

109 **Sesimbra** **Acontece** **set**  
**'16**

Agenda de Acontecimentos do Município de Sesimbra

*Aqui Há Jazz!*



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	16
conferências . ateliês . cursos	18
desporto . movimento . ar livre	21
...e ainda	25
...e para os mais novos	28

## 34 contactos úteis

### ft

#### ficha técnica

**Propriedade**  
Câmara Municipal de Sesimbra

**Diretor**  
Augusto Pólvora (presidente)

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

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

**Capa**  
Mário Ferreira

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

**Periodicidade**  
Mensal

**Tiragem**  
5000 exemplares

**ISSN**  
2182-6315

## **Aqui há, mais uma vez, jazz!**

Em setembro a vila de Sesimbra começa, aos poucos, a voltar à normalidade, depois de um verão muito animado, que foi, provavelmente, o melhor dos últimos anos em termos de turismo, facto relevante para o tecido económico local.

Nos últimos três meses, a programação cultural foi também adaptada às características da estação. Grande parte dos espetáculos aconteceram ao ar livre, o que nos permitiu viver o espaço público e o clima privilegiado do nosso país, que este ano resultou em noites quase tropicais.

Depois dos inesquecíveis espetáculos ao luar, na Fortaleza, do Carnaval de Verão, das noites ritmadas do Anfiteatro da Boa Água ou dos concertos nas noites de sábado no Parque da Vila, este mês, a maioria das propostas que vos fazemos já acontecem no Cineteatro e no Espaço Multiusos da Fortaleza. Destaco o *Aqui Há Jazz!*, programa que durante três dias apresenta mais de uma dezena de concertos e atividades paralelas dedicadas a este género musical, que acontecem na Fortaleza de Santiago e Galeria em Projeto. Do programa destacam-se Marta Hugon, que nos traz um espetáculo baseado no seu segundo disco de originais, *Bittersweet*.

O palco do Cineteatro, por sua vez, receberá Paulo Gonzo, uma das mais carismáticas vozes da música nacional que, naturalmente, dispensa apresentações.

Este setembro ficará também marcado por mais uma iniciativa de promoção do peixe de Sesimbra, inserida na campanha Sesimbra é Peixe. Desta vez apostámos numa semana dedicada à Cavala, espécie que há alguns anos não era sequer tida em conta para a alimentação e hoje brilha nas ementas dos melhores restaurantes, confeccionada de formas surpreendentes. Neste mês em que muitos regressam das merecidas férias, espero que a programação que propomos seja do vosso agrado.

**Felícia Costa**  
Vereadora do Pelouro da Cultura

## Músicas Pelo Espichel

O Cabo Espichel recebe, nos dias 16 e 17 de setembro, a segunda edição do festival *Músicas pelo Espichel*, uma organização do Rotary Club de Sesimbra, que aconteceu, pela primeira vez em 2010, e que este ano junta no mesmo palco os UHF, Anjos, Tambor, Alcoolémia, Maria Anadon & David Zaccaria, Os Aurora, Ana Laíns, António Cassapo, Ossos do Ofício, Lustro, União das Tribos e os sesimbrenses Trio da Terra. A receita do festival reverte a favor da construção do centro de atividades ocupacionais e lar residencial da Cercizimbra e Externato Santa Joana. O valor do ingresso é de 10 euros por dia. Os espetáculos têm início às 18 horas.

**dias 16 e 17 | sex e sáb | 18h**  
**Cabo Espichel**  
(página 15)



## Encontros pela Arte

O festival *Encontros pela Arte* pretende ser um espaço de partilha entre a comunidade local, dando a conhecer projetos artísticos com uma forte ligação à população e reforçando o papel da arte na construção de uma comunidade mais coesa e inclusiva. O programa decorre de 12 a 18 de setembro no Cineteatro Municipal e um pouco por toda a vila de Sesimbra, e propõe oficinas de criação artística, mesas redondas, concertos, espetáculos e uma mostra de documentários. Ao longo dos vários dias, a comunidade terá ainda possibilidade de se envolver no processo de criação artística dos vários projetos locais. Música, dança, teatro e muitas outras formas de expressão vão recheiar estes dias de encontro, inspiração e arte.

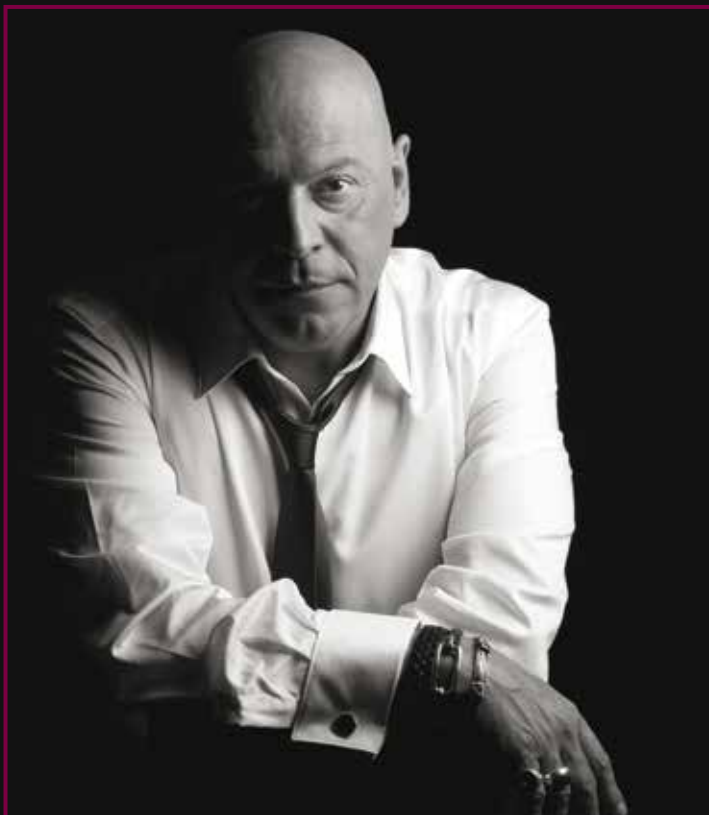
**de 12 a 18 | seg a dom**  
**Vila de Sesimbra**  
(páginas 15, 18 e 19)



## Aqui Há Jazz!

O cenário mágico da Fortaleza de Santiago acolhe em setembro mais uma edição do *Aqui Há Jazz!*. Este ano, o programa traz a Sesimbra dois novos valores do panorama jazzístico nacional, Marta Hugon e Salvador Sobral, que vêm apresentar os seus mais recentes trabalhos. Neste seu segundo disco de originais, *Bittersweet*, Marta Hugon leva-nos a um passeio estilístico de charme mas cheio de substância, inspirado em várias temáticas e vivências. A cantora é conhecida pela sua consistência e por uma constante necessidade de se reinventar musicalmente. O disco de estreia de Salvador Sobral, intitulado *Excuse Me*, é também o nome do primeiro *single*, e tem uma sonoridade marcada pelo *jazz* e pela *pop*. O disco apresenta composições escritas por Salvador Sobral e pelo talentoso compositor venezuelano Leonardo Aldrey, às quais se juntam versões como *Autumn in New York*, de Vernon Duke, ou *Nem Eu*, de Dorival Caymmi. Destaque ainda para o espetáculo do quarteto Miss Manouche, conhecido por tocar alguns dos êxitos radiofónicos dos anos 20/30, repletos de ritmos quentes e dançáveis aos quais é impossível ficar indiferente, e para o regresso dos Miss E@sy no Trio Pelado, um projeto bem divertido composto por três homens vestidos de mulher que tocam *dixie*, *fifties* e *blues* num ritmo alucinante e divertido. Este ano, a par dos concertos vão decorrer também sessões de yoga, exposições e pintura ao vivo, na Galeria em Projeto. Mergulhe no *Aqui Há Jazz!* e sinta o ritmo contagiante deste género musical.

de 2 a 10 de setembro  
Vila de Sesimbra  
(páginas 14 e 15)



## **Paulo Gonzo canta grandes êxitos em Sesimbra**

Paulo Gonzo comemora 40 anos de carreira com um ciclo de concertos íntimos por todo o país. Membro fundador, cantor e compositor da Go Graal Blues Band, começou a tocar em bares e clubes locais. Em 1992 gravou o seu primeiro álbum em português, *Pedras da Calçada*, imortalizado pela música *Jardins Proibidos*, que consagrou a carreira de Paulo Gonzo. Depois seguiu-se o disco *Fora D'Horas*, lançado em 1995, e que envolveu a participação de inúmeros artistas de renome, tanto a nível nacional como internacional, como Pedro Abrunhosa, Rui Reininho, Pedro Malaquias e Frank Darcel. No entanto, foi em 1997 que Paulo Gonzo lançou o seu maior sucesso, *Quase Tudo*, uma compilação que reuniu algumas das suas melhores canções, incluindo uma versão de *Jardins Proibidos* cantada em parceria com Olavo Bilac, dos Santos & Pecadores. Ao longo das quatro décadas de carreira, Paulo Gonzo colaborou com os maiores músicos nacionais e tornou-se numa referência obrigatória da música portuguesa. O cantor, compositor e performer vai passar por Sesimbra em setembro para um grande espetáculo dedicado aos seus grandes êxitos.

*dia 24 | sáb | 21.30h*

*Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra  
(página 15)*



## **Semana Gastronómica da Cavala**

Sesimbra recebe, em setembro, mais uma semana gastronómica, desta vez para promover a Cavala, espécie que durante muito tempo foi considerada um “peixe pobre”, e pouco utilizada na alimentação mas que hoje, devido às suas reconhecidas qualidades nutritivas – é um peixe rico em ómega 3 – textura e sabor, começa a fazer parte da ementa dos portugueses e de muitos restaurantes de referência em Portugal, que a confeccionam de formas surpreendentes. O objetivo desta primeira semana é exatamente valorizar um peixe que é pescado em abundância pela frota sesimbrense, destacar as suas características e mostrar que pode ser transformado facilmente em pratos muito apetitosos. Para além dos pratos apresentados por duas dezenas de restaurantes do concelho, a Semana da Cavala inclui também *showcooking* onde serão demonstradas várias formas simples de cozinhar a cavala e degustações. A iniciativa, integrada no projeto Sesimbra é Peixe, é organizada pela Câmara Municipal, ArtesanalPesca, Docamarinha, Docapesca e Comissão Vitivinícola Regional da Península de Setúbal, com apoio da Entidade Regional de Turismo, Makro e Continente.

**de 24 de setembro a 2 de outubro**  
**Restaurantes aderentes e mercados municipais**  
(página 26)



## ***Festas religiosas na freguesia do Castelo***

Em setembro, a freguesia do Castelo recebe três festas religiosas. No primeiro fim de semana, o Castelo de Sesimbra recebe os festejos em Honra de Nossa Senhora da Consolação, padroeira da freguesia. Destaque para a eucaristia, na manhã de domingo, e para o concerto musical com o Duo Lundum na noite de sábado. O espetáculo é gratuito e conta com Joana Codinho (mezzo soprano), José Farinha (guitarra) e a participação especial de Daniela Tomaz (flautas e adufe). O programa dos festejos apresenta ainda um concerto de guitarra e precursão comentado, uma mostra de artesanato e um espetáculo com a Bota Big Band. Uma semana depois, é a vez da Quinta de São Payo receber a Festa da Luz, que começa na sexta, às 19.30 horas, com a ladainha a Nossa Senhora e hastear das bandeiras, e tem o seu ponto alto no domingo, às 17.30 horas, com a missa e procissão em redor da quinta. Uma das grandes atrações dos festejos é o cartaz musical, que este ano conta com a presença de nomes bem conhecidos da música popular portuguesa, entre os quais Rosinha, Saúl, Jéssica Portugal e Tânia Sampaio. No último fim de semana do mês tem lugar a mais antiga celebração do concelho, a Festa da Nossa Senhora do Cabo Espichel, com mais de 600 anos. A festividade continua a atrair centenas de romeiros que aproveitam estes dias para um tempo de reflexão espiritual, num lugar singular.

*Quinta de São Payo, Castelo de Sesimbra e  
Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel  
(páginas 14 e 26)*





## **As Libélulas e Libelinhas do Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena**

O entomólogo Albano Soares, do Centro de Conservação de Borboletas, e um dos autores do livro *As Libélulas de Portugal*, vem ao Espaço Interpretativo da Lagoa de Albufeira desvendar alguns dos segredos das libélulas e libelinhas que habitam no local. A iniciativa, intitulada *As Libélulas e Libelinhas do Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena*, realiza-se no dia 24 de setembro, sábado, das 9 às 13 horas, e é aberta ao público em geral. Ao longo da manhã, os participantes vão conhecer mais sobre o universo destes insetos, passear pelo Espaço para identificar as várias espécies existentes e aprender mais sobre o seu papel no ecossistema. A atividade tem um custo de 5 euros (4 euros para os sócios da Sociedade Portuguesa para o Estudo das Aves) e é limitada a 15 participantes. Os interessados podem inscrever-se até 22 de setembro para o e-mail paula.lopes@spea.pt, indicando o nome completo, NIF e data de nascimento.

**dia 24 | sáb | das 9 às 13h**

**Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena**  
(página 26)



## **ESPAÇO INTERPRETATIVO DA LAGOA PEQUENA**

### **Espaço Interpretativo na ObservaNature**

O Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena, na Lagoa de Albufeira, volta a marcar presença na ObservaNature, a única feira em Portugal dedicada ao turismo ornitológico. Nesta 8.ª edição do certame, a Câmara Municipal promove, uma vez mais, o Espaço Interpretativo como um dos melhores locais para a observação de aves em Portugal. O stand, em conjunto com a Sociedade Portuguesa para o Estudo das Aves, vai dar a conhecer as principais características da Lagoa Pequena, a maior zona húmida da Península de Setúbal e um dos territórios de circulação de aves mais importantes da Europa, onde se podem observar o caimão, o galeirão, o pato-real, a garça-vermelha e o chapim-real.

**dias 17 e 18**

**Herdade da Mourisca, Setúbal**  
(página 27)



## O Começo da Vida

Um dos maiores avanços da neurociência é ter descoberto que os bebês são muito mais do que uma carga genética. O desenvolvimento de todos os seres humanos encontra-se na combinação da genética com a qualidade das relações que desenvolvemos e do ambiente em que estamos inseridos. *O Começo da Vida* é um documentário brasileiro que mostra a importância dos primeiros anos da vida de uma criança. Dirigido por Estela Renner, foi filmado em nove países e reúne depoimentos de especialistas no desenvolvimento infantil e famílias das mais diversas culturas, etnias e classes sociais. A entrada é gratuita.

dia 23 | sex | 21.30h

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 15)



## Manta de Retalhos

O projeto comunitário *Manta de Retalhos - Olhar, Criar, Entrelaçar - Sesimbra* é destinado a organizações sociais e educativas locais e culmina com um espetáculo dirigido à comunidade. Durante uma semana, os participantes vão trabalhar os vários processos artísticos envolvendo música, teatro, movimento, artes visuais e elementos do património cultural e tradicional de Sesimbra, como canções, histórias e testemunhos pessoais. Paralelamente, decorre uma ação de formação para os técnicos das organizações sobre o trabalho de criação artística com grupos heterogêneos inspirado no património local e pessoal dos participantes. As inscrições estão abertas até 9 de setembro, e podem ser feitas pelo e-mail [cineteatro@cm-sesimbra.pt](mailto:cineteatro@cm-sesimbra.pt) ou pelo telefone 21 228 87 15.

de 12 a 16 | seg a sex

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

(página 15)



## **Zimbr'Arte na Praça da Califórnia**

A Zimbr'Arte – Feira das Artes e do Artesanato realiza-se aos segundos e quartos sábados de cada mês, das 10 às 23 horas, na Praça da Califórnia, na vila de Sesimbra. Bijuteria, acessórios, pinturas ou peças de decoração feitas pelos artesãos do concelho e região são alguns dos artigos que pode adquirir no certame. A Zimbr'Arte é organizada pela Câmara Municipal e Junta de Freguesia de Santiago e pretende promover a atividade artesanal local e regional e apoiar os artesãos na sua evolução empresarial.

**dias 10 e 24 | sáb | das 10 às 23h**  
**Praça da Califórnia, Sesimbra**  
(página 16)



## **Sabores da Nossa Terra**

A Moagem de Sampaio ganha outro encanto aos sábados e domingos de manhã, com a venda de produtos locais Sabores da Nossa Terra. Os visitantes podem adquirir vários produtos da região como pão, queijos, frutas, legumes e doçaria. Para além disso, os interessados podem ainda visitar o museu 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 17)



## Regata de Aiolas

A Baía de Sesimbra volta a receber, no último domingo de setembro, a tradicional Regata de Aiolas a dois remadores, a mais antiga e uma das mais emblemáticas provas desportivas do concelho. Nos últimos anos esta iniciativa tem juntado mais de duas dezenas de aiolas, pequena embarcação típica de Sesimbra, de construção sólida, e que se caracteriza pela excelente navegabilidade. Para além da incerteza no vencedor, devido à grande competitividade, a Regata é um momento de convívio entre remadores, homens e mulheres, cuja participação tem sido fundamental para preservar mais esta tradição sesimbrense, que este ano deverá voltar a proporcionar uma manhã muito agradável. A partida tem lugar às 11 horas, na Praia da Califórnia, na zona nascente, e termina na Praia do Ouro.

dia 25 | dom | 11h  
Baía de Sesimbra  
(página 23)



## Inscrições abertas para o Brinca Ténis

O Clube Escola de Ténis de Sesimbra promove, a partir de setembro, o projeto Brinca Ténis, destinado a crianças dos 4 aos 6 anos. A iniciativa decorre aos sábados, das 11 às 12 horas, e conta com o apoio da Câmara Municipal de Sesimbra e da Junta de Freguesia do Castelo. Durante todo o ano, o clube está também aberto a quem queira praticar, experimentar ou saber mais sobre a modalidade. Os interessados podem inscrever-se pelo telemóvel 96 968 79 37 ou pelo e-mail geral@cetsesimbra.pt. O Clube Escola de Ténis de Sesimbra funciona no Centro Municipal de Ténis de Sesimbra, na Maça, composto por três courts com piso sintético, um central com bancada e dois campos secundários, instalações de apoio com balneários, sanitários, bar e sala de convívio.

sábados | das 11 às 12h  
Centro Municipal de Ténis de Sesimbra, Maça  
(página 30)



## **Lago dos Cisnes**

Odette, ora donzela, ora cisne, é prisioneira de uma maldição lançada pelo feiticeiro Von Rothbart. Este encantamento só será quebrado por um amor puro e eterno. O príncipe Siegfried, instigado pelos progenitores a escolher uma noiva, vagueia noite dentro, lago fora... e encontra Odette, por quem se enamora perdidamente! No dia do baile real, Siegfried deverá eleger a sua amada, a princesa do reino... Von Rothbart, empenhado em tornar a sua filha a escolhida, enfeitiça Siegfried que confunde a sua amada Odette com Odile, jurando amor eterno à descendente do feiticeiro, por quem o seu coração não pulsa. Com o auxílio de todos, o amor impera e o desfecho será bem-aventurado. Uma produção da Animateatro, que pretende estimular na criança a imaginação, o intelecto e o pensamento crítico.

**dia 18 | dom | 17h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

(página 32)

**Lua** teatro para todos  
**CHEIA**

## **Oficinas de Marionetas**

A Lua Cheia Teatro para Todos vai realizar em Sesimbra duas oficinas de marionetas para crianças: Carantonhas e Bicharocos (dos 4 aos 6 anos) e Era uma vez.... 1, 2, 3! (dos 7 aos 10 anos). Na primeira oficina, que começa às 10 horas, as crianças vão dar largas à criatividade e imaginação e construir uma marioneta de luva a partir de um cartucho. Já os participantes na segunda oficina, que tem início às 11.30 horas, vão poder conhecer experimentar e brincar com várias marionetas, e ainda descobrir que histórias contam. A inscrição é obrigatória, e pode ser feita até 22 de setembro pelo e-mail cineteatro@cm-sesimbra.pt ou pelo telefone 21 228 87 22.

**dia 24 | sáb | 10 e 11.30h**

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**

(página 31)



Maria Anadon | dia 7



Miss Manouche | dia 8

**dia 3 | sáb**

## FESTA EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA CONSOLAÇÃO DO CASTELO

**19h | Concerto de Guitarra e Precursão Comentado**

**Praça do Castelo**

**22h | Concerto com Duo Lundu**

• Joana Godinho (mezzo soprano)

• José Farinha (guitarra)

• Participação especial de Daniela Tomaz (flautas e adufe)

**Igreja do Castelo**

Org.: JF Castelo e Paróquia de Nossa Senhora da Consolação do Castelo de Sesimbra

**dia 4 | dom | 18.30h**

## FESTA EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA CONSOLAÇÃO DO CASTELO

**Bota Big Band**

**Praça do Castelo**

Org.: JF Castelo e Paróquia de Nossa Senhora da Consolação do Castelo de Sesimbra

**dia 7 | qua | 22h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Maria Anadon**

**Sala Multusos, Fortaleza de Santiago**

**dia 8 | qui | 21h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Mário Oliveira**

**Sala Multusos, Fortaleza de Santiago**

**dia 8 | qui | 22h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Miss Manouche**

**Parada, Fortaleza de Santiago**

**dia 9 | sex | 21h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Ricardo Coelho**

**Galeria em Projeto, Sesimbra**

**dia 9 | sex**

## FESTEJOS EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA LUZ

**21h | Baile com Júlio Panão**

**23h | Espetáculo com Saúl e continuação de baile**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS – Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população

**dia 9 | sex | 22h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Miss E@sy**

**no Trio Pedalo**

**dia 9 | sex | 23h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Salvador Sobral**

**Parada, Fortaleza de Santiago**

**dia 10 | sáb | das 20 às 24h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Dj Jotta Jazz**

**Galeria em Projeto, Sesimbra**

**dia 10 | sáb**

## FESTEJOS EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA LUZ

**17h | Zumba Solidário**

• A receita reverte a favor da Associação dos Bombeiros Voluntários de Sesimbra

**18.30h | Baile com Fernando Sereno**

**22.30h | Espetáculo com Tânia Sampaio**

**00.00h | Espetáculo com Rosinha**

**01.30h | Variedades**

**com Dj Carlos Tracana**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS – Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população

**dia 10 | sáb | 21.30h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Yoga Jazz**

**Demonstração de yoga ao som de standards de jazz**

**Galeria em Projeto, Sesimbra**

**dia 10 | sáb | 22h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Tocadores**

**do Comércio**

**Parada, Fortaleza de Santiago**

**dia 10 | sáb | 23.50h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Marta Hugon**

**Parada, Fortaleza de Santiago**

**dia 11 | dom**

## FESTEJOS EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA LUZ

**16h | Espetáculo**

**com o Grupo Folclórico Humanitário do Concelho de Sesimbra**

**19h | Baile com DUO AZ**

**21.30h | Espetáculo com Jéssica Portugal e continuação de baile**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS – Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população



Arché | dia 17



Músicas pelo Espichel | dias 16 e 17

de 12 a 18 | seg a dom

**FESTIVAL**

**Encontros pela Arte**

- Inscrições: até 9 de setembro
- Informações: 21 228 87 15 / cineteatro@em-sesimbra.pt

de 13 a 15 | ter a qui | 10h

**Formação com Técnicos**

- Limite: 20 participantes
- Duração: 2 horas

de 12 a 16 | seg a sex | 14h

**Manta de Retalhos**

*Sessões de Grupo*

- Destinatários: utentes das organizações participantes
- Duração: 3 horas

dia 16 | sex | 21.30h

**Apresentação do**

**Espectáculo Final**

**Cineteatro Municipal**

**João Mota, Sesimbra**

dia 14 | qua | 21.30h

**MOSTRA**

**DE DOCUMENTÁRIOS**

**Message**

de João Ferreira,  
GB; 2014; 21min.; M/12;  
legendado em português

**Lift**

de Marc Isaacs,  
GB; 2001; 24 min.; M/12;  
legendado em português

**Tempestades,**

**Ensaio de um Ensaio**

de Uli Decker,  
Portugal; 2015; 30 min.; M/12

- Inserido no Festival Encontros pela Arte
- Cineteatro Municipal**
- João Mota, Sesimbra**

dias 16 e 17 | sex e sáb | 18h

**FESTIVAL**

**Músicas pelo Espichel**

dia 16 | sex

*Maria Anadon & David*

*Zaccaria*

*Trio da Terra*

*Ana Lains*

*Tambor*

*Aurora*

*Anjos*

dia 17 | sáb

*Ossos do Ofício*

*Lustro*

*António Cassapo*

*União das Tribos*

*Alcoolémia*

*UHF*

- Concerto solidário a favor da construção do Centro de Atividades Ocupacionais e Lar Residencial da Cercizimbra e Externato Santa Joana
- Bilhete: 10 € (por dia)
- Reservas e informações: 1820 (24 horas) | a partir do estrangeiro ligue +351 21 794 14 00
- Locais de Venda:

www.ticketline.sapo.pt, Fnac, Worten, El Corte Inglés, CC Dolce Vita, Casino Lisboa, Galerias Campo Pequeno, Agências Abreu, ABEP, MMM Ticket e CC Mundicenter, Fórum Aveiro, U-Ticketline, CCB, Time Out Mercado da Ribeira, Shopping Cidade do Porto, Lojas Note, SuperCor - Supermercados e Ask Me Lisb

**Cabo Espichel**

Org.: Rotary Club de Sesimbra | Apoio: CM Sesimbra, Andaluga, Senhor Piano, Rádio Sesimbra FM e Fundação Rotária Portuguesa

dia 16 | sex | 22h

**MÚSICA**

**Recital de Piano**

Academia de Música de Almada  
**Sala Multiusos,**  
**Fortaleza de Santiago**

dia 17 | sáb | 18h

**ENCONTROS PELA ARTE**

**As 4 Cadeiras**

pelo grupo CineArte

**Fortaleza de Santiago**

dia 17 | sáb | 21.30h

**ENCONTROS PELA ARTE**

**Arché - No Princípio**

**Era Eterno**

pela Companhia Matridança

- Destinatários: maiores de 6 anos
- Bilhete: 5 €
- Cineteatro Municipal**
- João Mota, Sesimbra**

dia 23 | sex | 21.30h

**CINEMA**

**O Começo da Vida**

de Estela Renner.  
Documentário; Brasil;  
2016; 97 min.; M/6

- Entrada gratuita
- Cineteatro Municipal**
- João Mota, Sesimbra**

dia 24 | sáb | 21.30h

**MÚSICA**

**Paulo Gonzo**

*Concertos Íntimos*

- Destinatários: maiores de 4 anos
- Bilhete: 20 €
- Cineteatro Municipal**
- João Mota, Sesimbra**

dia 30 | sex | 22h

**MÚSICA**

**Fazz**

*Fusão de fado com jazz*

**Sala Multiusos,**  
**Fortaleza de Santiago**



Zimbr'Arte | dia 10



Lagoa Pequena na ObservaNature | dias 17 e 18

**até dia 10**  
**EXPOSIÇÃO**  
**DE PINTURA**  
**Raízes**

de *Micaela Guedes*  
**Átrio, Biblioteca Municipal**  
**de Sesimbra**

**até dia 11**  
**EXPOSIÇÃO**  
**DE ARTES PLÁSTICAS**  
**Realidade Ausente**

de *José Carlos Trindade*

• de terça a domingo,  
das 21 às 23h

**Espaço Multiusos,**  
**Fortaleza de Santiago**

**de 2 a 10**  
**EXPOSIÇÃO**  
**DE PINTURA**  
**Deambulações**

de *João Pedro Marques*

• de segunda a domingo,  
das 21 às 24h

**Galeria em Projeto, Sesimbra**

**dias 3 e 10 | sáb | das 9.30**  
**às 13h**

**Mostra de Artesanato**  
**Largo das Forças Armadas,**  
**Alfarim**

Org.: JF Castelo

**dia 4 | dom | das 10 às 20h**  
**FESTA EM HONRA**  
**DE NOSSA SENHORA**  
**DA CONSOLAÇÃO**  
**DO CASTELO**  
**Mostra de Artesanato**

**Praça do Castelo**

Org.: JF Castelo e Paróquia de Nossa  
Senhora da Consolação do Castelo  
de Sesimbra

**dias 9 e 10 | sex e sáb |**  
**das 21 às 24h**

**PINTURA AO VIVO**  
**Pintando a Música**

*Carlos Saramago*

*António Justino*

*Tim Madeira*

*Ana Negrão*

*Inês Guadalupe*

*João Pedro Marques*

*Ana Margarida Cordeiro*

*Vânia Marques*

• Inserido na exposição  
de pintura *Deambulações*

**Galeria em Projeto, Sesimbra**

**dia 10 | sáb | das 10 às 23h**

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

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago

**dias 10 e 11 | sáb e dom |**  
**a partir das 10h**

**II Feira da Saúde**  
**da Quinta do Conde**

*Terapias alternativas,*  
*rastreios, workshops,*  
*palestras, desporto*  
*orientado e música.*

• sábado, das 10 às 22,  
domingo, das 10 às 18h

**Parque da Vila,**  
**Quinta do conde**

Org.: JF Quinta do Conde

**a partir de dia 13**  
**EXPOSIÇÃO**  
**DE COLMEIAS**  
**PINTADAS**

**Arte no Apiário**

de *vários artistas*

**Átrio, Biblioteca Municipal**  
**de Sesimbra**

Org.: Colmeia Valada, de João Luís Valada

**dias 17 e 18 | sáb e dom**  
**BIRDWATCHING**  
**Espaço Interpretativo**  
**da Lagoa Pequena**  
**na ObservaNature**

• sábado, das 10 às 19 horas,  
domingo, das 10 às 18 horas

**Herdade da Mourisca, Setúbal**

Org.: Instituto da Conservação da  
Natureza e das Florestas/ Reserva Natural  
do Estuário do Sado e Troia-Natura |  
Apoio: Turismo de Portugal, CM Setúbal,  
Sociedade Portuguesa para o Estudo das  
Aves, Associação Baía de Setúbal  
e Birds & Nature

**dia 18 | dom | das 10 às 20h**

**Feira**  
**das Antiguidades,**  
**Artes e Artesanato**

**Parque da Vila,**  
**Quinta do Conde**

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

**dia 24 | sáb | das 10 às 23h**

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

**Praça da Califórnia, Sesimbra**

Org.: CM Sesimbra e JF Santiago





A Frota do Peixe-espada Branco | a decorrer



Foral de Sesimbra | a decorrer

dia 25 | dom | das 10 às 20h

**Feira das Antiquidades, Artes e Artesanato**

Parque da Vila,  
Quinta do Conde

Org.: CM Sesimbra e JF Quinta do Conde

a decorrer...

**EXPOSIÇÃO**

**Leitura com Arte**

peças de vários artistas  
plásticos sesimbrenses  
Inspiradas na obra de  
Fernando Pessoa - Livro  
do Desassossego  
Piso 1, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

**EXPOSIÇÃO**

**A Frota do Peixe-  
espada Branco  
em Sesimbra,  
nas décadas de 70,  
80 e 90 do Século XX**

de Miguel Lourenço  
Avenida 25 de Abril, Sesimbra

segunda a sábado |  
das 15 às 18h

**ANUFISE**

**Exposição  
de Colecionismo**

Edifício Varanda, Avenida  
dos Naufragos, Sesimbra

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

de segunda a domingo |

das 9.30 às 13

e das 14.30 às 18

**EXPOSIÇÃO**

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

Centro de Interpretação  
do Património Rafael Monteiro,  
Castelo de Sesimbra

de segunda a domingo |  
das 7 às 20h

**EXPOSIÇÃO**

**Foral de Sesimbra**

Torre de Menagem,  
Castelo de Sesimbra

de segunda a domingo |  
das 7 às 20h

**EXPOSIÇÃO**

**O Castelo de Sesimbra**

Torre Nova,  
Castelo de Sesimbra

sábados e domingos |  
das 9.30 às 14h

**Sabores**

**da Nossa Terra**

Venda de Produtos Locais  
Moagem de Sampaio





Formação em Teatro | dias 18, 24 e 25



dia 3 | sáb | das 10.30 às 12h

## WORKSHOP

### 9 Meses 9 Passos

Direitos e deveres da grávida; alimentação na gravidez e no pós-parto; sexualidade do casal; desconfortos no último trimestre; sinais de parto; tipos de parto; amamentação; emoções no pós-parto; recuperação pós-parto.

• Preço: 10 € (por pessoa) / 12,5 € (casal)

• Limite (mínimo):

5 participantes (ou 5 casais)

• Informações e inscrições:

21 228 87 19 /

gae@cm-sesimbra.pt /

Cabinete de Apoio ao

Empresário

• Dinamizadoras: Ana Rita

Monteiro e Filipa Alves,

profissionais de saúde

**Espaço Zambujal**

Org.: CM Sesimbra e JF Castelo

dia 17 | sáb | 10h

## OFICINA

### Encontros e Reencontros pela Arte

Vamos usar a música, o movimento, o teatro e artes visuais para ir ao encontro de nós e dos outros, para nos conhecermos e darmos a conhecer, para criar uma ligação entre nós, uma rede, uma manta de retalhos que nos aquece, protege e entrelaça.

• Duração: 1.30 horas

• Limite: 20 participantes

• Inscrições: até 9 de setembro

• Informações: 21 228 87 15 /

cineteatro@cm-sesimbra.pt

• Formador: David Lima

• Inserido no Festival Encontros

pela Arte

**Cineteatro Municipal**

**João Mota, Sesimbra**

dia 17 | sáb | das 10.30

às 12.30h

## WORKSHOP

### Iniciação ao Coaching

O que é o coaching; Para que serve o coaching; Quais as vantagens do coaching na sua vida

• Preço: 10 €

• Limite (mínimo): 25

participantes

• Informações e inscrições: 21

228 87 19 / gae@cm-sesimbra.

pt / Gabinete de Apoio ao

Empresário

• Dinamizador: Alfredo Almeida

(Coach)

**Espaço Zambujal**

Org.: CM Sesimbra e JF Castelo



Arte, Comunidade... e Sesimbra | dia 17



Valorização de Produtos Locais | dia 26

dia 17 | sáb | 19h

**MESA REDONDA**

**Arte, Comunidade...  
e Sesimbra**

*O estado da arte e  
comunidade em Sesimbra -  
apresentação de projectos  
locais de base comunitária*

- Inscrições: até 9 de setembro
- Informações: 21 228 87 15 /  
cineteatro@cm-sesimbra.pt
- Inserido no Festival Encontros  
pela Arte

**Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra**

dias 18, 24 e 25 | sáb e dom  
| 15h

dia 30 | sex | 20h

**FORMAÇÃO**

**Projeto Odisseia  
- Formação  
do Módulo de Teatro**

*com Rui Catalão*

- Destinatários: jovens dos 16  
aos 25 anos
- Limite: 20 participantes
- Duração: 3.30 horas por sessão
- Inscrições: até 15 de setembro
- Informações: 21 228 87 15 /  
cineteatro@cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra**

dia 24 | sáb | 10.30h

**WORKSHOP**

**Aprenda a Lidar  
com o Stress**

- Limite: 12 participantes
- Informações e inscrições:  
21 081 94 24 / amanda@  
acuabi.com / www.acuabi.com
- Dinamizadora: Amanda  
Westernman, terapeuta cognitiva

**Acuabi - Centro de Terapias  
Integradas, Quinta do Conde**

Org.: Acuabi - Centro de Terapias  
Integradas | Apoio: CM Sesimbra



**Encontros e Reencontros pela Arte**

O encontro é um momento de descoberta e novidade e ao mesmo tempo de segurança e sentimento de familiaridade. Encontrar e reencontrar é um processo do dia-a-dia, um momento infundável, sem princípio nem fim. Todos os dias nos encontramos e reencontramos connosco mesmos, com os outros, com lugares, com memórias, ideias... Nesta oficina vamos experimentar e vivenciar encontros e reencontros, novidade e conhecido, descoberta e familiar. Vamos usar a música, o movimento, o teatro e artes visuais para nos conhecermos e nos darmos a conhecer.

dia 17 | sáb | 10h

**Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra**



Livros, Leituras, Literatura | dia 24



Oferta Formativa

dia 24 | sáb | 15h

**TARDES TÊLMICAS**

**Livros, Leituras,  
Literatura**

*A Última Entrevista  
de Imprensa, de Agostinho  
da Silva*

João Ferreira  
*Aldous Huxley  
e Arte de Olhar*

Risoleta C. Pinto Pedro  
*Ariano Suassuna  
e o Auto da Compadecida*

Pedro Martins  
*Maeterlink em Portugal  
e em António Telmo*

Rui Lopo  
*Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra*

dia 26 | seg | 14.30h

**COLÓQUIO**

**Valorização  
de Produtos Locais**

*Maça Caneosa*

Valorização dos Produtos  
Locais através da marca  
“Natural.PT”

*Espaço Zambujal*

dia 30 | sex | 14.30h

**A ARTE DO SABER**

**Momento Snoezelen**

*Sessão de Relaxamento  
Multissensorial*

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

• Objetivo: promover o bem-  
estar e o relaxamento através  
da descoberta sensorial

• Limite: 12 participantes

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

• Dinamizador: Rodrigo  
Martinho (psicomotricista  
da SCMS)

*Sala Polivalente, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra*

**OFERTA FORMATIVA**

**Centro de Reabilitação  
Profissional  
da Cercizimbra**

- Cozinheiro
- Operador de Armazém
- Operador de Jardinagem
- Assistente Familiar  
e de Apoio à Comunidade
- Assistente Administrativo
- Mecânico de Serviços  
Rápidos
- Procura Ativa de Emprego\*
- Tecnologias de Informação  
e Comunicação\*
- Competências Básicas\*

Ações de formação  
enquadradas pelo  
Instituto de Emprego e  
Formação Profissional.

Aos participantes será  
atribuído subsídio de  
transporte, subsídio de  
alimentação, seguro de  
acidentes pessoais e bolsa  
de formação (até 50%  
do Indexante de Apoios  
Sociais). No final do curso  
será emitido um certificado  
de formação.

• Destinatários: pessoas  
com limitações das funções  
mentais globais e específicas/  
incapacidades

• Observações: os participantes  
deverão ter idade igual ou  
superior a 18 anos ou, a título  
excecional, maiores de 16 e  
estarem inscritos no Centro de  
Emprego da zona de residência

• Informações: 21 268 02 42 /  
91 050 40 92

\* a ção sem bolsa de formação

• Entidade formadora: Centro  
de Reabilitação Profissional da  
Cercizimbra

**Centro de Reabilitação  
Profissional da Cercizimbra,  
Sampaio**

**Universidade Sénior  
de Rotary  
de Sesimbra**

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

• Destinatários: maiores  
de 18 anos

• Preço: 20 € (mensal)

**Edifício Raio de Luz, Sampaio**

Org.: Rotary Clube de Sesimbra |

Apoio: CM Sesimbra

**Pendulários  
Associação Cultural**

- Aulas de Pintura a Óleo
- Yoga para Bebés e Crianças
- Aulas de Canto /  
Instrumentos (guitarra,  
violoncelo) / Coros Infantil  
e Adulto
- Curso de Escrita Criativa
- Curso das Literaturas  
e Artes de Vanguarda
- Aulas de Ponto de  
Arraiolos
- Aulas de Corte e Costura
- Apoio ao Estudo
- Inscrições e informações:  
96 606 76 55 / 96 627 7282 /  
pendularios.ac@gmail.com

**Lugar da Terra,  
Zambujal de Baixo**

Org.: JF Castelo



Rota da Arrábida | dias 3, 10 e 24



À Descoberta de Golfinhos | dias 1, 6 e 8

dia 1 | qui | 9h

COASTEERING

### Enseada da Mula

- Preço: 35 €
  - Duração: manhã
  - Grau de dificuldade: baixo / médio
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 1 | qui | 9.45h

PASSEIO DE BARCO

### À Descoberta de Golfinhos

- Preço: 35 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
  - Duração: 3 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 3 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP

E PEDESTRE

### Rota da Arrábida

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
  - Duração: 4 horas
  - Grau de dificuldade: baixo / médio
  - Inscrições: até 2 de setembro
  - Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)
  - **Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 3 | sáb | 9.30h

COASTEERING

### Enseada da Mula

- Preço: 35 €
  - Duração: manhã
  - Grau de dificuldade: baixo / médio
  - Inscrições: até 2 de setembro
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 4 | dom | 9h

PASSEIO DE JEEP

### Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
  - Duração: 4 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: até 3 de setembro
  - Inscrições: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)
  - **Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**
- Org.: Sesimbra Safari

dia 4 | dom | 9h

COASTEERING

### Enseada da Mula

- Preço: 35 €
  - Duração: manhã
  - Grau de dificuldade: baixo / médio
  - Inscrições: até 2 de setembro
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 4 | dom | 10h

### Yoga na Fortaleza

Alongar, respirar, relaxar, concentrar...

Parada, Fortaleza de Santiago

dia 6 | ter | 9.45h

PASSEIO DE BARCO

### À Descoberta de Golfinhos

- Preço: 35 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
  - Duração: 3 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: até 5 de setembro
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 8 | qui | 9.45h

PASSEIO DE BARCO

### À Descoberta de Golfinhos

- Preço: 35 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
  - Duração: 3 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: até 7 de setembro
  - Inscrições: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)
  - **Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**
- Org.: Vertente Natural

dia 10 | sáb | 9h

PASSEIO DE JEEP

E PEDESTRE

### Rota da Arrábida

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo / médio



Enseada da Mula | dia 1, 3, 4 e 18



Rota do Cabo Espichel à Lagoa | dias 4, 11, 18 e 25

- Inscrições: até 9 de setembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 10 | sáb | 10h**

**AQUI HÁ JAZZ!**

**Yoga na Fortaleza... com Jazz**

*Alongar, respirar, relaxar, concentrar...*

**Parada, Fortaleza de Santiago**

**dia 10 | sáb | 10h**

**LORDS OF THE BOARDS**

**Skate Edition II**

*Torneio de Skate*

- Destinatários: jovens dos 12 aos 30 anos (federados e não federados)
  - Inscrições: até 9 de setembro
  - Informações: 21 22 88 635 / [info.juventude@cm-sesimbra.pt](mailto:info.juventude@cm-sesimbra.pt) / [fb/weareyoung](https://fb/weareyoung)
- Skate Parque na Quinta do Conde**

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

**dia 11 | dom | 9h**

**CIÊNCIA VIVA**

**NO VERÃO**

**O Carrasco, o Trevo e a Corriola**  
*Histórias botânicas do Mediterrâneo e da Macaronésia*

Percurso circular pelas arribas da vertente sul do Cabo Espichel.

- Destinatários: a partir dos 10 anos

- Duração: 5 horas
- Grau de dificuldade: médio
- Observações: os participantes deverão levar calçado adequado para caminhadas em trilhos de terra batida, chapéu, protetor solar, água e uma pequena merenda

**Ponto de encontro: junto ao Santuário do Cabo Espichel**

Org.: Pavilhão do Conhecimento - Ciência Viva e Sociedade Portuguesa de Botânica

**dia 11 | dom | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo Espichel à Lagoa**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 10 de setembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 11 | dom | 9h**

**COASTEERING**

**Boca de Tamboril**

- Preço: 37,50 € (menores de 11 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: médio
- Inscrições: até 9 de setembro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)

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

Org.: Vertente Natural

**dia 11 | dom | 10h**

**LORDS OF THE BOARDS**

**Sea Edition II**

*Torneio de Surf, Skimming e Bodyboard*

- Destinatários: jovens dos 12 aos 30 anos (federados e não federados)
- Inscrições: até 9 de Setembro
- Informações: 21 22 88 635 / [info.juventude@cm-sesimbra.pt](mailto:info.juventude@cm-sesimbra.pt) / [fb/weareyoung](https://fb/weareyoung)

**Praia da Lagoa de Albufeira**

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

**dia 17 | sáb | 9h**

**PASSEIO DE JEEP**

**Rota do Cabo Espichel à Lagoa Pequena**

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo
- Inscrições: até 16 de setembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**

Org.: Sesimbra Safari

**dia 17 | sáb | 9.30h**

**CANOAGEM**

**Sesimbra Selvagem**

- Preço: 25 € (menores de 7 anos, inclusive, desconto de 50%)
- Duração: manhã
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 16 de setembro
- Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com)

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

Org.: Vertente Natural



Sesimbra Selvagem | dia 17



Regata de Aiolas | dia 25

dia 17 | sáb | 10h

### Yoga na Fortaleza

*Alongar, respirar, relaxar, concentrar...*

**Parada, Fortaleza de Santiago**

dia 18 | dom | 9h

### PASSEIO DE JEEP

#### Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
  - Duração: 4 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: até 17 de setembro
  - Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**  
Org.: Sesimbra Safari

dia 18 | dom | 9h

### COASTEERING

#### Enseada da Mula

- Preço: 35 €
  - Duração: manhã
  - Grau de dificuldade: baixo/médio
  - Inscrições: até 16 de setembro
  - Informações: 21 084 89 19 / [info@vertentenatural.com](mailto:info@vertentenatural.com) / [www.coasteering.pt](http://www.coasteering.pt)
- Ponto de encontro: loja nº 6, junto aos centros de mergulho, Porto de Abrigo de Sesimbra**  
Org.: Vertente Natural

dia 24 | sáb | 9h

### PASSEIO DE JEEP

#### E PEDESTRE

#### Rota da Arrábida

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
- Duração: 4 horas
- Grau de dificuldade: baixo/médio
- Inscrições: até 23 de setembro
- Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)

**Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**

Org.: Sesimbra Safari

dia 24 | sáb | 10h

### Yoga na Fortaleza

*Alongar, respirar, relaxar, concentrar...*

**Parada, Fortaleza de Santiago**

dia 24 | sáb | 10h

### DESPORTO

#### 4ª Légua Nudista Internacional da Praia do Meco

- Distância: 5 km
  - Inscrições: até 15 de setembro
  - Informações: [legua.nudista@gmail.com](mailto:legua.nudista@gmail.com) / <http://leguanudistadomeco.blogspot.pt/>
- Praia do Meco**  
Org.: ADN | Apoio: Associação de Atletismo Lebres do Sado, Clube Naturista do Centro e Federação Portuguesa de Naturismo

dia 25 | dom | 9h

### PASSEIO DE JEEP

#### Rota do Cabo Espichel à Lagoa

- Preço: 20 € (primeira criança até 12 anos, grátis)
  - Duração: 4 horas
  - Grau de dificuldade: baixo
  - Inscrições: até 24 de setembro
  - Informações: 93 845 80 58 / 91 342 69 56 / [sesimbrasafari@gmail.com](mailto:sesimbrasafari@gmail.com)
- Ponto de encontro: parque da Moagem de Sampaio**  
Org.: Sesimbra Safari

dia 25 | dom | 11h

### DESPORTO

#### Regata de Aiolas

- Informações: [www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt)
- Baía de Sesimbra**  
Org.: CM Sesimbra | Apoio: Clube Naval, Delegação Marítima, Bombeiros Voluntários e Polícia Marítima de Sesimbra

dia 29 | qui | 18.30h

### DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO

#### Faça Desporto pela Sua Saúde

18.45h | Aula aberta

#### de Hip Hop

- Destinatários: crianças dos 5 aos 8 anos
  - Instrutora: Inês Guerra
- 19.30h | Aula aberta

#### de Hip Hop

- Destinatários: a partir dos 9 anos
- Instrutores: Bárbara Matos e Zé Gonçalves

#### 20.45h | Aula aberta de Hip Hop KOTAS

- Instrutora: Bárbara Matos
- CIPA, Quinta do Conde**  
Org.: MGBBoos

#### inscrições...

### NATAÇÃO

#### Travessia da Baía

*Prova em águas abertas*

- Distância: 1 500 metros
  - Inscrições a partir do dia 6 de setembro
  - Informações: [www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt)
  - a prova decorre no dia 5 de outubro, às 11 horas
- Baía de Sesimbra**

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

### ATLETISMO

#### 22ª Corrida de Sesimbra

- Distância: 10 km
- Destinatários: maiores de 18 anos
- Preço: 10 € (até 31 de agosto); 13 € (de 1 de setembro a 26 de outubro)
- Inscrições



Classe de Voo Circular



Piscina de Sesimbra

e informações: [www.associacaomundodacorrida.com](http://www.associacaomundodacorrida.com)

• a prova realiza-se no dia 30 de outubro, domingo, às 10 horas  
**Vila de Sesimbra**

Org.: Associação Desportiva OMundodaCorrida.com | Apoio: CM Sesimbra

## MODALIDADES DESPORTIVAS

**Cárdiofitness, localizada, pilates, cycling, natação, futebol, hóquei em patins, ginástica, voleibol, badminton e zumba**

• Informações: 21 223 30 77

• Inscrições: segunda a sexta, das 10 às 13 e das 15 às 19 horas  
**Grupo Desportivo de Sesimbra**  
Org.: GD Sesimbra

## ATIVIDADES AQUÁTICAS

**Piscina de Sesimbra**

• Informações: [desporto@cmsesimbra.pt](mailto:desporto@cmsesimbra.pt) / 21 013 50 10 / 21 013 55 96 (Piscina)

• Inscrições: segunda a sexta, das 7.45 às 21, sábados, das 9 às 19h  
**Avenida da Liberdade, Sesimbra**

## MODALIDADES DESPORTIVAS

**Patinagem, Zumba, Capoeira e Futebol**

• Inscrições e informações: 21 268 34 14 / [despalfarim.blog@gmail.com](mailto:despalfarim.blog@gmail.com) / [facebook.com/despalfarim](https://www.facebook.com/despalfarim)

• **Pavilhão do Grupo Desportivo de Alfarrim**

Org.: GD Alfarrim

## ESCOLA

### DE AEROMODELISMO

#### Classe de Voo Circular

• Destinatários: a partir dos 10 anos

• Inscrições: 91 826 01 79 /

• [amilcar.contente@gmail.com](mailto:amilcar.contente@gmail.com).

• [com/control.line.portugal@gmail.com](mailto:com/control.line.portugal@gmail.com)

• Informações:

[www.controlline-portugal.net](http://www.controlline-portugal.net)

**CIPA, Quinta do Conde**

Org.: Control Line Portugal

- Clube de Aeromodelismo

#### a decorrer...

#### segunda a sábado

#### Aulas do Yoga

• Inscrições: 21 223 21 01 / 96 524 52 57 / [yogasesimbra.com](http://yogasesimbra.com)

• Instrutores: Paulo Carvalho e Vera Loureiro

**Áshrama Sesimbra**

- Centro do Yoga

Org.: Áshrama Sesimbra - Centro do Yoga

#### segundas e quartas

#### ARTES MARCIAIS

#### Choi Kwang Do

• segundas | das 18.30 às 19.20h

• quartas | das 19 às 20h

• Observações: quem quiser conhecer esta modalidade, pode experimentar duas aulas grátis

• Instrutor: Sérgio Capítulo  
**Sociedade Musical Sesimbrense**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

#### segundas, quartas e sextas

#### ARTES MARCIAIS

#### Taekwondo

• Instrutor: Sérgio Capítulo

**Associação Cultural**

e Desportiva da Cotovia

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

terças e quintas | das 19.15 às 20h

#### ARTES MARCIAIS

#### Choi Kwang Do

• Observações: quem quiser conhecer esta modalidade, pode experimentar duas aulas grátis

• Instrutor: Sérgio Capítulo

**Unidade Integrada de Atendimento à Infância da Cercizimbra, Sampaio**

Org.: Artes Marciais de Sesimbra

quartas, quintas, sábados e domingos | 10h

#### PERCURSO PEDESTRE

#### Sesimbra

#### Walking Tour

Com prova de Farinha Torrada e pausa para prova de queijo e vinho regional.

• Destinatários: turistas que visitam a vila de Sesimbra

• Preço: 15 €

• Inscrições: 91 321 33 25 / 91 272 98 88 / [info@weareportugalska.com](mailto:info@weareportugalska.com)

• Informações: [www.weareportugalska.com](http://www.weareportugalska.com)

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

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

Org.: Portúgalska – Sesimbra Walking Tours

quartas e sextas | 16.30h

#### PERCURSO PEDESTRE

#### Sesimbra Experience

Com entrada na DocaPescas, jantar de peixe, com tudo incluído, e prova de Licor Pescador.

• Destinatários: turistas que visitam a vila de Sesimbra

• Preço: 55 €

• Limite: 8 participantes

• Inscrições: 91 321 33 25 / 91 272 98 88 /

[info@weareportugalska.com](mailto:info@weareportugalska.com)





Artistic Treasures Tour

• **Informações:** [www.weareportugalska.com](http://www.weareportugalska.com) / [www.facebook.com/weareportugalska](http://www.facebook.com/weareportugalska)  
**Ponto de encontro:** **Fortaleza de Santiago, Sesimbra**  
Org.: **Portúgalska – Sesimbra Walking Tours**

#### PERCURSO PEDESTRE

##### **Artistic Treasures Tour**

Com entrada na Capela do Espírito Santo dos Mareantes, prova de moscatel e almoço de peixe com tudo incluído.

• **Destinatários:** turistas que visitam a vila de Sesimbra

• **Preço:** 45 €

• **Inscrições:** 91 321 33 25 /

91 272 98 88 / [info@weareportugalska.com](mailto:info@weareportugalska.com)

• **Informações:**

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

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

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

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

Org.: **Portúgalska – Sesimbra Walking Tours**

#### ARTES MARCIAIS

##### **Bujinkan Budo Taijutsu**

• **Inscrições e informações:**

96 634 29 68 / [www.kotoranin.com](http://www.kotoranin.com)

• **Instrutor:** **Bruno Domingos**

**segundas e quartas |**

**das 20 às 22h**

**Casa da Âncora, Zambujal de Baixo**

**terças e quintas |**

**das 20 às 21.30h**

**Sala de Judo, Piscina de Sesimbra**

Org.: **Dojo Ko Tora Nin**



##### **Inscrições para a Corrida de Sesimbra**

Estão abertas inscrições para a Corrida de Sesimbra, prova de atletismo que se realiza no dia 30 de outubro. Limitada a mil participantes, a corrida tem um percurso de 10 quilómetros, com partida e chegada na Praça da Califórnia.

Até dia 31 de agosto a inscrição tem um custo de 10 euros e a partir de 1 de setembro, e até 26 de outubro, é de 13 euros.

Organizada pela Associação Desportiva O Mundo da Corrida, a competição conta com o apoio da Câmara Municipal de Sesimbra e da Federação Portuguesa de Atletismo.

Mais informações no site da Câmara Municipal, em [www.cm-sesimbra.pt](http://www.cm-sesimbra.pt).

**até 31 de agosto**



Venha Conhecer a Lota de Sesimbra



Semana Gastronómica da Cavala

**dias 1, 6, 8, 13, 15 e 20 | 16h**  
**Venha Conhecer**  
**a Lota de Sesimbra**

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

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

**dia 4 | dom | 11h**

**FESTA EM HONRA**  
**DE NOSSA SENHORA**  
**DA CONSOLAÇÃO**  
**DO CASTELO**

**Eucaristia em Honra**  
**de Nossa Senhora**  
**da Consolação do**  
**Castelo de Sesimbra**  
**Igreja do Castelo**

Org.: JF Castelo e Paróquia de Nossa Senhora da Consolação do Castelo de Sesimbra

**dia 9 | sex | 19.30h**

**FESTEJOS EM HONRA DE**  
**NOSSA SENHORA DA LUZ**  
**Ladainha a Nossa**  
**Senhora da Luz e**  
**Hastear das Bandeiras**  
**Quinta de Sampaio**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS - Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população

**dia 10 | sáb | 23.30h**

**FESTEJOS EM HONRA DE**  
**NOSSA SENHORA DA LUZ**  
**Fogo-de-artifício**  
**Quinta de Sampaio**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS - Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população

**dia 11 | dom | 17.30h**

**FESTEJOS EM HONRA DE**  
**NOSSA SENHORA DA LUZ**  
**Missa e Procissão**  
**no Terreno da Quinta**  
**de Sampaio**

**Quinta de Sampaio**

Org.: Associação de Festas de Nossa Senhora da Luz | Apoio: CM Sesimbra, JF Castelo, Imovila – Mediação Imobiliária, VPS - Publicidade.com, Bar Contraste, Sesimbra FM, firmas, comércio local e população

**dia 24 | sáb | das 9 às 13h**

**NATUREZA**

**As Libélulas**  
**e Libelinhas do Espaço**  
**Interpretativo**  
**da Lagoa Pequena**

*por Albano Soares,*  
*entomólogo do Centro*  
*de Conservação das*  
*Borboletas de Portugal*  
**9h | Breve introdução**  
**ao universo dos Odonata**  
**(Libélulas e Libelinhas)**

**10h | Passeio para identificar**  
**as espécies e breve**  
**explicação sobre o seu**  
**papel no ecossistema**

**13h | Apresentação da lista**  
**das espécies encontradas**  
**e término da atividade**

• **Preço:** 5 € (seguro incluído);

4 € para sócios da SPEA

• **Limite:** 15 participantes

• **Inscrições:** até 22 de setembro

• **Informações:**

*paula.lopes@spea.pt*  
**Espaço Interpretativo**  
**da Lagoa Pequena**

Org.: CM Sesimbra | Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas e Sociedade Portuguesa para o Estudo das Aves

**24 SET a 2 OUT**

**SESIMBRA É PEIXE**  
**Semana Gastronómica**  
**da Cavala**

**Restaurantes Aderentes**  
**e mercados municipais**

**dia 30 | sex |**

**GASTRONOMIA**

**Jantar Vínico**

*com vinhos*

*da Casa Ramos Pinto*

**Restaurante Padaria**

Org.: Restaurante Padaria

**a decorrer...**

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

**PATRIMÓNIO**

**Capela do Espírito**  
**Santo dos Mareantes**

• **Entrada:** 1 €

• **Informações:** 21 223 11 34 /

• *capela@cm-sesimbra.pt*

**Rua Cândido dos Reis,**  
**nº 17, Sesimbra**

**terça a domingo | das 15.30**  
**às 19 e das 20.30 às 23h**

**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**



Núcleo Interpretativo da Pedreira do Avelino



Cabaz do Peixe

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

**BIRDWATCHING**

**Lagoa Pequena**

- Marcações: 93 998 22 92 / info.lagoapequena@cm-sesimbra.pt / www.cm-sesimbra.pt/lagoapequena
- última entrada às 16h
- terceiro sábado de cada mês abre às 7h

- quintas, reservado a escolas, grupos e outras atividades
  - sábados, visitas guiadas para grupos até 8 participantes
- Espaço Interpretativo da Lagoa Pequena, Lagoa de Albufeira**  
Org.: ICNF e CM Sesimbra

**Cabaz do Peixe**

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

**Horários e locais de entrega:**

**Entregas semanais**

**quartas | das 17.30 às 19h**

- Fecho das encomendas segunda-feira, às 14h

**Largo 25 de Abril, Arrentela**

**sextas | das 17 às 19h**

- Fecho das encomendas quarta-feira, às 14h

**Moagem de Sampaio**

**Entregas Quinzenais**

**quintas | das 17.30 às 19h**

- Fecho das encomendas terça-feira, às 14h

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

**sábados | das 10.30 às 12h**

- Fecho das encomendas quinta-feira, às 14h
- Espaço Fortuna Artes e Ofícios, Palmela**

**Projeto Prove**

**Produtos hortícolas e frutícolas**

- Preço: 10 € (cabaz entre cinco e sete quilos)
- Inscrições: Gabinete de Turismo, Economia Local e Pescas / 21 228 87 14 / pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt / www.prove.com.pt

**Horários e locais de entrega:**  
**terças | das 18 às 20.30h**

- E-mail: encomendas.lindaavelha@prove.com.pt
  - Tel.: 96 783 07 12 (Sónia Ribeiro)
- Centro Comunitário de Linda-a-Velha**  
**quartas | das 17 às 19.30h**
- E-mail: encomendas.alvalade@prove.com.pt
  - Tel.: 91 919 72 67 (André Manta)

**Igreja de Alvalade**

**quintas | das 17.30 às 19h**

- E-mail: encomendas.quintadoconde@prove.com.pt
- Tel.: 91 231 03 41 (Mafalda Saloio)

**Junta de Freguesia da Quinta do Conde**

**quintas | das 18 às 20h**

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

**Clube Ornitológico de Setúbal**

**quintas | das 18 às 20h**

- E-mail: encomendas.barreiro@prove.com.pt
- Tel.: 91 761 67 37 (José Encarnação)

**Associação para o Desenvolvimento das Artes e Ofícios, Barreiro**

**sextas | das 16.30 às 17.45h**

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

**Associação dos Comerciantes de Sesimbra**

**sextas | das 16.30 às 18h**

- E-mail: encomendas.alfragide@prove.com.pt
- Tel.: 91 403 44 36

(Ricardo Batista)  
**Alfragide (Siemens)**

**sextas | das 16.30 às 19h**

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

**Lx Factory**

**sextas | das 16.30 às 19h**

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

**Moagem de Sampaio**

**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 Menção Honrosa no Prémio BPI Seniores 2015

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

- Org.: Santa Casa da Misericórdia de Sesimbra

**Sesimbra é Peixe**

**e Arte na Rua**

**Roteiro de portas, janelas e muros**

- Consulte o folheto informativo com os vários trabalhos, autores e localizações
- Posto de Turismo, Fortaleza de Santiago**

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



Com o Tempo | dia 17



Uma Cadela Amarela  
e Vários Amigos Dela | a decorrer

#### HORA DO CONTO

dia 3 | sáb | 11h

**Os Músicos de Bremen**  
dos Irmãos Grimm,  
com ilustrações de Lisbeth  
Zwerges

- Destinatários: pais e crianças
- Dinamizadora: Rita Grande
- Projeto de Voluntariado  
Sala do Conto, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra

dia 17 | sáb | 11h

**Com o Tempo**

de Isabel Minhós Martins,  
com ilustrações  
de Madalena Matoso

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

dia 24 | 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

a decorrer...

**Uma Cadela Amarela  
e Vários Amigos Dela**  
de Manuela Castro Neves,  
com ilustrações  
de Madalena Matoso

- Destinatários: crianças  
em idade pré-escolar dos  
infantários públicos e privados  
do concelho
- Inscrições: 21 228 85 88 /  
servicos.educativos@  
cm-sesimbra.pt
- Livro Recomendado pelo Plano  
Nacional de Leitura
- Serviços e Projetos Educativos  
Sala Infantojuvenil, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra



Os Músicos de Bremen | dia 3



A Coisa Que Mais Dói no Mundo | a decorrer

## A Coisa que Mais Dói no Mundo

de Paco Liván, com ilustrações de Roger Olmos

- Destinatários: alunos do 1.º e 2.º ano do 1.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

## Alto! O Burro Deu um Salto

de Helena Kraljic, com ilustrações de Adriano Janezic

- Destinatários: alunos do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo
- Inscrições: 21 228 85 88 / [servicos.educativos@cm-sesimbra.pt](mailto:servicos.educativos@cm-sesimbra.pt)
- Serviços e Projetos Educativos **Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra**

## EXPRESSÃO PLÁSTICA

### Espaço Zambujal

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Limite: 10 crianças
- Org.: JF Castelo

dia 6 | ter | 14.30h

### Carrinhos com Rolos de Papel Higiénico

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

dia 20 | ter | 14.30h

### Enfeite para Lápis

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos

## ATIVIDADE FÍSICA

dias 1, 15, 22 e 29 | qui | 10.30h

### Kids Combat

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

### Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 9 | sex | 15h

### Dança no Espaço

- Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

### Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

### inscrições...

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

segundas e quartas

| das 19 às 20h

### Mexe-te!

Programa Municipal de Combate à Obesidade Infantil

- Inscrições e informações: 93 998 24 85 / [educacao.desporto@cm-sesimbra.pt](mailto:educacao.desporto@cm-sesimbra.pt)

### Sala de Judo,

### Piscina de Sesimbra

## MODALIDADES DESPORTIVAS

### Ginástica Infantil, Formativa e Pré-competição

- Destinatários: crianças a partir dos 5 anos
- Inscrições e informações: 21 268 34 14 / [despalfarim.blog@gmail.com](mailto:despalfarim.blog@gmail.com) / [facebook.com/desportivoalfarim](https://www.facebook.com/desportivoalfarim)

### Pavilhão do Grupo

### Desportivo de Alfarim

Org.: GD Alfarim

### a decorrer...

segundas, quartas e sextas

### TAEKWONDO

### Taekids

segundas e sextas | das 19.30 às 20.20h  
quartas | das 18.30 às 19.20h

- Instrutor: Sérgio Capitão **Associação Cultural e Desportiva da Cotovia**
- Org.: Artes Marciais de Sesimbra

terças e quintas |

das 18.30 às 19.15h

### ARTES MARCIAIS

### Choi Kids

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

quartas | 18h

### Yoga para Crianças

- Inscrições: 21 223 21 01 / 96 524 52 57 / [yogasesimbra.com](http://yogasesimbra.com)
- Instrutora: Vera Revez **Áshrama Sesimbra - Centro do Yoga**
- Org.: Áshrama Sesimbra - Centro do Yoga



## Brinca Tênis | sábados

quartas e sextas

### ARTES MARCIAIS

#### Bujinkan Budo Taijutsu

- Destinatários: jovens
  - Inscrições e informações: 96 634 29 68 / [www.kotoranin.com](http://www.kotoranin.com)
  - Instrutor: Bruno Domingos
- Casa da Âncora,  
Zambujal de Baixo**  
Org.: Dojo Ko Tori Nin

sábados | das 11 às 12h

#### Brinca Tênis

- Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos
  - Informações: 96 968 79 37 / [geral@etsesimbra.pt](mailto:geral@etsesimbra.pt)
- Centro Municipal  
de Tênis de Sesimbra, Maçã**  
Org.: Clube Escola de Tênis de Sesimbra |  
Apoio: CM Sesimbra e JF Castelo

### ARTES MARCIAIS

#### Ninja Kid

- Inscrições e informações: 96 634 29 68 / [www.kotoranin.com](http://www.kotoranin.com)
  - Instrutor: Bruno Domingos
- segundas e sextas |  
das 19 às 20h**  
**Casa da Âncora,  
Zambujal de Baixo**  
**terças e quintas |  
das 19 às 20h**  
**Sala de Judo,  
Piscina de Sesimbra**  
Org.: Dojo Ko Tori Nin

### OFICINAS E ATELIÊS

dias 1, 2, 6, 8 e 9 | 14.30h

#### Oficina de Jogos

- Limite: 15 crianças
  - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

dias 8, 21 e 28 | qua e qui |  
10.30h

#### ATELIÊ

#### Manhãs de Leitura

- 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 | sáb | 15h

#### ATELIÊ

#### Carimbos Reciclados por Joana Marques

- Aventura - te neste ateliê aprendendo a construir com materiais reciclados carimbos muito originais.
- Destinatários: crianças a partir dos 6 anos
  - Projeto de Voluntariado
- Sala Infantojuvenil, Biblioteca  
Municipal de Sesimbra**

dia 13 | ter | 10.30h

#### DESENHOS

#### COM HISTÓRIA

#### Animais com Folhas

- 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 15 | qui | 14h.30h

#### ESCRITA CRIATIVA

#### Retorno às Aulas

- Destinatários: crianças a partir dos 7 anos
  - Limite: 15 crianças
  - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

dia 16 | sex | 10.30h

#### ATELIÊ CRIATIVO

#### Retorno às Aulas

- 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 18 | dom | 10h

#### OFICINA

#### Espaço Aqui Brincamos Todos

- Destinatários: famílias com crianças entre até aos 6 anos
  - Duração: 1.30 horas
  - Limite: 20 participantes
  - Inscrições: até 9 de setembro
  - Informações: 21 228 87 15 / [cineteatro@cm-sesimbra.pt](mailto:cineteatro@cm-sesimbra.pt)
  - Formadora: Isabel Valente da Cruz
  - Inserido no Festival Encontros pela Arte
- Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra**

dia 22 | qui | 14.30h

#### ESCRITA CRIATIVA

#### Outono

- Destinatários: crianças a partir dos 7 anos
  - Limite: 15 crianças
  - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo



Teatro de Marionetas | dia 24



#### HORA DO CONTO

##### **Alto! O Burro deu um Salto.**

Um conto tradicional escrito de forma divertida, relatando a busca de um burro na descoberta do significado do provérbio: «a pensar, morreu um burro». Seguindo o burro nesta caminhada encontramos outros animais, que não sabendo dar resposta ao burro, acabam por o baralhar ainda mais com outros provérbios sobre si próprios. Quase a desistir... deu um salto! Será que encontrou o significado? Vamos lá todos dar um salto para dentro deste livro curioso, didático e repleto de tradição oral.

a decorrer...

dia 23 | sex | 10.30h

**ATELIÊ CRIATIVO**

##### **Folhas de Outono**

- 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 24 | sáb | 10 e 11.30h

**OFICINA**

##### **Teatro de Marionetas**

*pela Lua Cheia*

*Teatro para Todos*

**10h | Carantonhas e Bicharocos**

- Destinatários: crianças dos 4 aos 6 anos

Nesta oficina a partir de um cartucho, criatividade e muita imaginação vamos construir uma marioneta de luva.

**11.30h | Era uma vez... 1, 2, 3!**

- Destinatários: crianças dos 7 aos 10 anos

Nesta oficina vamos conhecer algumas marionetas, experimentar, brincar e descobrir que história nos contam.

- Bilhete participante: 1,5 €
- Duração: 1 hora
- Limite: 16 participantes
- Inscrições: até 22 de setembro
- Informações: 21 228 87 22 / cineteatro@cm-sesimbra.pt

**Cineteatro Municipal  
João Mota, Sesimbra**



O Livro da Vida | dia 14

dia 24 | sáb | 15h

### ATELIÊ

#### Com as Mãos e com os Pés Vamos ver o Animal que És?

por Catarina Sousa

Com tinta e com a ajuda das mãos e dos pés aprende como podem surgir animais muito imaginativos e criativos.

• Destinatários: crianças a partir dos 6 anos

• Projeto de Voluntariado

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

dia 27 | ter | 10.30h

### DESENHOS COM HISTÓRIA

#### Desenhos com Apara-lápis

• 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 29 | qui | 14.30h

### ESCRITA CRIATIVA

#### Coração

• Destinatários: crianças a partir dos 7 anos

• Limite: 15 crianças

• Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 30 | sex | 10.30h

### ATELIÊ CRIATIVO

#### Árvores de Outono

• 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 30 | sex | das 15 às 16h

### WORKSHOP

#### Vem Navegar em Segurança

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

Aprender a pesquisar na Internet.

• Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos

Sala Infantojuvenil, Biblioteca Municipal de Sesimbra

a decorrer...

### OFICINA

#### Emaranhando pelas Palavras...

• Destinatários: alunos

do 5.º e 6.º ano do 2.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

### OFICINA

#### Uma História para Devorar com Lãmarice!

• Destinatários: alunos do 3.º ciclo

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

### OFICINA

#### Leituras de Corpo Inteiro

• Destinatários: alunos

do ensino secundário

• Inscrições: 21 228 85 88 / servicos.educativos@cm-sesimbra.pt

• Serviços e Projetos Educativos

Sala Polivalente, Biblioteca Municipal de Sesimbra

### DOMINGOS EM FAMÍLIA

dia 18 | dom | 17h

### TEATRO

#### Lago dos Cisnes

pelo Animateatro

• Destinatários: maiores de 3 anos

• Crianças (até 12 anos): 1,5 €

• Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

dia 25 | dom | 17h

### CINEMA

#### A Vida Secreta dos Nossos Bichos

Versão Portuguesa de Yarrow Cheney e Chris Renaud, com vozes de João Manzarra e Sara Calisto. Animação / Comédia; EUA/JAP; 2016; 87 min.; M/6

• Crianças (até 12 anos): 1,5 €

• Acompanhantes: 2,5 €

Cineteatro Municipal

João Mota, Sesimbra

### SUGESTÕES

dia 7 | qua | 14.30h

### ESPAÇO ANIMA

#### Hotel Transylvania 2 de Genndy Tartakovsky

• Destinatários: maiores

de 6 anos

• Inscrições: 21 087 08 45 /

96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo

dia 14 | qua | 14.30h

### ESPAÇO ANIMA

#### O Livro da Vida

de Jorge R. Gutierrez

• Destinatários: maiores

de 6 anos

• Inscrições: 21 087 08 45 /

96 241 73 27

Espaço Zambujal

Org.: JF Castelo





Lago dos Cisnes | dia 18



#### DOMINGOS EM FAMÍLIA | CINEMA

### **A Vida Secreta dos Nossos Bichos**

Na cidade, a vida dos animais de estimação começa quando os donos saem para o trabalho. Num apartamento de Manhattan, em Nova Iorque, vive Max, um cachorro encantador que adora Katie, a sua dona. Um dia, Katie decide adotar Duke, um rafeiro gigantesco e um pouco desastrado e Max sente a sua posição ameaçada. Quando parecia que nada poderia piorar naquela casa, os dois cães perdem-se em Nova Iorque. Confundidos com animais abandonados, são capturados e levados para um canil. Mas a rivalidade inicial entre ambos será ultrapassada pela necessidade de cooperação quando descobrem que o terrível coelho Pompom, planeia reunir um exército de animais abandonados e preparar uma vingança contra os humanos.

Uma comédia de animação sobre a vida dos nossos animais de estimação a partir do momento em que saímos para o trabalho ou para a escola todos os dias.

dia 25 | dom | 17h  
Cineteatro Municipal João Mota, Sesimbra

#### a decorrer...

terças e quintas |  
das 16 às 17.30h

#### **APOIO PEDAGÓGICO** **Projeto Hora e Meia**

- Destinatários: alunos que frequentem o 1.º ciclo do ensino básico na freguesia do Castelo
  - Limite: 5 alunos por grupo
  - Objetivo: facultar apoio pedagógico em grupo nas áreas da matemática, português e estudo do meio
  - Duração: 1.30h por sessão
  - Inscrições: 21 087 08 45 / 96 241 73 27 / [espaco.zambujal@gmail.com](mailto:espaco.zambujal@gmail.com)
- Espaço Zambujal**  
Org.: JF Castelo

#### quartas

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

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

## 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

Tel.: 21 228 85 88  
E-mail: [biblioteca@cm-sesimbra.pt](mailto:biblioteca@cm-sesimbra.pt)  
Horário: de terça a sexta, das 9.30 às 19, sábados, das 10 às 18h

### Capela do Espírito Santo dos Mareantes

Tel.: 21 223 11 34  
E-mail: [capela@cm-sesimbra.pt](mailto:capela@cm-sesimbra.pt)  
Horário: todos os dias, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h, VERÃO (de 15 de julho a 15 de agosto), todos os dias, das 14.30 às 19h e das 21 às 23.30h

### Castelo de Sesimbra

Horário: INVERNO, das 7 às 19h  
VERÃO, das 7 às 20h

### Centro de Interpretação do Património Rafael Monteiro

Castelo de Sesimbra  
Tel.: 21 268 07 46  
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 Recursos Educativos e Formação

Avenida D. Manuel Martins, n.º 8,  
(edifício do Centro de Estudos Culturais e Acção Social Raio de Luz) Maçã/Sampaio  
Tel.: 21 268 15 91 / 21 043 59 60  
E-mail: [cref@sesimbra-edu.net](mailto:cref@sesimbra-edu.net)  
Horário: das 9 às 20h (todos os dias)  
Encerra de 1 a 29 de agosto

### Cinetatro Municipal João Mota

Tel.: 21 228 87 15  
E-mail: [cinetatro@cm-sesimbra.pt](mailto:cinetatro@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.  
Informações e reservas: 21 223 40 34

### 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.blospot.com](http://www.espaco-zambujal.blospot.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 Apoio ao Empresário Sesimbra

Tel.: 21 228 87 16  
E-mail: [gac@cm-sesimbra.pt](mailto:gac@cm-sesimbra.pt)  
Horário: de segunda a sexta, das 9 às 12.30 e das 14 às 17.30h

### Quinta do Conde

Tel.: 93 998 25 52  
E-mail: [gac@cm-sesimbra.pt](mailto:gac@cm-sesimbra.pt)  
Horário: quartas e sextas, das 9 às 12.30h

### 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

### Gabinete Médico-veterinário Municipal

**Posto Veterinário Municipal**  
Tel.: 21 228 85 00 / 93 998 20 40  
E-mail: [veterinario@cm-sesimbra.pt](mailto: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**

Tel.: 21 015 66 71

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

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

### **Museu Marítimo de Sesimbra**

Fortaleza de Santiago

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

Site: [www.museusesimbra.pt](http://www.museusesimbra.pt)

Horário: de terça a domingo,  
das 15.30 às 19 e das 20.30 às 23h

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

Tel.: 21 228 85 08

E-mail: [campismo.fortedocavalo@cm-sesimbra.pt](mailto: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**

Tel.: 21 210 22 31

E-mail: [polo.leitura.qc@cm-sesimbra.pt](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:geral@jf-quintadoconde.pt)

Site: [www.jf-quintadoconde.pt](http://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](mailto:geral@jf-castelo.pt)

Site: [www.jf-castelo.pt](http://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](mailto:geral@jf-santiago.pt)

Site: [www.jf-santiago.pt](http://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: [epcjsesimbra@gmail.com](mailto:epcjsesimbra@gmail.com)

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

Tel.: 21 210 02 12

### **EDP (avarias)**

Tel.: 800 50 65 06

### **Farmácias**

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

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

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

**Cotovia** – Tel.: 21 268 16 85

**Alfarim** – Tel.: 21 268 85 47

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

**Pata)** – Tel.: 21 210 80 50

### **Quinta do Conde (Bio-Latina)**

– Tel.: 21 210 91 13

### **Quinta do Conde**

– Tel.: 21 211 37 28/9

### **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



SEMANA GASTRONÓMICA

# CAVALA

# SESIMBRA

2016



24 de setembro a 2 de outubro

Organização:



Apoio:



Informações:

**Gabinete de Apoio às Pescas e Ruralidade  
da Câmara Municipal de Sesimbra**

Rua da Cruz n.º 24-A | 2970-735 Sesimbra

Tel: 21 228 87 14 | E-mail: pescas.ruralidade@cm-sesimbra.pt