

125  
**Sesimbra** acontece

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

**Mafalda  
Veiga**



© Joana Lima Rocha

**Câmara Municipal de Sesimbra**



## informação participação cidadania

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

Para divulgar iniciativas, contribuir com sugestões ou receber mensalmente a Sesimbr'Acontece em PDF no seu e-mail contacte-nos através de [sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt](mailto:sesimbraacontece@cm-sesimbra.pt). A informação sobre os eventos deve chegar à UFCI/CMS até dia 8 de cada mês. Os eventos que não têm indicação da entidade organizadora são da responsabilidade da CMS. A programação pode ser alterada por motivos imprevistos. A CMS não se responsabiliza pela devolução de material, salvo quando haja solicitação expressa, e reserva-se no direito de seleccionar toda a informação de natureza redatorial. O conteúdo desta publicação não pode ser reproduzido sem autorização escrita da CMS.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

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



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

# SUM

## sumário

<b>3</b> editorial	
destaques	4
música . teatro . dança . cinema	14
feiras . exposições	15
conferências . ateliês . cursos	17
desporto . movimento . ar livre	19
...e ainda	22
...e para os mais novos	24

<b>32</b> memórias	
<b>34</b> contactos úteis	

## ft

### ficha técnica

**Propriedade**  
Câmara Municipal de Sesimbra

**Diretor**  
Francisco Jesus (presidente)

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

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

**Capa**  
Joana Lima Rocha

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

**Periodicidade**  
Mensal

**Tiragem**  
5000 exemplares

**ISSN**  
2182-6315

## **Música, Cinema e Teatro**

É com música, cinema e teatro que iniciamos a programação cultural de 2018. Mafalda Veiga, uma das mais importantes cantautoras do nosso país, regressa ao Cineteatro Municipal para apresentar o seu mais recente trabalho, *Praia*, que define como «ousado e irreverente». Com 30 anos de carreira, Mafalda Veiga é autora de algumas das mais belas canções portuguesas, e promete apresentar alguns desses temas em Sesimbra. O palco do Cineteatro recebe também a banda Espantalho, constituída por dois jovens talentos do concelho: Nuno Reis e José Raimundo. Com percursos musicais distintos, os dois músicos encontram-se num projeto com uma sonoridade original, que tem como base a língua portuguesa e um acordeão.

O fado volta à Fortaleza de Santiago, com a atuação do jovem fadista Marcelo Rebelo da Costa. No cinema, os destaques vão para dois filmes que farão as delícias dos mais novos: *Coco* e *Gangue no Parque 2*, enquanto no teatro, apresentaremos as peças *Mythos*, pelo Teatro Extremo, e *Super-heróis*, pela Animateatro.

Este mês, merecem referência os doces tradicionais de Sesimbra, que integraram o livro *A Doçaria Portuguesa – Sul*, da Autoria de Cristina Castro, com prefácio de Maria de Lurdes Modesto. Farinha Torrada, Broas e Fogaças de Alfarim e Tamarinas fazem parte deste levantamento, que contou com apoio da Câmara Municipal e vai ser apresentado na Moagem de Sampaio, no dia 20, durante a venda de produtos tradicionais *Sabores da Nossa Terra*. É uma forma da Câmara Municipal reafirmar a aposta nos produtos e produtores locais, que tem tido enorme importância, tanto para a salvaguarda e ressurgimento de diversas atividades tradicionais, como para a oferta turística.

Estas são algumas das muitas propostas deste mês da Sesimbr’Acontece. Esperamos por si!

**Felícia Costa**

Vereadora do Pelouro da Cultura

Foto: Joana Lima Rocha



## **Mafalda Veiga regressa a Sesimbra**

Nove anos depois, Mafalda Veiga volta a subir ao palco do Cineteatro Municipal, em Sesimbra, desta vez para apresentar o seu mais recente álbum, *Praia*. «Este disco assume-se mais otimista, com um tom entre o pop e os sons tradicionais, que fala das coisas boas da vida», destacou a cantautora. «Este é sem dúvida o mais ousado e irreverente, na intimidade revelada das canções». Com dez álbuns editados e centenas de concertos, pelos quatro cantos do mundo, Mafalda, que celebrou em 2017 três décadas de carreira, promete brindar o público com alguns dos seus maiores sucessos. Mafalda Veiga regressa ao Cineteatro Municipal, em Sesimbra, no dia 27 de janeiro, sábado, às 21.30 horas, com o espetáculo *Crónicas da Intimidade de uma Guitarra Azul*.

**dia 27 | sáb | 21.30h**  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
(página 14)

## **O Fado de Marcelo Rebelo da Costa**

O fadista Marcelo Rebelo da Costa atua no Espaço Multiusos da Fortaleza de Santiago no dia 20 de janeiro, sábado, às 16 horas. Marcelo descobriu a sua paixão pelo fado aos 8 anos, quando participou num *casting* para um programa televisivo de talentos. Desde então, o fadista, nascido em Coimbra, desenvolveu um percurso musical ligado ao canto e ao fado. Com atuações dentro e fora do país, o jovem foi considerado, em 2014, o Fadista da Semana na página do Facebook *Fados e Outras Músicas*, e no ano seguinte deu voz à abertura da cerimónia dos Campeonatos Nacionais do Desporto Escolar, no Coliseu dos Recreios.

**dia 20 | sáb | 16h**  
*Espaço Multiusos,*  
*Fortaleza de Santiago*  
(página 14)





## ***Espantalho no Cineteatro***

Em janeiro de 2016, Nuno Reis e José Raimundo, dois músicos com percursos distintos, juntam-se para formar a banda Espantalho. José Raimundo, autor, vocalista e baixista, fez parte de vários projetos musicais, como Peephole, Le Divan e Million Dollar Lips, e atuou em vários palcos nacionais e internacionais. Nuno Reis, multi-instrumentista e explorador sonoro, pertenceu a projetos como Million Dollar Lips, L'Escargot e Trio da Terra, e conta com inúmeras atuações, dentro e fora de portas. Definem o Espantalho como uma conjugação espontânea entre o tradicional e o alternativo, que tem por base a escrita em língua portuguesa. No dia 13, sábado, apresentam-se no Cineteatro Municipal, num concerto a não perder.

**dia 13 | sáb | 21.30h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 14)



## **Cineteatro exhibe filme de animação infantil Coco**

Miguel é um jovem que adora música, e cuja ambição é tornar-se um grande artista. Infelizmente, a família não aprova a sua decisão. Para seguir o sonho, ser como o seu ídolo, Ernesto de la Cruz, e provar o seu talento, Miguel entra na maravilhosa e colorida Terra dos Mortos. Nesta viagem extraordinária acaba por desvendar a história dos seus antepassados. Uma sessão de cinema para ver em família, no dia 14 de janeiro, domingo, às 16 horas, no Cineteatro Municipal.

**dia 14 | dom | 16h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 28)



## **Gangue do Parque 2 nos Domingos em Família**

Quando percebem que Muldoon, o presidente da Câmara de Oakton, autorizou a construção de um grande parque de diversões dentro dos bosques do Liberty Park, Flecha e a sua comunidade de esquilos entram em pânico. Empenhados em impedir a destruição do seu lar, convocam todos os roedores do bosque e da cidade para lutarem contra os responsáveis pelo empreendimento. Mas tudo se vai complicar quando uma empresa de controlo de pragas é contratada para resolver a situação. A não perder no dia 28 de janeiro, domingo, às 17 horas, no Cineteatro Municipal.

**dia 28 | dom | às 16h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 28)



## ***Dia de Reis assinala final da época natalícia***

O Dia de Reis é comemorado mais uma vez com a passagem dos três reis magos, Baltazar, Belchior e Gaspar, pelas três freguesias, onde entregarão presentes às crianças. Tal como tem sido hábito nos últimos anos, no dia 6 de janeiro, os reis vão distribuir presentes pelas crianças ao som das Janeiras, cantadas pelo Grupo Coral A Voz do Alentejo. A animação acontece às 10.30 horas no Mercado Municipal da Quinta do Conde, às 14.30 horas no Parque Augusto Pólvora, na Maçã, e às 17 horas na Fortaleza de Santiago, em Sesimbra.

**dia 6 | sáb**

**10.30h**

***Mercado Municipal da Quinta do Conde***

**14.30h**

***Parque Augusto Pólvora, Maçã***

**17h**

***Fortaleza de Santiago, Sesimbra***

(página 22)



## **Stronger - A Força de Viver**

Baseado em factos reais, o filme *Stronger – A Força de Viver*, recorda os acontecimentos de 15 de abril de 2013, quando duas bombas explodiram durante a maratona de Boston. Bauman, um sobrevivente gravemente ferido, é transportado para o hospital onde lhe são amputadas as pernas. Quando acorda da cirurgia recorda as explosões e identifica os responsáveis. Transformado num herói nacional, é incapaz de lidar com a sua deficiência. O filme dramático é exibido no dia 12 de janeiro, sexta, às 21.30 horas, no Cineteatro Municipal.

**dia 12 | sex | às 21.30h**  
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 14)



## **Domingos em Família apresenta Super-heróis**

Os Super-heróis Tina e Tó vão animar o Cineteatro no dia 21 de janeiro, domingo, às 16 horas. Nesta peça, promovida pela Animateatro, o Rafa e a Dona Casimira vão precisar da ajuda destes dois super-heróis, que viajaram por todo o planeta em auxílio dos mais medrosos. O espetáculo, pretende desmistificar o medo e os receios que existem no nosso planeta, e aos quais não devemos ficar colados.

**dia 21 | dom | às 16h**  
**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(página 28)



## ***Corta-mato Escolar no Parque Augusto Pólvora***

O Parque Augusto Pólvora, na Maçã, é palco de mais uma edição do Corta-mato Escolar Concelhio, que promete voltar a contar com a participação de centenas de alunos das escolas do 2.º e 3.º ciclo do ensino básico, secundário, especial e profissional. A prova, agendada para 16 de janeiro, já ganhou lugar de destaque no calendário escolar. Promover a prática de atividade física e o convívio entre os alunos e os vários estabelecimentos de ensino, são os objetivos desta iniciativa. No final da competição, os participantes que alcançarem os primeiros seis lugares garantem acesso direto ao Corta-mato Distrital.

**dia 16 | ter | às 9h**  
**Parque Augusto Pólvora, Maçã**  
(página 19)

## **Mythos pelo Teatro Extremo**

O Cineteatro Municipal recebe, no dia 20 de janeiro, sábado, às 21.30 horas, a peça de teatro *Mythos*, pelo Teatro Extremo. O espetáculo, em jeito de comédia, junta em palco três personagens que numa “viagem” comentam mitos universais expondo a condição humana na sociedade atual.

**dia 20 | sáb | às 21.30h**  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
(página 14)



## **Prémio Nacional de Ilustração 2017 na Biblioteca Municipal**

A Biblioteca Municipal recebe uma seleção de obras ilustradas por Fátima Afonso, vencedora do Prémio Nacional de Ilustração 2017, com o livro infantil *Sonho com Asas*. *O Gigante Egoísta*, *Os Três Reis Magos do Oriente*, *As Velhinhas* ou *A Avó e Eu* são algumas obras infantojuvenis ilustradas por Fátima Afonso. A ilustradora, licenciada em pintura pela Faculdade de Belas Artes de Lisboa, dedica-se à ilustração desde 2000. A exposição bibliográfica pode ser visitada a partir de 9 de janeiro, de terça a sábado, das 10 às 19 horas.

**a partir de dia 9**  
**Biblioteca Municipal de Sesimbra**  
(página 15)



## **Exposição Falar de... Uma Cultura que é Tão Nossa**

*Uma Cultura que é Tão Nossa* é o tema deste ano da exposição itinerante de livros para a primeira infância do projeto *Falar de...*. Nesta décima segunda edição, o projeto volta a envolver centenas de crianças até aos 6 anos, famílias e profissionais ligados à infância. A mostra apresenta diversas publicações, divididas em imagem, imagem e pouco texto, poesia, narrativa ilustrada e informativa. A exposição itinerante, que decorre entre 2 de janeiro e 9 de fevereiro, é dinamizada desde 2006 pela Câmara Municipal e pela Cercizimbra/ELI, em parceria com as creches e jardins de infância do concelho. Depois de percorrer todas as instituições participantes os livros vão estar disponíveis para consulta e empréstimo na Biblioteca Municipal de Sesimbra e no Polo de Leitura da Quinta do Conde.

**a partir de dia 2**  
(página 16)



## **Workshop de Terapia da Fala**

No dia 27 de janeiro, sábado, das 10 às 12 horas, a sala de formação do CAIES, em Santana, acolhe o *workshop Perturbações da Leitura e da Escrita – Sinais de Alerta*, sobre terapia da fala. A ação é gratuita. Mais informações pelo telefone 96 421 86 73 ou pelo e-mail [besequerra@gmail.com](mailto:besequerra@gmail.com).

**dia 27 | sáb | das 10 às 12h**  
CAIES - Centro de Apoio à Incubação  
de Empresas de Sesimbra, Santana  
(página 17)

## **Sesimbra no livro *A Doçaria Portuguesa***

A Farinha Torrada de Sesimbra é um dos cinco doces tradicionais do concelho de Sesimbra que integram o livro *A Doçaria Portuguesa – Sul*, da autoria de Cristina Castro, com prefácio de Maria de Lourdes Modesto, fotografias de Gonçalo Barriga e ilustrações de Ana Gil. A publicação, que surge a partir do site [www.noponto.pt](http://www.noponto.pt), contou com o apoio da Câmara Municipal e vai ser apresentada na Moagem de Sampaio, no dia 20 de janeiro, sábado, às 10.30 horas. As Brisas do Castelo, as Broas e Fogaças de Alfarim e as Tamarinas são outras das iguarias sesimbrenses em destaque nesta publicação, que faz recolha da doçaria tradicional e conventual da Península de Setúbal, Alentejo e Algarve.



**dia 20 | sáb | 10.30h**  
**Moagem de Sampaio**  
(página 17)

## **Visite a Moagem de Sampaio e adquira produtos locais**

A Moagem de Sampaio, núcleo museológico dedicado à zona rural do concelho, acolhe aos fins de semana a iniciativa *Sabores da Nossa Terra*. Aos sábados e domingos, das 9.30 às 14 horas, os visitantes podem adquirir vários produtos da região como pão, queijos, frutas, legumes e doçaria. Os interessados podem ainda visitar o museu rural e observar os engenhos recuperados, compreender a sua história e outras curiosidades relacionados com o edifício e com a temática rural. Aproveite o fim de semana para conhecer aquilo que de melhor se cultiva e produz no concelho de Sesimbra e descobrir mais sobre as raízes históricas da freguesia do Castelo.

**sábados e domingos | das 9.30 às 14h**  
**Moagem de Sampaio**  
(página 16)





Mythos | dia 20



O Quadrado | dia 26

**dia 6 | sáb | 22h**  
**BAILE POPULAR**  
**Contra Ponto**  
 Salão de Baile  
 da ACRUTZ, Zambujal  
 Org.: ACRUTZ

**dia 7 | dom | 16h**  
**CONCERTO**  
**DE ANO NOVO**  
**Grupo Coral**  
**de Sesimbra**  
 Igreja da Corredoura  
 Org.: JF castelo

**dia 12 | sex | 21.30h**  
**CINEMA**  
**Stronger**  
**- A Força de Viver**  
 de David Gordon Green,  
 com Jake Gyllenhaal,  
 Tatiana Maslany, Miranda  
 Richardson e Richard Lane  
 Jx. Drama/Biografia; EUA;  
 2017; 117 min.; M/14  
 • Bilhete: 3,5 €\*  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
 (ver destaque na página 9)

**dia 13 | sáb | 21.30h**  
**MÚSICA**  
**Espantelho**  
 Concerto de apresentação  
 do primeiro disco do grupo  
 • Destinatários: maiores  
 de 6 anos  
 • Bilhete: 5 €\*  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
 (ver destaque na página 6)

**dia 20 | sáb | 16h**  
**CONCERTO DE FADO**  
**Marcelo Rebelo**  
**da Costa**  
 Espaço Multiusos,  
 Fortaleza de Santiago  
 (ver destaque na página 5)

**dia 20 | sáb | 21.30h**  
**TEATRO**  
**Mythos**  
 • Destinatários: maiores  
 de 6 anos  
 • Bilhete: 5 €\*  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
 (ver destaque na página 11)

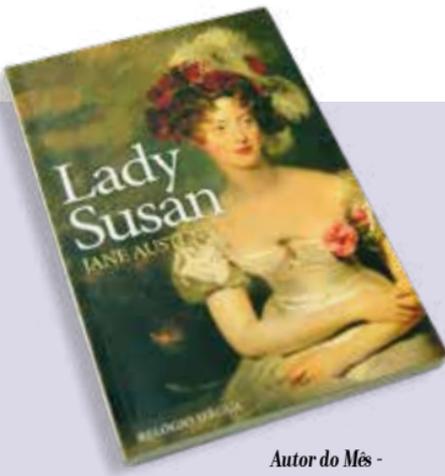
**dia 20 | sáb | 22h**  
**BAILE POPULAR**  
**Fernando Sereno**  
 Salão de Baile  
 da ACRUTZ, Zambujal  
 Org.: ACRUTZ

**dia 26 | sex | 21.30h**  
**CINEMA**  
**O Quadrado**  
 de Ruben Östlund, com  
 Claes Bang, Elisabeth Moss  
 e Dominic West. Comédia  
 dramática; SUE/DIN/ALE/  
 FRA; 2017; 142 min.; M/14  
 • Bilhete: 3,5 €\*  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**

**27 | sáb | 21.30h**  
**MÚSICA**  
**Mafalda Veiga**  
 Crónicas da Intimidade  
 de uma Guitarra Azul  
 • Destinatários: maiores  
 de 6 anos  
 • Bilhete: 15 €\*  
**Cineteatro Municipal**  
**João Mota, Sesimbra**  
 (ver destaque na página 4)



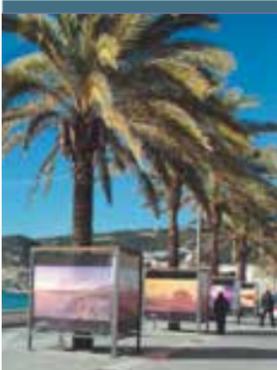
\*  
 • Estudantes até 25 anos e seniores  
 (mais de 65 anos): 30% de desconto  
 • Crianças até 12 anos: 50% de desconto  
 • Bilheteira  
**Cineteatro Municipal**  
 • Tel.: 21 223 40 34  
 • de quarta a domingo, das 17 às 21h  
**Spot Jovem, Quinta do Conde**  
 • Tel.: 21 180 91 03 / 93 998 01 26  
 • de terça a sábado, das 9 às 12.30  
 e das 14 às 17.30h



Autor do Mês -  
Jane Austen | a partir de dia 9



Artes e Ofícios | a partir de dia 13



### Momentos de Sesimbra

A beleza das paisagens do concelho, captada pela objetiva do fotógrafo Mário Gomes, está em exposição na Marginal de Sesimbra. A mostra, constituída por 20 painéis de grande formato, apresenta lugares, momentos e pormenores do quotidiano. O Santuário do Cabo, o Castelo de Sesimbra, o Meco ou o Porto de Abrigo, serviram de inspiração ao fotógrafo sesimbrense e comprovam o fascínio que tem pela sua terra natal.

a decorrer  
Avenida 25 de Abril,  
Sesimbra

### dia 6 EXPOSIÇÃO Árvore de Natal

Seleção de novidades literárias para adultos e crianças e bibliografia sobre a época natalícia.  
**Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra**

### dia 13 EXPOSIÇÃO DE PRESÉPIOS A Arte da Terra

**Átrio da Biblioteca Municipal de Sesimbra**  
Apoio: A Arte da Terra

### a partir de dia 9 EXPOSIÇÃO BIBLIOGRÁFICA Autor do Mês - Jane Austen

Conjunto de obras desta escritora inglesa, considerada uma das maiores romancistas do século XIX e autora de clássicos como *Orgulho e Preconceito* e *Sensibilidade e Bom Senso*.  
**Sala de Leitura, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

### a partir de dia 9 EXPOSIÇÃO BIBLIOGRÁFICA Prémio Nacional de Ilustração 2017

Seleção de obras ilustradas por Fátima Afonso, vencedora do Prémio Nacional de Ilustração 2017, atribuído anualmente pela Direcção-geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas, com a obra *Sonho com Asas*, com texto de Teresa Marques, editado pela Kalandraka.  
**Sala de Leitura, Biblioteca Municipal de Sesimbra**  
(ver destaque na página 11)

### a partir de dia 13 EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA Artes e Ofícios Exposição coletiva de 17 fotógrafos da SEFA

- Inauguração no dia 13, sábado, às 16 horas
- de segunda a sexta, das 14.30 às 17.30, sábados e domingos, das 15 às 18h
- Inserida nas comemorações do 2.º aniversário da SEFA

**Casa do Bispo, Sesimbra**  
Org.: SEFA - Sesimbra Expressão Fotográfica Associação



Olhar na Alma | de 14 a 28



Falar de... Uma Cultura que é Tão Nossa | a decorrer...

de 14 a 28

## EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA **Olhar na Alma**

de *Carlos Lopes Franco*

- Inauguração no dia 14, domingo, às 16 horas
- de segunda a sexta, das 15 às 17.30, sábados e domingos, das 15 às 18h

• Inserida nas comemorações do 2.º aniversário da SEFA

**Espaço Multiusos,  
Fortaleza de Santiago**

Org.: SEFA - Sesimbra Expressão  
Fotográfica Associação

a partir de dia 16

## EXPOSIÇÃO DE PINTURA **Sem Tempo nem Lugar**

de *Maria Rolo*

**Átrio da Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

a decorrer...

## EXPOSIÇÃO ITINERANTE DE LIVROS PARA A 1ª INFÂNCIA

### **Falar de ... Uma Cultura que é Tão Nossa**

de 2 a 12

**Externato de Santa Joana  
de 15 a 26**

**Liga dos Amigos**

**da Quinta do Conde**

**A partir de dia 29**

**Jardim de Infância do CASCUZ**

• Destinatários: crianças,  
famílias e profissionais  
ligados à infância

• Entidades promotoras:  
CMS/Biblioteca Municipal  
e Cercizimbra/ELI de Sesimbra

• No âmbito do Ano Europeu  
do Património Cultural

Org.: Creches e Jardins de Infância  
das IPSS do Concelho  
(ver destaque na página 12)

a decorrer...

## EXPOSIÇÃO

### **Momentos de Sesimbra**

de *Mário Gomes*

**Avenida 25 de Abril, Sesimbra**

sábados e domingos |  
das 9.30 às 14h

**VENDA**

**DE PRODUTOS LOCAIS**

### **Sabores da Nossa Terra**

**Moagem de Sampaio**

(ver destaque na página 13)

segunda a sábado |  
das 15 às 18h

**ANUFISE**

### **Exposição**

#### **de Coleccionismo**

**Edifício Varanda, Avenida**

**dos Naufragos, Sesimbra**

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

segunda a domingo |  
das 7 às 20h

**EXPOSIÇÃO**

### **O Castelo de Sesimbra**

**Torre Nova, Castelo de Sesimbra**

segunda a domingo |  
das 7 às 20h

**EXPOSIÇÃO**

### **Foral de Sesimbra**

**Torre de Menagem,**

**Castelo de Sesimbra**

segunda a domingo |  
das 9.30 às 13

e das 14.30 às 18h

**EXPOSIÇÃO**

### **As Primeiras**

#### **Comunidades**

#### **Agro-pastoris**

#### **e Metalúrgicas**

#### **do Concelho**

#### **de Sesimbra**

**Centro de Interpretação**

**do Património Rafael Monteiro,**

**Castelo de Sesimbra**





O Cabo Espichel pela Lente de Carlos Sargedas | dia 13



A Doçaria  
Portuguesa - Sul | dia 20

**dias 3 e 31 | qua | 10.30h**

**QUARTAS SENIORES  
Clube Ativo**

*Atividade plástica*

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

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

**dia 6 | sáb | 15h**

**SESSÃO INFORMATIVA  
Melhoria da Qualidade  
de Vida do Portador  
de Esclerose Múltipla**

*Acupuntura*

Fátima Ribeiro,  
diplomada em Medicina  
Tradicional Chinesa

*Pilates Adaptado*

Anabela Carvalho,  
professora certificada  
de Pilates

*A Alimentação  
e a Esclerose Múltipla*

Tânia Correia,  
nutricionista clínica

**Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e Sociedade  
Portuguesa de Esclerose Múltipla

**dia 13 | sáb | 15h**

**CONFERÊNCIA  
O Cabo Espichel  
pela Lente  
de Carlos Sargedas**

Inclui a passagem do  
documentário *Cabo Espichel*

- *Em Terras de um Mundo  
Perdido* e a apresentação  
do Cabo Espichel - *Timeline*

• Integrada no Ciclo de Conferências  
do Rotary Clube de Sesimbra

**Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

**dia 18 | qui | 14.30h**

**A ARTE DO SABER  
Ano Novo  
com Livros...!!!**

*Tertúlia literária*

Partilhar conhecimentos,  
artes e saberes.

- Destinatários: idosos dos  
centros de dia, IPSS e lares
- Inscrições: 21 228 85 88 / ana.  
marinheiro@cm-sesimbra.pt

**Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

**dia 20 | sáb | das 9 às 18h**

**LEITURA DE MÃOS  
Início do Curso  
de Quirologia**

- Preço: 375 € (5 aulas)
- Informações: 96 148 69 15 /  
se7esoais.als@gmail.com

**Se7eSois, Almoinha**

Org.: Se7eSois

**dia 20 | sáb | 10.30h**

**APRESENTAÇÃO  
DE LIVRO**

**A Doçaria  
Portuguesa - Sul**

*de Cristina Castro,  
com prefácio de Maria  
de Lourdes Modesto*

Guia enciclopédico e  
geográfico da doçaria  
em Portugal, com um  
enquadramento histórico  
e explicativo, onde estão  
incluídos cinco doces do  
concelho de Sesimbra:  
Farinha Torrada, Broas e  
Fogaças de Alfarim, Brisas  
do Castelo e Tamarinas.

**Moagem de Sampaio**

(ver destaque na página 13)

**dia 20 | sáb | 16h**

**ENCONTROS NA SEFA  
| APRESENTAÇÃO**

**AUDIOVISUAL  
Artes e Ofícios**

*Audiovisual coletivo  
de 16 fotografos da SEFA*

• Inserido nas comemorações  
do 2.º aniversário da SEFA

**Casa do Bispo, Sesimbra**

Org.: SEFA - Sesimbra Expressão  
Fotográfica Associação

**dia 27 | sáb | das 10 às 12h**

**WORKSHOP  
DE TERAPIA DA FALA  
Perturbações da  
Leitura e da Escrita  
- Sinais de alerta**

Identificar alguns sinais  
de alerta na criança  
que poderão ocasionar  
dificuldades na leitura e na  
escrita e consequentemente,  
levá-la ao insucesso escolar.

- Destinatários: pais,  
educadores e público em geral
- Limite: 30 participantes
- Informações e inscrições:  
96 421 86 73 /

besequerra@gmail.com

• Dinamizadoras: Isabel  
Sequeira e Célia Santos

**Sala de Formação  
do CAIES, Santana**

(ver destaque na página 12)

**dia 27 | sáb | das 10 às 18h**

**WORKSHOP  
Iniciação de Reiki I**

- Preço: 90 € (inclui  
almoço vegetariano)
- Informações: 96 148 69 15 /  
se7esoais.als@gmail.com

**Se7eSois, Almoinha**

Org.: Se7eSois



Incêndios, Floresta em Portugal (e em Sesimbra)  
Pensar o País por Inteiro | dia 27



Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra | inscrições...

dia 27 | sáb | 15h

### CONFERÊNCIA

## Incêndios, Floresta em Portugal (e em Sesimbra) - Pensar o País por Inteiro

por Luís Saraiva, comandante dos Bombeiros Voluntários de Sesimbra e Vítor Louro, silvicultor e antigo presidente da Comissão Nacional de Combate à Desertificação

• Integrada no Ciclo de Conferências do Rotary Clube de Sesimbra  
**Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

inscrições...

quartas e sextas | manhã

### CERTIFICAÇÃO

## AMRS.Sesimbra Qu@lifica

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

### FORMAÇÃO

## Informática Sénior

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

inscrições...

segunda a sexta | das 10 às 18h

## Universidade Sénior de Rotary de Sesimbra

Inglês I; Inglês II; Canto Coral; Massagens; Saúde; Pintura; Francês I; Francês II; Artes Decorativas; Informática; Literatura Portuguesa; Mar e Atmosfera; História de Portugal; Bordados Tradicionais; Equilíbrio do Corpo e da Mente; Escrita Criativa; Direito do Cidadão; Workshop's; Visitas de Estudo

• Destinatários: maiores de 18 anos  
• Preço: 20 € (mensal)  
• Informações: usrsesimbra@gmail.com / www.facebook.com/usrotarysesimbra  
**Edifício Raio de Luz, Sampaio**  
Org.: Rotary Clube de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra

### FORMAÇÃO

### PROFISSIONAL

## Um Projeto de Vida

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

• Duração: 400 horas  
• Destinatários: maiores de 18 anos, com limitações ao nível das funções mentais globais e/ou específicas, residentes nos concelhos de Sesimbra, Seixal, Almada ou Setúbal e inscritos no centro de emprego da zona de residência  
• Benefícios: bolsa de formação, subsídio de alimentação e de transporte, seguro de acidentes pessoais e estágio em contexto real de trabalho  
• Informa ções: 21 268 02 42 / 91 050 40 92  
• Observa ções: no final do curso será emitido um certificado de formação  
**Centro de Reabilitação Profissional da Cercizimbra**  
Org.: Cercizimbra

### EDUCAÇÃO

### DE ADULTOS

## Centro Qualifica Mais Qualificação, Melhor Emprego

No Centro Qualifica pode dar continuidade ao seu estudo e obter uma qualificação.  
• Destinatários: jovens e/ou adultos entre os 18 e 64 anos  
• Informa ções e inscri ções: 21 210 98 40 / 91 984 47 09 / qualifica@escolasmichelgiacometti.net  
**Escola Básica 2,3/S Michel Giacometti, Quinta do Conde**  
Org.: Agrupamento de Escolas Michel Giacometti



Topo da Serra do Risco: Pincaro | dia 7



Clube Ativo | dia 17

**dia 6 | sáb | 9h**

**PASSEIO DE JEEP  
E PEDESTRE**

**Rota da Arrábida**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: dia 5 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 7 | dom | 9h**

**PASSEIO PEDESTRE**

**Topo da Serra  
do Risco: Pincaro**

- Preço: 10 € (crianças até 11 anos: 5 €)
- Duração: 5 a 6 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / [geral@ludyfesfera.com](mailto:geral@ludyfesfera.com) / [www.ludyfesfera.com](http://www.ludyfesfera.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Ludyfesfera

**dia 7 | dom | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo  
Espichel à Lagoa**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: dia 6 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 7 | dom | 9.30h**

**PASSEIO PEDESTRE**

**Trilhas do Jurássico**

- Preço: 15 €
- Duração: 1 dia
- Grau de dificuldade: médio / alto
- Inscrições: até 5 de janeiro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)
- Ponto de encontro: Praia da Foz**

Org.: Vertente Natural

**dia 13 | sáb | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo Espichel  
à Lagoa Pequena**

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

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 13 | sáb | 9.30h**

**ESPELEOLOGIA**

**Gruta da Utopia**

- Preço: 20 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio / alto
- Inscrições: até 12 de janeiro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro:  
povoação dos Pinheirinhos**

Org.: Vertente Natural

**dia 14 | dom | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo  
Espichel à Lagoa**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 13 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 16 | ter | 9h**

**ATLETISMO**

**Corta-mato  
Escolar Concelhio**

- Destinatários: alunos do 2.º e 3.º ciclo do ensino básico, secundário, especial e profissional
- Parque Augusto Pólvora, Maçã** (ver destaque na página 10)

**dia 17 | qua | 10.30h**

**QUARTAS SENIORES**

**Clube Ativo**

**Atividades**

**de expressão corporal**

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

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo



Surfsky Series 2018 | dia 20



Cu de Judas | dia 21

**dia 20 | sáb | 9h**

### **PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE**

#### **Rota da Arrábida**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: até 19 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 20 | sáb**

### **PROVA DE CAIAQUES DE MAR Surfski Series 2018**

- Informações: [sec.naval.sesimbra@mail.telepac.pt](mailto:sec.naval.sesimbra@mail.telepac.pt)

#### **Baía de Sesimbra**

Org.: Clube Naval de Sesimbra

**dia 21 | dom | 9h**

### **PASSEIO DE JEEP**

#### **Rota do Cabo Espichel à Lagoa**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 20 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 21 | dom | 9.30h**

### **ESCALADA**

#### **Cu de Judas**

- Preço: 20 €
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 19 de janeiro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)
- Ponto de encontro: Parque de Estacionamento do Creiro, Portinho da Arrábida**

Org.: Vertente Natural

**dia 27 | sáb | 9h**

### **PASSEIO DE JEEP E PEDESTRE Rota da Arrábida**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo / médio
- Inscrições: até 26 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 27 | dom | 9.30h**

### **PASSEIO PEDESTRE**

#### **Rota Baleeira**

- Preço: 10 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 26 de janeiro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)

**Ponto de encontro: Sesimbra**

Org.: Vertente Natural

**dia 28 | sáb | 9h**

### **PASSEIO DE JEEP**

#### **Rota do Cabo Espichel à Lagoa**

- Preço: 25 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 27 de janeiro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 28 | dom | 9h**

### **PASSEIO PEDESTRE Marmitas do Gigante: Terras do Risco**

- Preço: 6 € (crianças até 11 anos: 3 €)
- Duração: 3 a 4 horas
- Informações: 91 785 28 35 / 91 565 05 85 / [geral@ludyesfera.com](mailto:geral@ludyesfera.com) / [www.ludyesfera.com](http://www.ludyesfera.com)

**Ponto de encontro:  
local a combinar**

Org.: Ludyesfera

### a decorrer...

#### segundas e quintas | 18 e 19.30h

#### **AULAS**

#### **Meditação e Relaxamento**

- Preço: a partir de 8 €
  - Informações: 96 148 69 15 / [se7esois.als@gmail.com](mailto:se7esois.als@gmail.com)
- Se7eSois, Almoinha**  
Org.: Se7eSois



Rota da Arrábida | dia 27



Sempre a Mexer para Não Envelhecer

### **Sempre a Mexer para Não Envelhecer**

Contribuir para melhorar a qualidade de vida da população sénior, no que diz respeito ao seu bem-estar físico, mental e social, é o principal objetivo do Sempre a Mexer para Não Envelhecer. Aulas de ginástica e de yoga, oficinas de artes e ofícios e de música tradicional, e danças de salão são as propostas do projeto, criado em 2005 e destinado à população com mais de 55 anos, residente no concelho de Sesimbra. Os interessados em participar devem contactar o Gabinete de Habitação e Ação Social pelo telefone 21 228 85 33.

#### **segunda a sábado Yoga com Vista Mar**

• Inscrições: 96 524 52 57 /

yogasesimbra.com

**Ashrama de Sesimbra**

Org.: Associação do Yoga

- Ashrama de Sesimbra

#### **terças e quintas | 11 e 17h GINÁSTICA EM GRUPO Corpo em Movimento Sénior**

• Destinatários: a partir dos 55 anos

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 37 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

#### **terças e quintas | 20.15h**

**ARTES MARCIAIS**

#### **Choi Kwang Do**

• Inscrições e informações: 93 329 90 33

• Instrutor: Sérgio Capitulo  
**Pavilhão Municipal de Sampaio**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

#### **sextas | 21h**

**MEDITAÇÃO**

#### **Um Somos Nós**

• Preço: 5 € (por aula)

• Inscrições e informações: 96 148 69 15 / se7esoais@gmail.com

**Se7eSois, Almoinha**

Org.: Se7eSois

#### **Sempre a Mexer Para Não Envelhecer**

• Preço: 4 € por mês, com descontos caso o utente participe em duas ou mais atividades

• Inscrições e informações: 21 228 85 33

**Concelho de Sesimbra**

#### **BUJINKAN DOJO**

#### **Bujinkan Ninjutsu**

**segundas e sextas | 20h**

**Casa da Âncora,  
Zambujal de Baixo**

**terças e quintas | 20.15h**

**Pavilhão Municipal da Quinta do Conde**

• Inscrições e informações: 96 634 29 68

• Instrutor: Bruno Domingos  
Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

#### **TÊNIS**

#### **Escola**

#### **para Jovens e Adultos**

• Inscrições: 93 293 90 25 / geral@ctsesimbra.pt

• Informações: página de Facebook do Clube

**Centro Municipal de Tênis de Sesimbra, Maçã**

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

#### **Passeios Guiados e Experiências**

**Sesimbra, Sesimbra**

**Experience, Visitas**

**à Lota e Visitas**

**a Lojas de Companhia**

• Preços: entre 5 e 75 €

• Inscrições: 91 272 98 88 /

91 321 33 25 / info@

weareportugalska.com

• Informações:

www.weareportugalska.com

Org.: Portugalska Tours



Os Reis Magos em Sesimbra | dia 6



Capela do Espírito Santo dos Mareantes | todos os dias

dia 6 | sáb

**DIA DE REIS**

## Os Reis Magos em Sesimbra

10.30h

*Passagem dos Reis Magos*

Janeiras pelo Grupo Coral A Voz do Alentejo na Quinta do Conde **Mercado Municipal da Quinta do Conde** 14.30h

*Passagem dos Reis Magos*

Janeiras pelo Grupo Coral A Voz do Alentejo na Quinta do Conde **Parque Augusto Pólvora, Maçã** 17h

*Os Reis Magos em Sesimbra*

Janeiras pelo Grupo Coral A Voz do Alentejo na Quinta do Conde **Fortaleza de Santiago, Sesimbra**

(ver destaque na página 8)

inscrições...

dia 31

**CANDIDATURAS**

**Green Key**

**Edição 2018**

Galardão internacional que premeia estabelecimentos que valorizam a gestão ambiental e promovem a educação ambiental para a sustentabilidade.

• **Destinatários:** empreendimentos turísticos, parques de campismo, alojamento local e restaurantes

• **Candidaturas:** até 31 de janeiro de 2018

• **Inscrições e informações:**

<https://greenkey.aba.pt/>

Org.: Associação Bandeira Azul da Europa

a decorrer...

## Cabaz do Peixe

• Preço: 20 € (cabaz com 3 quilos de peixe fresco)

• Encomendas:

[www.cabazdopeixe.pt/](http://www.cabazdopeixe.pt/)  
21 228 05 86

**Horários e locais de entrega:**

**Entregas Semanais**

**quartas | das 17.30 às 19h**

• Fecho das encomendas segundas, às 14h

**Largo 25 de Abril, Arrentela**

**sextas | das 17 às 19h**

• Fecho das encomendas quartas, às 14h

**Moagem de Sampaio**

**Entregas Quinzenais**

**quintas, das 16 às 18h**

• Fecho das encomendas quartas, às 14h

**Lisboa**

**quintas | das 17.30 às 19h**

• Fecho das encomendas terças, às 14h

**Rua Pedro Álvares Cabral, Quinta do Conde**

**sábados | das 10.30 às 12h**

• Fecho das encomendas quintas, às 14h

**Espaço Fortuna Artes e Ofícios, Palmela**

## Projeto Prove

**Produtos hortícolas e frutícolas**

• **Inscrições:** Gabinete de Turismo, Economia Local e Pescas / 21 228 87 14 / [pecas.ruralidade@cm-sesimbra.pt](mailto:pecas.ruralidade@cm-sesimbra.pt) / [www.prove.com.pt](http://www.prove.com.pt)

**Horários e locais de entrega:**

**terças | das 18 às 20.30h**

• Preço: 11 €

• E-mail: [encomendas@prove.com.pt](mailto:encomendas@prove.com.pt)

[lindaavelha@prove.com.pt](mailto:lindaavelha@prove.com.pt)

• Tel.: 96 783 07 12

(Sónia Ribeiro)

**Centro Comunitário de Linda-a-Velha**

**quartas | das 17 às 19.30h**

• Preço: 10 €

• E-mail: [encomendas@prove.com.pt](mailto:encomendas@prove.com.pt)

[alvalade@prove.com.pt](mailto:alvalade@prove.com.pt)

• Tel.: 91 919 72 67

(André Manta)

**INATEL, Avenida**

**Rio de Janeiro, Lisboa**

**quintas | das 17.30 às 19h**

• Preço: 10 €

• E-mail: [encomendas@prove.com.pt](mailto:encomendas@prove.com.pt)

[quintadoconde@prove.com.pt](mailto:quintadoconde@prove.com.pt)

• Tel.: 91 231 03 41

(Mafalda Saloio)

**Junta de Freguesia**

**da Quinta do Conde**

**quintas | das 18 às 20h**

• Preço: 10 €

• E-mail: [encomendas@prove.com.pt](mailto:encomendas@prove.com.pt)

[setubal@prove.com.pt](mailto:setubal@prove.com.pt)

• Tel.: 91 953 78 77

(Luís Fulgêncio)

**Clube Ornitológico de Setúbal**

**quintas | das 18 às 20h**

• Preço: 15 €

(Produtos Biológicos)

• E-mail: [encomendas@prove.com.pt](mailto:encomendas@prove.com.pt)

[barreiro@prove.com.pt](mailto:barreiro@prove.com.pt)

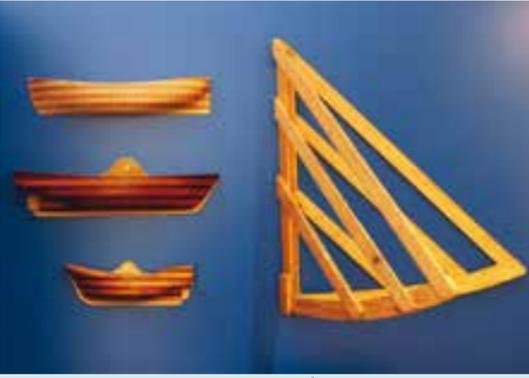
• Tel.: 91 761 67 37

(José Encarnação)

**Associação**

**para o Desenvolvimento**

**das Artes e Ofícios, Barreiro**



Museu Marítimo de Sesimbra | de terça a domingo



Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino

**sextas | das 16.30 às 17.45h**

- Preço: 10 €
- E-mail: encomendas.sesimbra@prove.com.pt
- Tel.: 93 588 04 45 (Teresa Cervásio)

**Associação dos Comerciantes de Sesimbra**

**sextas | das 16.30 às 19h**

- Preço: 10 €
- E-mail: encomendas.setubal@prove.com.pt
- Tel.: 91 953 78 77 (Luís Fulgêncio)

**Lx Factory**

**sextas | das 16.30 às 19h**

- Preço: 10 €
- E-mail: encomendas.sesimbra@prove.com.pt
- Tel.: 93 588 04 45 (Teresa Cervásio)

**Moagem de Sampaio**

**terças e quintas | 16h**

**Venha Conhecer a Lota de Sesimbra com a Portúgalska**

- Preço: 5 € (crianças até aos 6 anos, grátis)
- Limite: 20 participantes
- Informações e inscrições: 21 228 85 40 / 93 245 60 98 / Posto de Turismo de Sesimbra

**Ponto de encontro: Posto de Turismo de Sesimbra**

Org.: Portúgalska Tours

**Gabinete de Psicologia da Santa Casa da Misericórdia**

- Informações: 21 228 82 18 / 96 945 35 22 / santacasa.gabinetepsicologia@gmail.com
- **Santana, Sesimbra**
- Org.: SCM de Sesimbra

**Sala de Snoezelen Espaço Sentido**

- Sala multissensorial aberta à comunidade.
- Tel.: 21 268 34 47 / 96 945 35 22
- E-mail: snoezelen.scms@gmail.com
- Projeto distinguido com uma Menção Honrosa no Prémio BPISeniores 2015
- Rua Dr. Alberto Leite nº 13, Santana**
- Org.: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra

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

**PATRIMÓNIO Capela do Espírito Santo dos Mareantes**

- Entrada: 1 €
- Informações: 21 223 11 34 / capela@cm-sesimbra.pt
- Rua Cândido dos Reis, nº 17, Sesimbra**

**terça a domingo | das 10 às 13 e das 14.30 às 18h**

**PATRIMÓNIO Museu Marítimo de Sesimbra**

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

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

**PATRIMÓNIO Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio**

- Informações: 21 228 85 00 / museu@cm-sesimbra.pt
- Estrada Nacional 379, Sampaio** (ver destaque na página 13)

**sábados, domingos e feriados | das 10.30 às 17.30h**

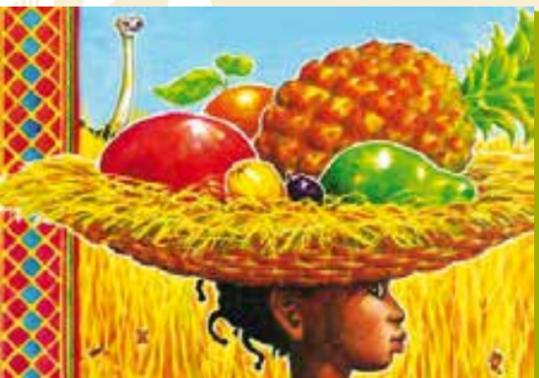
**PATRIMÓNIO Casa da Água do Cabo Espichel**

- Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel**

**PEGADAS DE DINOSAURIOS Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino**

- Informações: 21 228 82 06 / 7 / museu@cm-sesimbra.pt
- Rua do Forno da Cal do Zambujal**

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



A Surpresa de Handa | a decorrer...



A Melhor Camisola do Mundo! | dia 16

### CONTATO NO ESPAÇO

#### Espaço Zambujal

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Limite: 20 crianças
- Org.: JF Castelo

dia 5 | sex | 14.30h

#### A Estrela dos Desejos

de M. Christina Butler e Frank Endersby

- Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

dia 19 | sex | 14.30h

#### A Ovelhinha que Veio para o Jantar

de Steve Smallman e Joelle Dreidemy

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

a decorrer...

### ESPAÇO NO TEU ESPAÇO

#### A Surpresa de Handa

de Eileen Browne

O Espaço Zambujal leva às escolas atividades de leitura e animação.

- Destinatários: crianças do pré-escolar, 1.º e 2.º ano do 1.º ciclo das escolas básicas da freguesia do Castelo
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

### ESPAÇO NO TEU ESPAÇO

#### O Alfabeto dos Países

de José Jorge Letria

O Espaço Zambujal leva às escolas atividades de leitura e animação.

- Destinatários: crianças do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo das escolas básicas da freguesia do Castelo
- Livro recomendado pelo Plano Nacional de Leitura

### HORA DO CONTO

dia 6 | sáb | 11h

#### Arrumado

de Emily Gravett

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

dia 9 | ter | 15.30h

#### O Texugo e a Grande Tempestade

de Suzanne Chiew e Caroline Pedler

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

dia 13 | sáb | 11h

### DESCOBRINDO

#### A BEBETECA

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

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

dia 16 | ter | 15.30h

#### A Melhor Camisola do Mundo!

de David Bedford e Caroline Pedler

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

dia 20 | sáb | 11h

#### O Dia em que os Lápis Voltaram a Casa

de Drew Daywalt e Oliver Jeffers

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

dia 23 | ter | 15.30h

#### A Lagartinha Muito Comilona

de Eric Carle

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

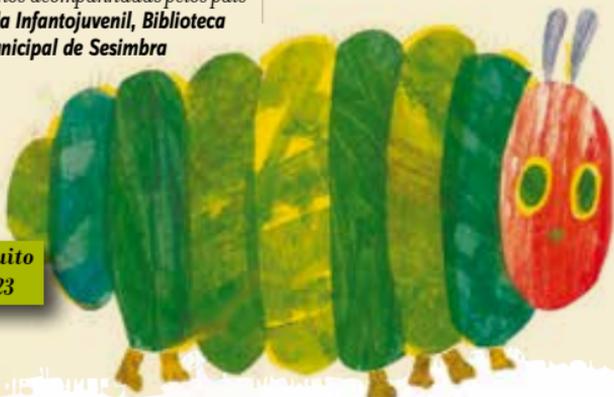
dia 30 | ter | 15.30h

#### O Mistério do Urso

de Wolf Erlbruch

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

A Lagartinha Muito Comilona | dia 23





**O Dia em que os Lápis Voltaram a Casa | dia 20**



**Centro Municipal de Atividades Náuticas | sábados**

a decorrer...

### **A Melhor Sopa do Mundo**

de Susanna Isern, com ilustrações de Mar Ferrero

• Destinatários: crianças em idade pré-escolar dos infantários públicos e privados do concelho

• Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)

• Serviços e Projetos Educativos **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

### **Os Figos são para Quem Passa**

de João Gomes Abreu, com ilustrações de Bernardo P. Carvalho

• Destinatários: crianças do 1.º e 2.º ano do 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)

• Serviços e Projetos Educativos **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

### **A Árvore da Escola**

de Antonio Sandoval, com ilustrações de Emilio Urberuaga

• Destinatários: crianças do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)

• Serviços e Projetos Educativos **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

### **ATIVIDADE FÍSICA**

**dias 12 e 26 | sex | 15h**

#### **Atividade Física Kids Combat**

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

a decorrer...

**terças e quintas | 20.15h**

#### **ARTES MARCIAIS Choi Kwang Do**

• Inscrições e informações: 93 329 90 33

• Instrutor: Sérgio Capitulo **Pavilhão Municipal de Sampaio**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

**quartas**

#### **Yoga para Crianças**

**17.30h** | crianças dos 6 aos 12 anos

**18.30h** | crianças dos 3 aos 5 anos

• Inscrições: 96 524 52 57 /

[yogasesimbra.com](http://yogasesimbra.com)

**Áshrama de Sesimbra**

Org.: Associação do Yoga

- Áshrama de Sesimbra

**sábados | das 10 às 12.30h**

**HÓQUEI EM PATINS**

#### **Academia de Patinagem Custódio Batalha**

• Destinatários: crianças dos 3 aos 10 anos

**Grupo Desportivo de Sesimbra**

Org.: GD Sesimbra

**sábados | das 9 às 12.30h**

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

• Destinatários: jovens dos 6 aos 15 anos

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

• Inscrições e informações: 93 998 02 22 /

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

**Lagoa de Albufeira**

**sábados | das 11 às 12h**

#### **Brinca Ténis**

• Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos

• Informações: 93 293 90 25 / [geral@ctsesimbra.pt](mailto:geral@ctsesimbra.pt)

**Centro Municipal**

**de Ténis de Sesimbra, Maçã**

Org.: Clube Escola de Ténis de Sesimbra |

Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo



**Academia de Patinagem | sábados**



**Manhãs no Jardim | dias 3, 26 e 30**

**Coroa com Rolos de Papel | dia 6**

## Formação de Futsal

- Destinatários: crianças dos 6 aos 9 anos
  - Informações: 21 268 72 52 / 92 638 80 07 / 93 347 10 39 / [acdcotovia@gmail.com](mailto:acdcotovia@gmail.com)
- Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**  
Org.: Associação Cultural e Desportiva da Cotovia

## BUJINKAN DOJO

### Ninja Kids

segundas e sextas | 19h

Casa da Âncora,  
Zambujal de Baixo

terças e quintas | 19h

Sala de Judo,  
Piscina de Sesimbra

terças e quintas | 19.15h

Pavilhão Municipal  
da Quinta do Conde

- Inscrições e informações: 96 634 29 68
  - Instrutor: Bruno Domingos
- Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

## BUJINKAN DOJO

### Bujinkan Ninjutsu

terças e quintas | 20h

Sala de Judo,  
Piscina de Sesimbra

terças e quintas | 19.15h

Pavilhão Municipal  
da Quinta do Conde

quartas | 19h

sextas | 20h

Casa da Âncora,  
Zambujal de Baixo

- Inscrições e informações: 96 634 29 68
  - Instrutor: Bruno Domingos
- Org.: Dojo Ko Tora Nin Associação

## OFICINAS E ATELIÊS

dia 2 | ter | 14.30h

### OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Os Três Esquimós

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dias 3, 26 e 30 | das 10 às 12h

### Manhãs no Jardim

- Inscrições: 93 998 01 26
  - Dinamização: voluntária do programa Erasmus + SVE proveniente da Polónia
- Spot Jovem, Quinta do Conde**

dias 4 e 18 | qui | 15.30h

### Oficina do Faz de Conta

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
  - Inscrições: 21 228 85 88 / [ines.santos@cm-sesimbra.pt](mailto:ines.santos@cm-sesimbra.pt)
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 6 | sáb | 10h

### ATELIÊ COMEMORATIVO | DIA DE REIS

### Vem Confecionar o teu Bolo-rei

Atividade de culinária

- Destinatários: crianças dos 6 aos 16 anos
- Limite: 12 crianças
- Inscrições: até 3 de janeiro
- Informações: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Forno Comunitário do Lugar da Terra, Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo

dia 6 | sáb | 14.30h

### ATELIÊ COMEMORATIVO | DIA DE REIS

### Coroa com Rolos de Papel

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 10 | qua | 10.30 e 14.30h

### OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA Inverno com as Mãos

Com a impressão da tua mão, cria diferentes e originais efeitos decorativos!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 11 | qui | 10.30h

### ATELIÊ Escrita Criativa

por Amélia Lopes

Dando largas à tua imaginação aprende como podes entrar no mundo da escrita criativa.

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



Inverno com as Mãos | dia 10



Jogos de Tabuleiro | dia 27

dia 13 | sáb | 14.30h

**REUTILIZA E APRENDE**  
**Vamos Reciclar**  
**o Inverno...**

Vem aprender a criar novos objetos, reaproveitando latas antigas!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 13 | sáb | 15h

**ATELIÊ**  
**Marioneta Articulada**  
*por Rita Grande e Joana Marquês*

Ateliê plástico onde aprendes a construir uma marioneta articulada a partir de materiais reciclados.

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

dia 16 | ter | 10.30h

**ESPAÇO BEBETECA**  
**Um Conto e Dois**  
**Passos...**

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

dia 16 | ter | 14.30h

**OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA**  
**Bonecos de Neve**  
**com Pratos de Plástico**

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 20 | sáb | 14.30h

**OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA**  
**Decora Palhaços**  
**com Serpentina**

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 24 | qua | 10.30 e 14.30h

**OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA**  
**Quebra Cabeças**  
**- Puzzle**

Vem divertir-te a elaborar este jogo. Junta todas as peças que vais criar e desvenda este quebra cabeças!!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 26 | sex | das 15 às 16h

**WORKSHOP**  
**Vem Navegar**  
**em Segurança**

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

- Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

**Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

dia 27 | sáb | 14.30h

**TARDES LÚDICAS**  
**| JOGOS DE MESA**  
**Jogos de Tabuleiro**

- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 27 | sáb | 15h

**ATELIÊ**  
**Quem Sou Eu?**  
*por Catarina Sousa e Mariana Capítulo*

Aventura-te neste ateliê, construindo com materiais reciclados uma máscara muito original.

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



Porta-chaves de Inverno | dia 30



Aqui Brincamos Todos | quartas

dia 30 | ter | 14.30h

## OFICINA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA **Porta-chaves de Inverno**

Faz o teu próprio porta-chaves com motivos de inverno!

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

**Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

dia 31 | qua | 14.30h

## VOLUNTARIADO **Hoje Temos Visitas... As Avós Vêm à Biblioteca Contar Histórias**

por **Celestina Baptista e Júlia Baêta**

- Destinatários: crianças do pré-escolar e 1.º ciclo
- Inscrição: 21 228 85 88 / sonia.ferreira@cm-sesimbra.pt

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

a decorrer...

terças | 16h

## **Oficina do Faz de Conta**

- Destinatários: crianças a partir dos 4 anos
- Inscrições: 21 210 22 31 / ines.santos@cm-sesimbra.pt

**Polo de Leitura da Quinta do Conde**

quartas | 10.30h

## ESPAÇO **Aqui Brincamos Todos**

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

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

OFICINA

## **Emaranhando pelas Palavras...**

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

OFICINA

## **Uma História para Devorar com Lambarice!**

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

OFICINA

## **Leituras de Corpo Inteiro**

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

DOMINGOS EM FAMÍLIA

dia 14 | dom | 16h

CINEMA

## **Coco** de **Lee Unkrich e Adrian Molina**. Animação/ Aventura/Comédia; EUA; 2017; 109 min.; M/6

- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
  - Acompanhantes: 2,5 €
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(ver destaque na página 7)

dia 21 | dom | 16h

TEATRO

## **Super-heróis**

- Destinatários: maiores de 4 anos
  - Crianças (até 12 anos): 1,5 €
  - Acompanhantes: 2,5 €
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(ver destaque na página 9)

dia 28 | dom | 16h

CINEMA

## **Gang do Parque 2** de **Cal Brunkez**. Animação; EUA/Canadá/China/Coreia do Sul; 2017, 80 min.; M/6

- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
  - Acompanhantes: 2,5 €
- Cinetatro Municipal João Mota, Sesimbra**  
(ver destaque na página 7)





**Aulas de Inglês para Jovens | dias 3, 26 e 30**



**Smurfs: A Aldeia Perdida | dia 4**



Foto: Patrícia Ricardo

### **A Ilha de Plástico**

Dois seres estranhos, que habitam no centro de um oceano, passam os dias a discutir ideias e a tentar perceber se o céu é azul ou incolor. Apenas concordam numa coisa – é o plástico que os mantém à tona, uma vez que vivem no meio da poluição. Certo dia descobrem uma caixa com imagens que lhes revela um mundo distante - limpo, colorido, livre e muito mais feliz. Ansiosos por descobrir este novo lugar vão perceber que estes dois mundos, embora desiguais, fazem parte de um só planeta, a Terra. Ples e Lusco vão meter mãos à obra, e com ajuda do público e de todos nós, decidem fazer desaparecer A Ilha de Plástico para que o planeta azul deixe de estar doente.

O teatro, inserido no programa dos Serviços e Projetos Educativos, pretende sensibilizar a comunidade educativa, em particular os mais pequenos, para a importância da reciclagem.

**dia 5 | sex | 10 e 11.15h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

### **SUGESTÕES**

**dias 3, 26 e 30 | das 17.30 às 18.30h**

### **Aulas de Inglês para Jovens**

- Limite: 10 participantes
  - Inscrições: 93 998 01 26
  - Dinamização: voluntária do programa Erasmus + SVE proveniente da Polónia
- Spot Jovem, Quinta do Conde**

**dia 4 | qui | 14.30h**

### **CINEMA NO ESPAÇO**

### **Smurfs: A Aldeia Perdida de Kelly Asbury**

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

### **Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo

**dia 5 | sex | 10 e 11.15h**

### **TEATRO**

### **A Ilha de Plástico**

- Crianças (até 12 anos): 1,5 €
- Acompanhantes: 2,5 € (isento para professores e educadores)
- Serviços e Projetos Educativos

### **Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

**dia 11 | qui | 14.30h**

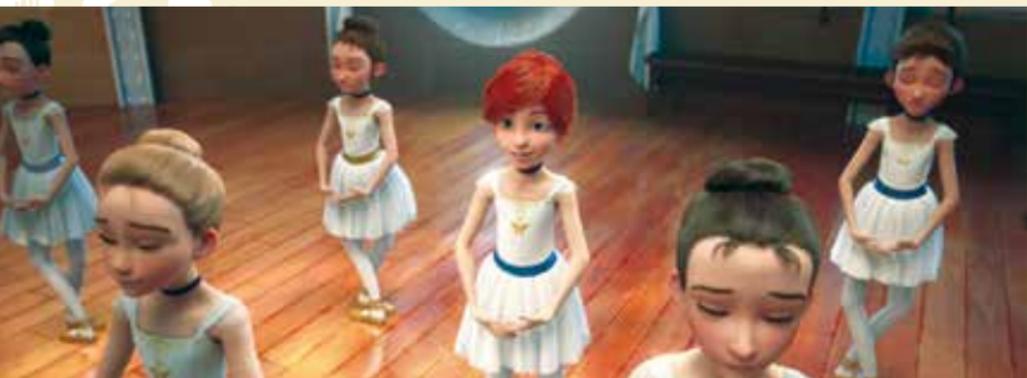
### **CINEMA NO ESPAÇO**

### **O Gangue do Parque 2 de Cal Bruncker**

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

### **Espaço Zambujal**

Org.: JF Castelo



## A Bailarina | dia 18

dia 18 | qui | 14.30h

CINEMA NO ESPAÇO

### A Bailarina

de Eric Summer  
e Eric Warin

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 25 | qui | 14.30h

CINEMA NO ESPAÇO

### Gru - O Maldisposto 3

de Pierre Coffin  
e Kyle Balda

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

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

a decorrer...

terças e quintas |  
das 16 às 17.30h

APOIO PEDAGÓGICO

### Projeto Hora e Meia

- Destinatários: alunos que frequentem o 1.º ciclo do ensino básico na freguesia do Castelo
- Limite: 5 alunos por grupo
- Objetivo: facultar apoio pedagógico em grupo nas áreas da matemática, português e estudo do meio
- Duração: 1.30h por sessão
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 /

espaco.zambujal@gmail.com

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

quartas

VISITAS GUIADAS

### Biblioteca Municipal

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

quintas | 14.30h

LUGAR D'CONTOS

### Ciclo do Azeite

de Mariana Magalhães  
e Cristina QUINTAL

- Destinatários: estabelecimentos de ensino da freguesia do Castelo
- Limite: 15 crianças
- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Lugar da Terra,  
Zambujal de Baixo

Org.: JF Castelo

VISITA ORIENTADA

### A Descoberta

Realização de uma viagem pelo espaço do Museu, onde se conta a história da Capela e do Hospital Medieval, estimulando a observação dos participantes para o património e as suas obras expostas.

- Destinatários: crianças do pré-escolar ao ensino secundário
- Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra**

VISITA OFICINA

### Imaginar e Relacionar

Após uma envolvimento com o museu estamos prontos para criar, relacionar e contar novas histórias com a ajuda das peças de arte expostas.

- Destinatários crianças do 3.º e 4.º ano do 1º ciclo, 2.º e 3.º ciclo
- Capela do Espírito Santo dos Mareantes, Sesimbra**

VISITA ORIENTADA

### O Castelo

Vamos visitar o Castelo e imaginar como seria o seu quotidiano na época medieval. Uma lenda, uma maquete e uma ruína vão elucidar os factos históricos do local que vais descobrir.

- Destinatários: crianças do pré-escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclo
- Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra**

VISITA OFICINA

HANDS ON

### Escavação Arqueológica

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

- Destinatários: crianças do pré-escolar ao ensino secundário
- Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra**



Gru - O Maldisposto 3 | dia 25



O Castelo | a decorrer...

### VISITA DESCOBERTA Pelos

#### 4 Cantos do Castelo

Vamos procurar locais de relevo no Castelo de Sesimbra, orientados por um jogo de palavras ou por uma pista lançada, que vão ajudar os participantes na descoberta de locais com interesse histórico sobre o Castelo.

• *Destinatários:* crianças do 1.º, 2.º e 3.º ciclo  
**Núcleo de Arqueologia, Castelo de Sesimbra**

### VISITA ORIENTADA Na Moagem

Neste espaço dedicado ao processo da moagem dos cereais é proporcionando ao visitante uma aproximação com a realidade rural do concelho sendo visível o sistema de moagem do início do séc. XX.

• *Destinatários:* crianças do pré-escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclo  
**Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio**

### VISITA OFICINA Com as Mãos Vamos...

Nesta atividade vamos por a mão na massa e com ela dar forma e criar novos objetos. Os participantes podem construir um moinho em papel ou simular a plantação de um cereal aprendendo os cuidados necessários com sua germinação.

• *Destinatários:* crianças do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo, 2.º e 3.º ciclo  
**Núcleo Museológico da Moagem de Sampaio**

### VISITA ORIENTADA O Pescador

A visita convida os visitantes a percorrer as salas associadas às diferentes temáticas relacionadas com o mar e com as artes de pesca.

• *Destinatários:* crianças do pré-escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclo  
**Museu Marítimo de Sesimbra**

### VISITA OFICINA Vamos ao Mar

A atividade procura, através da construção de objetos relacionados com a pesca ou da recriação de momentos da vida marítima, aproximar o participante da realidade piscatória. Temáticas:

• *Construção Naval (barcos de papel), Biodegradação (lixo marinho) e No Fundo do Mar.*  
• *Destinatários:* crianças do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo, 2.º e 3.º ciclo  
**Museu Marítimo de Sesimbra**

### VISITAS ORIENTADAS Dinossáurios em Sesimbra

Como seria o concelho de Sesimbra há 150 milhões de anos? Nesta visita ao Núcleo interpretativo da Pedreira do Avelino vamos falar de fósseis e ficar a conhecer algumas curiosidades sobre os dinossáurios que ali deixaram as suas marcas.

• *Destinatários:* crianças do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário  
**Núcleo Interpretativo do Monumento Natural da Pedreira do Avelino**

### VISITA OFICINA

#### Os Segredos das Pegadas dos Dinossauros

As pegadas fossilizadas são uma verdadeira fonte de informação para os paleontólogos que, através delas, descobriram como se deslocavam os dinossauros e quais eram os seus hábitos. Com base nas pegadas vamos desvendar alguns destes “mistérios”.

• *Destinatários:* crianças do 3.º ano do 1.º ciclo ao ensino secundário  
**Núcleo Interpretativo do Monumento Natural da Pedreira do Avelino**

### VISITA ORIENTADA Vamos à Lota

Nesta visita podemos observar o trabalho diário no barco atracar no cais, o acondicionamento do pescado para ser vendido, os trabalhos de manutenção e reparação das embarcações de pesca no estaleiro naval e os trabalhos realizados nas lojas de companhia.

• *Destinatários:* público escolar, ensino especial e sénior  
**Docapesca/Estaleiro de Sesimbra**

## Uma data esquecida:

**R**eza a história que o dia 21 de fevereiro de 1165 é a data, a partir da qual, Sesimbra começou a sua existência como terra cristã e portuguesa, após a sua conquista aos mouros por D. Afonso Henriques que assim ia expandindo o território da nascente monarquia lusa.

A partir daí e à medida que com a reconquista se ia consolidando a independência, desenvolviam-se também os fatores essenciais duma nova localidade, duma nova identidade, sendo a alcáçova o seu baluarte onde tinha residência o alcaide, ou governador, de nomeação régia, e garante do exercício regular do poder político, judicial e militar.

Depois, com a ereção da igreja de Santa Maria, sob cuja invocação se colocou a terra sesimbrense, foram surgindo à sua volta os órgãos próprios da sua autonomia, que só teria expressão legal com o foral de D. Sancho I, em agosto de 1201, o qual testemunha já a importância da vila então definitivamente arrancada ao mauro poder.

Começa assim politicamente a vida de Sesimbra, embora ainda sem limites estabelecidos que só serão conhecidos com D. Dinis que, em abril de 1323, define os “Termos” dividindo a península em três concelhos: Sesimbra (compreendendo então Azeitão e Arrábida), Almada e Palmela.

A data da concessão do foral e a da criação do concelho, como relevantes que são, teriam também merecimento para uma celebração regular se porventura fossem conhecidos os dias e não apenas os meses da sua origem.

A primeira foi até aquela que a vereação de 1914 escolheu, para ser o primitivo feriado municipal se tivesse conseguido saber o respetivo dia.

Dado que se conhece o dia e o seu real valor na história local, não será no mínimo estranho que 21 de fevereiro nunca seja motivo para uma celebração?



Parece-nos que a resposta só poderá ser afirmativa mas, contudo, apenas com uma exceção e por sinal bem relevante, não temos notícia de que alguma vez tenha sido recordado como o seu significado recomenda.

A exceção ocorreu no ano de 1965, por ocasião do oitavo centenário e numa iniciativa da Liga dos Amigos do Castelo e do jornal *O Sesimbrense* que não só organizaram uma edição comemorativa da efeméride, que inseriu colaboração de algumas figuras notáveis da cultura nacional, mas também tiveram a cooperação da Câmara Municipal que promoveu a realização duma sessão solene no Cineteatro João Mota, presidida pelo Ministro do Interior e na qual o Embaixador Jorge Preto, de ascendência sesimbrense, proferiu uma brilhante palestra alusiva à data que seria depois publicada em livro.

Porque depois disso o dia continuou esquecido, na sessão da Câmara efetuada em maio de 1969, a mesma em que propusemos a criação do feriado municipal no dia



4 de maio, lembrámos o interesse da sua comemoração apontando-o como um dos poucos dias verdadeiramente relevantes da história de Sesimbra.

Dado que então se viveram tempos conturbados na administração municipal, o assunto não teve continuidade e, mau grado nosso, ficou de novo adiado.

Adiado mas não olvidado, porquanto, há cerca de 30 anos, novamente solicitámos à Câmara que promovesse regularmente a celebração da data e, apoiando a ideia, redigimos um artigo para a edição do jornal da terra de janeiro de 1988.

Verdade seja dita que a ideia foi acolhida com simpatia e o manifesto propósito de a concretizar. Todavia, talvez porque ao tempo se impusessem as festividades de cariz político-partidário, mais uma vez o 21 de fevereiro ficou por considerar.

A nossa insistência no assunto obteve até nos últimos anos maior legitimidade, em face da ignorância, do grande défice de cultura sesimbrense que se regista princi-

palmente entre as gerações mais novas, mas não só, e que em nosso entender resultam da inexistência de um ensino apropriado.

E cabe aqui recordar uma ideia que apresentámos, no âmbito das comemorações do centenário das Escolas Conde Ferreira, pretendendo que na disciplina de História ministrada nas nossas escolas fossem incluídas, logo a partir do ensino básico, alguns ensinamentos sobre as figuras e acontecimentos de maior expressão na história da nossa terra.

Porque até parece que hoje já não nos revemos na nossa história e, por isso, nos vamos dissociando dos seus eventos mais relevantes esquecidos de que, ignorando-se a história se apaga a identidade, a memória de um povo.

Há portanto que investir na memória, cultuando-a na exaltação dos valores que constituem o nosso património, tanto o material, como o imaterial de que aquela data, como símbolo da fundação da nacionalidade, é elevado expoente.

## Equipamentos e Serviços Municipais

### Arquivo Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

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

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

### Assembleia Municipal de Sesimbra

Tel.: 21 228 86 88

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

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

### Balcão Único de Serviços Sesimbra

Rua da República, 3, 2970-741 Sesimbra

#### Quinta do Conde

Edifício do Mercado Municipal, Av. Manuel de Arriaga

2975-337 Quinta do Conde

Tel.: 21 228 85 00

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

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

#### BÚS Móvel

Tel.: 93 842 74 93

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

Linha Verde (Reclamações): 800 22 88 50

### Biblioteca Municipal de Sesimbra

Av. da Liberdade, n.º 46

2970 - 635 Sesimbra

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

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

Horário: terça a sexta, das 9.30 às 19h (a sala infantojuvenil encerra às 17.30h), sábado, das 10 às 18h (as salas de leitura encerram das 13 às 14h)

### Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Rua Cândido do Reis, n.º 17

2970 - 724 Sesimbra

Tel.: 21 223 11 34 / 21 228 85 50 / 21 228 85 00

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

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

### Castelo de Sesimbra

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

VERÃO (abril a outubro): das 7 às 20h

### Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro

Rua de Sta. Maria do Castelo, Corredoura, 2970 - 063 Sesimbra

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

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

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

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

Av. João Paulo II, n.º 6 - Santana

2970-002 Sesimbra

Tel.: 93 998 25 52

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

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

### Centro de Recursos

#### Educativos de Formação

Avenida D. Manuel da Silva Martins, n.º 8, (edifício do Centro de Estudos Culturais e Acção Social Raio de Luz) Maçã/Sampaio

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

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

Horário: das 9 às 20h (todos os dias)

Encerra de 1 a 29 de agosto

### Cineteatro Municipal João Mota

Rua João da Luz, n.º 5

2970 - 762 Sesimbra

Tel.: 21 228 87 15

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

Informações e reservas: 21 223 40

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

Horário: INVERNO

quarta a domingo, das 16 às 20h

VERÃO (julho e agosto):

quarta a domingo, das 17 às 21h

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

### CIPA - Centro de Inovação

#### e Participação Associativa

Rua Sacadura Cabral, Conde 3

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

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

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

### Espaço Cidadania - CLAI

#### Quinta do Conde

Tel.: 21 210 95 00

Horário: terça e sexta, das 9 às 12h

#### Sesimbra

Tel.: 21 228 85 00

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

### Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena

#### Lagoa de Albufeira

Tel.: 93 998 22 92

E-mail:

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

Site:

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

Horário: quartas, sextas, sábados e domingos (terceiro sábado de cada mês abre às 7h) quintas, reservado a escolas, grupos e outras atividades INVERNO (de 16 de setembro a 14 de junho): das 9 às 13 e das 14 às 17h (última entrada às 16h) VERÃO (de 15 de junho a 15 de setembro): das 10 às 12.30 e das 14 às 18.30h (última entrada às 17.30h)

### Espaço Solidário Cotovia

Tel.: 21 228 87 45

Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h

#### Quinta do Conde

Tel.: 93 998 27 74

Horário: de terça a sexta, das 9 às 12 e das 14 às 17h

### Espaço Zambujal

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

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

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

Horário: de terça a sábado, das 10 às 13 e das 14 às 18h

### Fortaleza de Santiago

Horário: das 9.30 às 0h

### Gabinete de Inserção Profissional Sesimbra

Bairro de Argéis, FORMAR,

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

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

Horário: segundas, quartas e quintas, das 14.30 às 17, terças e sextas, das 9.30 às 12.30 e das 14.30 às 17h

#### Quinta do Conde

Junta de Freguesia

Tel.: 21 210 83 70

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

Horário: de segunda a sexta, das 14 às 17h

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

#### **Posto Veterinário Municipal**

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

E-mail: veterinario@cm-sesimbra.pt  
**Sesimbra**

Rua Mareantes de Sesimbra, Bloco

n.º 6 r/c, 2970-711 Sesimbra

Horário: sextas, das 10 às 12h

#### **Fonte de Sesimbra**

Rua Fonte de Sesimbra

2970-271 Sesimbra

Horário: quartas, das 10 às 12h

#### **Quinta do Conde**

Rua Ribeiro Sanches

2975-403 Quinta do Conde

Horário: quintas, das 10 às 12h

### **Moagem de Sampaio**

Estrada Nacional 379

Sampaio, 2970 – 137 Sesimbra

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

Email: museu@cm-sesimbra.pt

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

### **Museu Marítimo de Sesimbra**

Fortaleza de Santiago

Rua da Fortaleza, 2970 – 738 Sesimbra

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

E-mail: museu@cm-sesimbra.pt

Site: www.museusesimbra.pt

Horário: VERÃO (16 de junho a 15

de setembro): de terça a domingo,

das 15.30 às 19 e das 20.30 às 23h

INVERNO: de terça a domingo, das

10 às 13 e das 14.30 às 17.30h

### **Parque Augusto Pólvora**

Avenida D. Manuel da Silva Martins

Horário: Verão, das 7 às 22h

Inverno, das 7 às 20h

### **Parque Municipal de Campismo**

#### **Forte do Cavalo**

Tel.: 21 228 85 08

E-mail: campismo.fortedocavalo@

cm-sesimbra.pt

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

Tel.: 21 210 16 91

### **Pavilhão Municipal de Sampaio**

Tel.: 21 268 64 08

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

Av. Norton de Matos

2975 -312 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 22 31

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

Horário: de segunda a sexta,

das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

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

Fortaleza de Santiago

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

E-mail: turismo@cm-sesimbra.pt

Horário: das 9.30 às 18h

De 30 de maio a 15 de setembro:

das 9.30 às 20h

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

Rua Sacadura Cabral

Tm.: 93 998 01 26

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

Horário: de terça a sábado,

das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

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

Rua Heliodoro Salgado, n.º 2

Tel.: 93 998 25 96

E-mail: spotjovem.ssb@

cm-sesimbra.pt

Horário: de segunda a sexta,

das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### **Juntas de Freguesia**

#### **Junta de Freguesia**

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

Avenida Cova dos Vidros

2975-333 Quinta do Conde

Tel.: 21 210 83 70

E-mail: geral@jf-quintadoconde.pt

Site: www.jf-quintadoconde.pt

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

Avenida Padre António Pereira

de Almeida, Lote 6, r/c, Santana

2970-590 Sesimbra

Tel.: 21 268 92 10

E-mail: geral@jf-castelo.pt

Site: www.jf-castelo.pt

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

Largo da Marinha, 26/27

2970-657 Sesimbra

Tel.: 21 228 84 10

E-mail: geral@jf-santiago.pt

Site: www.jf-santiago.pt

### **Comunicação Social**

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

Tel.: 21 099 16 83

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

Tel.: 21 228 92 00

#### **O Sesimbrense**

Tel.: 21 223 21 05

#### **Raio de Luz**

Tel.: 21 268 15 54

#### **Rádio Quinta do Conde**

Tel.: 21 086 07 87

### **Emergência**

#### **Bombeiros Voluntários**

##### **de Sesimbra**

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

Tel.: 21 228 84 50

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

Tel.: 21 210 61 74

#### **Carrinha Sea Master**

Tel.: 91 940 45 55

#### **Centros de Saúde**

**Sesimbra** – Tel.: 21 228 96 00

**Santana** – Tel.: 21 268 92 80

#### **Quinta do Conde**

Tel.: 21 213 82 00

#### **Comissão de Proteção**

##### **de Crianças e Jovens**

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

Tel.: 21 015 66 77/8

E-mail: cpejsesimbra@gmail.com

#### **Cruz Vermelha Portuguesa**

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

Tel.: 21 210 02 12

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

Tel.: 800 50 65 06

#### **Farmácias**

**Sesimbra (Lopes)** – Tel.: 21 223 30 28

**Sesimbra (Leão)** – Tel.: 21 228 80 78

**Santana (Bearião)** – Tel.: 21 268 83 70

**Cotovia** – Tel.: 21 268 16 85

**Alfarim** – Tel.: 21 268 85 47

#### **Quinta do Conde (Rodrigues**

**Pata)** – Tel.: 21 210 80 50

**Quinta do Conde (Bio-Latina)** –

Tel.: 21 210 91 13

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

– Tel.: 21 210 60 99 / 93 684 89 61

#### **GNR**

**Sesimbra** – Tel.: 265 242 676

**Alfarim** – Tel.: 265 242 670

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

#### **Guarda Noturno**

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

Raul Pereira

Tel.: 92 656 42 32

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

Tel.: 21 294 02 94

#### **Hospital São Bernardo (Centro**

##### **Hospitalar de Setúbal, EPE)**

Tel.: 265 54 90 00

#### **Linha SOS Criança**

Tel.: 800 202 651 (grátis)

#### **Linha Verde Recados**

##### **da Criança**

Tel.: 800 206 656 (grátis)

#### **Piquete de Águas (CMS)**

Sesimbra

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

Quinta do Conde

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

#### **Polícia Marítima**

Tel.: 21 228 07 78

#### **Proteção Civil (CMS)**

Tel.: 21 228 05 21

16 JAN  
9H



34.º  
**CORTA-MATO**  
**ESCOLAR CONCELHIO**  
**SESIMBRA '18**

Parque   
**Augusto Pólvora**  
MAÇÃ • SESIMBRA

colaboração:

Escola Segura, Bombeiros Voluntários de Sesimbra, Agrupamentos de Escolas do Concelho de Sesimbra e Escola Profissional Agostinho Roseta

organização:

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



DGEstE