observação de Aves

Conhecer as margens da Lagoa de Albufeira e as aves da Lagoa Pequena é a proposta do passeio de Stand Up Paddle e Kayak, dinamizado pelo Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena, em parceria com a empresa Meira Pro Center.

A iniciativa é destinada a praticantes de SUP e Kayak, com ou sem experiência, e tem um custo de 30 euros (25 € para sócios da SPEA) e inclui água, binóculos e guias de campo. Recomenda-se o uso de roupa de banho, calçado confortável para caminhada, chapéu e protetor solar.

**dia 3 | sáb | das 9 às 13h**  
Lagoa de Albufeira, Sesimbra

### de 2 a 4 | sex a dom Jogos do Futuro 5ª Edição

• Destinatários: equipas de vários clubes da região, bem como representantes do desporto escolar e desporto adaptado  
**Municípios da região de Setúbal, associações e escolas**  
Org.: CM Sesimbra, Alcochete, Almada, Barreiro, Moita, Montijo, Palmela, Seixal e Setúbal  
(ver destaque na página 7)

### dia 7 | qua | 10.30h QUARTAS SENIORES Clube Ativo

**Atividades de expressão corporal**  
Projeto dedicado aos mais idosos da freguesia, com vista à ocupação saudável dos seus tempos livres, através de atividades recreativas, lúdicas e de lazer.

• Destinatários: a partir dos 65 anos  
• Limite: 20 participantes  
• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 37 27

**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

### dia 10 | sáb | 9h PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE Rota da Arrábida

• Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)  
• Duração: 4 horas  
• Grau de dificuldade: baixo / médio  
• Inscrições: até 9 de junho  
• Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**  
Org.: Sesimbra Safari

### dia 10 | sáb | 9.30h CANOAGEM Portinho da Arrábida

• Preço: 25 € (criança: 13 €)  
• Duração: 3 a 4 horas  
• Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com  
**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**  
Org.: Ludyesfera

### dia 10 | sáb | das 9.45 às 10.45h SÁBADOS EM MOVIMENTO Combat

**Praça da Califórnia, Sesimbra**  
Org.: CM Sesimbra  
| Apoio: Fascínio Health Club

### dia 10 | sáb | das 9.45 às 10.45h SÁBADOS EM MOVIMENTO Zumba

**Parque da Vila, Quinta do Conde**  
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde  
| Apoio: Total Combat

### dia 10, 17 e 25 | sáb | 9.30h MERGULHO | SNORKELING Arrábida

• Duração: 2 horas  
• Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com  
**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**  
Org.: Ludyesfera



Por Trilhos do Espichel | dia 11



Cabo Espichel - Cotovia | dia 11

**dia 10 | sáb | 10h**

**COASTEERING**

### Enseada da Mula

- Preço: 35 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 9 de junho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com / www.coasteering.pt

**Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**  
Org.: Vertente Natural

**dia 10 | sáb | das 14 às 19h**

**FEIRA FESTA**

### DA QUINTA DO CONDE Tarde Desportiva

**Futsal**

#### Pavilhão Municipal da Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra e Comissão Organizadora da Feira Festa da Quinta do Conde (ver destaque na página 5)

**dia 11 | dom | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

### Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 10 de junho
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / sesimbrasafari@gmail.com

**Ponto de encontro: local a combinar**  
Org.: Sesimbra Safari

**dia 11 | dom | das 9 às 13h**

**FEIRA FESTA**

### DA QUINTA DO CONDE Manhã Desportiva

**Futebol 7**

**Associação**

#### para o Desenvolvimento da Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra e Comissão Organizadora da Feira Festa da Quinta do Conde (ver destaque na página 5)

**dia 11 | dom | 9.30h**

**CLÁSSICA**

### DO ATLETISMO Cabo Espichel - Cotovia

- Destinatários: juniores a veteranos
  - Distância: 15 quilómetros
  - Inscrições e informações: OMDC Eventos
  - Observações: haverá também provas para todos os escalões jovens e uma caminhada de 5 quilómetros
  - Inserida nas comemorações do 27.º Aniversário da Associação Cultural e Desportiva da Cotovia
- Org.: ACD Cotovia | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo e Associação O Mundo da Corrida

**dia 11 | dom | 9h**

**III MARATONA**

**BTT GDU AZOIA**

### Por Trilhos do Espichel

- Distâncias: maratona de 55 quilómetros e meia maratona de 35 quilómetros
  - Inscrições e informações: bttgduazoia@gmail.com
- Org.: GDU Azoia | Apoio: CM Sesimbra

**dia 11 | dom | 9.30h**

**CANOAGEM**

### Sesimbra Selvagem

- Preço: 25 € (menores de 7 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 9 de junho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**  
Org.: Vertente Natural

**dia 11 | dom | 14.45h**

**PASSEIO DE BARCO**

### Enseadas da Arrábida

- Preço: 27 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: 2 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 9 de junho
- Informações: 21 084 89 19 / info@vertentenatural.com

**Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**  
Org.: Vertente Natural

**dia 15 | qui | 10h**

**CANOAGEM**

### Lagoa de Albufeira

- Preço: 20 € (crianças: 10 €)
- Duração: 3 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com

**Ponto de encontro: local a combinar**  
Org.: Ludyesfera





Sábados em Movimento | dia 17



Piscinas Naturais | dia 18



### Sábados em Movimento

O programa Sábados em Movimento está de regresso à Praça da Califórnia, em Sesimbra. Zumba, Combat, Power Bike e Balance são as atividades propostas pelo programa, que decorre também no Parque da Vila, na Quinta do Conde, e tem como objetivos criar hábitos de vida saudáveis e estimular o gosto pela atividade física, através da promoção e divulgação das modalidades desenvolvidas pelos ginásios do concelho. As aulas são gratuitas.

**sábados, das 9.45 às 10.45h**  
Praça da Califórnia, Sesimbra  
e Parque da Vila,  
Quinta do Conde

**dia 17 | sáb | 9h**

#### PASSEIO DE JEEP

### Rota do Cabo Espichel à Lagoa Pequena

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 16 de junho
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:**  
**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 17 | sáb | 9h**

#### COASTEERING

### Enseada da Mula

- Consulte o site [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)
- Preço: 35 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: até 16 de junho
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)

**Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**dia 17 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

#### SÁBADOS

#### EM MOVIMENTO

### Power Bike

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra

| Apoio: Fascínio Health Club

**dia 17 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

#### SÁBADOS

#### EM MOVIMENTO

### Zumba

**Parque da Vila, Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

| Apoio: Pump Spirit

**dia 18 | dom | das 9 às 13h**

#### PEDALAR & CAMINHAR

#### PELO PATRIMÓNIO

### Piscinas Naturais

**Caminhada desde a Azoia até às Piscinas Naturais**

- Seguro: 2 €
  - Inscrições: até dois dias antes do passeio
  - Informações: 93 998 24 85
- Ponto de encontro: GDU Azoia**

**dia 18 | dom | 9h**

#### PASSEIO DE JEEP

### Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 17 de junho
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari



Pedra Furada | dia 18



Sesimbra Summer Cup | 28 JUN a 2 JUL

**dia 18 | dom | 9h**

**COASTEERING**

**Pedra Furada**

• Consulte o site [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt).

• Preço: 37,50 €

• Duração: manhã

• Grau de dificuldade: médio

• Inscrições: até 16 de junho

• Informações: 21 084 89 19

/ [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**dia 18 | dom | 14.30h**

**PASSEIO DE BARCO**

**Rota do Cabo - Grutas**

• Preços: 26 € (crianças: 20 €)

• Duração: 2,30 horas

• Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / [geral@ludyfesfera.com](mailto:geral@ludyfesfera.com) / [www.ludyfesfera.com](http://www.ludyfesfera.com)

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Ludyfesfera

**dia 24 | sáb | 9h**

**PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**

**Rota da Arrábida**

• Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade:

baixo / médio

• Inscrição: até 23 de junho

• Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 24 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

**SÁBADOS**

**EM MOVIMENTO**

**Balance**

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra

| Apoio: Fascínio Health Club

**dia 24 | sáb | das 9.45 às 10.45h**

**SÁBADOS**

**EM MOVIMENTO**

**Grit**

**Parque da Vila,**

**Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

| Apoio: Sport City

**dia 24 | sáb | das 10.30 às 12h**

**Yoga do Riso**

• Preço: 10 €

• Inscrições: 21 804 94 99 /

96 129 89 25 / [artedesorir3@hotmail.com](mailto:artedesorir3@hotmail.com)

hotmail.com

**Arte de Sorrir, Quinta do Conde**

Org.: Arte de Sorrir

**dia 25 | dom | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo**

**Espichel à Lagoa**

• Preço: 25 € (primeira

criança até 12 anos, grátis)

• Duração: 4 horas

• Grau de dificuldade: baixo

• Inscrição: até 24 de junho

• Informações: 93 845 80 58 /

91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

gmail.com

**Ponto de encontro:**

**local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**28 JUN a 2 JUL**

**FUTEBOL**

**E FUTEBOL DE PRAIA**

**Sesimbra**

**Summer Cup**

**Torneio internacional**

**de futebol infantil**

Org.: JF Castelo, GD Sesimbra, GD Alfarim, ACRUT Zambujalense e AD Quinta do Conde

**inscrições...**

**SEMPRE A MEXER**

**PARA NÃO ENVELHECER**

**Oficina de Música**

**Tradicional, Danças de**

**Salão, Gerontomotricidade,**

**Fitness Mental, Yoga**

• Destinatários: munícipes

maiores de 55 anos

• Preço: 4 € por mês, com

descontos caso o utente participe

em duas ou mais atividades

• Informações e inscrições: 21 228

85 33 / 21 228 85 34 / Gabinete

de Habitação e Ação Social

**Piscina de Sesimbra**

**Inscrições para**

**atividades aquáticas**

• Informações: [desporto@cmsesimbra.pt](mailto:desporto@cmsesimbra.pt) / 21 013 50 10 /

21 013 55 96 (Piscina)

• Inscrições: segunda

a sexta, das 7.45

às 21, sábados,

das 9 às 19h

**Avenida**

**da Liberdade,**

**Sesimbra**



Yoga Total | segunda a sábado



Choi Kwang Do | segunda a quinta

## Escola de Aeromodelismo

### Classe de Voo Circular

- Destinatários: a partir dos 10 anos
  - Inscrições: 91 826 01 79 / [amilcar.contente@gmail.com](mailto:amilcar.contente@gmail.com) / [control.line.portugal@gmail.com](mailto:control.line.portugal@gmail.com)
  - Informações: [www.controllineportugal.net](http://www.controllineportugal.net)
- CIPA, Quinta do Conde**  
Org.: Control Line Portugal  
- Clube de Aeromodelismo

### a decorrer...

## segunda a sábado

### Yoga Total

- Inscrições: 96 524 52 57 / [yogasesimbra.com](http://yogasesimbra.com)
- Áshrama Sesimbra**  
Org.: Áshrama Sesimbra - Centro do Yoga

## segundas, quartas e sextas |

### das 20.30 às 21.20h

## ARTES MARCIAIS

### Taekwondo

- Instrutor: Sérgio Capítulo
  - Inscrições e informações: 93 329 90 33
- Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**  
Org.: Artes Marciais de Sesimbra

## segunda a quinta | das 19.15 às 20h

## ARTES MARCIAIS Choi Kwang Do

- Observações: quem quiser conhecer esta modalidade, pode experimentar duas aulas grátis
- Instrutor: Sérgio Capítulo
- Inscrições e informações: 93 329 90 33

**Unidade Integrada de Atendimento à Infância da Cercizimbra, Sampaio**  
Org.: Artes Marciais de Sesimbra

## terças e quintas | 11 e 17h

## GINÁSTICA EM GRUPO

### Corpo em Movimento Sénior

- Destinatários: a partir dos 55 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 37 27

### Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

## ARTE NINJA E SAMURAI

### Bujinkan Budo Taijutsu

## segundas e quartas | das 20 as 22h

### Casa da Âncora, Zambujal de Baixo

## terças e quintas

### das 20 as 21.30h

### Sala de Judo, Piscina de Sesimbra

- Inscrições: 96 634 29 68
  - Shihan: Bruno Domingos
- Org.: Dojo Ko Tora Nin

## PERCURSOS

### PEDESTRES

## Sesimbra Walking Tour, Fish Lovers Tour, Sesimbra Experience e Artistic Treasures Tour

- Destinatários: turistas que visitam a vila de Sesimbra
- Inscrições: 91 321 33 25 / 91 272 98 88 / [info@weareportugalska.com](mailto:info@weareportugalska.com)
- Informações: [www.weareportugalska.com](http://www.weareportugalska.com)

[www.facebook.com/weareportugalska](http://www.facebook.com/weareportugalska)

### Ponto de encontro: Fortaleza de Santiago, Sesimbra

Org.: Portugalska – Sesimbra Walking Tours

## TÊNIS

### Escola para Jovens e Adultos

- A primeira aula é grátis
- Inscrições: 93 293 90 25 / [geral@ctsesimbra.pt](mailto:geral@ctsesimbra.pt)
- Informações: página de Facebook do Clube

### Centro Municipal de Tênis de Sesimbra, Maçã

Org.: Clube Escola de Tênis de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

## YOGA E MEDITAÇÃO

### Dança Move & Flow

- Destinatários: maiores de 18 anos
- Inscrições e informações: 96 617 68 71 / [info@casadopateo.com](mailto:info@casadopateo.com)

### Casa do Páteo, Meco

Org.: Casa do Páteo Guesthouse



Homenagem aos Pescadores Falecidos | dia 4



Marchas Populares na Quinta do Conde | dias 17 e 24

até dia 4

## Semana

### Gastronómica

#### do Peixe-espada Preto

Restaurantes aderentes

Org.: CM Sesimbra, JF Santiago, ArtesanalPescas, Docapesca, Comissão Vitivinícola Regional da Península de Setúbal

dia 4 | dom | 16h

## Homenagem aos Pescadores Falecidos

Concentração e desfile de barcos

• Inserida nas comemorações

do Dia do Pescador

Baía de Sesimbra

Org.: Eduardo Pinto | Apoio: CM Sesimbra

dia 10 | sáb | 17h

## SESSÃO SOLENE

### Aniversário da ACDC

Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia

Org.: ACD Cotovia

dias 17 e 24 | sáb | 22.30h

## SANTOS POPULARES

### Marchas Populares

#### na Quinta do Conde

Percurso: Avenida Cova dos

Vidros e exibição no Largo

da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

(ver destaque na página 4)

de 20 a 24 | ter a sáb |

das 10 às 18h

## DESPERTAR

### PARA O VERDE

#### Champimóvel

Camião interativo, da

Fundação Champalimaud,

onde se poderá fazer uma

visita ao corpo humano.

Parque da Vila,

Quinta do Conde

dias 23 e 30 | sex | 22h

## SANTOS POPULARES

### Marchas Populares

#### em Sesimbra

Percurso: Avenida dos

Náufragos, Rua da Fortaleza,

Avenida Liberdade e exibição

no Largo 5 de Outubro

(ver destaque na página 4)

dia 24 | sáb | das 10 às 18h

## DESPERTAR

### PARA O VERDE

#### Stand 1 | Espaço

#### Da Terra à Boca

Divulgação de produtos

biológicos do concelho.

10.30h | Workshop

Snacks Saudáveis

15.30h | Workshop

Fast Food Vegetariano

(Refeição Rápida:

prato principal + bebida)

#### Stand 2 | Espaço

#### em Movimento

9.45h | Sábados em

Movimento, com aula de Grit

11h | Workshop de Capoeira

15.30h | Apresentação

de Quizomba

16.30h | Apresentação

de Zumba

#### Stand 3 | Espaço

#### Corpo e Mente

das 10.30 às 18h |

Técnicas de massagem

e relaxamento Shiatsu

11h | Aula de Pilates

15h | Visita Interpretativa

ao Parque da Várzea

16h | Aula de Yoga

17h | Aula de Chi-Kung

#### Stand 4 | Espaço

#### Infantojuvenil

das 10 às 18h | Hora do Conto

e Jogos Alimentação - Pão

Plasticina caseira, jogos de tabuleiro, livros temáticos e pinturas faciais.

#### Stand 5 | Espaço Bem-estar e Saúde

10.30h | Caminhada no Parque da Várzea (5 Km)

15h | Peddy Papper

no Parque da Vila

#### Stand 6 | Espaço Sesimbra Mar... Peixe

das 10.30 às 18h |

Workshop Consumo de

Carapau Negro

Degustação e jogos

temáticos.

#### Camião Geração Saudável

Camião da Ordem dos

Farmacêuticos, que

pretende divulgar e

promover a adoção de um

estilo de vida mais saudável.

Parque da Vila,

Quinta do Conde

(ver destaque na página 6)

29 JUN A 2 JUL

## SANTOS POPULARES

### Festival do Caracol

Largo da Junta de Freguesia

da Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra, JF Quinta do Conde

e Movimento Associativo da Quinta

do Conde

a decorrer...

segunda a domingo | das 9

às 12.30 e das 14 às 17.30h

## PATRIMÓNIO

### Capela do Espírito

#### Santo dos Mareantes

• Entrada: 1 €

• Informações: 21 223 11 34 /

capela@cm-sesimbra.pt

Rua Cândido dos Reis,

nº 17, Sesimbra





Champimóvel | de 20 a 24



Festival do Caracol | 29 JUN a 2 JUL

## Festival do Caracol

Pelo oitavo ano consecutivo, o Festival do Caracol, na Quinta do Conde, vai fazer as delícias dos apreciadores do popular gastrópode. Caril, chili, feijoada e a famosa espetada são algumas das receitas que têm cativado as centenas de visitantes do certame. Um júri nomeado pela organização irá avaliar a iguaria de cada tasquinha e eleger a melhor, tendo em conta a originalidade, apresentação e paladar da receita. Para além dos pontos de venda de comidas e bebidas, as noites serão animadas com baile e música popular. A iniciativa é organizada pela Junta de Freguesia da Quinta do Conde, em parceria com a Câmara Municipal de Sesimbra e o movimento associativo local.

**29 JUN a 2 JUL**

Largo da Junta de Freguesia  
da Quinta do Conde

**terça a domingo | das 10 às 13 e das 14.30 às 17.30h**

### PATRIMÓNIO Museu Marítimo de Sesimbra

• Entrada: 3 € (descontos para estudantes e seniores)  
**Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

**quarta a domingo | das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h**

### Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio

• Informações: 21 228 85 00/  
museu@cm-sesimbra.pt

**Estrada Nacional 379, Sampaio**

### PEGADAS DE DINOSSAUROS

### Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino

• Informações: 21 228 82 06 / 7 /  
museu@cm-sesimbra.pt

**Rua do Forno da Cal do Zambujal**

**quartas, sextas, sábados  
e domingos | das 9 às 13  
e das 14 às 17h**

### BIRDWATCHING Lagoa Pequena

• Marcações: 93 998 22 92 / info.  
lagoapequena@cm-sesimbra.pt /  
www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena

• última entrada às 16h  
• terceiro sábado de cada mês  
abre às 7h

• quintas, reservado a escolas,  
grupos e outras atividades

### Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena, Lagoa de Albufeira

Org.: ICNF e CM Sesimbra

**quintas | 16h  
Visitas à Lota**

• Informações e inscrições:  
93 245 60 98 / 93 740 59 04 /  
Posto de Turismo

**Ponto de encontro: entrada  
da Docapesca, Sesimbra**

### Cabaz do Peixe

• Preço: 20 € (cabaz com  
3 quilos de peixe fresco)  
• Encomendas: www.  
cabazdopeixe.pt / 21 228 05 86

### Projeto Prove Produtos hortícolas e frutícolas

• Inscrições: Gabinete  
de Turismo, Economia Local  
e Pescas / 21 228 87 14 / pescas.  
ruralidade@cm-sesimbra.pt /  
www.prove.com.pt

### Gabinete de Psicologia da Santa Casa da Misericórdia

• Informações: 21 228 82 18 /  
96 945 35 22 / santacasa.

gabinetepsicologia@  
gmail.com

**Santana, Sesimbra**

Org.: SCM  
de Sesimbra

### Sala de Snoezelen Espaço Sentido

Sala multissensorial  
aberta à comunidade.

• Tel.: 21 268 34 47 / 96 945 35 22  
• E-mail: snoezelen.scms@  
gmail.com

• Projeto distinguido com uma  
Menção Honrosa no Prémio  
BPISeniores 2015

**Rua Dr. Alberto Leite  
nº 13, Santana**

Org.: Santa Casa  
da Misericórdia de Sesimbra



As Preocupações do Gaspar | dia 6

Os Dinossauros Não Vão para a Cama! | dia 13

## HORA DO CONTO

dia 3 | sáb | 11h

### DESCOBRINDO A BEBETECA

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

• Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais  
**Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 6 | ter | 15.30h

#### As Preocupações do Gaspar

de Sam Zuppardi

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

dia 13 | ter | 15.30h

#### Os Dinossauros Não Vão para a Cama!

de Timothy Knapman

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

dia 20 | ter | 15.30h

#### A Maior Casa do Mundo

de Leo Lionni

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

dia 24 | sáb | 11h

#### A Baleia

de Benji Davies

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

dia 27 | ter | 15.30h

#### Uma Última Carta

de Antonis Papatheodoulou

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

dia 28 | qua | 14.30h

#### Hoje Temos Visitas...

#### As Avós Vêm

#### à Biblioteca Contar Histórias

por Celestina Baptista  
e Júlia Baêta

• Destinatários: pré- escolar e 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 /

sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

• Projeto de Voluntariado

**Sala do Conto, Biblioteca**

**Municipal de Sesimbra**

#### a decorrer...

#### Uma Cadela Amarela e Vários Amigos Dela

de Manuela Castro Neves,  
com ilustrações

de Madalena Matoso

• Destinatários: crianças

em idade pré-escolar

dos infantários públicos

e privados do concelho

• Inscrições: 21 228 85 88 /

servicos.educativos@

cm-sesimbra.pt

• Livro Recomendado pelo Plano

Nacional de Leitura

• Serviços e Projetos Educativos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca**

**Municipal de Sesimbra**

#### A Coisa que Mais

#### Dói no Mundo

de Paco Liván, com

ilustrações de Roger Olmos

• Destinatários: alunos

do 1.º e 2.º ano do 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 /servicos.

educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca**

**Municipal de Sesimbra**

#### Alto! O Burro Deu um Salto

de Helena Kraljic,  
com ilustrações  
de Adriano Janezic

• Destinatários: alunos

do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 /

servicos.educativos@

cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca**

**Municipal de Sesimbra**

## O CONTO NO ESPAÇO

### Espaço Zambujal

• Inscrições: 21 087 08 45 /

96 241 73 27

• Limite: 20 crianças

Org.: JF Castelo

dia 9 | sex | 14.30h

#### Eu Quero ir Para Casa

de Tony Ross

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

#### a decorrer...

### terças e quintas

### ESPAÇO NO

### TEU ESPAÇO

#### O Dia em que os Lápis

#### Voltaram a Casa

de Drew Daywalt

e Oliver Jeffers

O Espaço Zambujal

visita a tua escola.

• Destinatários: crianças do pré-

escolar, 1.º ciclo, colégios, ATL

e IPSS da freguesia do Castelo



**A Maior Casa do Mundo | dia 20**

**Uma Última Carta | dia 27**

### ATIVIDADE FÍSICA

**dia 1 | qui | 10h**

#### **Zumba Kids**

**Praia da Califórnia, Sesimbra**

Org.: JF Santiago

**a decorrer...**

**segundas e quartas**

**| das 19 às 20h**

#### **Mexe-te!**

**Programa Municipal de Combate**

**à Obesidade Infantil**

• Inscrições e informações:

93 998 24 85 / educacao.

desporto@cm-sesimbra.pt

**Sala de Judo,**

**Piscina de Sesimbra**

**quartas | 17h**

#### **Yoga Infantil**

• Destinatários: crianças

dos 6 aos 12 anos

• Contacto: 96 524 52 57 /

yogasesimbra.com

**Áshrama Sesimbra**

Org.: Áshrama Sesimbra - Centro do Yoga

**sábados | das 9 às 12.30h**

#### **Centro Municipal de Atividades Náuticas**

• Destinatários: jovens

dos 6 aos 15 anos

• Preço: 10 € por mês (para os beneficiários do escalão A da Ação Social Escolar o custo é de 2,50 € e para os do escalão B é de 5 €)

• Inscrições e informações:

93 998 02 22 /

desporto@cm-sesimbra.pt

**Lagoa de Albufeira**

### MODALIDADES DESPORTIVAS

#### **Ginástica Infantil, Formativa e Pré-competição**

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Inscrições e informações:

21 268 34 14 / despalfarim.

blog@gmail.com / facebook.

com/desportivoalfarim

**Pavilhão do Grupo**

**Desportivo de Alfarim**

Org.: GD Alfarim

### BUJINKAN

#### **Ninja Kid**

**segundas e sextas |**

**das 19 às 20h**

**Casa da Âncora,**

**Zambujal de Baixo**

**terças e quintas | das 19 às 20h**

**Sala de Judo,**

**Piscina de Sesimbra**

• Inscrições: 96 634 29 68

• Shihan: Bruno Domingos

Org.: Dojo Ko Torá Nin

**segundas, quartas e sextas |**

**das 19.30 às 20.20h**

### TAEKWONDO

#### **Taekids**

• Instrutor: Sérgio Capítulo

• Inscrições e informações:

93 329 90 33

**Associação Cultural**

**e Desportiva da Cotovia**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

**segunda a quinta |**

**das 18.30 às 19.15h**

### ARTES MARCIAIS

#### **Choi Kids**

• Instrutor: Sérgio Capítulo

• Inscrições e informações:

93 329 90 33

**Unidade Integrada**

**de Atendimento à Infância**

**da Cercizimbra, Sampaio**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

**quartas e sextas**

### BUJINKAN

#### **Júnior**

• Inscrições: 96 634 29 68

• Shihan: Bruno Domingos

**Casa da Âncora,**

**Zambujal de Baixo**

Org.: Dojo Ko Torá Nin

**sábados | das 10 às 12.30h**

### HÓQUEI EM PATINS

#### **Academia**

**de Patinagem**

**Custódio Batalha**

• Destinatários: crianças

dos 3 aos 10 anos

**Grupo Desportivo**

**de Sesimbra**

Org.: GD Sesimbra

**sábados | das 11 às 12h**

#### **Brinca Ténis**

• Destinatários: crianças

dos 4 aos 6 anos

• Informações: 93 293 90 25 /

geral@etsesimbra.pt

**Centro Municipal**

**de Ténis de Sesimbra, Maçã**

Org.: Clube Escola de Ténis de Sesimbra |

Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

### Formação de Futsal

• Destinatários: crianças

dos 6 aos 9 anos

• Informações: 21 268 72 52 /

92 638 80 07 / 93 347 10 39 /

acdcotovia@gmail.com

**Associação Cultural**

**e Desportiva da Cotovia**

Org.: Associação Cultural

e Desportiva da Cotovia



**Olha a Sardinha Assada! dia 3**



**Animais com Mãos! dia 13**

## OFICINAS E ATELIÊS

**dias 1 e 29 | qui | 10.30h**

### QUINTAS-FEIRAS LÚDICAS

#### Iniciação à Cerâmica

por *Iolanda Esteves* e *Júlia Baêta*

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**dia 3 | sáb | das 9.30 às 13h**

### CURSO

#### Reiki Essencial

Nível I

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Informações e inscrições: 96 610 29 87 / sexto.sentido.terapias@gmail.com
- Sexto Sentido, Quinta do Conde**  
Org.: Espaço Sexto Sentido

**dia 3 | sáb | das 10.30 às 12h**

### WORKSHOP

#### Saúde e Nutrição Infantil

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Preço: 10 €
- Inscrições: 21 804 94 99 / 96 129 89 25 / artedesorrir3@hotmail.com
- Arte de Sorrir, Quinta do Conde**  
Org.: Arte de Sorrir

**dia 3 | sáb | 15h**

### ATELIÊ

#### Olha a Sardinha Assada!

por *Catarina Sousa* e *Mariana Capítulo*

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**dias 6 e 20 | ter | 10.30h**

### ESPAÇO BEBETECA

#### Um Conto e Dois Passos...

- Destinatários: crianças até aos 3 anos acompanhadas pelos pais
- Inscrições: 21 210 22 31 / ines.santos@cm-sesimbra.pt
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

**dia 8 | qui | 10.30h**

### ATELIÊ

#### Santos Populares

por *Amélia Lopes*

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
- Projeto de Voluntariado **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**dia 8 | qui | 14.30h**

### CRIAR COM ARTE

#### Areia Doce

- Vem aprender a fazer areia comestível!
- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

**dia 13 | ter | 14.30h**

### CRIAR COM ARTE

#### Animais com Mãos!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

**dia 16 | sex | 14.30h**

### REUTILIZA E APRENDE

#### Carimbos com Rolos de Papel Higiénico

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

**dia 16 | sex | das 20 às 22h**

### KEEP CALM E FORMA-TE

#### Noções de Baixo

- Destinatários: jovens dos 10 aos 18 anos
- Informações e inscrições: info@juventude-sesimbra.pt
- Spot Jovem, Quinta do Conde**

**dia 17 | sáb | 10h**

#### Jogos Tradicionais no Exterior

**Spot Jovem, Quinta do Conde**

**dia 17 | sáb | das 10.30 às 12h**

### OFICINA

#### Expressão Dramática e Corporal

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Preço: 10 €
- Inscrições: 21 804 94 99 / 96 129 89 25 / artedesorrir3@hotmail.com
- Arte de Sorrir, Quinta do Conde**  
Org.: Arte de Sorrir





Carimbos com Rolos de Papel Higiênico | dia 16



Peixinhos de Plástico! | dia 20



**OFICINA**

**Big Bang Boom**

A partir da escuta de contos de diversas culturas sobre a criação do universo, as crianças vão explorar vários tipos de riscadores com diferentes escalas, texturas, formas e pesos. Os pigmentos como na natureza estarão em diferentes lugares numa sala previamente preparada para todo o tipo de explorações e explosões. Com o corpo guiado pela música, a ilustração feita pelos bebés será a continuidade dessa dança num espaço convidativo à liberdade de expressão.

dia 24 | sáb | 11h  
Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

dia 17 | sáb | 15h

**ATELIÊ**

**Olha o Manjerico!**

por Rita Grande e Joana Marquês

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Projeto de Voluntariado Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 20 | ter | 14.30h

**REUTILIZA E APRENDE Peixinhos de Plástico!**

Peixinhos com tampas? Vem aprender como!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

dia 24 | sáb | 11h

**OFICINA**

**Big Bang Boom ou a Criação do Universo Ilustrada por Bebés**

por Margarida Botelho

- Destinatários: todos os públicos; crianças dos 9 aos 36 meses
- Limite: 15 crianças, acompanhadas por um adulto
- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
- Acompanhantes: 2,5 €
- Inscrições: até 22 de junho
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
Org.: Artemede

dia 24 | sáb | 14.30h

**Jogos de Tabuleiro**

Spot Jovem, Quinta do Conde

dia 30 | sex | das 15 às 16h

**WORKSHOP**

**Vem Navegar em Segurança**

Sessão de sensibilização para uma utilização da Internet de forma segura. Aprender a navegar e a pesquisar na Internet.

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

a decorrer...

terças | 16h

**Oficina do Faz de Conta**

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
  - Inscrições: 21 210 22 31 / ines.santos@cm-sesimbra.pt
- Polo de Leitura da Quinta do Conde**

quartas | 10.30h

**ESPAÇO**

**Aqui Brincamos Todos**

Atividades de expressões integradas: ouvir e contar histórias, cantar, dançar...

- Destinatários: crianças até aos 6 anos acompanhadas pela família
  - Dinamização: ELI/Cercizimbra e Biblioteca Municipal
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



Vem Fazer a Tua Pintura Facial | dia 1

D. Quixote | dia 3

#### OFICINA

### Emaranhando pelas Palavras...

- Destinatários: alunos do 5.º e 6.º ano do 2.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 /servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

#### OFICINA

### Uma História para Devorar com Lambarice!

- Destinatários: alunos do 3.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 /servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

#### OFICINA

### Leituras de Corpo Inteiro

- Destinatários: alunos do ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 88 /servicos.educativos@cm-sesimbra.pt
- Serviços e Projetos Educativos Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

#### DOMINGOS EM FAMÍLIA

dia 4 | dom | 14.45 e 17h

#### CINEMA

**Lego Batman: O Filme** de Chris McKay, com vozes de Diogo Infante e Benedita Pereira. Animação/Aventura; EUA; 2017; 90 min.; M/6

- Crianças (até 12 anos): 1,5€
- Acompanhantes: 2,5€

Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

#### SUGESTÕES

dia 1 | qui | 16.30h

### Vem Fazer a Tua Pintura Facial

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 3 | sáb | 15.30h

#### TEATRO

### D. Quixote

pela Associação Cultural e Teatral Reflexo

- Destinatários: pais e crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 7 | qua | 14.30h

#### CINEMA NO ESPAÇO

### Brave

de Mark Andrews e Brenda Chapman

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 14 | qua | 14.30h

#### CINEMA NO ESPAÇO

### Ozzy

de Alberto Rodriguez

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 17 | sáb | 10.30h

#### ATIVIDADE

#### DE CULINÁRIA

### Farinha Torrada, o Doce da Nossa Terra!

- Destinatários: pais e filhos
- Limite: 12 crianças
- Inscrições: até 14 de junho
- Informações: 21 080 44 05 / 96 760 25 11

Forno Comunitário do Lugar da Terra, Zambujal de Baixo

Org.: JF Castelo





Brave | dia 7



Ecoférias de Verão | de 26 a 29

## DOMINGOS EM FAMÍLIA | CINEMA **Lego Batman: O Filme**

Batman, o mais misterioso e solitário dos super-heróis, tem direito a uma longa-metragem em nome próprio, em Lego. *Lego Batman: O Filme* é uma comédia de animação computadorizada que mistura dois universos peculiares que fazem parte do imaginário coletivo dos espectadores: o legado dos super-heróis da DC Comics e as construções da marca Lego. Na versão portuguesa, conta com as vozes de Diogo Infante e Benedita Pereira.

**dia 4 | dom |**  
**às 14.45 e às 17h**  
Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra



**de 26 a 29 | seg a qui |**  
**das 10 às 13h**

### **Ecoférias de Verão**

**dia 26 | seg**

**10h | Receção**

**10.30h | Sementeiras e Trabalhos na Horta**

**11.30h | Tiro com Arco**

**dia 27 | ter**

**10h | Observação de Aves e Observação Solar**

**11h | Atividades no Ecódromo**

**dia 28 | qua**

**10h | Percurso Interpretativo (hortas, colmeias, charcos e lagoas)**

**11h | Volteio a Cavallo**

**12h | Atividades no AnimeLab**

**dia 29 | qui**

**10h | Land Art**

Elaboração de peças artísticas a partir de materiais da natureza.

**11h | Aeromodelismo e atividades desportivas de grupo**

• Destinatários: crianças

dos 6 aos 12 anos

• Preço: 10 € (diário: 3 €)

• Limite: 30 participantes

• Inscrições: até 23 de junho

• Informações: 21 080 96 66 /

www.anime.org

**Parque Ecológico da Várzea, Quinta do Conde**

Org.: Anímê Natura | Apoio: CM Sesimbra

e JF Quinta do Conde

### **inscrições...**

#### **PROJETO AUDIOVISUAL e-contigo**

• Destinatários: jovens

dos 11 aos 14 anos

• Limite: 12 participantes

• Informações e inscrições

21 228 85 88 / ines.santos@

cm-sesimbra.pt

• O projeto tem início no dia 5 de julho, e decorre de quarta a sexta, das 10 às 12h

**Biblioteca Municipal de Sesimbra**

#### **JUN e JUL**

#### **Ecoférias para Grupos**

**Volteio a cavallo; tiro**

**com arco; percurso**

**interpretativo; voo**

**controlado; atividade**

**animelab; observação de**

**aves; landart; observação**

**solar; horticultura;**

**atividades desportivas**

**no ecódromo; ecodança;**

**voar com a mente; yoga**

**no parque e oficina de**

**mandalas naturais**

• Destinatários: IPSS, ATL,

associações de pais, empresas

e grupos organizados com

crianças dos 6 aos 9 anos e

jovens dos 10 aos 14 anos

• Inscrições: 21 080 96 66 /

anime.paf@gmail.com

**Centro Agrícola**

**e Ambiental da Várzea**

Org.: Anímê Natura | Apoio: CM Sesimbra

e JF Quinta do Conde



Visitas Guiadas à Biblioteca Municipal | quartas O Mar | a decorrer...

## a decorrer...

terças e quintas |  
das 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
  - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / [espaco.zambujal@gmail.com](mailto:espaco.zambujal@gmail.com)
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

## quartas

### **VISITAS GUIADAS** **Biblioteca Municipal**

- Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Biblioteca Municipal**  
**de Sesimbra**

## quartas | 14.30h

### **LUGAR D'CONTOS** **Ciclo da Cortiça**

de Mariana Magalhães  
e Cristina Quental

- Leitura do conto seguida de realização de atividade de expressão plástica.
- Destinatários: estabelecimentos de ensino da freguesia do Castelo
  - Limite: 15 crianças
- Lugar da Terra,**  
**Zambujal de Baixo**  
Org.: JF Castelo

## VISITAS ORIENTADAS

### **O Mar**

- Destinatários: do pré-escolar ao ensino secundário
  - Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Museu Marítimo de Sesimbra**

## VISITA OFICINA

### **A Faina**

Construção de objetos relacionados com a pesca e recriação de momentos da vida marítima.

- Destinatários: do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário
  - Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Museu Marítimo de Sesimbra**

## VISITAS ORIENTADAS

### **Observar e Descobrir**

Estimular a observação dos espaços e coleções da Capela e do Hospital Medieval.

- Destinatários: do pré-escolar ao ensino secundário
  - Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Capela do Espírito Santo**  
**dos Mareantes, Sesimbra**

## VISITA OFICINA

### **Vamos Criar** **Novas Histórias**

Conhecer a história da Capela do Espírito Santo dos Mareantes e Hospital Medieval e criar novas histórias a partir das obras de arte.

- Destinatários: do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário
  - Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Capela do Espírito Santo**  
**dos Mareantes, Sesimbra**

## VISITAS ORIENTADAS

### **Histórias** **de Outros Tempos**

Descobrir como era a vida na época medieval numa visita pelo Castelo de Sesimbra, entre a Torre Nova e Alcáçova.

- Destinatários: do pré-escolar ao ensino secundário
  - Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
  - Serviços e Projetos Educativos
- Núcleo de Arqueologia,**  
**Castelo de Sesimbra**

## VISITA OFICINA

### **HANDS ON** **Escavação** **Arqueológica**

Os participantes vão ter a oportunidade de se envolver numa “verdadeira” escavação arqueológica e descobrir objetos do passado, com apoio de algumas ferramentas que os arqueólogos usam como o registo do achado no caderno de campo.





Observar e Descobrir | a decorrer...



Bau de Memórias | a decorrer...

- Destinatários: do pré-escolar ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra**

### VISITA DESCOBERTA À Descoberta pelo Castelo

No Castelo por vários caminhos podemos optar... Com a orientação de um jogo de pistas, os participantes vão descobrir o caminho certo, observar a natureza que envolve o Castelo e realizar alguns exercícios de criação plástica.

- Destinatários: do 1.º ciclo ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra**

### VISITAS ORIENTADAS Aqui Transformamos o Trigo em Farinha

Visita ao Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio, espaço dedicado ao processo da moagem dos cereais, que proporciona um contacto direto com a realidade rural do concelho.

- Destinatários: do pré-escolar ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio**

### VISITA OFICINA Vamos Semear

Nesta atividade vamos semear ou aprender a fabricar alguns acessórios necessários para a plantação de uma semente e quais os cuidados a ter para a sua germinação e crescimento.

- Destinatários: do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio**

### VISITAS ORIENTADAS Dinossauros em Sesimbra

Como seria o concelho de Sesimbra há 150 milhões de anos? Nesta visita ao Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino vai falar-se de fósseis e de curiosidades sobre os dinossauros que ali deixaram as suas marcas.

- Destinatários: do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo Interpretativo do Monumento Natural da Pedreira do Avelino**

### VISITA OFICINA Os Segredos das Pegadas dos Dinossauros

As pegadas fossilizadas são uma verdadeira fonte de informação para os paleontólogos que, através delas, descobriram como se deslocavam os dinossauros e quais eram os seus hábitos.

- Destinatários: do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Núcleo Interpretativo do Monumento Natural da Pedreira do Avelino**

### VISITAS ORIENTADAS Bau de Memórias

Após a atividade executada na escola sobre a temática da vida marítima, os alunos são convidados a visitar a Docapesca onde podem observar o trabalho diário que é necessário para que o peixe possa ser vendido, bem como o estaleiro naval.

- Destinatários: escolas e outras instituições do concelho (inclusive ensino especial)
- Inscrições: 21 228 85 50 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Docapesca / Estaleiro**

## Equipamentos e Serviços Municipais

### Arquivo Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

E-mail: [arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt](mailto:arquivo.municipal@cm-sesimbra.pt)

Horário: das 9.30 às 12 e das 14.30 às 17h

### Assembleia Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 86 88

E-mail: [assembleiamunicipal@cm-sesimbra.pt](mailto:assembleiamunicipal@cm-sesimbra.pt)

Horário: das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### Balcão Único de Serviços Sesimbra

Rua da República, 3, 2970-741 Sesimbra

#### Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal, Av. Manuel de Arriaga

2975-337 Quinta do Conde

Tel.: 21 228 85 00

E-mail: [balcao.unico@cm-sesimbra.pt](mailto:balcao.unico@cm-sesimbra.pt)

Horário: de segunda a sexta, das 8 às 18.30, sábados, das 8.30 às 13h

#### BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93

Horário: de segunda a sexta, das 9.30 às 17, sábados, das 8.30 às 12.30h

Linha Verde (Reclamações):

800 22 88 50

### Biblioteca Municipal de Sesimbra

Av. da Liberdade, n.º 46

2970 - 635 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 88 / 21 228 85 00

E-mail: [biblioteca@cm-sesimbra.pt](mailto:biblioteca@cm-sesimbra.pt)

Horário: terça a sexta, das 9.30 às 12.30 e das 14 às 17.30h, sábado, das 10 às 18h (as salas de leitura encerram das 13 às 14h)

### Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido do Reis, n.º 17

2970 - 724 Sesimbra

Tel.: 21 223 11 34 / 21 228 85 50 /

21 228 85 00

E-mail: [capela@cm-sesimbra.pt](mailto:capela@cm-sesimbra.pt)

Horário: todos os dias, VERÃO (15 de julho a 15 de agosto) das 14.30 às 19 e das 21 às 23h INVERNO (16 de agosto a 14 de julho), das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### Castelo de Sesimbra

Horário: INVERNO (novembro a março): das 7 às 19h

VERÃO (abril a outubro): das 7 às 20h

### Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro

Rua de Sta. Maria do Castelo,

Corredoura, 2970 - 063 Sesimbra

Tel.: 21 268 07 46 / 21 228 85 00

E-mail: [museu@cm-sesimbra.pt](mailto:museu@cm-sesimbra.pt)

Horário: todos os dias, das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h

### Centro de Apoio à Incubação de Empresas de Sesimbra

Av. João Paulo II, n.º 6 - Santana

2970-002 Sesimbra

Tel.: 93 998 25 52

E-mail: [caies@cm-sesimbra.pt](mailto:caies@cm-sesimbra.pt)

Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30 horas

### Centro de Recursos

#### Educativos de Formação

Avenida D. Manuel Martins, n.º 8,

(edifício do Centro de Estudos

Culturais e Acção Social Raio de Luz)

Maçã/Sampaio

Tel.: 21 015 66 74 / 21 015 96 75

E-mail: [geral@cref.pt](mailto:geral@cref.pt)

Horário: das 9 às 20h (todos os dias)

Encerra de 1 a 29 de agosto

### Cinetatro Municipal João Mota

Rua João da Luz, n.º 5

2970 - 762 Sesimbra

Tel.: 21 228 87 15

E-mail: [cineteatro@cm-sesimbra.pt](mailto:cineteatro@cm-sesimbra.pt)

Informações e reservas: 21 223 40

34/ [bilheteira@cm-sesimbra.pt](mailto:bilheteira@cm-sesimbra.pt)

Horário: INVERNO

quarta a domingo, das 16 às 20h

VERÃO (julho e agosto):

quarta a domingo, das 17 às 21h

Em dias de espetáculo/cinema, a bilheteira encerra entre as 20 e as 20.30h e o horário é prolongado até 30 minutos depois do início dos mesmos.

### CIPA - Centro de Inovação e Participação Associativa

Rua Sacadura Cabral, Conde 3

Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26

E-mail: [cipa@cm-sesimbra.pt](mailto:cipa@cm-sesimbra.pt)

Horário: de terça a sábado, das 9 às 12.30 e das 14 às 22h

### Espaço Cidadania - CLAI Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 00

Horário: terça e sexta, das 9 às 12h

#### Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

Horário: segunda-feira, das 9 às 12.30 e das 14 às 15.30h

### Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

#### Lagoa de Albufeira

Tel.: 93 998 22 92

E-mail:

[info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt](mailto:info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt)

Site:

[www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena](http://www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena)

Horário: quartas, sextas, sábados

e domingos (terceiro sábado

de cada mês abre às 7h)

quintas, reservado a escolas,

grupos e outras atividades

INVERNO (de 16 de setembro

a 14 de junho): das 9 às 13

e das 14 às 17h (última entrada às 16h)

VERÃO (de 15 de junho a 15 de

setembro): das 10 às 12.30 e das 14

às 18.30h (última entrada às 17.30h)

### Espaço Solidário Cotovia

Tel.: 21 228 87 45

Horário: de segunda a sexta,

das 9 às 12 e das 14 às 17h

#### Quinta do Conde

Tel.: 93 998 27 74

Horário: de terça a sexta,

das 9 às 12 e das 14 às 17h

### Espaço Zambujal

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

E-mail: [espaco.zambujal@jf-castelo.pt](mailto:espaco.zambujal@jf-castelo.pt)

Site: [www.espaco-zambujal.blogspot.com](http://www.espaco-zambujal.blogspot.com)

Horário: de terça a sábado,

das 10 às 13 e das 14 às 18h

### Fortaleza de Santiago

Horário: das 9.30 às 0h

### Gabinete de Inserção Profissional Sesimbra

Bairro de Argéis, FORMAR,

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

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

Horário: segundas, quartas

e quintas, das 14.30 às 17,

terças e sextas, das 9.30 às 12.30

e das 14.30 às 17h

#### Quinta do Conde

Junta de Freguesia

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: [gip.qtaconde@gmail.com](mailto:gip.qtaconde@gmail.com)

Horário: de segunda a sexta,

das 14 às 17h

### **Cabinete Médico-veterinário Municipal**

#### **Posto Veterinário Municipal**

Tel.: 21 228 85 00 / 93 998 20 40

E-mail: veterinario@cm-sesimbra.pt

#### **Sesimbra**

Rua Mareantes de Sesimbra, Bloco

n.º 6 r/c, 2970-711 Sesimbra

Horário: sextas, das 10 às 12h

#### **Fonte de Sesimbra**

Rua Fonte de Sesimbra

2970-271 Sesimbra

Horário: quartas, das 10 às 12h

#### **Quinta do Conde**

Rua Ribeiro Sanches

2975-403 Quinta do Conde

Horário: quintas, das 10 às 12h

### **Moagem de Sampaio**

Estrada Nacional 379

Sampaio, 2970 – 137 Sesimbra

Tel.: 21 015 66 71 / 21 228 85 00

Email: museu@cm-sesimbra.pt

Horário: quarta a domingo,  
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30 h

### **Museu Marítimo de Sesimbra**

Fortaleza de Santiago

Rua da Fortaleza, 2970 – 738 Sesimbra

Tel.: 93 842 74 79 / 21 228 85 00

E-mail: museu@cm-sesimbra.pt

Site: www.museusesimbra.pt

Horário: VERÃO (junho a agosto):  
de terça a domingo, das 15.30 às 19  
e das 20 às 23h

INVERNO (setembro a maio):

de terça a domingo, das 10 às 13

e das 14.30 às 17.30h

### **Parque Municipal de Campismo**

#### **Forte do Cavalo**

Tel.: 21 228 85 08

E-mail: campismo.fortedocavalo@

cm-sesimbra.pt

### **Pavilhão Municipal da Quinta do Conde**

Tel.: 21 210 16 91

### **Pavilhão Municipal de Sampaio**

Tel.: 21 268 64 08

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

Av. Norton de Matos

2975 - 312 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 22 31

E-mail: polo.leitura.qc@cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta,

das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Posto de Turismo de Sesimbra**

Fortaleza de Santiago

Tel.: 21 228 85 40 / 93 245 60 98

E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt

Horário: das 9.30 às 18h

De 30 de maio a 15 de setembro:

das 9.30 às 20h

### **Spot Jovem (Quinta do Conde)**

Rua Sacadura Cabral

Tm.: 93 998 01 26

E-mail: spotjovem.qc@cm-sesimbra.pt

Horário: de terça a sábado,  
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Spot Jovem (Sesimbra)**

Rua Heliodoro Salgado, n.º 2

Tel.: 93 998 25 96

E-mail: spotjovem.ssb@

cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta,  
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Juntas de Freguesia**

#### **Junta de Freguesia**

##### **da Quinta do Conde**

Avenida 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 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 de Santiago**

Largo da Marinha, 26/27

2970-657 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

#### **Jornal de Sesimbra | Sesimbra FM**

Tel.: 21 228 92 00

#### **O Sesimbrense**

Tel.: 21 223 21 05

#### **Raio de Luz**

Tel.: 21 268 15 54

#### **Rádio Quinta do Conde**

Tel.: 21 086 07 87

### **Emergência**

#### **Bombeiros Voluntários**

##### **de Sesimbra**

##### **Piquete de Sesimbra**

Tel.: 21 228 84 50

##### **Piquete da Quinta do Conde**

Tel.: 21 210 61 74

#### **Carrinha Sea Master**

Tel.: 91 940 45 55

### **Centros de Saúde**

**Sesimbra** – Tel.: 21 228 96 00

**Santana** – Tel.: 21 268 92 80

#### **Quinta do Conde**

Tel.: 21 213 82 00

### **Comissão de Proteção**

#### **de Crianças e Jovens**

##### **Concelho de Sesimbra (CPCJ)**

Tel.: 21 015 66 77/8

E-mail: cpcjesesimbra@gmail.com

### **Cruz Vermelha Portuguesa**

#### **(Quinta do Conde)**

Tel.: 21 210 02 12

#### **EDP (avarias)**

Tel.: 800 50 65 06

### **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

#### **Nova Quinta do Conde**

– Tel.: 21 210 60 99 / 93 684 89 61

### **CNR**

**Sesimbra** – Tel.: 265 242 676

**Alfarim** – Tel.: 265 242 670

**Quinta do Conde** – Tel.: 265 242 674

### **Guarda Noturno**

#### **da Quinta do Conde**

Raul Pereira

Tel.: 92 656 42 32

### **Hospital Garcia de Orta (Almada)**

Tel.: 21 294 02 94

### **Hospital São Bernardo (Centro**

#### **Hospitalar de Setúbal, EPE)**

Tel.: 265 54 90 00

### **Linha SOS Criança**

Tel.: 800 202 651 (grátis)

### **Linha Verde Recados**

#### **da Criança**

Tel.: 800 206 656 (grátis)

### **Piquete de Águas (CMS)**

Sesimbra

Tel.: 21 015 66 82 / 93 998 06 24

Quinta do Conde

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

### **Polícia Marítima**

Tel.: 21 228 07 78

### **Proteção Civil (CMS)**

Tel.: 21 228 05 21



Sesimbra  
é Peixe



MARCHAS POPULARES

RUAS ORNAMENTADAS

MÚSICA

BAILES POPULARES

Em parceria com:

