

nov  
dez  
11  
**Sesimbr'Acontece**

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra . distribuição gratuita

# *Farinha Torrada de Sesimbra*



Câmara Municipal de Sesimbra

informação  
participação  
cidadania

## ficha técnica

Propriedade  
Câmara Municipal de Sesimbra

Diretor  
Augusto Pólvora (Presidente)

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

Divisão de Comunicação

e Informação (DCI)

Avenida da Liberdade, n.º 7

2970-635 Sesimbra

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

E-mail: gip@em-sesimbra.pt

Design Gráfico

Rui Dias (direção de arte)

Bruno Campos (paginação e ilustração)

Raquel Santana (paginação)

Capa

Rui João Rodrigues (foto)

Colaboraram nesta edição

António Reis Marques

Agradecimentos

Adelino Encantado

Pré-impressão e impressão

Copidata, SA.

Periodicidade

Bimestral

Tiragem

10000 exemplares

ISBN

972-9150-59-1

Esta publicação foi escrita ao abrigo  
do novo acordo ortográfico.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

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

Sesimbra acontece

# SU

## sumário

4 **editorial**

6 **tema central**

*A Farinha Torrada de Sesimbra*

10 **acontece**

destaques 10

música . teatro . dança 16

cinema 17

conferências . ateliês . cursos 18

feiras . exposições 20

desporto . movimento . ar livre 22

...e ainda 25

...e para os mais novos 26

34 **memórias**

*Onde há Redes,  
há Rendas.*

36 **à mesa**

37 **à noite**

Receba a Sesimbr'Acontece em sua casa.  
Envie o seu nome e morada para o e-mail  
[sesimbracontece@cm-sesimbra.pt](mailto:sesimbracontece@cm-sesimbra.pt),  
para o telefone 21 228 85 90 ou registe-se  
em [www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt)



**38** onde ficar

---

**39** o que fazer

---

**40** património  
*As Origens da Pesca em Sesimbra*

---

**42** artes e ofícios

---

**43** património natural

---

**44** sabores

---

**45** tradições

---

**46** fotolegenda  
*Sesimbra na Tarde Náutica  
Infante D. Henrique*

---

**48** favoritos

---

**50** contactos úteis

---

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

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

A programação pode ser alte-  
rada por motivos imprevistos.  
A CMS não se responsabiliza  
pela devolução de material,  
salvo quando haja solicita-  
ção expressa, e reserva-se no  
direito de selecionar toda a  
informação de natureza reda-  
torial.

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





# edit

## editorial

### *Farinha Torrada de Sesimbra*

**Q**uando se fala na criação de um produto turístico pensa-se, normalmente, em algo complexo, com custos elevados, que de repente atrairá milhares de turistas e dinamizará toda a economia local. O recente exemplo da Farinha Torrada de Sesimbra demonstra que não é bem assim. Neste caso, partiu-se de um doce humilde, mas com uma história riquíssima, e que embora fosse conhecido de todos, tanto na vila como no campo, permanecia num circuito praticamente familiar. Posteriormente trabalhou-se em várias fases, que passaram pela recolha da receita original, registo de propriedade intelectual, criação de imagem e, por fim, por ações de promoção, em parceria com produtores, que a deram a conhecer dentro e fora de portas. Destaco a presença no aeroporto da Portela, em Lisboa, que levou a milhares de pessoas, não só este produto, como o próprio destino Sesimbra. Como consequência, a procura aumentou a ponto de, em alguns dias, ter mesmo esgotado. Em resposta, intensificou-se a produção e, hoje, a farinha pode ser encontrada diariamente em diversos pontos do concelho. Igualmente importante é o facto de se ter conseguido transformar um doce simples numa marca forte, associada a Sesimbra, provando que as tradições são uma mais-valia turística. Numa época em que os doces tomam conta das mesas, reserve um espaço para a nossa Farinha Torrada.

**Felícia Costa**

*Vereadora do Pelouro da Cultura*



## A “barra energética” das gentes de Sesimbra

Quando perguntámos a Adelino Encantado, 81 anos, 70 dos quais passados no mar, quais eram os alimentos dos pescadores na faina, a resposta foi rápida e segura: «peixe frito, sopas de cavalo cansado e Farinha Torrada». Destes, obviamente que havia uma preferência. «A farinha era das poucas coisas doces que tínhamos e, além de saborosa, dava-nos força», conta o octogenário que, embora não lhe associe a sua longevidade, sempre que pode continua a comer um quadrado. A opinião é partilhada por João Conceição, 81 anos, a maioria passados na pesca: «em miúdo estava sempre à espera que houvesse farinha para levar para o mar, mas isso só acontecia quando o dinheiro chegava para comprar os ingredientes», recorda. «Era uma delícia e “matou-me” muitas vezes a fome», garante. Tal como os seus companheiros de profissão, Joaquim Marques, 64 anos, começou cedo na pesca e nunca dispensou a Farinha Torrada, que levava embrulhada em papel pardo. «Às vezes não conseguia resistir e devorava-a assim

que saía para o mar», confessa divertido.

Embora seja conhecida como a “barra energética” dos pescadores de Sesimbra, há quem garanta que foi na zona rural do concelho que começou a ser produzida e que era também alimento de agricultores. «Quando se estava constipado ou mais fraco comia-se a farinha, porque era o que havia», explica Arménia Sousa, 75 anos. «A comida era pouca, por isso um bocado de farinha sempre aconchegava o estômago e dava força para trabalhar o resto do dia», assegura Maria Amélia da Cruz, 71 anos, que durante a sua juventude trabalhou nos arrozais que então havia na Lagoa de Albufeira.

Disputas territoriais à parte, hoje a Farinha Torrada é o produto tradicional mais procurado do concelho e uma das suas imagens de marca.

A sua história remonta ao final do sé-

culo XIX, embora nessa altura fosse feita essencialmente para prevenir e ajudar a tratar certas doenças, devido ao seu valor energético. «Antigamente costumava acompanhar-se a farinha com um tónico comprado nas farmácias, conhecido por cerveja preta medicinal», refere Luís Costa, técnico de farmácia durante 52 anos. «Era designado por bálsamo do peru ou peruviano, tinha uma cor castanha escura e um sabor semelhante ao da baunilha», prossegue. «Este suco era usado como anti-inflamatório e expectorante peitoral contra asma, bronquite, fraqueza, entre muitas outras maleitas».

Mais tarde, devido ao sabor agradável, começou então a ser consumida como doce. «Lembro-me tão bem que, quando era menina, assim que os últimos pães ficavam prontos, ao final da tarde, começavam a chegar à padaria mulheres com a massa da farinha em recipientes, para aproveitar o calor do forno», conta Ana Maria Sousa, 66 anos, que embora tenha nascido nas Caixas, veio cedo para a vila de Sesimbra e cresceu na padaria dos pais. A receita tinha na base a farinha de trigo e o açúcar amarelo, a que se iam adicionando ovos, chocolate, raspa de

limão e canela, consoante as posses de cada família.

«No fundo era uma tentativa para se fazer um bolo com os ingredientes disponíveis», diz José Manuel, proprietário de outra padaria. «A farinha de trigo era acessível, a seguir usava-se açúcar amarelo, que era mais barato. Quem tinha posses juntava-lhe os ovos, o chocolate e a canela, quem não tinha, improvisava», revela. O resultado era obviamente diferente. Aliás, uma das particularidades da Farinha Torrada de Sesimbra, que ainda hoje permanece, e que a distingue da maioria dos doces tradicionais, é o facto de muito dificilmente se encontrarem duas formas de a confeccionar iguais. Os ingredientes, por norma, mantêm-se, mas o sabor, o aspeto e a textura vão-se alterando consoante as proporções, o próprio recipiente onde é feita e o tipo de forno. Há quem use mais ovos para a tornar macia, outros preferem o chocolate para a escurecer e tornar mais apetitosa, há quem reduza o açúcar para a tornar menos doce e há quem inove, acrescentando-lhe frutos secos, por exemplo.

A receita tem passado de geração



## tema central



em geração e tanto na vila como nas zonas rurais do concelho, a maioria das famílias sabe confeccionar a Farinha Torrada, e fá-lo durante todo o ano, sobretudo em períodos festivos. Apesar desta relação “afetiva” que estabeleceu com a comunidade, a Farinha Torrada nunca foi comercializada, salvo raras exceções. Isto porque era considerada um doce humilde, muito simples e, como tal, sem qualquer valor comercial. «Há uns anos estava na padaria à tarde, e como havia pouco movimento, lembrei-me de fazer um tabuleiro de farinha», conta Ana Maria. «Ficou tão bonita que decidi cortá-la em retângulos e pô-la na montra». Pouco depois deu-se a primeira reação. «Entrou uma vizinha na loja, a rir-se, e perguntou-me: estás doida? Então vais pôr a farinha à venda?» O facto é que, a

seguir ao espanto veio o desejo e acabou por provar um cubo, e em pouco tempo a farinha desapareceu. «As miúdas, que vinham da escola também começaram a comprar e a passar a palavra umas às outras», recorda. O sucesso foi imediato e a escola, para além do pão, começou também a encomendar Farinha Torrada. Desde então, tem sido um doce feito com grande regularidade e com cada vez mais procura. «Uma vez entrou-me pela porta um grupo grande, muito bem vestido. Pensei que fosse alguma fiscalização, mas afinal eram professores universitários que participavam num seminário e que tinham ouvido falar do “famoso” doce de Sesimbra», regista.

Em 2007, o doce centenário foi englobado pela Câmara Municipal numa candidatura a fundos comunitários,



***A receita tem passado de geração em geração e tanto na vila como nas zonas rurais do concelho, a maioria das famílias sabe confeccionar a Farinha Torrada, e fá-lo durante todo o ano, sobretudo em períodos festivos.***



ação que veio a mostrar-se decisiva para o seu sucesso. Em abril de 2009 iniciou-se o processo de constituição da Farinha Torrada como produto e marca típica do concelho, com a fixação da receita com base em 139 testemunhos. Em dezembro desse ano foi feito o registo da marca no Instituto Nacional da Propriedade Industrial, e em abril de 2010 o pedido de registo da receita da Farinha Torrada de Sesimbra como Propriedade Intelectual do Município foi aceite pela Inspeção-geral das Atividades Culturais. Assim, a autarquia passou a ser detentora dos direitos de autor da receita durante 70 anos.

Depois deste processo, foi criado um logótipo que se encontra em vários estabelecimentos comerciais que se associaram à operação.

Paralelamente, foi desenvolvida uma campanha de comunicação que despertou a curiosidade daqueles que nunca tinham ouvido falar do doce e apelou à saudade daqueles que cresceram com a farinha mas há muito que não a provavam.

Os cubos toscos, mas saborosos, cuja origem se perde na memória dos mais antigos, e que eram desvalorizados como doce, conseguiram assim assumir-se como um símbolo de Sesimbra e ter várias referências na comunicação social, sobretudo nas televisões, com aparições em diversos programas informativos e de entretenimento. Todo este movimento em torno de um produto muito simples, associado à comunidade sesimbrense, que acompanhou a história recente do concelho, comprova que, muitas vezes, os mais fortes atrativos turísticos de uma região são exatamente as coisas simples, que espelham a sua identidade.



## António Chainho

Considerado por muitos um embaixador da guitarra portuguesa, António Chainho volta aos palcos com um novo espetáculo onde revela toda a sua dimensão de instrumentista e compositor.

Acompanhado por dois jovens e talentosos músicos, Tiago Oliveira na guitarra clássica e Ciro Bertini no baixo acústico, apresenta um repertório renovado que reúne desde composições originais, como o clássico *Escadinhas do Duque* e temas mais recentes como *Voando Sobre o Alentejo*, *Guitarra Sem Fronteiras* ou *A Conversa das Comadres*, até originais absolutamente inéditos em disco.

António Chainho surgiu no fado de Lisboa mas nunca se cingiu ao seu

universo, deixando a sua música ser tocada por muitos outros géneros musicais, desde os sons brasileiros e cabo-verdianos até aos ukeleles do Havai, passando pelas rancheras mexicanas.

A desfrutar um novo ciclo da sua carreira, onde a guitarra portuguesa volta a ser a protagonista principal, Chainho surpreende neste concerto com um regresso ao Alentejo, mas tendo como um ponto de partida Coimbra e as suas guitarras. Um espetáculo a não perder.

5 NOV | sáb | 21.30h  
Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra  
(página 16)



## A Nova Bailarina

A cidadania e o papel que cada um tem na sociedade é o tema do espetáculo de dança *A Nova Bailarina*, de Aldara Bizarro, interpretado por Costanza Cívone. Durante a encenação, o público é «convidado a pensar, escolher e decidir, através de questões que vão sendo colocadas pela bailarina». De forma pouco convencional, e com uma grande dose de humor, são abordadas «questões éticas e de valores base de construção pessoal e social. Mais uma vez, e na sequência do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido

pela coreógrafa, a palavra está muito presente, sempre para fortalecer a consciência da ligação entre o corpo e a mente». O espetáculo decorre no dia 5, sábado, no Centro de Inovação e Participação Associativa, na Quinta do Conde, e no dia 6, domingo, no Cineteatro Municipal João Mota, em Sesimbra.

5 e 6 NOV | sáb e dom | 17h

CIPA, Quinta do Conde  
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra  
(página 16)

## Exposição sobre Voluntariado

No âmbito do Ano Europeu do Voluntariado e da Cidadania Ativa, Sesimbra recebe uma exposição sobre esta temática, que tem como objetivos principais reconhecer o trabalho voluntário e sensibilizar as pessoas para o seu valor e importância, mostrando experiências e práticas de um conjunto de entidades que o promovem. As instituições, grupos e projetos representados são uma amostra da diversidade de voluntariado existente. No dia 4, sexta-feira, às 16 horas, o espaço é também palco de um *workshop*



intitulado Voluntariado...Discutir o Presente, Lançar o Futuro.

2 a 5 NOV

Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra  
(página 22)



## Sabores e Aromas de Outono

As temperaturas mais baixas, os dias mais curtos e a queda das primeiras folhas anunciam a chegada do outono, estação que, na zona rural do concelho de Sesimbra, é marcada também pelo aparecimento da maçã camoesa, da castanha, das nozes, da abóbora, da batata doce ou da romã. Estes são alguns dos sabores da época que vão marcar presença na Semana Gastronómica Sabores de Outono, iniciativa lançada pela Câmara Municipal em 2006 para incentivar o cultivo e consumo de produtos rurais, na restauração do concelho, que é caracterizada pela utilização de peixes e mariscos. O resultado tem sido bastante positivo, com os chefes sesimbrenses a apresentarem propostas originais e, nalguns casos, surpreendentes, como os Tártaros de Robalo da Nossa Costa e de Maçã Camoesa com

Emulsão Acidulada de Courgete, a Perdiz Estufada com Castanhas e Alecrim e o Bife do Lombo com Molho de Nozes, apresentadas na edição de 2010.

Paralelamente, decorre a Zimbra Outono onde, para além dos frutos e legumes tradicionais desta época do ano, o público pode adquirir produtos típicos do concelho, como a Farinha Torrada, o queijo da Azoia e o pão cozido em forno de lenha.

5 e 6 NOV

### **Zimbra Outono**

*Sociedade Musical Sesimbrense, Sesimbra*  
(página 20)

5 a 13 NOV

### **Sabores de Outono**

*Restaurantes aderentes*  
(página 25)

## Comemorações de Natal

Em dezembro, o espírito natalício percorre o concelho de Sesimbra através de um conjunto de iniciativas promovidas pela Câmara Municipal e pelo movimento associativo.

O programa tem início no dia 3, com a Feira de Natal, no Centro de Inovação e Participação Associativa, na Quinta do Conde, e prossegue no dia 8, com a tradicional Mostra de Doces, que este ano decorre no Clube Sesimbrense.

Mais uma vez, a receita das vendas reverte para uma instituição de solidariedade social do concelho. As músicas de Natal chegam no segundo fim de semana, com os concertos da Anacruza Band – Associação Musical e Cultural Conde I, no Parque da Vila, e do Grupo Coral de Sesimbra, na Igreja Matriz de Santiago. No dia 18 é a vez do Cineteatro Municipal receber a Festa de Natal do CRES Bota no Rego.

Para os mais pequenos, as comemorações reservam várias iniciativas, como ateliês, horas do conto e oficinas. Conheça o programa completo em [www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt).

3 DEZ a 7 JAN  
Concelho



## Réveillon de Sesimbra 2012

Nos últimos cinco anos, o Réveillon de Sesimbra conseguiu conquistar um lugar junto dos mais mediáticos do país. Este ano, o concelho volta a apostar na originalidade, promovendo mais uma edição do Réveillon Subaquático. Com uma vista privilegiada para a vila de Sesimbra e para o espetáculo piromusical, que tem como inspiração o Sol e o Mar,

dezenas de mergulhadores vão brindar ao novo ano no fundo da Baía. Como é habitual, os bares e restaurantes vão manter-se abertos até madrugada para que não falte animação. Entre em 2012, numa das baías mais bonitas de Portugal.

31 DEZ | sáb  
Vila de Sesimbra  
(página 30)



## Recital de Piano

No ano em que se comemoram os 200 anos do nascimento de Franz Liszt e os 100 anos da estreia da sonata de Alban Berg, Marta Menezes convida-nos a celebrar estas duas efemérides musicais num recital que inclui as obras mais importantes escritas para piano por estes dois compositores. A artista iniciou os estudos no Conservatório de Música de Minde. Em 2009 terminou a licenciatura sob a orientação do pianista

Miguel Henriques. Foi convidada para estrear peças de compositores portugueses contemporâneos, como Sérgio Azevedo, André Miranda, Nuno da Rocha e Diogo Alvim. Apresenta-se regularmente em recital, a solo e em formações de câmara, em Portugal e no estrangeiro.

**17 DEZ | sáb | 21.30h**  
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 16)

## O Voo da Borboleta

O livro *O Voo da Borboleta* é uma viagem pelo dia a dia da jovem sesimbrense Maria João Inocêncio, 20 anos, a quem foi diagnosticada uma doença neurológica degenerativa, a neurofibromatose, que a impede de levar uma vida normal. «Maria João Inocêncio conta, com grande coragem e uma lucidez por vezes desarmante, as várias fases pelas quais foi e ainda vai passando: dos exames às dores lancinantes, das operações até aos (muitos) exames de rotina. Mas este é também um livro de muita esperança e fé. Um projeto que nasce a partir de um diário que Maria João começou a escrever avidamente para libertar as suas emoções e angústias, enquanto aguardava que chegassem dias melhores, sem nunca deixar de

acreditar nisso. Esta é uma jovem que não deixa ninguém indiferente, nem os amigos nem os médicos, que mostram nestas páginas o grande carinho que sentem por uma doente tão especial. Tal como uma borboleta, a autora sabe que a doença a obriga a transformar-se e a adaptar-se a novos obstáculos e desafios, como por exemplo, a perda da audição e a aprendizagem da Língua Gestual. Neste “voo” (é, na realidade, muito mais do que um) o leitor é convidado a conhecer uma história de esperança e de humor, de muita dor mas, principalmente, de muitos afetos e coragem.»

**3 DEZ | sáb | 15h**  
**Sala Polivalente, Biblioteca**  
**Municipal de Sesimbra**  
(página 22)



## Tim - *Companheiros de Aventura*

Tim selecionou para este espetáculo um repertório que, para além dos seus êxitos a solo, e um ou outro tema dos Xutos, apresenta canções compostas e partilhadas pelos seus companheiros de aventura, como Vitorino, Celeste Rodrigues, Mário Laginha e Rui Veloso, presentes em temas únicos e inesquecíveis como *Bola de Trapos*, *Voar*, *Fado Celeste* e *Hora das Caivotas*.

O espetáculo de Tim destaca-se cada vez mais pela intensidade e interpretação que o cantor e os grandes músicos que o acompanham proporcionam.

3 DEZ | sáb | 21.30h  
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra  
(página 29)

## Joe Coronado

José Rodriguez Coronado, de ascendência mexicana, nasce nos Estados Unidos da América, em Aurora, Illinois. Músico precoce faz a sua primeira apresentação pública aos cinco anos de idade e aos 11 toca o seu primeiro solo de fagote, faz arranjos para conjuntos musicais e passa a integrar a orquestra da escola. Com um percurso invejável chega a Lisboa em 1990, integrando a Orquestra Gulbenkian como segundo fagote solista. Atualmente, apresenta-se com muitos outros artistas em recitais de canto e de instrumentos. Desta vez



atua em Sesimbra para um concerto comentado onde o público estará ao seu lado, no palco do Cineteatro.

12 NOV | sáb | 21.30h  
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra  
(página 30)



Viviane | 19 NOV



Melech Mechaya | 26 NOV



Grupo Coral de Sesimbra | 11 DEZ

5 NOV | sáb | 21.30h

**MÚSICA****António Chainho**

- Tiago Oliveira (guitarra clássica)
- Ciro Bertini (baixo acústico)
- Destinatários: M/3
- Bilhete: € 10

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

11 NOV | sex | 21h

**Fados de S. Martinho**

- Preço: a partir de € 2
- Reservas: secretariado da Liga dos Amigos de Sesimbra
- Morada: rua da República, 57, Sesimbra
- Tel.: 21 223 31 33
- E-mail: lasesimbra@gmail.com

**Sociedade Musical Sesimbrense**

Org.: Liga dos Amigos de Sesimbra / jornal O Sesimbrense  
| Apoio: Sociedade Musical Sesimbrense e Comércio Local

12 NOV | sáb | 21.30h

**CONCERTOS NO PALCO****Joe Coronado**

- Destinatários: M/3
- Bilhete: € 3

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

19 NOV | sáb | 21.30h

**MÚSICA****Viviane**

- Destinatários: M/3
- Bilhete: € 10

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

26 NOV | sáb | 21.30h

**MÚSICA****Melech Mechaya**

- Destinatários: M/3
- Bilhete: € 5

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

3 DEZ | sáb | 21.30h

**MÚSICA****Tim**

- Destinatários: M/6
- Bilhete: € 20

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

8 DEZ | qui | 15.30h

**CONCERTO DE NATAL****Academia de Música****Bota Big Band**

- Inserido na Mostra de Doces de Natal

**Clube Sesimbrense**

10 DEZ | sáb | 15.30h

**RECITAL DE PROSA****Alves Redol***Celebração da obra do escritor*

- Inserido nas comemorações do centenário do nascimento do escritor

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

10 DEZ | sáb | 16h

**CONCERTO DE NATAL****Anacruza Band****- Associação Musical e Cultural Conde I****Parque da Vila, Quinta do Conde**

11 DEZ | dom | 16.30h

**CONCERTO DE NATAL****Grupo Coral de Sesimbra****Igreja Matriz de Santiago, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e Grupo Coral de Sesimbra

17 DEZ | sáb | 21.30h

**MÚSICA****Marta Menezes***Recital de piano com obras de Liszt e Berg*

- Destinatários: M/8
- Bilhete: € 5

- Co-produção: Artemrede - Projeto co-financiado pela União Europeia

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

18 DEZ | dom | 17h

**MÚSICA****Festa de Natal do GRES Bota no Rego**

- Destinatários: M/3
- Bilhete: € 3 (adultos); € 1.5 (crianças)
- Observações: bilhetes à venda no GRES Bota no Rego

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
Org.: GRES Bota no Rego

21 DEZ | qua | 16h

**TEATRO INFANTIL****No Mundo da Fantasia***pelo grupo De Vez em Quando*

- Preço: € 5 (adultos); € 2.5 (crianças)

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

Org.: Serviços Sociais dos Trabalhadores da CM Sesimbra

| Apoio: CM Sesimbra

**a decorrer...****NOV e DEZ | terça a sábado das 14 às 20h****Iniciação e Prática de Guitarra, Piano e Bateria**

- Inscrições: 21 210 22 31

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



José e Pilar | 18 NOV



Grinch | 21 DEZ



### Planeta dos Macacos, A Origem

de Rupert Wyatt, com Andy Serkis e Brian Cox, Freida Pinto, Tom Felton. Ação, Drama, Ficção Científica; EUA; 2011; 105 min.; M/12

Um simples ato de compaixão e de simultânea arrogância leva-nos a uma guerra como até hoje não assistimos – a ascensão do planeta dos macacos. O macaco “sapiens” é um macaco humanizado nas capacidades intelectuais e emocionais, cuja interação com o ser humano parece ser entre iguais. Tal acontecimento transforma-se numa nova revolução, e como em qualquer transformação inesperada novas mentalidades crescem acompanhando novos perigos, desta vez protagonizados pela ascensão do fenómeno símio.

• Bilhete: € 3,5

25 NOV | sex | 21.30h  
Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

9 NOV | qua | 10.30h

### A Canção de Lisboa

• Destinatários: centros de dia  
Espaço Zambujal  
Org.: JF Castelo

17 NOV | qui | 14.30h

### O BAÚ DOS FILMES Histórias da Vida na Terra

de Luís Correia, José Filipe Costa, Jorge António e Rui Brás  
Ciclo – Documentários

- Episódio 5 – As Aves: as Grandes Viajantes
- Episódio 6 – Os Mamíferos: os Senhores da Noite
- Entrada gratuita

Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

18 NOV | sex | 21.30h

### José e Pilar

de Miguel Gonçalves Mendes; documentário;  
Portugal; 2010; 90 min.; M/3  
• Bilhete: € 3,5

Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

26 NOV | sáb | 16h

### CINEMA CRANK - Veneno no Sangue

de Mark Neveldine e Brian Taylor; 2006; 88 min.; M/16  
Loja Ond@Jovem, Sesimbra

3, 10, 17, 20, 21 e 22 DEZ | 15h

### Ciclo de Cinema Multicultural

Ciclo de cinema da República Checa, Eslováquia, Rússia e Dinamarca, comentado e acompanhado pela Migravida.  
• Objetivo: dar a conhecer outras culturas, costumes e perspetivas artísticas; histórias e contos tradicionais de outras culturas; sensibilizar para a multiculturalidade da Quinta do Conde

• Entrada livre  
Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

7 DEZ | qua | 10.30 e 15h

### Amália

• Destinatários: centros de dia  
Espaço Zambujal  
Org.: JF Castelo

15 DEZ | qui | 14.30h

### O BAÚ DOS FILMES Histórias da Vida na Terra

de Luís Correia, José Filipe Costa, Jorge António e Rui Brás  
Ciclo - Documentários

- Episódio extra – A Intervenção Humana: Questões Sobre a Evolução
- Entrada gratuita

Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

21 DEZ | qua | das 15 às 17h

### CINEMA Grinch

de Brian Grazer e Ron Howard; 2000; 105 min.  
Loja Ond@Jovem, Sesimbra





Workshop de Compotas e Licores | 5 NOV

Ciclo Congeminações | 19 e 26 NOV

3 NOV | qui | 14.30h

**ATELIÊ**

## A Arte do Saber

*Objetos com História*

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

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

4 NOV | sex | 16h

**WORKSHOP**

## Voluntariado...

### Discutir o Presente, Lançar o Futuro!

- Inserido no Ano Europeu do Voluntariado
- Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

5 NOV | sáb | 15h

**PALESTRA**

## Os Golfinhos do Sado

*Sessão de autógrafos com Maria João Fonseca e Pedro Nazza*

- Iniciativa integrada no Plano de Ação para a Salvaguarda e Monitorização de Roazes do Estuário do Sado
  - Objetivo: divulgar o estado da população de golfinhos do Sado e sensibilizar para a preservação e conservação desta comunidade ameaçada
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**  
Org.: Vertigem Azul e Biblioteca Municipal de Sesimbra

5 NOV | sáb | das 10 às 12.30 e das 15 às 17.30h

**WORKSHOP**

## Compotas e Licores

*por Lucília Baioneta*

- Inscrições: Divisão de Economia Local e Pescas da Câmara Municipal
  - Tel.: 21 228 87 14
  - E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt
  - Inserido na Zimbra Outono
- Sede do Grupo Recreativo Escola de Samba Unidos da Vila Zimbra**

7 NOV a 14 DEZ | segundas e quartas | das 19.30 às 21.30h

**WORKSHOP**

## Iniciação ao Espanhol

- Preço: € 80
  - Objetivo: desenvolver conhecimentos linguísticos básicos que permitam comunicar na língua espanhola
  - Inscrições: 21 268 17 34 / geral@academia-santiago.com
- Academia Santiago**

12 NOV | sáb | das 14 às 18h

**WORKSHOP**

## Marketing Sustentável

- Preço: € 10
  - Inscrições: até 9 de novembro
  - Informações: Gabinete de Apoio ao Empresário da Câmara Municipal
  - Morada: Edifício Rotunda, bloco c, loja 1, Cotovia
  - Tel.: 21 268 80 98
  - E-mail: gae@cm-sesimbra.pt
- Espaço Zambujal**

15 NOV | ter | 10.30 e 15h

**EXPRESSÃO PLÁSTICA**

## Barcos em Casca de Noz

- Destinatários: idosos dos centros de dia
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

19 NOV | sáb | 15h

**LANÇAMENTO**

## Carta Sobre a Santidade ou A Relação do Homem Com a Sua Mulher

*da editora Al-Barzakh, apresentado por António Carlos Carvalho*

- Inserido no Ciclo Congeminações
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

26 NOV | sáb | 15h

**LANÇAMENTO**

## O Segredo de Grão Vasco

*de Pedro Martins, apresentado por Luís Paixão*

- Inserido no Ciclo Congeminações

**LANÇAMENTO**

## Cadernos de Filosofia Extravagante Volume III

*de António Telmo, apresentado por Eduardo Aroso, Paulo Júlio Guerreiro dos Santos e Pedro Paquim Ribeiro*

**CONFERÊNCIA**

## Desenfaixai-o e Deixai-o Ir - Quem Tem Medo da Filosofia Portuguesa

*por Abel de Lacerda Botelho*

- Inserido no Ciclo Congeminações
  - Ciclo de estudos em homenagem a António Telmo subordinado ao tema Ortodoxia e Livre Pensamento
- Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

3 DEZ | sáb | 15h

**LANÇAMENTO**

## O Voo da Borboleta

*de Maria João Inocêncio*  
**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



A Gruta do Frade | 17 DEZ



Informática Sénior

**WORKSHOP**

**Cake Design**

A expressão “os olhos também comem” aplica-se na perfeição à arte de decorar bolos. Aliás, nos dias de hoje, é possível admirar bolos que são autênticas “obras-primas”. O requinte das construções, elaboradas através de um conjunto variado de métodos e técnicas, está a conquistar cada vez mais adeptos. Não perca esta oportunidade para saber tudo sobre Cake Design.

• *Objetivo: aprender o que são pastas de açúcar, corantes alimentares e cola comestível e para que servem, conhecer as técnicas para nivelar, rechear e cobrir um bolo e criar uma decoração através de cortadores e moldagens simples são alguns dos objetivos da iniciativa.*

- Preço: € 60
- Duração: 3 horas
- Inscrições: Coelhoinho Doce
- Morada: Rua Serpa Pinto, 14 A, Sesimbra
- Tel.: 21 223 40 31

• *Informações: Gabinete de Apoio ao Empresário e Coelhoinho Doce Org.: Coelhoinho Doce e Escola Profissional de Decoração Artística de Bolos - Istofaz-se | Apoio: CM Sesimbra*

**Refeitório Municipal**

**15 DEZ | qui | 10.30 e 15h**  
**EXPRESSION PLÁSTICA**

**Decorações para Árvores de Natal**

- Destinatários: idosos dos centros de dia
- Inscrições: 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

**17 DEZ | sáb | 16h**

**LANÇAMENTO**  
**A Gruta do Frade**  
**Livro Digital**

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**a decorrer...**

**NOV e DEZ | sábados**  
**das 10 às 12h**

**Curso de Russo**

- Inscrições: 96 380 15 08 / Associação Migravida
- CIPA, Quinta do Conde**

**até 13 DEZ | terças e quintas**  
**das 19.30 às 21.30h**

**WORKSHOP**

**Iniciação à Língua Inglesa**

- Preço: € 60
- Objetivo: desenvolver conhecimentos linguísticos básicos que permitam comunicar em inglês
- Inscrições: 21 268 17 34 / geral@academia-santiago.com
- Academia Santiago**

**terças e quintas | das 10 às 11.30h**

**WORKSHOP**

**Informática Sénior**

- Destinatários: M/18
- Objetivo: conhecimentos na ótica do utilizador, pesquisa no catálogo da Biblioteca, navegação na Internet e criação de e-mail
- Inscrições: 21 228 85 88 / biblioteca@cm-sesimbra.pt (gratuitas)

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**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 (gratuitas)

**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**inscrições**

**Formação Inicial de Formadores**

- Preço: € 200
- Duração: 90 horas (pós-laboral)
- Objetivo: adquirir e desenvolver competências técnico-pedagógicas que permitam exercer a função de formador
- Informações: Gabinete de Apoio ao Empresário da Câmara Municipal
- Morada: Edifício Rotunda, bloco c, loja 1, Cotovia
- Tel.: 21 268 80 98
- E-mail: gae@cm-sesimbra.pt
- Entidade formadora: Psicoformação



Na Rota do Espadarte | 2 a 12 NOV



Zimbra Outono'11 | 5 e 6 NOV

**2 a 5 NOV**

**EXPOSIÇÃO**

### **Voluntariado**

• de quarta a sexta, das 10 às 12.30 e das 14 às 17.30h, sábados, das 15 às 18h

• Inserido no Ano Europeu do Voluntariado

**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra | Apoio: Rede Europeia Anti-Pobreza

**2 a 12 NOV**

**EXPOSIÇÃO**

**DE FOTOGRAFIA**

### **Na Rota do Espadarte de Rui Rodrigues**

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

• Inserido nas comemorações do Dia Nacional do Mar

**Biblioteca Municipal de Sesimbra**

**5 e 6 NOV | sáb e dom**

**das 10 às 19h**

**FEIRA DOS AROMAS DE OUTONO**

### **Zimbra Outono'11**

• *Informações: Divisão de Economia Local e Pescas da Câmara Municipal*

• Tel.: 21 228 87 14

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

**Sociedade Musical**

**Sesimbrense, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra, JF Castelo e JF Santiago |

Apoio: Sociedade Musical Sesimbrense e GRES Unidos de Vila Zimbra



**EXPOSIÇÃO**

### **Alves Redol**

A Biblioteca Municipal comemora o centenário do nascimento do escritor Alves Redol com uma exposição e um recital de prosa, que decorre no dia 10 de dezembro, sábado, a partir das 15.30 horas. A mostra documental conta com o apoio da Associação Promotora do Museu do Neo-Realismo, corrente artística da qual o romancista e dramaturgo foi um dos expoentes máximos em Portugal. Alves Redol nasceu a 29 de dezembro de 1911, em Vila Franca de Xira. Com apenas 15 anos, publica o seu primeiro artigo no jornal semanário local Vida Ribatejana, dando assim início a uma longa colaboração em jornais da região.

**2 a 17 DEZ**

**Átrio da Biblioteca Municipal**



Feira de Natal | 3 DEZ



Presépio Tradicional | 6 DEZ a 7 JAN

**15 a 30 NOV**  
**EXPOSIÇÃO**  
**DE FOTOGRAFIA**  
**Olhares de um Viajante**  
*de Bruno Martins*

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

**20 NOV e 18 DEZ | dom**  
**das 10 às 18h**

**FEIRA DE ANTIGUIDADES**  
**Quint'Antiga**

• *Informações:* Divisão de Economia Local e Pescas da Câmara Municipal  
• Tel.: 21 228 87 14  
• E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt  
**Parque da Vila, Quinta do Conde**  
Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

**27 NOV e 11 DEZ | dom**  
**das 10 às 18h**

**FEIRA DE ARTESANATO**  
**Zimbr'Arte**

• *Informações:* Divisão de Economia Local e Pescas da Câmara Municipal  
• Tel.: 21 228 87 14  
• E-mail: feiras.mercados@cm-sesimbra.pt  
**Praça da Califórnia, Sesimbra**  
Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

**3 DEZ | sáb | 10h**  
**Feira de Natal**

**Mostra Gastronómica Doces do Mundo, Hora do Conto (bilingue) e animação**  
**CIPA, Quinta do Conde**

Org.: Associação Migravida e Associação de Imigrantes Multicultural | Apoio: CM Sesimbra

**3 a 30 DEZ**  
**EXPOSIÇÃO DE PINTURA**  
**Luís, Vamos Ver a Chuva!**  
*de Susana Tereso*

• de terça a sexta, das 14 às 17.30, sábados, domingos e feriados, das 15 às 18h  
**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

**3 a 30 DEZ**  
**EXPOSIÇÃO DE DESENHO**  
**Dezembro**  
*de Luís Valente*

• de terça a sexta, das 14 às 17.30, sábados, domingos e feriados, das 15 às 18h  
**Auditório Conde de Ferreira, Sesimbra**

**6 DEZ a 7 JAN**  
**EXPOSIÇÃO**  
**Presépio Tradicional**  
*do Grupo Coral de Sesimbra*

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

**8 DEZ | qui | 15h**  
**Mostra de Doces de Natal**

• *Informações:* 93 955 39 93 / 21 228 87 41 / animacao.cultural@cm-sesimbra.pt  
**Clube Sesimbrense**

**20 a 31 DEZ**  
**EXPOSIÇÃO DE PINTURA**  
**Experiências**

*da Liga dos Amigos da Lagoa de Albufeira*  
• de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h  
**Biblioteca Municipal de Sesimbra**

a decorrer...

**NOV | terça a sábado**  
**das 14 às 20h**

**EXPOSIÇÃO**  
**Árvore**

*Exposição de pintura a óleo sobre tela, de Fátima Paraizo*  
**Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde**

**NOV e DEZ | terça a sábado**  
**das 13 às 19h**

**EXPOSIÇÃO DE PINTURA**  
**Sesimbra**

*de José Carlos Westerman*  
**Loja Ond@Jovem, Sesimbra**

**DEZ | terça a sábado**  
**das 14 às 20h**

**EXPOSIÇÃO**  
**Parte de Mim**

*Exposição de pintura a óleo sobre tela, de Patricia Reis*  
**Loja Ond@Jovem, Quinta do Conde**





V Milha Urbana da Quinta do Conde | 6 NOV



Ribeira de Coina | 12 NOV e 10 DEZ



## Percursos Pedestres de Natureza

Sesimbra é uma zona de excelência para passeios pedestres, tanto pela paisagem como pela variedade de percursos que apresenta. Através dos trilhos é possível observar algumas espécies raras. Nos meses de novembro e dezembro, a Loja Ond@Jovem propõe quatro percursos dirigidos aos mais novos. Nos dias 12 de novembro e 10 de dezembro, das 10 às 12.30 horas, os caminhantes vão poder conhecer a biodiversidade da Ribeira de Coina, na Quinta do Conde, que reúne um conjunto bastante diversificado de mamíferos, aves, invertebrados, anfíbios, répteis, peixes, árvores e arbustos. Na freguesia do Castelo, os percursos vão concentrar-se na zona da Pateira e na Serra do Risco, Arrábida, a mais alta falésia marítima de Portugal, onde a imponência do local sugere a momentos de contemplação. As inscrições são gratuitas e limitadas a 10 participantes.

12 NOV e 10 DEZ | sáb | das 10 às 12.30h  
Ribeira de Coina

19 NOV | sáb | das 9 às 13h  
Zona da Pateira

20 DEZ | ter | das 9 às 13h  
Serra do Risco, Arrábida

3, 10 e 17 NOV | qui | das 15 às 17h

## Volei e Badmington

• Informações: 21 180 91 03  
CIPA, Quinta do Conde

5 NOV | sáb | 10h

## PASSEIO PEDESTRE

### Sesimbra Terra de Pescadores

• Preço: €7 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)  
• Pagamento feito no local  
• Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt  
• Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra  
Org.: SAL – Sistemas de Ar Livre

6 NOV | dom | 10h

## PASSEIO PEDESTRE

### Marmitas de Gigante

• Preço: €8 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)  
• Pagamento feito no local  
• Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt  
• Ponto de encontro: rotunda de Santana, Sesimbra  
Org.: SAL – Sistemas de Ar Livre

6 NOV | dom | 10.30h

## V Milha Urbana da Quinta do Conde

• Inscrições: até 4 de novembro  
• Informações: 21 213 77 30 / ccqc87@gmail.com  
• Inserido nas comemorações do 24.º aniversário do Centro Comunitário da Quinta do Conde  
Org.: Centro Comunitário da Quinta do Conde | Apoio: JF Quinta do Conde, CM Sesimbra, Decathlon Barreiro, Guarda Nacional Republicana e Bombeiros Voluntários de Sesimbra



Corta-matos Escolares | 24 NOV a 14 DEZ



Maravilhas do Espichel | 4 DEZ

9 NOV | qua | das 10 às 12h

**WORKSHOP**

**Escalada**

Iniciação

CIPA, Quinta do Conde

12 NOV | sáb | das 9 às 17h

**CIRCUITO TURÍSTICO**

**3 Castelos**

- Preço €45 (adulto); €41 (menores de 6 anos)
- Inscrições até 24 horas antes (mínimo 4 participantes)
- Informações: 96 509 14 08 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: Largo da Marinha, Sesimbra
- Org.: Get Around Tours

12 NOV | sáb | 9.30h

**PASSEIO PEDESTRE**

**Calhau da Cova**

- Preço: €7.5
- Duração: 3 horas
- Inscrições: até 11 de novembro
- Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com
- Org.: Ludyesfera - Turismo e Aventura, Ld.<sup>a</sup>

12 NOV | sáb | 10 às 12.30h

**PERCURSOS PEDESTRES**

**Ribeira de Coina**

- Objetivo: dar a conhecer a biodiversidade local
- Ponto de encontro: escadaria de acesso à EN10

19 NOV | sáb | das 8 às 13h

**Observação de Aves Selvagens**

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

19 NOV | sáb | das 9 às 13h

**PERCURSOS PEDESTRES**

**Zona da Pateira**

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

24 NOV a 14 DEZ

**ATLETISMO**

**Corta-matos Escolares**

24 NOV | Escola Secundária de Sampaio

12 DEZ | Agrupamento de Escolas da Boa Água

13 DEZ | Agrupamento de Escolas da Quinta do Conde

14 DEZ | Agrupamento de Escolas de Sesimbra - Castelo Poente

Org.: Escola Secundária de Sampaio, Agrupamento de Escolas da Boa Água, Agrupamento de Escolas da Quinta do Conde e Agrupamento de Escolas de Sesimbra - Castelo Poente | Apoio: CM Sesimbra

26 NOV | sáb | das 9 às 17h

**CIRCUITO PEDESTRE**

**Serra do Risco**

- Preço: €15 (crianças até 12 anos desconto 50%)
- Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 6 participantes)
- Informações: 96 509 14 08 / getaroundtours@gmail.com
- Ponto de encontro: café Graciano, Pedreiras
- Org.: Get Around Tours

3 DEZ | sáb | 10h

**PASSEIO PEDESTRE**

**Sesimbra dos Sete Caminhos**

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

3 DEZ | sáb | das 10 às 12h

**WORKSHOP**

**Escalada**

Iniciação

- Destinatários: pais e filhos
- CIPA, Quinta do Conde

4 DEZ | dom | 9h

**PASSEIO DE BTT**

**Maravilhas do Espichel**

- Preço: €8.5
- Inscrições: até 2 de dezembro
- Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyesfera.com / www.ludyesfera.com
- Org.: Ludyesfera - Turismo e Aventura, Ld.<sup>a</sup>





Mexe-te!



Sempre a Mexer Para Não Envelhecer

4 DEZ | dom | 10h

**PASSEIO PEDESTRE****Atlântico Natural**

- Preço: €8 (menores de 10 anos grátis; residentes no concelho de Sesimbra 50% de desconto)
  - Pagamento feito no local
  - Informações: 265 227 685 / sal@sal.pt / www.sal.pt
  - Ponto de encontro: entrada base militar da Nato, junto à Fonte da Telha
- Org.: SAL – Sistemas de Ar Livre

10 DEZ | sáb | 9.30h

**PASSEIO PEDESTRE****Chã dos Navegantes**

- Preço: €7.5
  - Duração: 3 horas
  - Inscrições: até 9 de dezembro
  - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyefera.com / www.ludyefera.com
- Org.: Ludyefera - Turismo e Aventura, Ld.<sup>a</sup>

10 DEZ | sáb | das 10 às 12.30h

**PERCURSOS PEDESTRES****Ribeira de Coima**

- Objetivo: dar a conhecer a biodiversidade local
- Ponto de encontro: junto ao campo de futebol da ADQC

17 DEZ | sáb | das 10 às 13h

**PASSEIO PEDESTRE****Marmitas do Gigante**

- Preço: €8 (crianças até 12 anos desconto 50%)
  - Inscrições: até 24 horas antes (mínimo 6 participantes)
  - Informações: 96 509 14 08 / getaroundtours@gmail.com
  - Ponto de encontro: café Craciano, Pedreiras
- Org.: Get Around Tours

20 DEZ | ter | das 9 às 13h

**PERCURSOS PEDESTRES****Serra do Risco**

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

**a decorrer...**

NOV e DEZ

**Pesca Embarcada**

- Preço: €35
  - Duração: todo o dia
  - Informações: 91 785 28 35 / geral@ludyefera.com / www.ludyefera.com
- Org.: Ludyefera - Turismo e Aventura, Ld.<sup>a</sup>

**Mexe-te !****Programa de Prevenção****Contra a Obesidade Infantil segundas e quartas | das 18.30 às 20h****Grupo Desportivo de Sesimbra segundas e quintas | das 18 às 19.30h****Pavilhão Municipal da Quinta do Conde**

- Inscrições e informações: 93 998 24 85 / www.cm-sesimbra.pt / Divisão de Desporto da Câmara Municipal

**Sempre a Mexer Para Não Envelhecer**

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

sábados e domingos

das 9 às 13h

**CIRCUITOS TERRESTRES****Castelo de Sesimbra, Praia do Meco e Santuário do Cabo Espichel**

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

**inscrições...**

sábados | das 10 às 12

e das 15 às 17h

**Futsal**

- Informações: 21 180 91 03
- CIPA, Quinta do Conde

terças, quintas e sextas

**Aulas de Hip Hop, Break Dance e Capoeira**

- Informações: 93 406 15 43 / MGBOS
- CIPA, Quinta do Conde





Espetáculo Piromusical | 31 DEZ



Festa em Honra de Nossa Senhora da Conceição | 26 DEZ

**5 NOV e 3 DEZ | sáb**  
das 10.30 às 12h  
**Entre Mães**

Grupo de Apoio à Amamentação  
e Maternidade  
• Entrada gratuita  
**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

**5 a 13 NOV**

**SEMANA GASTRONÓMICA**  
**Sabores de Outono**

**Restaurantes Aderentes**  
Org.: CM Sesimbra, JF Castelo,  
Associação de Comerciantes  
e Industriais do Concelho  
de Sesimbra e Associação de  
Comércio e Serviços do Distrito de  
Setúbal – Delegação de Sesimbra

**11 NOV | sex | 20.30h**

**GASTRONOMIA**  
**Jantar Vínico Conceito**  
por Rita Ferreira Marques  
(Enóloga) e Pedro Gomes  
(Chefe)

• Informações e reservas:  
21 228 03 81

**Restaurante Padaria, Sesimbra**  
Org.: Restaurante Padaria

**13 NOV | dom | 16h**

**Prova de Farinha**  
**Torrada de Sesimbra**

• Preço: €2  
• Inscrições: até 11 de novembro  
• Informações: 21 181 19 21

**Loja Espigas, Azoia**  
Org.: Loja Espigas



Sabores de Outono | 5 a 13 NOV

**15 NOV | ter | das 15 às 17h**  
**Dia Mundial**  
**do Diabético**

**Esclarecimentos,**  
**Consciencialização**  
**e Rastreo**

**Loja Ond@Jovem, Sesimbra**

**26 NOV | sáb | das 9 às 12.30h**

**SESIMBRA: MEMÓRIA**  
**E IDENTIDADE**

**Lojas de Companhia**  
**de Sesimbra**

**Visita Guiada**

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

**26 DEZ | seg**

**Festa em Honra**  
**de Nossa Senhora**  
**da Conceição**

**Padroeira de Alfirim**

**15h | Missa na Capela de Alfirim**

**16h | Procissão**

Org.: Comissão de Festas em Honra  
de Nossa Senhora da Conceição

**31 DEZ | sáb | 24h**

**RÉVEILLON 2012**

**Espetáculo**  
**Piromusical**

**Temática: Sol e Mar**  
**de Sesimbra**

• Co-financiado pelo QREN/POR  
Lisboa

**Baía de Sesimbra**

Org.: Turifórum e CM Sesimbra

**31 DEZ | sáb | 24h**

**RÉVEILLON 2012**

**Passagem de Ano**  
**Subaquática**

• Co-financiado pelo  
• QREN/POR Lisboa

**Baía de Sesimbra**

Org.: Turifórum

e CM Sesimbra

**a decorrer...**

**quartas**

**VISITAS GUIADAS**

**Biblioteca Municipal**

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

• Inserido no Serviço Educativo  
Municipal

**Postos de Informação**  
**a Toxicodependentes**

**terça e quinta | das 18 às 20h**

**quarta e sexta | das 10 às 12h**

**Loja Ond@Jovem,**

**Quinta do Conde**

**inscrições...**

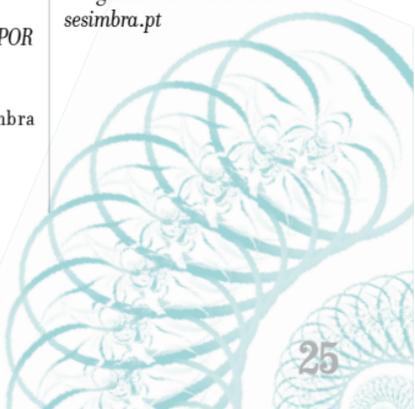
**Prémio Científico 2012**

recepção de candidaturas  
para a 4.<sup>a</sup> edição

• Inscrições: até às 12 horas  
de 30 de dezembro

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

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



# ...e aconteceu para os mais novos...

O Grufalão  
quartas e sextas



O Magnífico Plano do Lobo | 12 NOV

## O CONTO NO ESPAÇO

**Espaço Zambujal**

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

2 NOV | qua | 10.30 e 15h

### Marcelina e a Noite de Halloween

de Christel Desmoinaux

20 DEZ | ter | 10.30 e 15h

### Os Sapatos do Pai Natal

de José Fanha

a decorrer...

quartas e sextas | 10.30 e 15h

### O Grufalão

de Júlia Donaldson  
e Axel Scheffler

- Destinatários: crianças do pré-escolar, 1.º ciclo do ensino básico, ATL e IPSS do concelho
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

quartas e sextas | 10.30 e 15h

### A Manta

de Isabel Minhós Martins

- Destinatários: crianças do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo do ensino básico, ATL e IPSS do concelho
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

## HORA DO CONTO

3 NOV | qui | 15h

### O Doutor Tiradores

de Suzana Ferreira

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

8 NOV | ter | 15h

## VOLUNTARIADO

### Quero Ser Astronauta

de Michaela Muntean

dinamizado por Ana Paula Otero

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

10 NOV | qui | 15h

### A Lenda de São Martinho

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

12 NOV | sáb | 11h

### O Magnífico Plano do Lobo

Melanie Williamson

- Destinatários: pais e crianças

**Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

15 NOV | ter | 15h

## VOLUNTARIADO

### O Cão Mal Desenhado

de Emma Dobson

dinamizado por Ana Paula Otero

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

17 NOV | qui | 15h

### O Mistério do Urso

de Wolf Erlbruch

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

22 NOV | ter | 15h

## VOLUNTARIADO

### Desculpa, Mas Esse Livro É Meu

de Lauren Child

dinamizado por Ana Paula Otero

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

24 NOV | qui | 15h

### O Bicharoco que Era Oco

de Ana Ventura

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

26 NOV | sáb | 11h

### Zog

de Julia Donaldson  
e Axel Scheffler

- Destinatários: pais e crianças

**Sala do Conto, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

29 NOV | ter | 15h

## VOLUNTARIADO

### Ovelhinha Dá-me Lã

de Isabel Minhós Martins

dinamizado por Ana Paula Otero

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

6 DEZ | ter | 15h

## VOLUNTARIADO

### Momoko

de Coby Hol

dinamizado por Ana Paula Otero

- Destinatários: pais e crianças

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**



Sabes Maria,  
o Pai Natal  
Não Existe  
10 DEZ



O Cão Mal Desenhado | 15 NOV



A Estrela dos Desejos | 22 DEZ

**10 DEZ | sáb | 11h**  
**Sabes, Maria,**  
**o Pai Natal Não Existe**

de Rita Taborda Duarte  
e Luís Henriques

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

**13 DEZ | ter | 15h**  
**VOLUNTARIADO**  
**O Papão Papanjo**

de Manuela Crespo

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

**15 DEZ | qui | 15h**  
**O Pequeno Coelho**  
**e o Boneco**  
**de Neve Mágico**

de Catherine Walters

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

**20 DEZ | ter | 15h**  
**VOLUNTARIADO**  
**Eu Sei Tudo**  
**Sobre o Pai Natal**

de Nathalie Delebarre

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

**20 DEZ | ter | 15h**  
**Yoga com**  
**Conto de Natal**

dinamizado pelo Centro  
de Yoga – Áshrama Sesimbra  
• Destinatários: crianças  
dos 5 aos 12 anos  
**Sala Polivalente, Biblioteca**  
**Municipal de Sesimbra**

**22 DEZ | qui | 15h**  
**A Estrela dos Desejos**  
de M. Christina Butler

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

**27 DEZ | ter | 15h**  
**VOLUNTARIADO**  
**O Senhor**  
**das Barbas Brancas**

de Elsa Seiza

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

**29 DEZ | qui | 15h**  
**Hoje Não**  
**Quero Dormir!!!**

de Alexandre Honrado

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

a decorrer...

**terças**  
**O Senhor**  
**Cavalo-marinho**  
de Eric Carle

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

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

**quintas**  
**O Bebê Mais**  
**Doce do Mundo**  
de Teresa Duran  
com ilustração  
de Montse Gisbert

• Destinatários: alunos do 1.º e 2.º  
ano do 1.º ciclo do ensino básico  
• Inscrições: 21 228 85 88 /  
biblioteca@cm-sesimbra.pt  
(gratuitas)  
• Livro recomendado pelo Plano  
Nacional de Leitura  
• Inserido no Serviço Educativo  
Municipal  
**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca**  
**Municipal de Sesimbra**

**sextas**  
**As Cozinheiras de Livros**  
de Margarida Botelho

• Destinatários: alunos do 3.º e 4.º  
ano do 1.º ciclo do ensino básico  
• Inscrições: 21 228 85 88 /  
biblioteca@cm-sesimbra.pt  
(gratuitas)  
• Livro recomendado pela Casa  
da Leitura – Fundação Calouste  
Gulbenkian  
• Obra vencedora do Prémio  
Literário Maria Rosa Colaço  
• Inserido no Serviço Educativo  
Municipal  
**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca**  
**Municipal de Sesimbra**



As Cozinheiras  
de Livros | sextas



Vamos Fazer Estrelas de Natal | 2 DEZ Colagens com Folhas Secas | 24 NOV

### EXPRESSÃO PLÁSTICA

#### Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

3 NOV | qui | 10.30 e 15h  
**Mobile de Fantasmas**

• Limite: 15 crianças

5 NOV | sáb | 15h  
**Halloween - Construção de Vassouras Porta-guloseimas**

• Limite: 15 crianças

10 NOV | qui | 10.30 e 15h  
**O Meu Relógio de Parede**

• Limite: 15 crianças

17 NOV | qui | 10.30 e 15h  
**Vamos Criar um Quadro de Cogumelos**

• Destinatários: crianças

a partir dos 4 anos

• Limite: 15 crianças

19 NOV | sáb | 15h  
**Ouriço em Terracota e Massas**

• Limite: 15 crianças

24 NOV | qui | 10.30 e 15h  
**Colagens com Folhas Secas**

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 15 crianças

2 DEZ | sex | 10.30 e 14.30h  
**Vamos Fazer Estrelas de Natal**

• Limite: 15 crianças

3 DEZ | sáb | 15h  
**Vamos Decorar o Espaço com Flocos de Neve**

• Limite: 15 crianças

6 DEZ | ter | 10.30 e 15h  
**Separadores de Livros com Motivos Natalícios**

• Limite: 15 crianças

13 DEZ | ter | 10.30 e 15h  
**Grinaldas de Sinos a Partir de Cápsulas de Café**

• Destinatários: crianças

dos 6 aos 14 anos

• Limite: 15 crianças

17 DEZ | sáb | 15h  
**Árvores de Natal com a Técnica das Bolinhas**

• Limite: 15 crianças

22 DEZ | qui | 10.30 e 15h  
**Pisa-papéis - Globo de Neve**

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 15 crianças

23 DEZ | sex | 15h  
**Presépio por Fazer**

• Limite: 15 crianças

29 DEZ | qui | 10.30 e 15h  
**Pinturas Alusivas ao Ano Novo**

• Limite: 15 crianças

30 DEZ | sex | 15h  
**Dinâmicas de Grupo**

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 15 crianças

### a decorrer...

quartas e sextas | 11 e 15.30h  
**O Grufalão**  
Espaço Zambujal

quartas e sextas | 11 e 15.30h  
**A Manta**  
Espaço Zambujal

### ATIVIDADE FÍSICA

#### Espaço Zambujal

Inscrições: 21 087 08 45

Org.: JF Castelo

22 NOV | ter | 10.30 e 15h  
**Jogos Tradicionais**

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

26 NOV | sáb | 15h  
**Kids Combat**

• Destinatários: crianças

a partir dos 5 anos

• Limite: 5 crianças

27 DEZ | ter | 10.30 e 15h  
**Jogos Dinâmicos**

• Destinatários: crianças

a partir dos 6 anos

### OFICINAS E ATELIÊS

2, 9, 16, 23, 30 NOV | qua | 10.30h

#### ESPAÇO

#### Aqui Brincamos Todos

• Destinatários: crianças

até aos 6 anos acompanhadas

por um adulto

• Dinamização: STIP/Cercizimbra

e Biblioteca Municipal

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca**

**Municipal de Sesimbra**



Jogos Tradicionais | 22 NOV



A Nova Roda dos Alimentos | 19 NOV

3 e 17 NOV | qui | das 10.30 às 12h

**VOLUNTARIADO**

**Tradição e Jogo**

*Quintas-feiras lúdicas*

dinamizado por Lurdes Beatriz e Iolanda Esteves

• Destinatários: crianças a partir dos 3 anos

• Objetivo: festejar o São Martinho, construindo e jogando com os símbolos desta

quadra festiva

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

4 NOV | sex | 15h

**CRESCER EM SEGURANÇA**

**Incêndios na Escola**

*Sensibilização/Autoproteção*

dinamizado pelo Serviço de Proteção Civil da Câmara Municipal de Sesimbra

• Destinatários: crianças dos 7 aos 12 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

5 NOV | sáb | 15h

**VOLUNTARIADO**

**Pregadeira de Outono**

*Oficina da Mané*

dinamizado por Maria Manuel Santos

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

8 e 15 NOV | ter | das 10 às 12h

**ATELIÊ**

**Jogo de Bowling**

construção e jogo de bowling com materiais reciclados

**CIPA, Quinta do Conde**

11 NOV | sex | das 10 às 12h

**ATELIÊ**

**Espanta Pardais**

• Objetivo: construção de um espantalho para assinalar o dia de São Martinho

**CIPA, Quinta do Conde**

12 NOV | sáb | 15h

**ATELIÊ**

**Um Dia de**

**Experiências Loucas**

• Inscrições: 21 087 08 45

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

17 NOV | qui | 15h

**VOLUNTARIADO**

**Escrita Criativa**

*Ateliê*

dinamizado por Amélia Lopes

• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

19 NOV | sáb | 11h

**DESCOBRINDO**

**A BEBETECA**

**Onde Está a História?**

**Nuaahhh...! Há! Há!**

• Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhados pelos pais

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

19 NOV | sáb | 15h

**VOLUNTARIADO**

**A Nova Roda dos Alimentos**

*Ateliê*

dinamizado por Marta Coelho

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

29 NOV | ter | 10.30 e 15h

**ATELIÊ**

**Vamos Pesquisar Receitas de Doces de Natal**

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

• Inscrições: 21 087 08 45

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

2 DEZ | sex | 15h

**CRESCER EM SEGURANÇA**

**Incêndios em Casa, Sabes o Que Fazer?**

*Sensibilização/Autoproteção*

dinamizado pelo Serviço de Proteção Civil da Câmara Municipal de Sesimbra

• Destinatários: crianças dos 7 aos 12 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

3 DEZ | sáb | das 15 às 18.30h

**ATELIÊ**

**Montagem de Árvore de Natal e Presépio**

*Loja Ond@Jovem, Sesimbra*

3 DEZ | sáb | 15h

**VOLUNTARIADO**

**Castiçal Natalício**

*Oficina da Mané*

dinamizado por

Maria Manuel Santos

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

**Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**



Postais de Natal | 10 DEZ

Momentos Doces | 27 DEZ

## 7 e 14 DEZ | qua | 15h Espaço Aqui Brincamos Todos

- Destinatários: crianças até aos 6 anos acompanhadas por um adulto
  - Dinamização: STIP/Cercizimbra e Biblioteca Municipal
- Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

10 DEZ | sáb | das 15 às 18h

**ATELIÊ**

## Postais de Natal

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

10 DEZ | sáb | 15h

**ATELIÊ**

## Karaoke Natalício

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

15 DEZ | qui | das 10.30 às 12h

**VOLUNTARIADO**

## Tradição e Jogo

Quintas-feiras lúdicas

dinamizado por Lurdes Beatriz e Iolanda Esteves

- Destinatários: crianças a partir dos 3 anos
- Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

15 DEZ | qui | 15h

**VOLUNTARIADO**

## Poemas Natalícios

Ateliê

dinamizado por Amélia Lopes

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

17 DEZ | sáb | 11h

**DESCOBRINDO**

**A BEBETECA**

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

- Destinatários: bebés até aos 36 meses acompanhados pelos pais
- Sala Infanto-juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

17 DEZ | sáb | 15h

**VOLUNTARIADO**

## Pai Natal Articulado

Ateliê

dinamizado por Marta Coelho

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

20 DEZ | ter | das 10 às 12h

**ATELIÊ**

## Enfeites de Natal

- Objetivo: criar enfeites e decorar o espaço para a época natalícia
- CIPA, Quinta do Conde**

27 DEZ | ter | das 10 às 12h

**ATELIÊ**

## Momentos Doces

Confeção de um doce

**CIPA, Quinta do Conde**

a decorrer...

terças e quintas | 16h

## Leitura e Ateliê

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

terças e sextas

## Leituras Abusadas, Histórias Encenadas

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

terças e sextas

## É ... a Arte que Conta!

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

terças e sextas

## Leituras de Corpo Inteiro

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

Leitura e Ateliê  
terças e quintas



Toy Story 3 | 27 NOV

# WWW.



Vem Navegar em Segurança | sextas

sextas | das 15h às 17h

### WORKSHOP

#### Vem Navegar em Segurança

• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

Sala Infanto-Juvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

### DOMINGOS EM FAMÍLIA

5 e 6 NOV

### DANÇA

#### A Nova Bailarina

• Destinatários: M/6

• Bilhete: € 2.5

• Inserido no Serviço Educativo Municipal

5 NOV | sáb | 17h

CIPA, Quinta do Conde

6 NOV | dom | 17h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

27 NOV | dom | 17h

### CINEMA

#### Toy Story 3

Versão portuguesa

de Lee Unkrich; Animação;

EUA; 2010; 112 min.; M/6

• Crianças: € 1.5

• Acompanhantes: € 2.5

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra



### DOMINGOS EM FAMÍLIA | CINEMA

#### CARROS 2

Versão portuguesa

de Brad Lewis, John Lasseter, Vozes: António Machado, Nuno Markl, Diana Nicolau, Sofia de Portugal.

Animação; Estados Unidos; 2011; 112 min.

Fáisca McQueen, os seus amigos e novas personagens percorrem o mundo pela Corrida dos Campeões (World Grand Prix), que decorrerá em cinco países diferentes: Japão, Alemanha, Itália, França e Inglaterra. No entanto, Mate, envolvido numa confusão de identidade, salva a vida de um agente secreto britânico: Aston Martin, chamado Finn McMissile, e acaba envolvido num esquema de espionagem que dura 24 horas.

• Destinatários: M/3

• Crianças: € 1.5

• Acompanhantes: € 2.5

13 NOV | dom | 17h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra



Enfeites de Natal  
20 DEZ

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



José e Pilar | 18 NOV



Gnomeu e Julieta | 21 DEZ

## SUGESTÕES

2, 9 e 16 NOV | qua | das 9.30 às 12h

**Manhãs de Outono no Espaço Hortelão**  
CIPA, Quinta do Conde

3 e 4 NOV

### DANÇA

**A Nova Bailarina**

- Destinatários: M/6
- Bilhete: € 2,5
- Inserido no Serviço Educativo Municipal

3 NOV | qui | 10.30 e 14.30h  
Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

4 NOV | sex | 10h30 e 14H30  
CIPA, Quinta do Conde

4, 11 e 18 NOV | sex | das 14 às 17h

### JOGOS TRADICIONAIS

**Malha e Jogos de Tabuleiro**

CIPA, Quinta do Conde

5 NOV | sáb

**Leitura na Loja**

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

10 NOV | qui | 15 às 17h

**Pinta o Teu Azulejo**

Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

11 NOV | sex | 18 às 19h

### SÃO MARTINHO

**Magusto**

Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

12 NOV | sáb | das 10 às 17h

**Sente o Hip Hop**

CIPA, Quinta do Conde

12 NOV | sáb | das 17 às 18.30h

### SÃO MARTINHO

**Magusto**

Loja Ond@Jovem, Sesimbra

15 NOV | ter | das 14 às 17h

**Jogo de Bowling**

CIPA, Quinta do Conde

18 NOV | sex | 10.30 e 14.30h

### CINEMA

**José e Pilar**

de Miguel Gonçalves Mendes;  
documentário; Portugal; 2010;  
90 min.; M/3

- Bilhete: € 2,5
  - Inserido no Serviço Educativo Municipal
- Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

19 NOV | sáb | 17h

**YZY e Breakout**

Apresentação de rap  
Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

30 NOV | qua | 10.30h

### TEATRO

**Rubro**

- Destinatários: alunos do 1.º e 2.º ciclo do ensino básico
  - Bilhete: € 2,5
  - Inserido no Serviço Educativo Municipal
- Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra

2 e 3 DEZ | sex e sáb | das 15 às 18h

**Cria Enfeites e Decora, é Natal!**

Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

17 DEZ | sáb | das 14.30 às 18h

### TORNEIO

**Magic - The Gathering**

- Destinatários: M/10
- Loja Ond@Jovem, Sesimbra

17 DEZ | sáb | 17h

**Apresentação de Beatbox**

Loja Ond@Jovem,  
Quinta do Conde

21 DEZ | qua | 10.30 e 15h

### CINEMA

**Gnomeu e Julieta**

de Kelly Asbury  
• Destinatários: M/6  
• Inscrições: 21 087 08 45  
**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

28 DEZ | qua | 10.30 e 15h

### CINEMA

**Rango**

de Gore Verbinski  
• Destinatários: M/6  
• Inscrições: 21 087 08 45  
**Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo





Massagem do Bebê | quartas



## DOMINGOS EM FAMÍLIA

### | OFICINA

#### **Em Pés de Lã**

A iniciativa Domingos em Família proporciona, em dezembro, mais uma tarde diferente entre crianças e pais. Desta vez, a árvore, o boneco de neve, as estrelas e os presentes de Natal também vão marcar presença num ateliê cheio de notas de música, pés de dança, luz, cor e muitas outras surpresas. Num espaço doce e acolhedor, que recria o imaginário da quadra, vão surgir momentos de boa disposição, ternura, dedicação, contemplação e, sobretudo, de descoberta à volta do Natal e da sua magia.

31 DEZ | dom | 15 e 16.30h  
Cinetatro Municipal  
São Mota, Sesimbra

### a decorrer...

quartas | das 11 às 12.30h

#### **WORKSHOP**

#### **Massagem do Bebê**

Workshop de 4 sessões

• Preço: € 10 (por sessão);  
€ 35 (4 sessões)

**Espaço do Zambujal**

Org.: JF Castelo

terças e quintas | 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: 1.30 hora por sessão

• Formadores: Graça Pólvora e Sílvia Pereira

• Inscrições: 96 241 73 27 /  
espaco.zambujal@gmail.com

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

### ESPAÇO FILMES

#### **Filmes Para Ver, ao Espaço Vem Escolher**

• Informações: 96 241 72 27 /  
21 087 08 45

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

quintas | das 10.30 às 12h

#### **Espaço Aqui Brincamos Todos**

• Destinatários: crianças até aos 3 anos, acompanhadas por um adulto

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

NOV e DEZ | terça a sábado  
| das 14 às 20h

#### **VOLUNTARIADO**

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

• Inscrições: 21 210 22 31

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



Rango | 28 DEZ



## Onde há Redes, há Rend

**E**ste ditado significava que nas terras com vida piscatória existia também a tradicional arte popular das rendas. Isto num tempo em que a aprendizagem dos chamados trabalhos femininos, onde as rendas tinham lugar preponderante, fazia parte da educação das raparigas.

De facto, de norte a sul do país, e até às primeiras décadas do século passado, quase todas as povoações do litoral dispunham, com maior ou menor relevância, de um setor de atividade rendeira.

Sesimbra não fugia à regra pois até se contava, a par de Setúbal, Peniche e Vila do Conde, entre os principais centros de confeção das famosas rendas de bilros.

Nas horas livres das suas então bem árduas lides domésticas, grande número de mulheres e raparigas ocupava-se nesse tão apreciado tipo de artesanato, num ato criativo de conjugar formas e texturas onde a caprichosa relação psicomotora da mão com os bilros, alfinetes e linhas, ia entretecendo bonitas composições tão delicadas como a filigrana.

E faziam-nas, sentadas frente a uma almofada dura com forma cilíndrica e assente numa banquetta. Sobre a

almofada dispunham os moldes, tiras de cartolina designadas por “piques”, onde foram previamente desenhadas as rendas a executar, e estavam picadas, ou assinaladas, por alfinetes. Depois as linhas com os bilros, dúzias de bilros que girando rapidamente entre os delicados e hábeis dedos das rendeiras iam criando essas magníficas peças. Tal labor, paciente, moroso e metucioso, representava também, em muitos casos, um valioso contributo para a sempre frágil economia doméstica, dado que havia uma grande procura para essas manufaturas femininas.

Procura que se devia à beleza, à perfeição do desenho das rendas produzidas, cujas aplicações iam desde os lenços aos *naperons* para decoração de móveis, guarnições de vestuário e de paramentos, até ao debruar de lençóis ou de toalhas de mesa para os dias festivos, com que as meninas casadoiras valorizavam o seu bragal.

Em Sesimbra conheceram-se muitas rendeiras de bilros, formadas por boas mestras que fizeram escola desse fino labor, lamentavelmente desaparecido pois constituía uma das mais relevantes manifestações da sua cultura popular.



*Hoje, aquele velho ditado não tem significação, porque já não se fazem rendas ainda que vá havendo redes.*

as.

Hoje, aquele velho ditado não tem significação, porque já não se fazem rendas ainda que vá havendo redes. Embora muito longe da quantidade e variedade de outro tempo, na nossa terra continua a existir algumas artes de pesca com redes.

Redes que antigamente eram feitas com fios de linho, tecidos manualmente, passando depois a usar-se os de algodão que eram mais baratos mas menos resistentes.

De cairo e de sisal foram outros dos fios utilizados até à descoberta das fibras sintéticas que passaram a predominar.

As redes eram feitas à mão pelos próprios pescadores com o emprego de uma agulha, de madeira ou de metal, e do malheiro ou bitola, designação de uma pequena régua de madeira, com largura variável conforme a abertura da malha a obter, que seria mais miúda ou mais larga consoante o tipo de pesca a que se destinasse.

Na feitura das redes é ainda atual aquela clássica postura do pescador, sentado no chão, tendo a primeira malha segura no dedo grande do pé e, na mão direita, a agulha com o fio, en-

quanto na esquerda segurava a bitola da malhagem que ia crescendo paulatinamente e na perfeição.

Perfeição conseguida por um comprovado saber, de transmissão geracional, e em cuja aplicação estava sempre a exigência do rigor, garante da capacidade das redes no ato do pescar, da resistência às pressões das aguágens e, principalmente, ao peso de uma sempre desejada grande quantidade de peixe.

Em qualquer arte com redes torna-se relevante o trabalho da respetiva manutenção, que é fundamental para o regular exercício da pesca.

Aqui, releva a figura do mestre de redes, por sinal com certa visibilidade dado que a sua ação decorre em terra, à vista de todos, mas que contudo esteve sempre aquém da notoriedade a que teria jus, pela qualidade e pelo valor da função que é responsável.

E tanto num como noutro caso, quer fosse o labor das artesãs de rendas, quer o mais simples mas não menos esmerado dos pescadores na confeção das redes, tudo resultava de pôr em ato algumas das ilimitadas potencialidades que, em maior ou menor grau, estão contidas na mão humana.



## O Pescador

Largo da Marinha, n.º 17  
2970 – 657 Sesimbra  
Tel.: 21 223 33 73 | 91 722 66 54  
E-mail: [cris.leandro.lisboa@hotmail.com](mailto:cris.leandro.lisboa@hotmail.com)  
• Encerra às quartas-feiras

O restaurante petisqueira O Pescador tem uma localização privilegiada, junto à praia, na frente marítima de Sesimbra. A casa, em tons de branco e azul, pretende recriar o ambiente típico de uma tasca lisboeta.

No interior, a decoração apresenta objetos ligados ao mar, a pessoas e locais, como os elétricos de Lisboa, Amália Rodrigues e Fernando Pessoa. Com uma ampla janela e um pequeno pátio com vista para o mar, a petisqueira convida a momentos descontraídos enquanto se experimenta uma das sugestões do chefe. Da ementa fazem parte pratos da cozinha portuguesa como o Cabrito Assado ou o Cozido à Portuguesa, mas são os petiscos tradicionais, como as Pataniscas com Arroz de Feijão, Bochechas de Porco com Alecrim, Moelas, Ovos com Farinheira e Pezinhos de Coentrada, que fazem deste espaço um local ideal para quem quer desfrutar de um final de dia entre amigos.

Aberto durante todo o ano, O Pescador organiza festas de aniversários, temáticas e *catering* para grupos.



## A Gula do Meko

Rua do Casalinho, n.º 79,  
Fetais - Aldeia do Meco  
2970 – 052 Sesimbra  
Tel.: 96 463 60 09  
E-mail: [guladomeko@gmail.com](mailto:guladomeko@gmail.com)  
• Encerra às quartas-feiras

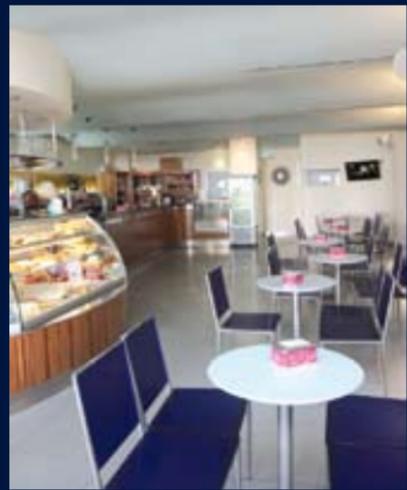
O restaurante A Gula do Meko é o lugar perfeito para quem quer saborear uma refeição longe do bulício da cidade. Localizado numa das zonas mais calmas da Aldeia do Meco, o espaço distingue-se pela qualidade, variedade e inovação dos pratos que apresenta. Com uma cozinha moderna, de tendência portuguesa e italiana, tem uma ementa diferenciada onde as sugestões do chefe recaem no Espadarte Roquefort, Bacalhau com Broa ou nas carnes com uma imensa variedade de molhos. O restaurante dispõe de um cardápio que varia consoante a estação. Nesta época destacam-se especialidades como a Sopa de Santola, servida na própria casca, a Canja de Amêijoas ou o Peixe no Pão. Na ementa é possível encontrar também diversos menus infantis, pratos vegetarianos e uma vasta diversidade de sobremesas caseiras. O espaço tem duas salas interiores, com capacidade para 80 pessoas, e uma esplanada no exterior, com 60 lugares. Uma lareira circular e uma salamandra criam o ambiente perfeito para os dias mais frios.



## Deck Bar

Rua General Humberto Delgado, 10  
2970 – 628 Sesimbra  
Tel.: 21 228 83 00  
E-mail: hoteldomar@hoteldomar.pt  
Site: www.hoteldomar.pt  
• Aberto todos os dias

Situado no último andar do histórico Hotel do Mar, em Sesimbra, o Deck Bar, construído com madeiras exóticas e remodelado recentemente, mantém a decoração original da década de 60. As peças decorativas criadas especialmente para o hotel, como esculturas, tapetes, sofás, pinturas e candeeiros, dão ao espaço a expressão da época. À entrada destaca-se um balcão com diversas luminárias multicoloridas. Ao centro uma parede com lareira divide a ampla sala. De um lado confortáveis cadeirões em tons alegres e pequenas mesas em madeira convidam a momentos intimistas, enquanto no outro um piano de cauda preto, acompanhado por uma tapeçaria portuguesa em grande formato, exposta numa das paredes, revela um ambiente mais romântico e descontraído. No exterior, uma espaçosa varanda forrada a madeira oferece a possibilidade de saborear uma refeição leve ou uma bebida ao ar livre com vista sobre a praia. Nos dias mais frios, dispõe de uma lista de bebidas quentes, de onde se destaca o *cocktail* Hotel do Mar.



## Califórnia Café

Praça da Califórnia, loja 2 K  
2970 – 760 Sesimbra  
Tel.: 21 223 41 08  
E-mail: califórnia.cafe@gmail.com  
• Encerra à quarta-feira (de novembro a março)

Na zona nascente da vila de Sesimbra, em frente à praia que lhe deu o nome, localiza-se o Califórnia Café. O espaço tem, no interior, uma sala com capacidade para 50 pessoas e no exterior uma esplanada com mais de 80 lugares. A ementa é extensa e diversificada. Para além de sopas do dia, hambúrgueres, baguetes, tostas e saladas, a oferta passa também por uma variada pastelaria de fabrico próprio, com destaque para a Bola de Berlim e Pastel de Nata, que já têm público fiel, *waffles*, crepes, gelados artesanais e *croissants*, que são uma especialidade da casa. No que toca a bebidas, o difícil é escolher entre cafés e chocolates, quentes, frios e especiais, chás, sumos e granizados de fruta natural, batidos e cocktails. Com apetitosas sugestões tanto para os dias quentes como para os mais frios, o Califórnia Café apresenta-se como um local apetecível durante todo o ano.



## Hotel dos Zimbros

Facho da Azoia, Cabo Espichel  
2970 – 335 Sesimbra  
Tel.: 21 040 54 70 | a 478  
Fax: 21 040 54 79  
E-mail: hoteldoszimbros@gmail.com  
Site: www.hotelzimbros.com

Numa das zonas mais calmas do concelho, e com vista privilegiada sobre o verde da serra e o azul do mar, de onde se avista o oceano Atlântico, Lagoa de Albufeira, Lisboa e Serra de Sintra, situa-se o Hotel dos Zimbros. A unidade hoteleira dispõe de 38 quartos, incluindo para não fumadores, pessoas com mobilidade reduzida, suite e suite presidencial. Distribuídos por dois andares, os quartos estão equipados com televisão via satélite, *wireless*, ar condicionado, cofre digital, casa de banho privativa, mini bar, telefone com ligação direta e varanda. Os hóspedes podem ainda usufruir de piscina exterior com bar de apoio, SPA com sauna, jacuzzi, máquinas de *fitness*, sala de jogos com *snooker* e matraquilhos e um parque infantil para os mais pequenos. O Hotel dos Zimbros disponibiliza também uma sala para reuniões e uma sala de banquetes, ambas com luz natural, para encontros de lazer ou de negócios. Com menu variado, oferece diversos pratos tradicionais e refeições típicas de Sesimbra.



## Casa Cristina

Rua Heliodoro Salgado,  
Apartamento 59, Sesimbra  
2970 – 760 Sesimbra  
Tel.: 96 572 85 45 | 92 222 91 64  
E-mail: cristina@casasesimbra.com  
Site: www.casasesimbra.com

A Casa Cristina situa-se a poucos metros da Praia da Califórnia, na zona nascente da vila de Sesimbra. Com um quarto, cozinha, casa de banho e sala de estar com televisão e Internet, este alojamento local proporciona aos hóspedes uma típica casa de praia. Com capacidade para duas pessoas, é um cómodo espaço para temporadas de férias, fins de semana ou épocas festivas. A decoração é constituída por mobiliário simples, num estilo moderno e funcional. As cores amarelo e laranja, que predominam nas quatro divisões, as peças decorativas alusivas ao mar e um conjunto de azulejos, colocados em forma de onda ao longo das paredes, dão ao espaço um toque original. Com vista panorâmica sobre o oceano, dispõe de uma ampla varanda onde os hóspedes podem desfrutar da beleza natural da baía num lugar privado e tranquilo. A Casa Cristina está aberta durante todo o ano e dispõe de uma localização central, perto de restaurantes, bares, lojas e parques de estacionamento.



## Clube Naval de Sesimbra

Porto de Abrigo, 2970 Sesimbra  
Tel.: 21 223 34 51 | 21 228 10 39  
Fax: 21 228 10 39  
E-mail: [seccnaval.sesimbra@mail.telepac.pt](mailto:seccnaval.sesimbra@mail.telepac.pt)  
Site: [www.naval-sesimbra.pt](http://www.naval-sesimbra.pt)

As águas tranquilas, com condições inigualáveis, fazem da Baía de Sesimbra um local ideal para a prática de desportos náuticos. Entre as diversas atividades de mar praticadas na costa sesimbrense destaca-se a vela. Com uma escola reconhecida pela federação portuguesa da modalidade, o Clube Naval de Sesimbra promove aulas para crianças a partir dos 7 anos e para maiores de 18, desde que saibam nadar e apresentem robustez física para a idade. A associação dispõe de 18 embarcações e três treinadores, credenciados, com resultados desportivos no ensino da vela de lazer e competição. A escola está direcionada para as classes Optimist (iniciação e competição) e Laser (competição e lazer). Em ambos os casos o clube disponibiliza equipamento e material, incluindo embarcações e coletes insufláveis. Com um número cada vez maior de praticantes regulares, a vela tornou-se numa das principais atividades do Clube Naval.



## Clube de Radiomodelismo de Sesimbra

Rua do Areal, n.º 9, Cotovia  
2970 – 318 Sesimbra  
Tel.: 96 299 00 32 | 96 104 10 25  
E-mail: [clubederadiomodelismodesesimbra@hotmail.com](mailto:clubederadiomodelismodesesimbra@hotmail.com)

O radiomodelismo é uma modalidade em que o praticante é convidado a conduzir, à distância, um carro de competição, à escala de 1/8. Montadas à mão, as viaturas são compostas por um motor, que pode ser elétrico ou de combustão, escape, tanque de combustível, filtro de ar, suspensões, puxador de arranque, caixa fechada de rádio, servo e base de chassis, à semelhança de um automóvel real. Fundado em 2007, o Clube de Radiomodelismo de Sesimbra disponibiliza um circuito específico para quem quer descobrir mais sobre esta atividade ou para quem pretende ganhar conhecimentos na condução deste tipo de carros. Aberta o ano inteiro, com cerca de 30 sócios, e recentemente inscrita na Federação Portuguesa de Radiomodelismo Automóvel, dispõe ainda de carros e peças para quem pretenda desenvolver a modalidade e participar em provas regionais e nacionais.



## As origens da pesca em Sesimbra

por **Andreia Conceição, Museu Municipal**

**C**om uma tradição milenar, a prática da pesca em Sesimbra apresenta evidências materiais datadas, pelo menos, desde o Calcolítico, através da recolha de dois pesos de rede em povoados arqueológicos desse período.

Documentada ao longo da pré-história recente, será durante o Império Romano que a atividade atinge um amplo desenvolvimento, facto confirmado não só pela unidade fabril de preparados piscícolas identificada em 2007, na Avenida da Liberdade, mas também através da recuperação, na zona do Cabo Espichel, de mais de metade dos cepos de âncora em chumbo identificados até ao momento na costa portuguesa.

Após a ocupação muçulmana da Península Ibérica, iniciada em 711, Sesimbra continuou um polo da captura de diversas espécies piscícolas, que serviriam para alimentação da comunidade local, como comprovaram as escavações arqueológicas efetuadas em 2005 no Castelo.

Em termos documentais, é do Foral de 1201, doado por D. Sancho I, que data uma das primeiras referências escritas à prática

da pesca na região de Sesimbra, nomeadamente da taxa a pagar pelo pescado, a qual seria de *1 soldo*.

A abundância de cardumes nas águas da região durante a Idade Média seria, pois, uma realidade atestada não só pela arqueologia, mas também por um documento de 1247, referente a uma avença entre o Rei e a Ordem de Santiago, a qual indica que até navios estrangeiros vinham pescar nas suas águas.

Por carta de doação de D. Afonso III, datada de 1255, é decretado que os moradores e vizinhos de Sesimbra que se dedicassem à pesca deveriam pagar a dízima à Ordem de Santiago, ficando, num documento de 1274, acordados os tributos sobre as pescarias de Almada, Sesimbra e Sines. O manuscrito refere também, pela primeira vez, a captura de *pescado grande*, como baleia, baleato, roaz, coca, musaranha e sereia (mamífero marinho semelhante ao golfinho).

Em 1252, aquando da doação da Igreja de Santa Maria do Castelo à Ordem Militar de Santiago, são referidas rendas provenientes da atividade marítima, encontrando-se



documentada, em 1282, durante o reinado de D. Dinis, a existência de um alcaide de mar em Sesimbra, colocado por Martim Eanes, com a função de zelar pela povoação e pela sua comunidade marítima.

Tornando-se numa atividade cada vez mais central e importante para a vila, ao longo dos séculos subsequentes, a introdução, a partir do século XIV, de novas artes de pesca, nomeadamente dos *acedares* e das *almadravas*, potenciou um significativo incremento ao nível do volume de pescado capturado, bem como dos respetivos dividendos.

Esta nova dinâmica fez com que D. João I atribuísse a primeira carta de privilégios a favor dos pescadores de Sesimbra, tendo, na segunda metade do século XV, D. João II promulgado uma *Carta para os Mareantes da Ribeira*.

Destinando-se, num primeiro momento, à alimentação da população, o progressivo aumento de excedentes provenientes da pesca, potenciou o estabelecimento de rotas comerciais cada vez mais sólidas, visando, inclusivamente, o abastecimento

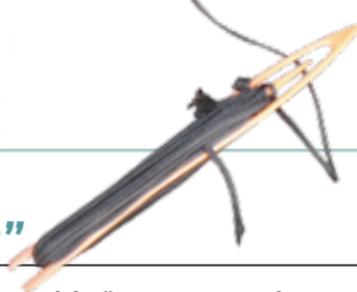
das frotas empregues na expansão ultramarina, facto que confirmou a relevância do papel de Sesimbra no âmbito da mesma.

---

#### Bibliografia

- ALVES, F.; REINER, F.; ALMEIDA, M. J.; VERÍSSIMO, L. (1988-1989) – “Os Cepos de Âncora em Chumbo Descobertos nas Águas Portuguesas – Contribuição para uma Reflexão sobre a Navegação ao Longo da Costa Atlântica da Península Ibérica na Antiguidade”, *In O Arqueólogo Português*, 4, pp. 109-185.
- BERNARDO, H. B. (1941) – *Monografia de Sesimbra. Estudo Geo-económico do Concelho*, Sesimbra, Câmara Municipal de Sesimbra.
- CHORÃO, M. J. M. B. (2001) – *Forais de Sesimbra. Memórias de um Concelho*, Câmara Municipal de Sesimbra, Sesimbra.
- DUARTE, L. M. (1991) – “Crimes do Mar e Justiças da Terra”, *In Revista da Faculdade de Letras – História*, II Série, Vol. VIII, Universidade do Porto, pp.43-73.
- FERREIRA, L. ; CONCEIÇÃO, A. (2009) – “Vestígios da Ocupação Romana na Frente Marítima da Vila de Sesimbra”, *In O Tempo do Risco. Carta Arqueológica de Sesimbra*, Sesimbra, Câmara Municipal de Sesimbra, pp.164 – 165.
- PAULO, J. A. S. (1992) – “Aspectos do Desenvolvimento da Vila de Sesimbra: Do Castelo à Ribeira (1165-1535)” *In Sesimbra Cultural*, n.º 2, Câmara Municipal de Sesimbra.
- PEDROSA, F. G. (1985) – “Para a História da Pesca em Portugal”, *In Anais do Clube Militar Naval*, Vol. CXV, pp. 37-64.

## “Remendador de redes”



Sentado num pequeno banco em madeira, peça rara nos dias de hoje, mas que era muito vulgar nos armazéns dos pescadores, Carlos Simplício, de 62 anos, segura num canivete e numa agulha. Ajeita os óculos e prepara-se para consertar o buraco de rede de pesca do cerco, tarefa que domina com mestria desde os 13 anos.

Apesar de não ter de ir ao mar, este “remendador de redes”, como se intitula, tem nas mãos a responsabilidade de manter a arte em boas condições, ou seja, repara os buracos que podem ser causados por rochedos, peixes e, até, por incrível que pareça, pela força excessiva da água. Quando detetados, os mais pequenos são consertados a bordo, após a acostagem do barco ao cais. Já os grandes rasgões exigem uma operação mais demorada que pode levar à substituição de uma parte substancial da arte. Diz que às vezes, as

“partidelas”, como os pescadores designam os maiores danos, «são tão grandes que têm de ser chamados os “remendadores” de outras embarcações».

«Faço isto há 49 anos na Pérola de Sesimbra, uma das traineiras mais antigas em atividade. E foi sempre aqui, na Rua Guerra Junqueiro», afirma, ao mesmo tempo que pede ajuda ao seu companheiro de trabalho, Augusto Aguiar, para arrumar um pedaço de rede concluído.

Hoje, esta é uma das poucas lojas de companhia dentro da vila. Por isso, continua a ser uma descoberta para turistas que passam ocasionalmente, e que não resistem à tentação de registar o momento, bem como alguns pormenores “obrigatórios” numa loja de pescadores, entre os quais, duas

réplicas da traineira, em madeira e uma imagem religiosa.

Tantos anos de profissão dão-lhe o conhecimento e o tato necessários para fazer o que sabe de olhos quase fechados. Perdeu a conta à quantidade de artes completas que saíram das suas mãos. «Isto, é uma tarefa gigantesca, porque uma arte destas pesa toneladas, é complexa e tudo tem de ser feito com peso e medida», acrescenta.

Embora o seu trabalho seja menos visível do que o do mestre ou o dos seus camaradas de mar, não deixa de ser essencial para trazer à superfície algumas espécies que tanto apreciamos, como as sardinhas, os carapaus ou as cavalas.



## Lagartixa-de-Carbonell

Esta lagartixa destaca-se pelo reduzido tamanho do seu corpo, relativamente compacto, cabeça robusta e curta, máculas verdes/azuis no rebordo das escamas ventrais externas e coloração ventral esbranquiçada ou nacarada.

Na época de reprodução os machos exibem um padrão cromático dorsal verde-alface intenso. O acasalamento inicia-se em março e vai até julho.

Cada postura pode colocar entre 1 a 5 ovos. Habita sobretudo o solo, em redor de arbustos presentes nas clareiras de carvalhais e de pinhais ou em bosques mistos e entre arbustos dunares.

A sua dieta varia entre escaravelhos e aranhas.

A Lagartixa-de-Carbonell é um endemismo ibérico e hiberna durante os meses mais frios, normalmente entre novembro e janeiro. Este “sono” é pouco profundo, pois é possível vê-la em dezembro, desde que a temperatura suba a valores confortáveis.

O estatuto de conservação desta pequena lagartixa foi recentemente considerado de “vulnerável”

pela União Internacional para a Conservação da Natureza, dada a sua reduzida distribuição geográfica e o mau estado de conservação dos habitats colonizados. Em Portugal podemos encontrá-la praticamente ao longo de toda a costa litoral a sul do Douro e nas serras de Montemuro, Caramulo e Estrela. As populações costeiras são as mais ameaçadas devido à destruição de habitats causada pela pressão urbanística e alterações climáticas. Nas serras as principais ameaças à conservação desta espécie são as monoculturas florestais e os incêndios. A médio/longo prazo as alterações climáticas podem mesmo levar à extinção destas populações, visto viverem já próximo dos limites de temperatura e humidade tolerados. No concelho de Sesimbra a espécie só foi avistada e registada na zona litoral da Serra da Achada em 2005.

Texto: Núcleo de Espeleologia da Costa Azul





## Fogaça de Alfarim

**A**ssociado à Festa em Honra de Nossa Senhora da Conceição, padroeira da aldeia de Alfarim, realizava-se um ritual que se perdeu no tempo. Era hábito, para além das bandeiras, arrematar patos, galinhas, vinho, cereais e doces. Um deles era a Fogaça, feita com farinha, açúcar amarelo, canela, raspa de limão, manteiga e água. Depois de amassado à mão pelas raparigas, casadas e solteiras, em alguidares de barro, o preparado tomava várias formas, como peixe, estrela, galinha ou coração. Antes de entrarem no forno, eram pinceladas com mel ou ovo, e era feito um furo para depois serem penduradas no adro da capela, a fim de serem licitadas. Especialmente atentos ao leilão estavam os festeiros, e o motivo

era simples: as verbas resultantes da arrematação dos produtos revertiam para a festa e, segundo alguns testemunhos, chegaram mesmo a ser canalizadas para ajudar na beneficiação da Capela de Alfarim.

Com o tempo, o hábito de arrematar produtos na festa foi desaparecendo e a confeção das Fogaças também. Contudo, recentemente, este doce voltou às vitrinas de alguns cafés e pastelarias locais. Tudo por insistência de Paula Piedade, proprietária da empresa *Segredos da Terra*, que há pouco mais de um ano começou a produzir a especialidade, que parecia esquecida no tempo. Uma aposta bem sucedida, a julgar pela grande procura de que tem sido alvo por parte de locais e visitantes.

## O Festeiro

Algumas semanas antes do início da Festa de Nossa Senhora da Conceição de Alfarim, a Comissão de Festas percorre a freguesia do Castelo para o tradicional peditório.

A comitiva é composta por alguns membros, entre eles o juiz da festa, ou festeiro, o tesoureiro e o ajudante. Com eles seguem os gaiteiros, a anunciar a sua presença.

A missão consiste em angariar dinheiro para os festejos. Durante alguns dias percorrem os vários lugares, porta a porta.

Antes da criação das Comissões de Festas, esta tarefa era desempenhada pelo festeiro, personagem escolhido pelos seus conterrâneos, que viam nele a pessoa certa para assumir esta grande responsabilidade. Era por isso, uma figura íntegra, de confiança, e capaz de honrar os compromissos e a tradição dos seus antecessores.

«Nem que tivéssemos de percorrer quilómetros a pé, de manhã à noite, debaixo de chuva, vento e frio, ou de fugir aos cães que nos perseguiam», revela Franklim Almeida, habitante

das Caixas, que foi juiz da festa de Alfarim, há perto de 45 anos.

«E isto era válido para todos os que o faziam em prol de outras festas religiosas», reforça.

Normalmente as pessoas contribuía com dinheiro, mas havia quem, por impossibilidade, oferecesse trigo ou milho, entre outros produtos, para serem licitados no dia da festa. Em troca, quem ajudasse recebia uma imagem de Nossa Senhora da Conceição.

«O dinheiro do peditório recebia-o o tesoureiro. Alguns dos outros produtos, sobretudo pequenas quantidades de cereais, eram carregados por um ajudante», afirma o antigo festeiro, adiantando que a recompensa «eram as refeições que partilhávamos, o convívio e o sentido de dever cumprido».

No final da festa, «ou no primeiro dia do ano seguinte», como refere, o festeiro e os seus companheiros reuniam-se para apurar o dinheiro conseguido e para o deixar aos que viessem assumir esta honrosa tarefa.





## Sesimbra na Tarde Náutica

**A** foto regista o momento em que os vencedores duma prova de remo, integrada na *Tarde Náutica Infante D. Henrique*, realizada em Lisboa no dia 1 de setembro de 1940, durante as comemorações centenárias, saúdam o Presidente da República, então o general Óscar Carmona. A barca, que tinha o nome de Irene,

pertencia à armação de pesca Cova, da firma Loureiro & C<sup>a</sup>. (Filhos) e, conjuntamente com outras barcas das armações sesimbrenses protagonizou, nas águas do Tejo, um acontecimento inédito para o público lisboeta, que foi uma regata entre profissionais da pesca com suas pesadas embarcações. A tripulação, que tinha por timoneiro o



## Infante D. Henrique

mandador Manuel Ferreira e era constituída pelos pescadores Domingos dos Santos, Eduardo Guita, Francisco Peixito, Francisco Soromenho, João Justino, João Silvestre, Manuel Rocha e Silvestre Fuzeta, foi alvo de grandes manifestações de apreço, principalmente quando recebeu das mãos do embaixador de Inglaterra a valiosa taça de prata que aquele

diplomata ofereceu para a competição. O êxito da participação de Sesimbra naquele acontecimento, de que toda a imprensa da capital se faz eco, esteve na origem da chamada Festa dos Pescadores, que se efetuou durante os primeiros anos da década de quarenta e constituiu dos mais belos eventos festivos de que a nossa terra foi palco. *ARM*

livraria municipal

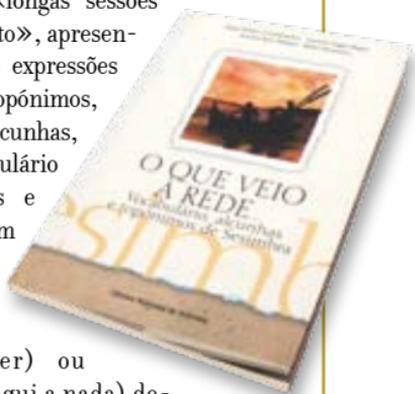
## O Que Veio à Rede...

Paulo Pitôrra, António Cagica Rapaz, António Reis Marques e Rafael Monteiro

«**A** linguagem dos pescadores de Sesimbra, e dos “pexitos” em geral, pouco se afasta do português padrão. O que fundamentalmente a caracteriza é a entoação peculiar, a contextura fónica, o ritmo da frase, a musicalidade característica, a par do vocabulário específico». Foi com base nestas particularidades do falar “pexito” que nasceu o livro *O Que Veio à Rede...*. A publicação, que resulta de uma recolha da pronúncia sesimbrense realizada em «longas sessões de esclarecimento», apresenta uma lista de expressões típicas, antropónimos, topónimos, alcunhas, mares e vocabulário dos pescadores e dos “pexitos” em geral. Palavras como açucre (açúcar), cóquer (qualquer) ou d’aquinada (daqui a nada) demonstram como a linguagem de um povo pode ser motivo de diferenciação e um aspeto a realçar entre outras comunidades. Ao longo de 160 páginas a informação vai sendo complementada por imagens e ilustrações que, com base numa descrição, dá a conhecer nomes, lugares e objetos da comunidade local. Um livro para todos aqueles que têm interesse em conhecer um pouco mais das gentes de Sesimbra, das suas vivências e cultura. A obra, editada pela Câmara Municipal e volume da Coleção de Livros de Sesimbra, pretende registar um património único e peculiar para que este não se perca no tempo.

### ficha técnica

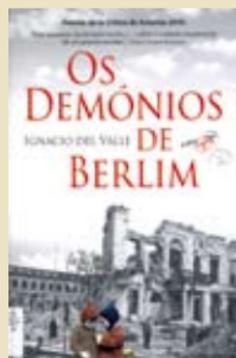
**Autor** Paulo Pitôrra, António Cagica Rapaz, António Reis Marques, Rafael Monteiro | **Edição** Câmara Municipal de Sesimbra | **Data de edição** maio de 2007 (2.ª edição) | Disponível para consulta e empréstimo na Biblioteca Municipal.



um livro

## Os Demónios de Berlim

de Ignacio del Valle



Berlim, 1945. Os soviéticos avançam, imparáveis pelas ruas repletas de escombros. Em toda a cidade a luta é violenta, e a derrota alemã está iminente. Arturo Andrade está no meio de todo aquele caos. A sua missão é localizar Ewald von Kleist, que acaba por encontrar morto na chancelaria do Reich, com um misterioso bilhete nos bolsos. Começa assim este *thriller* escrito com paixão e rigor documental que, com um ritmo que não dá tréguas ao leitor, nos aproxima de uma personagem que enfrenta múltiplos demónios para salvar a única coisa que parece escapar a este contexto atroz: o amor de uma mulher. Disponível na Biblioteca Municipal.

## um site

### **Comissão Nacional de Proteção de Dados**

<http://www.cnpd.pt>



A Comissão Nacional de Proteção de Dados é uma entidade administrativa independente com poderes de autoridade, que funciona junto da Assembleia da República. Em atividade desde 1994, tem como atribuição genérica controlar e fiscalizar o processamento de dados pessoais, em defesa dos direitos do homem e das liberdades e garantias consagradas na Constituição e na lei. Para além das várias competências e atribuições, no site da CNPD é possível conhecer o projeto Dadus, que procura sensibilizar os alunos para as questões de proteção de dados e da privacidade, promover uma utilização consciente das novas tecnologias e desenvolver o conhecimento cívico dos jovens.

## um disco

### **As Pequenas Gavetas do Amor**

Viviane Parra



Dona de uma das vozes mais carismáticas da música portuguesa, Viviane apresenta em *As Pequenas Gavetas do Amor* uma viagem pelas várias formas de amar. Composto por 12 temas, o álbum, lançado em março deste ano, traz a poesia de grandes escritores portugueses como Vasco Graça Moura, José Luís Peixoto, Eugénio de Andrade, Fernando Pessoa, Ana Hatherly, Rosa Alice Branco e Ana Luísa Amaral. Neste disco, a ex-vocalista dos Entre Aspas junta a sua voz e a flauta, o seu instrumento de eleição, com a guitarra portuguesa, o acordeão, a viola, o baixo acústico e a percussão. Como convidados especiais a cantora teve ao seu lado António Zambujo, Luís Varatojo e Custódio Castelo.

## um filme

### **A Cidade**

de Ben Affleck



Doug MacRay é o líder de um bando de assaltantes de bancos que se orgulha das suas origens e das suas capacidades de fuga à polícia. Um dia, durante um dos seus “trabalhos” encapuzado, conhece Claire Keesey, a gerente do banco, que é feita refém. Apesar de escapar ilesa, Claire não consegue superar psicologicamente o que aconteceu, até ao dia em que conhece Doug. Mas o que ela nunca poderia imaginar é que ele, aparentemente tão tranquilo e inofensivo, foi um dos seus raptores e que é um dos homens mais procurados pelo FBI. Contudo, agora que encontrou o amor, Doug quer mudar de vida, mas para isso terá ainda muitas lutas a travar... Disponível na Biblioteca Municipal.

## Equipamentos e Serviços Municipais

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

Rua da República, 3  
2970-741 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 00  
E-mail: girp@cm-sesimbra.pt  
Site: www.cm-sesimbra.pt  
Horário de atendimento  
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h  
Linha Verde (Reclamações):  
800 22 88 50

### **Assembleia Municipal de Sesimbra**

Rua Almirante Sande  
de Vasconcelos, n.º 2  
2970-710 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 51  
Horário de atendimento  
das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

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

Edifício do Mercado Municipal  
Rua Manuel de Arriaga  
2975-329 Quinta do Conde  
Tel.: 21 210 85 00  
Horário de atendimento  
das 9 às 12 e das 14 às 16.30h

### **Posto de Turismo**

Largo da Marinha, 26/27  
2970-657 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 40  
E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
INVERNO (outubro a maio):  
das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h  
(todos os dias)  
VERÃO (junho a setembro):  
das 9.30 às 20h (todos os dias)

### **Divisão de Cultura, Museus e Património**

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

### **Reserva Visitável de Artes de Pesca**

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

### **Núcleo Museológico de Arqueologia**

Castelo de Sesimbra – 2970 Sesimbra  
Tel.: 21 268 07 46  
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
de segunda a sexta, das 14 às 17.30h  
sábado e domingo, das 9 às 12.30  
e das 14 às 17.30h

### **Centro de Documentação**

**Rafael Monteiro**  
Castelo de Sesimbra  
2970 Sesimbra  
Tel.: 21 268 07 46  
E-mail: cdrm@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
INVERNO (outubro a maio):  
das 9.30 às 13 e das 14 às 17.30h  
VERÃO (junho a setembro):  
das 9.30 às 13 e das 14.30 às 18h

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

Rua Cândido dos Reis, 17  
2970-724 Sesimbra  
Tel.: 21 223 11 34  
E-mail: museu@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
de segunda a sexta, das 14 às 17.30h  
sábado e domingo, das 9 às 12.30  
e das 14 às 17.30h

### **Cinetatro Municipal**

**João Mota**  
Rua João da Luz, n.º 5  
2970-635 Sesimbra  
Tel.: 21 228 87 15  
E-mail: cinetatro@cm-sesimbra.pt  
Horário da bilheteira  
INVERNO  
quarta a domingo, das 16 às 20h  
VERÃO (julho e agosto):  
quarta a domingo, das 17 às 21h  
O horário é prolongado em dias  
de espetáculo/cinema, até 30  
minutos depois do início dos  
mesmos.  
Informações e reservas:  
21 223 40 34

### **Biblioteca Municipal de Sesimbra**

Avenida da Liberdade, 46  
2970-635 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 88/00  
E-mail: biblioteca@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
de terça a sexta, das 9.30 às 19h  
sábado, das 10 às 18h

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

Rotunda da Cova dos Vidros  
2975-333 Quinta do Conde  
Tel.: 21 210 10 22  
E-mail: plqc@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
de terça a sexta, das 9.30 às 12.30  
e das 14 às 17.30h  
Encerra segunda de manhã  
Horário da tarde: das 14 às 17.30h

### **Arquivo Municipal de Sesimbra**

Estrada Nacional 378,  
Edifício Casa do Mar, 1.º  
2970-643 Sesimbra  
Tel.: 21 228 85 00  
E-mail: daf\_damgd@cm-sesimbra.pt  
Horário de funcionamento  
das 9.30 às 12 e das 14.30 às 17h

### **Loja Ond@Jovem (Sesimbra)**

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

### **Loja Ond@Jovem (Quinta do Conde)**

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

### **Centro de Recursos Educativos e Formação**

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

### **Espaço Solidário**

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

### **Espaço Cidadania**

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

### **Cabinete de Inserção Profissional (Sesimbra)**

Bairro de Argêis, Formar  
2970 Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00 / 21 228 10 27

E-mail: gipsesimbra@gmail.com

#### **Horário de atendimento**

de segunda a quarta,

das 14.30 às 17h

terças, quintas e sextas,

das 9.30 às 12.30 e das 14.30 às 17h

### **Cabinete de Inserção Profissional (Quinta do Conde)**

Espaço Cidadania, Mercado  
Municipal da Quinta do Conde,

Loja 21 – 2975 Sesimbra

Tel.: 21 210 42 52 / 21 228 85 00

E-mail: gip.ecidadania.

quintadoconde@gmail.com

#### **Horário de atendimento**

segundas, das 12.30 às 17.30h

de terça a sexta, das 9 às 12.30

e das 14 às 17.30h

### **Espaço Zambujal**

Estrada Nacional 379, Zambujal  
2970 Sesimbra

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

E-mail: espaco.zambujal@

jf-castelo.pt

Site: www.espaco-zambujal.

blospot.com

#### **Horário de funcionamento**

de terça a sábado, das 10.30

às 12.30 e das 14 às 18.30h

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

Tel.: 21 228 85 08

### **Pavilhão Municipal de Sampaio**

Tel.: 21 268 64 08

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

Tel.: 21 210 16 91

### **Juntas de Freguesia**

#### **Junta de Freguesia do Castelo**

Avenida Padre António Pereira de

Almeida, Lote 6, r/c, Santana

2970-590 Sesimbra

Tel.: 21 268 92 10

E-mail: geral@jf-castelo.pt

Site: www.jf-castelo.pt

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

Rotunda da Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt

Site: www.jf-quintadoconde.pt

#### **Junta de Freguesia de Santiago**

Rua Capitão Leitão, n.º 4

2970-725 Sesimbra

Tel.: 21 228 84 10

E-mail: geral@jf-santiago.pt

Site: www.jf-santiago.pt

### **Comunicação Social**

#### **Comércio do Seixal e Sesimbra**

Tel.: 21 099 16 83

#### **Fórum da Quinta do Conde**

Tel.: 96 760 16 34

#### **Jornal de Sesimbra**

Tel.: 21 228 92 00

#### **Nova Morada**

Tel.: 96 621 72 66

#### **O Condense**

Tel.: 21 210 12 59

#### **O Sesimbrense**

Tel.: 21 223 21 05

#### **Sesimbra FM**

Tel.: 21 228 92 00

#### **Raio de Luz**

Tel.: 21 268 15 54

#### **Sesimbra TV**

Tel.: 21 088 37 65

### **Emergência**

#### **Bombeiros Voluntários de Sesimbra**

PIQUETE DE SESIMBRA

Tel.: 21 228 84 50

PIQUETE DA QUINTA DO CONDE

Tel.: 21 210 61 74

#### **Cruz Vermelha Portuguesa (Quinta do Conde)**

Tel.: 21 210 02 12

#### **CNR**

SESIMBRA – Tel.: 21 228 95 10

ALFARIM – Tel.: 21 268 88 10

QUINTA DO CONDE

Tel.: 21 210 07 18

#### **Polícia Marítima**

Tel.: 21 228 07 78

#### **Carrinha Sea Master**

Tel.: 91 940 45 55

#### **Centros de Saúde de Sesimbra**

SESIMBRA – Tel.: 21 228 96 00

SANTANA – Tel.: 21 268 92 80

QUINTA DO CONDE

Tel.: 21 211 09 40

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

Tel.: 21 294 02 94

#### **Farmácias**

SESIMBRA (LOPES)

Tel.: 21 223 30 28

SESIMBRA (LEÃO)

Tel.: 21 228 80 78

SANTANA (BEARITA)

Tel.: 21 268 83 70

COTOVIA – Tel.: 21 268 16 85

ALFARIM – Tel.: 21 268 85 47

QUINTA DO CONDE (RODRIGUES

PATA) Tel.: 21 210 80 50

QUINTA DO CONDE (BIO-LATINA)

Tel.: 21 210 91 13

QUINTA DO CONDE

Tel.: 21 211 37 28/9

#### **Linha SOS Criança**

Tel.: 800 202 651 (grátis)

#### **Linha Verde Recados da Criança**

Tel.: 800 206 656 (grátis)

#### **Comissão de Proteção de Crianças e Jovens**

**Concelho de Sesimbra (CPCJ)**

Tel.: 21 268 73 45

E-mail: cpejsesimbra@gmail.com

#### **Proteção Civil (CMS)**

Tel.: 21 228 05 21

#### **Piquete de Águas (CMS)**

Sesimbra

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

Quinta do Conde

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

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

Tel.: 800 50 65 06

#### **PT (avarias)**

Tel.: 16200

# Farinha Torrada

Especialidade  
Tradicional Local



**Farinha  
Torrada**

DE SESIMBRA

ESPECIALIDADE TRADICIONAL LOCAL

