

notícias de Campolide

BOLETIM DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE
ANO XXII #99 NOVEMBRO 2022
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



LEIA + EM:

 /JFCAMPOLIDE

 /JFCAMPOLIDE

 /CAMPOLIDETV

**APOIO E
PROXIMIDADE**
*à comunidade
escolar*



ARTIGO DE CAPA:

APOIO E PROXIMIDADE à comunidade escolar

PÁG. 4

LEIA + EM:

/JFCAMPOLIDE

/JFCAMPOLIDE

/CAMPOLIDETV



ENTREVISTA
PROFESSORA MARIA JORGE
PÁG.7



AÇÃO SOCIAL
PASSEIO SÊNIOR A FÁTIMA
PÁG.13



GENTE NOSSA
FERNANDA PARÍCIO
PÁG.18



REPORTAGEM
SÊNIORES PASSEIAM DE TUK TUK PELA CIDADE PÁG.19

+ FOOD WAVE_PÁG.8 + COLETIVIDADES_PÁG.10 + UNIVERSIDADE SÊNIOR_PÁG.12 + FUNDAÇÃO ALO_PÁG.14 + ALPHA BOX_PÁG.20

EXECUTIVO

PRESIDENTE • MIGUEL BELO MARQUES



**MARIA CÂNDIDA
CAVALEIRO MADEIRA**
SECRETÁRIA

candida.cavaleiro.madeira@
jf-campolide.pt

Atendimento:
Mediante marcação prévia
Pelouros: Saúde, Informática.



BRUNO LOURO
TESOUREIRO

bruno.louro@jf-campolide.pt

Atendimento:
4.ª feira - Mediante marcação prévia
Pelouros: Cultura, Coletividades,
Jurídico Financeiro e Contratação,
Recursos Humanos, Serviços
Administrativos, Comércio,
Licenciamento.



**BRUNO CORGAS
GONZALEZ**
VOGAL

bruno.gonzalez@jf-campolide.pt

Atendimento:
Mediante marcação prévia
Pelouros: Educação, Desporto,
Igualdade de Oportunidades,
Inovação, Equipamentos.



CÁTIA COSTA
VOGAL

catia.costa@jf-campolide.pt

Atendimento:
Mediante marcação prévia
Pelouros: Bem-estar Animal, Defesa
do Meio Ambiente.

INDEPENDENTE
Eleita pela lista do PS

ASSEMBLEIA DE FREGUESIA:

PRESIDENTE • ANDRÉ COUTO |

1º SECRETÁRIO • CARLOS RAMOS |

2º SECRETÁRIO • LUISA COIMBRA | **INDEPENDENTE**
Eleita pela lista do PS

RESTANTES MEMBROS:



Luís Rosa, Ana Rosmaninho, Lúcio Rosário.



Francisco Ramos, Anabela Pereira, João Dickmann.



Maria Luísa Fezas Vital



Maria João Moura



Diogo Borges



Paulo Cardoso



MIGUEL BELO MARQUES
PRESIDENTE

presidente@jf-campolide.pt
www.facebook.com/belomarques21
www.instagram.com/belomarques21

Atendimento: 4^{as} feiras das 15h às 18h mediante marcação prévia

Pelouros: Espaço Público, Espaços Verdes, Higiene Urbana, Grandes Opções do Plano, Recenseamento Eleitoral, Proteção Civil, Segurança, Proximidade ao Vizinho, Habitação, Ação Social, Mobilidade, Fiscalização, Comunicação.

UM ANO DE MANDATO

Cumpriu-se neste mês de outubro um ano que o executivo que lidero tomou posse para dirigir os destinos da nossa Junta de Freguesia.

Um dos maiores desafios da minha vida, que é ao mesmo tempo uma enorme honra: servir a minha Freguesia.

Foi um desafio que enfrentei e enfrento com responsabilidade, sentido de missão, empenho e motivação.

Um ano passado, é altura de fazer balanço e perspetivar o futuro.

Foi fundamentalmente um ano de muito trabalho, de muita aprendizagem e de constante adaptação.

Foi um ano onde apostamos no reforço da ação social, com um crescente apoio à nossa população sénior e com o aumento de oferta na Universidade Sénior, mantendo os passeios e ações culturais mensais.

Também na área da ação social conseguimos, não só manter, como alargar os apoios alimentares, quer de bens alimentares, quer de refeições já confecionadas através do nosso Celeiro Solidário e do Fundo de Emergência Social.

Outra aposta forte foi na Educação, através da nossa presença constante em todas as áreas das nossas escolas, e com um aumento para o dobro do orçamento para as refeições servidas na Escola Mestre Querubim Lapa.

É para nós um ponto de honra cuidarmos de todas as nossas crianças. Ninguém fica para trás.

A Cultura é outra marca deste ano, com o regresso do nosso arraial mas não só, eventos vários na rua trouxeram animação à nossa Freguesia, exemplo disso foi o concerto comemorativo do 25 de abril, que contou com uma magnífica atuação da Cuca Roseta.

O cuidado com o bem-estar animal é algo em que também apostamos fortemente. A criação, pela primeira vez na história da nossa Freguesia, do pelouro do bem-estar animal foi um marco histórico, que muitos frutos deu, dá e continuará a dar.

Os números de capturas e esterilizações de gatos de rua são impressionantes e continuamos a apostar em tratar todos os animais com o respeito e empatia que merecem, pois, também assim, construímos uma Campolide mais humana e civilizada.

Apostamos também na segurança, com o olhar de quem conhece de forma aprofundada e se preocupa com o território. Sem alarmismos, mas alerta para identificar vulnerabilidades e as mitigar em conjunto com as entidades responsáveis, seguimos nesse trabalho muitas vezes invisível, mas que dá e dará os seus frutos na construção de uma Freguesia mais segura para todos.

Todos os balanços são importantes para detetarmos erros de forma a corrigi-los, assinalarmos o que fizemos bem, de forma a continuar a fazer e a aprimorar, mas fundamentalmente para perspetivarmos o futuro.

Estamos há muito a preparar o próximo ano, com uma cada vez maior experiência, motivação, responsabilidade e vontade de servir.

Contem connosco que nós contamos com todos e cada um de vós.



JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE
Rua de Campolide, 24 B – Tel: 21 388 46 07
e-mail: geral@jf-campolide.pt
www.jf-campolide.pt
Reunião aberta: Primeira 4.^a feira de cada mês

O CELEIRO SOLIDÁRIO DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE FACULTOU ATÉ AO FIM DE AGOSTO DE 2022:



759.557 DOSES
REFEIÇÕES

3.065.158
UNID. FRUTA, LEITE, OVOS,
LEGUMES, ETC.

1.713.984
UNI. DE COMPLEMENTOS: PÃO,
MERCEARIAS, CEREAIS, ETC.

**ESTE ANO TAMBÉM
PASSOU A SER
CONTABILIZADO:**

PRODUTOS DE HIGIENE PESSOAL E HABITACIONAL 15.207 KG
PRODUTOS PARA ANIMAIS 977 KG



Bruno Corgas Gonzalez



O percurso de **Bruno Corgas Gonzalez**, atual responsável pelo pelouro de Educação, na Escola Básica Mestre Querubim Lapa iniciou-se há 11 anos. A sua principal função era coordenar as **Atividades de Enriquecimento Curricular (AECS)** e a **Componente de Apoio à Família (CAF)**. Ao integrar o Executivo anterior, mantendo essas funções, afirma que conseguiu *“estar na prática e no plano de execução”*, incrementando *“melhorias a nível da educação”*. *“Estando presente na escola consegui identificar muito mais as necessidades que existem”*, explica **Bruno Gonzalez**.

“A JFC sempre foi presente na Escola Mestre Querubim Lapa, por ser uma escola de 1º ciclo, através das AECS e CAF”, conclui. **Carolina Belo Gomes** é atualmente a **Coordenadora da Educação da Junta de Freguesia de Campolide**, mantendo essa presença viva. As atividades das AECS, CAF e Atividades de Animação e Apoio à Família (AAAF), são conduzidas por si e pela sua equipa, ao todo cerca de 15 colaboradores. A articulação entre a Junta de Freguesia e a escola permite *“promover a educação positiva e benéfica”*, apoiando *“os pais que não conseguem vir*

buscar as crianças quando termina o horário escolar”, disse a coordenadora ao Notícias de Campolide.

MELHORIA DO ESPAÇO ESCOLAR

Num só espaço, os mais novos têm acesso a diversos tipos de atividades, tendo autonomia por exemplo, para poder decidir o que querem semear na horta pedagógica e o que querem desenvolver na disciplina de expressões. O tempo é igualmente ocupado com atividades musicais, expressão dramática, trabalhos manuais, ginástica e inglês. **Carolina Belo Gomes** lembra que o objetivo é apostar no *“desenvolvimento total das crianças, na sua aprendizagem e apoiá-las a nível emocional”*.

Este ano letivo, o número de inscrições aumentou, o que se poderá dever ao maior número de alunos a frequentar a escola e à confiança dos encarregados de educação no trabalho desenvolvido com os seus educandos. A missão da Coordenadora da Educação é desenvolvida em conjunto com a Coordenadora da Escola, a professora **Teresa André**. *“Percebemos o que está bem e o que podemos melhorar dia-*

• CAPA •

APOIO E PROXIMIDADE à comunidade escolar

TERMINADOS OS TEMPOS DE PANDEMIA, A EDUCAÇÃO FOI UM DOS SETORES MAIS AFETADOS. ESTE ANO LETIVO, NOVOS ALUNOS INTEGRARAM A ESCOLA BÁSICA MESTRE QUERUBIM LAPA, ACENTUANDO A DIVERSIDADE CULTURAL JÁ EXISTENTE. "IGUALDADE DE EDUCAÇÃO" É UM DOS PRIMEIROS PONTOS DA AGENDA DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE (JFC), QUE TEM VINDO A APROFUNDAR E A INOVAR O TRABALHO FEITO AO LONGO DOS ÚLTIMOS ANOS JUNTO DAS DUAS ESCOLAS DA FREGUESIA.

FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

riamente. Vamos dando uns alertas e falando quais são as necessidades da escola e a Junta, à medida que tem possibilidade, vai dando resposta", explica a professora.

Tendo em conta que havia muita interação do exterior da escola para dentro do recreio, pensando na segurança e privacidade dos alunos, foi colocada uma rede lateral pela JFC, a pedido da diretora. Futuramente serão dispostos bancos e mesas, tanto na Escola Mestre Querubim Lapa como na Escola Marquesa de Alorna, o outro estabelecimento de ensino público localizado na Freguesia de Campolide. Este último pedido resultou da Assembleia Municipal da Criança. Também no início do ano letivo, o transporte escolar na Escola Mestre Querubim Lapa foi garantido em colaboração com a Câmara Municipal de Lisboa. Anualmente, é distribuído material escolar a todos os alunos que frequentam o ensino básico e as viagens de finalistas têm sempre o apoio da Junta.

Em articulação com o departamento de Inovação e alguns parceiros, o núcleo da Educação da JFC tem feito algumas intervenções na melhoria da estrutura verde das

suas escolas públicas. No estabelecimento de ensino de 1º ciclo procedeu-se à plantação de quatro floreiras com plantas trepadeiras para cobertura do gradeamento.

SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL E TECNOLOGIA

Neste âmbito, os alunos da Escola Mestre Querubim Lapa irão também desenvolver a horta pedagógica presente na escola e participarão no projeto Agrofloresta da Bela Flor. Haverá uma dinamização das aulas, com idas ao espaço de cocriação comunitária, baseado nos princípios da agricultura sintrópica, regeneração e sustentabilidade.

A Escola Virtual é um dos próximos projetos a abraçar pelo Executivo. "Todas as salas de aula de primeiro ciclo estão equipadas com vídeo-projetores e mais tarde, tanto os alunos, como os pais e professores terão acesso ao conteúdo educativo da Escola Virtual", refere Bruno Gonzalez. "Cada vez mais caminhamos para que a educação se torne mais tecnológica. A Escola Virtual motiva as crianças na aprendizagem e reduz o desperdício de folhas e livros que na sua maioria, no



final do ano, não são reaproveitados. Nós acreditamos que o Ministério da Educação irá levar esta ferramenta a todas as escolas, mas queremos ser pioneiros”, conclui. A disponibilização de um centro de estudos na Junta de Freguesia, para os alunos dos primeiros anos do ensino básico é outro dos planos futuros.

Na Escola EB 2,3 Marquesa de Alorna, a presença da JFC tem vindo a intensificar-se. No ano passado foi colocada uma baliza no espaço escolar e foram distribuídas tintas para pintar os campos desportivos.

REFEIÇÕES INCLUSIVAS E SAUDÁVEIS

Desde 2017, a Junta de Freguesia de Campolide assumiu a responsabilidade pela cantina da Escola Básica Mestre Querubim Lapa e pela elaboração das refeições diárias das crianças. Filipa Alegre é a responsável pelo Refeitório utilizado por 302 alunos, incluindo os de Jardim de Infância. Ao passar a acompanhar os almoços dos alunos, pôde conhecer melhor a realidade de cada, constatando que mesmo sendo essa a única refeição do dia para alguns, “se não gostarem, preferem não comer”.

Para além dos pratos servidos não serem saborosos e apelativos o suficiente, na perspetiva das crianças, era igualmente

necessário arranjar uma estratégia de inclusão das várias culturas gastronómicas. Numa só turma existem 15 nacionalidades. Há quem seja oriundo do Paquistão, Brasil, Ucrânia, Iraque, Rússia, entre outros. Em colaboração com uma nutricionista, Filipa elabora as ementas considerando essas variáveis, tentando introduzir alimentos mais saudáveis e variados. Este processo é feito gradualmente. São adicionados aos pratos já habituais, a que as crianças estão acostumadas, novos alimentos em pequenas porções para habituar o paladar.

Da nova ementa consta *stroganoff* com esparguete integral, um dos pratos que teve grande aceitação. “A base será sempre mediterrânica, mas o objetivo é ter maior variedade e que os alunos consigam experimentar novos sabores e alimentos mais nutritivos. Há crianças de outras culturas que preferem o prato vegetariano alternativo, com uma grande base proteica de seitan, tofu e leguminosas”, explica Filipa. Por outro lado, é feito um trabalho de consciencialização contra o desperdício. “Vejo muitas crianças que rejeitam a fruta quando não está perfeita. Não têm uma visão de aproveitamento dos alimentos como as gerações mais antigas. Agora temos uma geração em que tudo é descartável e nada se aproveita”, relatou a responsável, que também coordena o projeto *Food Wave*.

nc.

• ENTREVISTA •

PROFESSORA MARIA JORGE

ENSINAR SEM FRONTEIRAS

A ESCASSOS MESES DA REFORMA, O DEVER CHAMOU MAIS ALTO E NÃO PENSOU DUAS VEZES EM CONTINUAR A DAR AULAS AOS MAIS PEQUENOS ATÉ O ANO LETIVO TERMINAR. DURANTE 11 ANOS COORDENOU E LECIONOU NA ESCOLA MESTRE QUERUBIM LAPA. DA SUA EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL FORA DO PAÍS, TROUXE IDEIAS INOVADORAS QUE IMPLEMENTOU NAS ESCOLAS DA FREGUESIA.

FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

Toda a sua vida foi professora de primeiro ciclo. Na escola primária, a sua professora depositou-lhe confiança para ensinar os colegas na leitura ou nas tabuadas. “*Como eu gostava da escola e tinha facilidade de aprendizagem, ela ocupava-se de uns e eu ocupava-me de outros. Comecei a desempenhar a profissão mesmo desde a infância*”, confessou **Maria Jorge**.

Com 43 anos de ensino primário, tem a certeza que foi a decisão acertada. Sempre se sentiu realizada a dar aulas a crianças do primeiro ciclo entre os 6 e os 10 anos de idade. “*Gosto de vê-los crescer e progredir, é como se víssemos uma plantinha a crescer*”.

LEVAR O ENSINO MAIS LONGE

Na sua vida como professora passou por diversas escolas em Montemor-o-Velho, Góis, Odivelas, Lisboa e até Luxemburgo. Com formação nas áreas de primeiro ciclo, sociologia e ciências da educação garante que “*nenhum curso que eu pudesse tirar iria dar-me melhor formação do que aquela que tive na Escola Europeia de Luxemburgo*”.

Anteriormente, desenvolveu um projeto de investigação-ação na Escola Luxemburguesa, que teve como objetivo auxiliar os filhos dos emigrantes portugueses a compreender melhor os conteúdos e obterem sucesso escolar. Acabou por lecionar durante nove anos na Escola Europeia de Luxemburgo exercendo o cargo diretora do ciclo pré-escolar e primeiro ciclo da escola.

Perante as diferentes formas e metodologias de ensino de diversos países da União Europeia com as quais conviveu, chegou à conclusão de que “*somos mais parecidos do que pensamos*”. Mas existem diferenças. Os países do Sul ainda têm uma postura muito clássica, os alunos são menos autónomos. Os restantes países têm uma atitude diferente. O en-



sino em Portugal tem vindo a contrariar essa postura, “*temos professores magníficos e pessoas que trabalham de forma a motivar os alunos e a levá-los a participar*”.

A MISSÃO DO PROFESSOR

No **Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna** “*houve uma mudança muito positiva, o trabalho colaborativo está super desenvolvido*”, em parte resultado das mudanças levadas a cabo durante 11 anos por **Maria Jorge** enquanto **Coordenadora da Escola Mestre Querubim Lapa** e coordenadora de departamento de todos os professores de primeiro ciclo de todas as escolas do agrupamento. Recentemente assumiu a Coordenação da Escola Básica de S. Sebastião da Pedreira, onde terminará a sua carreira de professora.

Como reflexão de fim de carreira, a docente expressou que ser professor “*não é uma profissão, é mesmo uma missão. Não temos apenas uma função técnica, apesar de sermos cada vez mais substituídos pelas novas tecnologias. O que é realmente importante é que é na relação com o outro que a criança aprende. E o professor é essencial. O seu trabalho não é só ensinar, mas sim formar indivíduos felizes e capazes em conjunto com os pais e a sociedade*”.

nc.

FOOD WAVE

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL

As turmas de Jardim de Infância e de Ensino Básico da Escola Mestre Querubim Lapa já iniciaram as atividades do projeto educativo da Junta de Freguesia de Campolide, vencedor do programa internacional Food Wave – Empowering Urban Youth for Climate Action. O projeto arrancou com a celebração do Dia Internacional da Consciencialização sobre as Perdas e Desperdício Alimentar e com workshops de culinária.

FOTOS: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO



“**J**á tinha ouvido falar porque é um problema que está a acontecer no mundo”, disse **Laurenço** ao Notícias de Campolide no primeiro dia de atividades do projeto da Junta integrado no programa *Food Wave*. O desperdício alimentar é um tema que não escapa a este menino da turma de 4º ano da **Escola Mestre Querubim Lapa**. O assunto tem sido discutido em sala de aula, mas no dia 29 de setembro, **Dia Internacional da Consciencialização sobre as Perdas e Desperdício Alimentar**, não poderia deixar de ser abordado novamente.

Sónia Tomás, professora responsável pela turma, deu livre-arbítrio aos seus alunos para decidirem que atividades desenvolver nesse âmbito. Para além dos vídeos da UNICEF que viram em aula, as crianças desenvolveram um texto sobre o desperdício alimentar e foram divididos em grupos para discutirem uma solução para o problema. No final, cada grupo apresentou uma ideia. Em frente à turma um dos alunos apresentou uma solução que encheu a professora de orgulho: “os restos dos alimentos dos restaurantes que vão para o lixo podiam ser levados para os animais. Deveria existir uma recolha diária que levasse esses restos para serem transformados em ração”. A professora que exerce há 20 anos, refere que de ano para ano há cada vez mais consciencialização e são os próprios alunos que divulgam em casa o que aprenderam.

“Muitos países não têm comida e outros tem demasiado”, corrobora **Maria Luísa** que em conjunto com **Laurenço** vai apontando os países que sofrem de pobreza alimentar e os que mais desperdiçam comida. O rapaz conta o que a sua família faz para evitar o desperdício. “Como mudei de casa, não comprei muita comida. Por exemplo, compro salmão e brócolos e como nesse dia”. A colega defende a ideia de distribuir alimentos pelos países que têm necessidades.

As turmas de 3º ano elaboraram cartazes e desenhos. No

3ºA cada aluno escolheu uma medida para combater o desperdício alimentar, representaram-na em cartazes e discutiram-nos com os colegas. Durante o ano, as crianças e a professora fazem compostagem, colocando num balde os restos orgânicos dos seus lanches.

Na sala de aula do 3ºB, além dos desenhos alusivos ao tema também se apresentaram ideias. Muitos alunos chegam à conclusão que uma das formas de combater o desperdício alimentar é com solidariedade. “Em minha casa comemos as sobras, mas quando há comida a mais damos aos vizinhos”, diz uma das alunas. Nas restantes turmas viram-se vídeos e os professores explicaram o tema e as suas implicações aos alunos.

As seguintes atividades que o Notícias de Campolide acompanhou foram três workshops integrados no **Eco-Snacks**. No **Workshop Alimentação Saudável**, realizado no dia 10 de outubro, dirigido por **Poly Marinho** e **Lina Lopes**, as crianças aprenderam sobre as propriedades e benefícios da abóbora e dióspiro, e assistiram à confeção de um batido e de um bolo com base nessas frutas. O **Workshop Aniversários Saudáveis** ocorreu no dia 12. Os alunos estiveram na companhia de **Cristina David**, que os ensinou a fazer um bolo de laranja vegan, *lollypops* de cacau e ice tea caseiro. A semana terminou com o **Workshop Lanches Saudáveis**, dado pelas nutricionistas da **Vitamimos** que realizaram um jogo temático e uma receita de um lanche saboroso e saudável.

nc.



PROMOTED BY
Comune di
Milano



European Association
for Local Democracy



RECEITA PANQUECAS DE ABÓBORA

INGREDIENTES:

- 150g de puré de abóbora
- 2 ovos
- 120g de farinha de aveia integral
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 50 g de açúcar mascavado
- 200ml de leite ou bebida vegetal
- 1/2 colheres de chá de canela
- 1 colher de chá de canela em pó

PREPARAÇÃO:

Misturar todos os ingredientes na liquidificadora até ficar uma massa homogénea;
Colocar ao lume uma frigideira antiaderente e deixar aquecer bem, colocar uma porção da massa, quando começar a formar bolhas na massa, virar a panqueca e deixar por mais 30 segundos aproximadamente. Repetir o processo até a massa terminar. Pode ser servida com mel e canela, dióspiros frescos e o que mais quiser.



COLETIVIDADES DESPORTO EM CAMPOLIDE

Entender a Freguesia de Campolide e a sua história não seria possível sem abordar as Coletividades Desportivas. Importantes pilares da socialização e do desenvolvimento desportivo e cultural, as várias coletividades da Freguesia datam do início do séc. XX e perduram até hoje. Ao longo de décadas trouxeram prestígio e reconhecimento a Campolide, pelos vários atletas medalhados reconhecidos a nível nacional e internacional. Atualmente, o seu valor é acrescido não só pelos contributos dados ao desporto, mas pela sua proximidade à comunidade.



ACADEMIA DE ARTES INTERNAS

Foi criada em março de 2022 a pensar nas pessoas com diferenças. O objetivo desta coletividade é combater a inércia e sedentarismo das pessoas com mais idade, dos invisuais, dos surdos e de quem tem mobilidade reduzida através das artes marciais. **Taijiquan, Qi Gong, Yoga, Pilates e Meditação** são as modalidades praticadas na Academia por cerca de 90 alunos em Campolide. José Carlos Almeida, dirigente desportivo, presidente do CRP Campolide durante 18 anos é o fundador do projeto, cuja área de atuação vai para além da área da Freguesia de Campolide. Os projetos futuros são manter as dinâmicas atuais, de vertente terapêutica e desportiva e alargar a novas áreas como a cultura e recreio e até competição.

📍 **Rua 7 do Bairro da Calçada dos Mestres,
S/N junto ao 27 e ao 29
1070-264 Lisboa**
☎ **Telefone: 916 837 352**



CAMPOLIDE ATLÉTICO CLUBE

Criado em 1930, ocupa um dos primeiros pisos de um dos edifícios do Alto de Campolide, na Rua Marquês da Fronteira. Do Atlético saiu uma das campeãs mundiais de Muay Thai, Joana Alves. Atualmente o clube conta com uma centena e meia de sócios e com diversos troféus. A primeira vitória ocorreu em 1933 quando foram os primeiros campeões da Liga Portuguesa de Basquetebol. O Hóquei em campo era outro dos desportos praticados no espaço. Atualmente o **Boxe, a Yoga, o Jiu-Jitsu e o Muay Thai** estão à disposição de quem quiser experimentar. Futuramente as aulas de ginástica natural serão retomadas. Este clube desportivo convive em simultâneo com um espaço cultural e de lazer, o Cosmos, inaugurado em janeiro de 2020. As atividades vão desde o xadrez, ao cinema, a concertos e exposições.

📍 **Rua Marquês de Fronteira 163 1º
1070-299 - Lisboa**
☎ **Telefone: 914 421 415**

Fotos: Pexels



CRP CAMPOLIDE

O Centro de Recreio Popular, conhecido como CRP Campolide, localizado na rua 7 do Bairro da Calçada dos Mestres foi inaugurado oficialmente no dia 9 de junho de 1957. Embora a primeira ata date de 1954, com as reuniões a ocorrerem em casa de um morador. Primeiramente, o foco desta academia desportiva de Campolide começou por ser a Ginástica, as peças de teatro – onde se destacou Octávio de Matos, os bailaricos, as sessões de fado, os torneios de Snooker, Ténis-de-Mesa, Atletismo, os ensaios da Marcha de Campolide ou o Corpo do Baile do concurso de televisão “1, 2, 3”. Atualmente a aposta é no **Karaté**, que tem sido motivo de muitos conhecimentos internacionais, no **Kickboxing**, no **Muay Thai**, no **Tai Chi**, no **Kung-Fu** e no **Yoga**.

📍 **Rua 7 do Bairro da, CC dos Mestres SN**
1070-264 Lisboa
☎ **Telefone: 21 134 5600**



JUDO CLUBE DE PORTUGAL

Fundada em 1957, esta coletividade instalada na Rua Dom Carlos Mascarenhas desde 1963, viu crescer muitos atletas bem-sucedidos, como é o caso de Filipa Cavalleri. Desde 1964 contam com uma presença regular nos Jogos Olímpicos e há casos de várias gerações da mesma família a frequentar o espaço. O Mestre Kiyoshy Kobayashi, falecido em 2013, “pai do judo em Portugal” foi o responsável pela dinâmica cultivada no clube. Para além do **Judo**, pratica-se **Karaté**, **Jiu Jitsu** e **Kendo**.

📍 **Rua Dom Carlos de Mascarenhas 36A**
1070-083 Lisboa
☎ **Telefone: 21 388 4011**



LIBERDADE ATLÉTICO CLUBE

O **Basquetebol** começou por ser a atividade inicial do clube, assim como as peças de teatro. Depois veio o futebol, responsável por várias taças ganhas. Atualmente, a essas atividades juntam-se as aulas de **Zumba**, de **Kempo**, sessões de karaoke e os vários convívios entre os 700 sócios de todas as idades. O clube encontra-se no Bairro da Liberdade e conta com cerca de 90 atletas em competição nos vários escalões de **Futsal**.

📍 **Rua B Ao Bairro da Liberdade 83**
1070-146 Lisboa
☎ **Telefone: 21 388 1546**



SANTANA FUTEBOL CLUBE

Criado a 1 de maio de 1920, é uma referência na vida cultural e desportiva de Campolide, do Bairro da Serafina e de Lisboa. O clube, inicialmente localizado na rampa da Senhora da Santana, foi fundado por Evaristo Gomes e Joaquim Gonçalves. O espaço chegou a ser uma escola primária e acolheu atividades como a dança Jazz, ginástica desportiva, bailes, noites e matinés de fados, sessões de karaoke e cinema, ténis de mesa, boxe e atletismo. Mas foi no futebol que se consagraram Campeões da Associação Futebol de Lisboa, pelo menos duas vezes, nas épocas de 1975-76 e uma década depois em 1985-86. Assim como no atletismo com vitória da Taça Carlos Lopes, em 2003-2004 e no boxe, com a atribuição do título de Campeão Nacional. Quem se interessa por **Atletismo**, **atividades Fitness** ou quer integrar a **Escola de Futebol** tem no Santana Futebol Clube essa oportunidade.

📍 **Calçada dos Sete Moinhos 80**
1070-301 Lisboa
☎ **Telefone: 21 800 7880**



SPORT LISBOA E AMOREIRAS

Em 1934 na Rua de Campolide nº11, nascia pela iniciativa de dez fregueses a coletividade. O basquetebol, o futebol, o futsal ou a ginástica foram as primeiras atividades desenvolvidas no espaço, que em 1976 mudou de sede para a Rua Professor Sousa da Câmara. O **Ténis de mesa** e o **Xadrez**, eram sem dúvida o forte do clube, sendo que este último o lançou em campeonatos internacionais.

*Encerrado temporariamente

📍 **Rua Prof. Sousa da Câmara 148**
1070-216 Lisboa
☎ **Telefone: 963 572 405**



• AÇÃO SOCIAL • REGRESSO ÀS AULAS NA UNIVERSIDADE SENIOR

TERMINADAS AS FÉRIAS DE VERÃO, A UNIVERSIDADE SÊNIOR VOLTOU A ABRIR PORTAS COM UMA ALARGADA OFERTA EDUCATIVA. DEPOIS DE UM ANO LETIVO ATÍPICO, CONCLUÍDO COM PERSEVERANÇA E ADAPTAÇÃO, O RETORNO FEZ-SE COM A NATURALIDADE DE QUEM PROCURA O CONHECIMENTO E A MELHORIA DA SUA SAÚDE FÍSICA E MENTAL. UM TRABALHO QUE SE FAZ EM COMUNIDADE, JUNTO DAS HABITUAIS CARAS FAMILIARES.

FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO



No corredor à espera de entrar para a aula de Expressão Dramática, entre cumprimentos às colegas, **Maria Eduarda Dionísio** e **Maria da Natividade Cardoso**, comentam que a **Universidade Sénior de Campolide** ganha qualidade a cada ano. A pandemia de covid-19 foi um desafio para estas duas senhoras que tiveram de se reinventar e participar nas aulas por Zoom. Este ano, levantadas todas as restrições, fazem parte dos cerca de 80 alunos que no dia 19 de setembro iniciaram o ano letivo.

AMIZADES PARA A VIDA

Vizinhas e conterrâneas, as duas na casa dos oitenta. Separam-nas apenas um ano de diferença. Tantas coisas em comum, mas foi só na **Universidade Sénior** que se conheceram. **Natividade** já integrava o **projeto do pelouro da Ação Social da Junta de Freguesia de Campolide**, muito antes de **Eduarda**. Passou pelas aulas de Informática para se “atualizar”, depois foi aderindo

a mais disciplinas. Atualmente, a sua amiga frequenta mais unidades curriculares, ao todo 7, porém as duas concordam que “a *Expressão Dramática* é das melhores, pelo conteúdo e pela professora”.

A professora é **Mafalda Sacchetti**, com quem já estabeleceram uma forte conexão desde que veio dar aulas de **Expressão Dramática** e de **Canto**, na **Universidade Sénior**, há 5 anos. A primeira aula começou com conversas íntimas e abraços, para treinar os afetos. Os exercícios emocionais não podem faltar nestas aulas, “*porque as emoções estão obviamente ligadas ao teatro. Temos muitas aulas de conversa para perceber como eles estão (...) trabalho muito a memória porque é uma questão importante nesta idade, assim como a rapidez e a lógica de raciocínio*”, disse **Mafalda** ao Notícias de Campolide. A nível físico “*faço muitos exercícios de teatro, trabalho muito a projeção de voz, a dicção*”, conclui.

Natividade Cardoso é da mesma opinião. “*O importante é o tratamento que temos de dar a nós próprios e todo*

o tipo de exercícios que fazemos. Estes facilitam o diálogo e a discussão entre as colegas e desenvolvem a amizade”.

DISCIPLINAS PARA TODOS OS GOSTOS

O entusiasmo era difícil de esconder perante o regresso das unidades curriculares já conhecidas por todos. Este ano os seniores da Freguesia poderão participar nas aulas de **Biodanza**, **Pano Pra Mangas**, **Expressão Dramática**, **Escrita Criativa**, **Tai-Chi**, **Pintura**, **Tango Terapia**, nas aulas de **Canto**, **Motricidade**, **Hidroginástica**, **Clube do Livro** e **História de Portugal**.

Presente nos primeiros dias de aulas, **Miguel Belo Marques**, **Presidente da Junta de Freguesia**, referiu que a **Universidade Sénior de Campolide** “*muito nos orgulha pois tem uma oferta letiva muito rica, com uma abrangência de áreas de interesses muito vasta, porque acreditamos que essa abrangência é o segredo para conseguirmos chegar a toda a gente que nela procura encontrar uma solução*”.

nc.



• AÇÃO SOCIAL •

PASSEIO SÉNIOR A FÁTIMA

A FÉ FOI A RAZÃO QUE LEVOU INÚMEROS IDOSOS A FÁTIMA, NO PASSADO DIA 22 DE SETEMBRO. UNS COM MAIS DEVOÇÃO, OUTROS COM MENOS, QUASE NINGUÉM QUEBROU A TRADIÇÃO DA QUEIMA DAS VELAS.

FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

“*S*e não fosse religiosa não estava aqui”, respondem as senhoras alegremente. Esta é das poucas oportunidades que têm para visitar este local sagrado, pedir pela proteção dos seus entes queridos e pela sua própria saúde e cumprir promessas. Muitas assistem à missa na televisão ou ouvem o terço, mas não é a mesma coisa. Vir a Fátima é sempre especial, “*sente-se uma energia diferente*”.

Nestas gerações, a ligação a Nossa Senhora começa já à nascença. É o caso de **Maria Vieira**. Há 70 décadas nascia na Madeira. Com o cordão umbilical à volta do pescoço, o seu destino parecia traçado. Para que acabasse aquela aflição, a sua mãe recorreu à Nossa Senhora e acabou por atribuir como madrinha de batismo. A partir desse momento a vida de **Maria** ficou mais conectada com a religião, tendo feito o seu percurso escolar num colégio católico. Hoje afirma que tem uma “*fé inabalável*”.

Com um fio de ouro e uma medalhinha de Nossa Senhora ao pescoço, **Lurdes Barbosa**, de 77 anos, uma das 90 participantes no passeio, aproveitou a tarde para comprar um pézinho para pôr a arder, para cumprir a sua promessa. **Artur Neves**, de 81 anos e a sua esposa, moradores o Bairro da Bela Flor, queimaram 13 velas pelos seus netos e vizinhos.

Neste dia em que o sol estava alto, em Fátima o dia foi livre, algumas pessoas optaram por visitar o santuário, outras trataram das suas promessas, houve ainda tempo para assistir à missa e comprar lembranças. O almoço foi no restaurante o Panorama, com a presença de **Miguel Belo Marques**, presidente da Junta de Freguesia e **Cátia Costa**, vogal do pelouro de Bem-Estar Animal e Defesa do Meio Ambiente. No final do almoço, os seniores foram brindados com canecas com uma representação do santuário e dos pastorinhos. **nc.**



• REPORTAGEM •

FUNDAÇÃO ANTÓNIO LUÍS DE OLIVEIRA

PRESERVAR LAÇOS E AJUDAR A CRESCER

A um ano de completar o primeiro centenário, o lar que acolhe crianças e jovens em situação de risco em Campolide, em tempos conhecido como “Casa Azul”, passa agora despercebido. Camuflada entre o edificado, longe dos olhos da maioria, ao longo dos anos a Fundação continuou a levar a cabo a sua missão: salvar vidas.

FOTOS: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO



Márcia, jovem guineense de 27 anos é a utente mais velha da **Fundação António Luís de Oliveira (ALO)**. Sem família no país, depois de dois anos na instituição, descobriu-se que a sua identidade era falsa, estando ilegal em Portugal. O sucedido teve de ser comunicado às autoridades competentes, que lhe cessaram a medida de proteção. Perante as limitações físicas, cognitivas e os graves problemas de saúde de **Márcia**, a **Diretora Técnica, Sílvia Barros**, recusou retirá-la da Fundação. “*Enquanto não houver resposta legal não a vou pôr na rua. As pessoas não são números*”, desabafou indignada com a situação.

Este caso é uma exceção, uma das muitas que vão surgindo. Atualmente moram 25 crianças no lar – 14 raparigas e 11 rapazes -, todas retiradas aos pais. A capacidade é de 27 crianças, mas os recursos financeiros são insuficientes para ter as vagas todas preenchidas. Os jovens têm idades entre os 6 e os 18 anos. No entanto, tal como **Márcia**, o mais novo da casa também foge aos parâmetros pré-definidos.

ACOLHIMENTO DE IRMÃOS

Falamos de **Miguel**, o bebé de 24 meses que faz a alegria da casa. Sofrendo de maus tratos pela família, ele e os dois irmãos mais velhos, receberam uma medida de proteção. Cumprindo o legado deixado à instituição pelos seus fundadores - de não separar irmãos - privilegiando o seu acolhimento, foram feitos os possíveis e impossíveis para que os três ficassem na Fundação. Um facto que **Sílvia Barros** considera uma grande conquista.

O acolhimento de irmandades entrou nos estatutos da institui-

ção aquando da sua criação. Onde agora se encontra o número 173C da Rua Marquês da Fronteira, foi em tempos a residência de **António Luís de Oliveira** e **Elvira Carolina do Nascimento Oliveira**. Como Elvira não podia ter filhos, decidiu juntamente com o seu marido acolher um grupo de crianças. O grande património do casal, oriundo de bens no Brasil, permitiu a constituição da casa, que recebeu o nome de **António Luís de Oliveira**, em sua honra.

Em 1923, a “**Casa Azul**” recebeu oficialmente os primeiros jovens, órfãos retirados das ruas. Em testamento, a fundadora expressou que era seu desejo que a casa pudesse dar preferência ao albergue de irmãos. **Elvira**, professora de instrução primária, dedicava-se a ensinar essas crianças a ler e a escrever. A Diretora Técnica refere que esse é outro dos legados que hoje permanece.

“VIDAS CURTAS, MAS INTENSAS”

Os utentes da instituição vêm principalmente da área metropolitana de Lisboa. Chegam com uma história de vida cheia de perigos e riscos, marcada por violência, negligência familiar e abandono. No seu seio familiar há ausência de cuidados primários, como os direitos à educação e saúde. Depois da intervenção das autoridades competentes no sentido de tentar alterar o parâmetro de comportamento, se as condições do menor não se alterarem, é retirado do seu meio habitual de vida, que pode ser uma “*família como conhecemos, ou não*”, explica **Sílvia Barros**.

Os casos envolvem sempre pobreza económica, que impossibilita as famílias de proverem as necessidades básicas. Associada a esta problemática há sempre questões de vio-



lência doméstica, violência direta sobre as crianças, negligência emocional e psicológica e condições de salubridade paupérrimas. *“Há exemplos de famílias que vivem num espaço de 30 m2 com a mãe, o pai, os avós, a irmã mais velha, que já tem filhos.”*

“A maior parte dos acolhimentos têm esta problemática: são vidas curtas, mas intensas e com histórias que a maior parte de nós nem imagina”, prossegue a Diretora. As mazes ficam para a vida. Os menores ficam com perturbações a nível da sexualidade, com sensação de abandono e alguns não sabem sequer onde fazer as suas necessidades básicas. Nas suas famílias há ausência normativa do limite, que é fundamental para o desenvolvimento humano.

As crianças chegam ao lar fragilizadas, por vezes contrariadas por serem retiradas à força das suas famílias. Porém, o objetivo do acolhimento nunca é cortar os laços familiares. Por isso, **Sílvia Barros** defende um *“processo o mais sereno possível, para não encher as crianças de dúvidas e de medos. O momento tem de ser securizante”*.

CASOS DE SUCESSO

Quando chegam, ficam 5 a 10 dias para perceberem as rotinas e regras da casa e é lhes designado um técnico e um educador que as acompanham nos primeiros dias. É também feito um diagnóstico para perceber se conseguem fazer tarefas simples, como tratar da sua higiene diária. Outra das preocupações iniciais é tentar saber os gostos do jovem acolhido. É distribuído um questionário para saber, por exemplo, a cor favorita e se existe algum desejo que queiram ver concretizado. Depois é lhes dada uma mochila de

boas-vindas, um pequeno maminho. Todos os jovens no seu quotidiano têm ainda direito a uma atividade complementar, física ou lúdica para preencher os tempos livres.

Aos 18 anos, os acolhidos podem manifestar a sua vontade de abandonar a casa. Em muitos casos, a medida pode ser estendida até aos 21 ou 25 anos. Constata-se que apesar dos maus-tratos e abusos vividos, tendem a regressar às suas famílias. *“Tenho o sonho de que uma casa de acolhimento possa ser uma família, mas tenho consciência que não há famílias com 25 pessoas à mesa”*. Ou seja, é necessário *“proporcionar experiências diversificadas como ser humano e não só em grupo. Há necessidades para além da alimentação que devem ser providas”*, prossegue **Sílvia**.

A Diretora Técnica confessa que a Fundação atravessa um período de insuficiência financeira. Assim, tem apostado no envolvimento da sociedade civil e dos moradores de Campolide, apelando a donativos, novas parcerias e voluntários. De momento a **ALO** tem uma campanha de donativos de material escolar a ocorrer. Aceda ao site <https://fundacaoalo.pt/> para mais informações.

Muitas vidas que passam pela Fundação acabam por ser casos de sucesso. As crianças transformam-se em adultos, vão para a universidade, arranjam o seu primeiro trabalho, mais tarde formam uma família. Dentro da Fundação há quem nunca tenha desistido de sonhar. **Fábia**, de 17 anos é um desses exemplos. Já tem a sua vida delineada: ser jogadora profissional de andebol e como plano B comissária de bordo. **nc.**

**todos os jovens referidos no artigo têm nomes fictícios, para sua proteção.*



• BEM-ESTAR ANIMAL •

VETERINÁRIO VASCO CARDOSO

**PEQUENAS ALMAS: ETERNO
AMOR E LEALDADE**

Pioneiro na defesa dos direitos dos animais em Portugal, quando ainda se discutia a possibilidade de terem ou não direitos, foi uma presença assídua na televisão e imprensa, sempre com o objetivo de lutar pela causa a que se comprometeu.

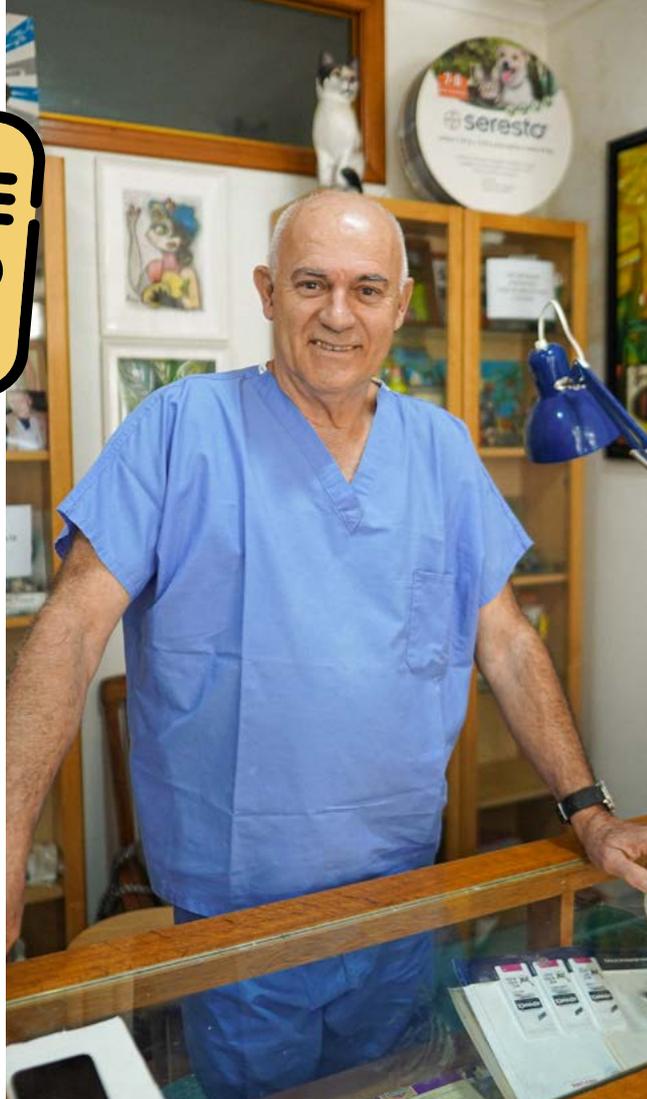
FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

São 46 anos de profissão, 20 dos quais ligados a Campolide. Foi em 2002 que abriu uma das suas clínicas veterinárias no Alto do Carvalhão. Esta acabou por se tornar a segunda casa do **Dr. Vasco Cardoso**, que aos 70 anos ainda dedica os seus dias a salvar vidas.

O seu consultório depressa se tornou famoso. Para além da qualidade do atendimento, as duas “*assistentes*” de Vasco faziam as honras da casa. Falamos das gatinhas **Nina** e **Sushi** as suas rececionistas. “*Iam para o colo das pessoas e espalhavam lambidelas pelos tutores e pelos pacientes*”, recorda emocionado. A **Nina** apareceu-lhe à porta da clínica em Campolide e **Sushi** com poucos meses de vida numa outra das suas clínicas.

GATINHAS AJUDANTES

Para além da empatia com outros animais, o Doutor conta entre risos o episódio que promoveu **Sushi** a enfermeira. Num dia, quando estava prestes



a fechar o consultório, já de noite, surgiu um caso de uma cadela que precisava de receber uma cesariana urgente. A gata “*cusca como todos os gatos são, foi cheirar a cria e lambê-la, secando-a como se fosse mãe dela*”. Uma outra vez, na sala de espera conquistou a confiança de uma mãe pitbull e dos seus cachorrinhos. Rapidamente as duas felines adaptaram-se também ao bairro. Saíam da clínica e iam até à encosta. **Nina** ia até ao café ao lado comer um pouco de fiambre que a proprietária lhe dava.

Na escola primária a ilustração de um pastor com o seu cão, fê-lo querer seguir essa profissão, pelo desejo de poder ter um animal igual. Só na faculdade pôde adotar o seu primeiro cão. Na tropa, integrou o Programa Pecuário dos Açores. Posteriormente trabalhou na área de inspeção sanitária da Câmara Municipal de Lisboa, durante mais de 30 anos e foi inspetor de higiene alimentar na Expo’98. Passou ainda pela União Zoológica (UZ) onde atendia 25 animais, em dias de pouco movimento. Numa altura em que os direitos dos animais ainda

não eram prioritários na sociedade, a UZ funcionava com poucos meios, era uma espécie de hospital de campanha.

LUTA PELA CAUSA ANIMAL

Em 1981, tornou-se um dos sócios fundadores da **Liga Portuguesa dos Direitos do Animal**. Este foi um dos primeiros organismos que fazia pressão junto do governo para mudar a legislação, à revelia de vários grupos da sociedade. Na **RTP2** apresentou o programa **Meu Bicho, Meu Amigo**, onde ensinava o espetador sobre cada tipo de animal e os cuidados a ter. Foi colaborador de rádio e tinha uma página numa revista feminina.

Para um dos artigos da revista decidiu entrevistar um cliente de longa data, o filósofo **Agostinho da Silva**, acérrimo defensor dos direitos dos animais e com uma grande paixão por felinos. A questão principal era: *Mas afinal os animais têm ou não alma?* Mas **Vasco Cardoso** já tinha a sua resposta. Não é por acaso que escolheu dedicar a vida a salvar esses pequenos seres. **nc.**



• A RUA ONDE MORO • **RUA DA PEDREIRA DO FERNANDINHO**

FERNANDINHO, O GRANDE PROPRIETÁRIO

FOTO: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

Onde hoje está localizada a Quinta da Bela Flor existia, no século XIX, uma fazenda de proporções consideráveis e uma pedreira, ambas detidas por **António Fernandes dos Reis**, também conhecido por **Fernandinho**.

Depois da construção da linha-férrea que ligava Alcântara a Campolide e da construção do túnel do Rossio (ou da Rabicha) - empreendimentos importantes para o desenvolvimento urbano de Campolide - a condessa do Lumiar decidiu vender em lotes as antigas terras dos Braancamp, uma família nobre de origem holandesa e próxima do progressismo monárquico, dando aso à construção do chamado Bairro Novo de Campolide. António Fernandes dos Reis acabou por comprar uma extensão de terreno equivalente a 2600 m², sendo na altura o proprietário com maior extensão de terreno na zona mais próxima de Alcântara.

Atentando às várias plantas que nos são disponíveis, é possível perceber que a atual Rua da Pedreira do Fernandinho era “campo”, pelo que se passou a designar Quinta do

Fernandinho, em honra do proprietário. A pedreira, explorada por si e pelos seus herdeiros deixou de o ser para dar lugar ao Santana Futebol Clube, uma coletividade fundada em 1920 que aí assentou arraial. Nos anos 50 o espaço foi soterrado, mas o nome perdurou.

A alcunha do proprietário terá então passado para a toponímia de sítios próximos como o Alto do Fernandinho (junto à Rua Vítor Bastos) e o Casal do Fernandinho (na calçada da Quintinha) e as Terras do Fernandinho que fornecem a localização do número 24 B da Rua do Garcia.

Pese embora seja reconhecida a importância deste homem enquanto inspiração urbanística, a Secção de Escrivania da Câmara informou a edilidade lisboeta da necessidade de atribuir designação própria aos arruamentos que vão da Quinta da Bela Flor à Cascalheira. Consagrada no Edital Municipal de 8 de julho de 1986, a alteração determinou que a Rua A passasse a nomear-se Rua da Bela-Flor e a Rua C de Rua da Pedreira do Fernandinho.

nc.

• GENTE NOSSA •

Fernanda

• PATRÍCIO •

UMA VIDA DE DEDICAÇÃO À FREGUESIA

A maioria dos funcionários da Junta de Freguesia de Campolide (JFC) conhecem-na carinhosamente por “Chefe”. Primeira funcionária do sexo feminino a entrar para a Junta, acompanhou de perto a evolução da Freguesia. Em setembro de 2022, chegou a hora da Coordenadora Técnica da JFC se despedir, terminada a sua longa jornada de dedicação ao serviço público.

FOTO: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO



Apenas duas décadas de existência tinha a Junta de Freguesia quando **Fernanda Patrício** se candidatou para funcionária do serviço de atendimento, no dia 1 de setembro de 1979. Na altura residente em Campolide, foi por indicação de um funcionário que também já trabalhava na Junta que se apresentou ao lugar. Com ela, o órgão do executivo contava com três funcionários para se manter operacional.

Claramente, os tempos eram outros, a sede da Junta de Freguesia era na Rua Ferreira Chaves. Apenas em 1994 foram inauguradas as atuais instalações. *“Na altura o serviço era menor, dado as Juntas de Freguesia terem menos delegações de competências atribuídas, sendo unidades administrativas que serviam de elo de ligação entre as diversas entidades públicas e o cidadão residente na Freguesia, inclusive na emissão de certidões, atestados, declarações”,* recorda **Fernanda**.

A EVOLUÇÃO NA CARREIRA

Com o passar dos anos foi-se candidatando aos diversos concursos para poder subir na carreira. Do atendimento ao público, passou pelo atendimento

telefónico, o recenseamento eleitoral e o serviço externo, entre outros. À medida que as competências aumentavam, o quadro de pessoal foi alargado. Em 1992 já existiam oito funcionárias. Foi nesse ano que assumiu a função de Chefe de Secção e que passou a ser chamada pelos colegas de **“Chefe”**. Posteriormente, a categoria mudou de designação para Coordenadora Técnica, mas Fernanda não deixou de ser a **“Chefe”**.

Tanto os seus colegas dos Serviços Administrativos, que chefiava, como os restantes departamentos continuaram a mencioná-la, com carinho e respeito, da mesma forma. O enorme sentido de responsabilidade no desempenho dos vários cargos que exerceu valeu-lhe uma Medalha de Bons Serviços da JFC. *“Foi uma recompensa por toda a minha dedicação profissional e humana, nestes 43 anos de serviço, de que muito me orgulho”*.

A DESPEDIDA

A forma profissional e correta com que tratou os que com ela conviviam, gerou um sentimento de saudade e tristeza aquando da sua aposentação. No seu último dia de trabalho foi surpreendida por todos os membros da Junta,

que tão bem conhece e também pelos novos colaboradores que entraram para a equipa. Recebeu flores, e no final do dia a despedida brindou-se com um bolo. Da JFC leva *“muitas histórias, mas saliento a convivência e também os bons momentos que ocorreram com todos (as) os(as) colegas com quem trabalhei ao longo destes anos de serviço”*.

O gosto pelo que fazia levou-a a permanecer na Junta, nunca tendo pensado em mudar de local de trabalho. *“Atualmente, as Juntas de Freguesia refletem os tempos que atravessamos (...). São organismos fundamentais (...) pelo que desejo que continue a existir vontade para uma maior relevância nos tempos próximos.”*

nc.





SÉNIORES DE CAMPOLIDE PASSEIAM DE TUK TUK PELA CIDADE

FOTOS: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

Um polícia de cartão em tamanho real, uma garrafa feita de materiais reciclados com a insígnia da PSP e um cartaz com uma colagem representativa de um cão polícia valeram a dois utentes do Lar das Irmãzinhas dos Pobres, aos alunos do Pano Pra Mangas da Universidade Sénior de Campolide e a uma artista sénior da Residência de Idosos de Campolide, uma **viagem de Tuk Tuk** pela cidade de Lisboa.

A iniciativa partiu da **PSP** através da equipa do **MIPP da 21ª Esquadra de Campolide** e do Pelouro de **Bem-estar Animal e Defesa do Meio Ambiente**, da **Junta de Freguesia de Campolide**. O objetivo do desafio lançado às instituições da Freguesia foi desenvolver trabalhos com materiais recicláveis com a temática do Meio Ambiente e PSP, para celebrar o **Dia Mundial do Meio Ambiente**, comemorado a 5 de junho.

TRÊS ARTISTAS E UM POLÍCIA

Dada a originalidade e dedicação dos artistas, não foi possível escolher apenas uma obra vencedora. Todos os idosos que participaram puderam sair

de casa e ter *“um dia diferente”*, referiu **Francisco Mestre**, agente principal da 21ª Esquadra da **PSP**, em declarações à comunicação social. *“Estiveram ocupados e gostaram de participar com a PSP, porque já nos conhecem de ações de sensibilização e foi um desafio diferente do habitual. E desta vez foram eles que nos ofereceram algo feito por eles”*.

No entanto, houve um trabalho que se destacou dos restantes. O polícia de cartão feito pelo Lar das Irmãzinhas dos Pobres. **Inês Gomes** de 72 anos e **Eduardo Almeida** de 79, residentes do lar há cerca de 5 anos foram os autores da grande estatueta. Nada seria possível sem a orientação de **João Rei**, funcionário do lar que se dedica à sua manutenção realizando desde serviços de pintura a serviços de motorista. O senhor de 60 anos, em tempos teve formação artística, o que lhe vale o nome de *“mestre”* por parte de **Inês** e **Eduardo**. Durante duas semanas, entre as tarefas do quotidiano e queimaduras de cola quente foram construindo o polícia. *“Foi difícil porque inicialmente não sabíamos como o íamos equilibrar”*, dizem entre gargalhadas, *“inicialmente não foi pintado porque não tem estrutura interna é só cartão colado”*.

CONTEMPLAR LISBOA

Eduardo, antigo trabalhador da Emissora Nacional e **Inês**, cujo o talento para as artes é inegável, habituados a desafios e sempre proativos, não pensaram duas vezes antes de aceitar participar no desafio que lhes foi lançado. A sua criatividade não passou despercebida, pelo que foram premiados com um pequeno almoço no **Hotel Corinthia Lisboa** e um almoço no **Restaurante A Valenciana**.

A viagem de Tuk Tuk, realizada a 27 de setembro, em que participaram 11 idosos e 3 agentes da **PSP** iniciou em Campolide. Aproveitado o bom tempo, o percurso estendeu-se por alguns sítios emblemáticos da Lisboa antiga, pela Feira da Ladra e houve ainda uma paragem no Miradouro Nossa Senhora do Monte.

Todos receberam um kit com um necessaire, um chapéu, uma carteira, uma amostra de champô e um desinfetante. A **Consolar** - serviços de apoio domiciliário alugou três tuk tuks e a **Kami For Travel** um. Houve ainda a participação da empresa **Combrindes**. **nc.**





• A LOJA ONDE VOU • ALPHA BOX

UMA CAMPOLIDE MAIS ATIVA

Três atletas unidos pelo Judo fizeram da Rua de Campolide a sua segunda casa. Neste ginásio, de porta aberta a todos, o desporto é uma paixão que se procura cultivar entre os alunos. Do MMA, ao Judo e ao Cross Training, todos os treinos são pensados para melhorar o dia-a-dia de quem frequenta o Alpha Box.

FOTOS: MARIANA BRANCO
TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

Há 5 anos **Ricardo Serrão**, de 29 anos, trocou o Brasil por Portugal quando foi contratado pelo Sport Lisboa e Benfica. Campolide foi a primeira morada do atleta de Judo de cinto preto. Nos primeiros tempos da sua chegada, o seu destino cruzou-se com o de **Gabriel Souza**, de 24 anos, antigo atleta de Judo da Lusófona, atual diretor técnico e um dos sócios proprietários e coach do **Alpha Box**. Foi no prédio onde morou que o conheceu.

Posteriormente, **Thelmo Martelotta Gomes**, de 28 anos, também se juntou ao grupo e fixou-se em Lisboa. Tal como **Ricardo**, foi competir para o SLB como atleta de Judo de cinto preto. Formado em Administração, o judoca já geria o ginásio **Alpha Box** no Brasil, fundado há 5 anos. Foi ideia dos três sócios replicar um espaço semelhante em Campolide, a Freguesia que os acolheu. O processo começou há cerca de um ano e meio quando começaram a procurar um local. “Quando soube que tinha a oportunidade de abrir aqui, decidi ficar, não continuei a procurar. Já conhecia a zona e senti-me em casa”, desabafou **Ricardo Serrão**. Em janeiro deste ano, abriram ao público.

Atualmente, 50 alunos frequentam o ginásio **Alpha Box**. O que o difere dos outros é o facto de todas as aulas serem acompanhadas por um professor ou *coach*. São os três sócios que fazem o acompanhamento dos treinos. Por outro lado, os exercícios são todos os dias diferentes e dinâmicos, para não se tornarem repetitivos. No caso dos treinos com cargas livres e externas, em que o **Alpha Box**

decidiu apostar em detrimento das máquinas, não se compromete a segurança do aluno.

O *Cross Training* é a modalidade que tem mais procura. **Ricardo**, vencedor de inúmeras medalhas, entre as quais a de Campeão do Troféu Brasil 2015, dedica-se principalmente a dar os treinos de tapete. Este refere que “as pessoas ainda têm preconceito com as artes marciais, acham que é só para quem gosta de lutar”. Mas não há uma idade para se poder começar seja em que desporto for. O aluno mais novo do **Alpha Box** tem 7 anos e a mais velha tem 81 anos. “A ideia é treinar para ficar bem, não é quem está bem é que deve ir treinar”, prossegue.

O horário está pensado para que as pessoas tenham tempo de vir treinar antes do trabalho, ou depois. O sentimento é de missão cumprida quando todos os alunos saem do treino e “sentem que deram o seu melhor, tiveram eficiência no treino. É gratificante ver que as pessoas melhoram um pouco a cada dia”. É esta ideia de ambiente familiar que se tenta manter no **Alpha Box**, “colocar o aluno como prioridade e continuar a incentivá-los a praticar desporto”.

Como perspetiva de futuro, os sócios-proprietários pretendem não encerrar da parte da tarde, pelo que esperam contratar mais professores para se juntarem à sua equipa, mantendo sempre os ideais fundadores da **Alpha Box**. **nc.**

Alpha Box

R. de Campolide, 94 A
2ª a 6ª: 7h00 às 21h00
Sábado: 9h00 às 12h00
Telefone: 939 045 464



CAMPOLIDE À MESA.

PASTELARIA DELICIOSA

A PASTELARIA TUDO EM 1

Neste estabelecimento, além de comer um saboroso bolo ou salgadinho, enquanto aposta no Euromilhões, pode ainda levar uns pãezinhos para o lanche. Os bolos de festa e os sonhos natalícios são outras das especialidades que, de igual qualidade, dificilmente se acham na freguesia.

FOTOS: MARIANA BRANCO | TEXTO: DIANA CORREIA CARDOSO

Na Pastelaria Deliciosa há todos os dias quem tente a sua sorte. Com um café para acompanhar e uma deliciosa miniatura ou um pastel de nata, os clientes vão raspando a ver se lhes sai alguma quantidade. Um euro é suficiente para se levantarem, dirigirem-se ao balcão e pedirem mais uma raspadinha e se a sorte não lhes bater à porta, apostam mais uma segunda vez.

Por ali já têm acontecido algumas surpresas, mas apesar dos jogos de apostas serem um grande atrativo no estabelecimento gerido por **Ana Rita Bernardo**, não são o principal. Os bolos fresquinhos, os salgadinhos e o pão, todos de fabrico próprio, fazem a atração da pastelaria. Para o pasteleiro, o dia começa às três da manhã. As duas bandejas de pastéis de nata produzidas diariamente ficam vazias por volta das 11 horas. O mesmo acontece com os folhados de salsicha, de fiambre e de chouriço. Os bolos que sobram são entregues às crianças da Fundação António Luís de Oliveira.

NATAIS MAIS DOCES

Quem gosta de economizar tempo pode aproveitar também para comprar no estabelecimento pão de mistura, de sementes ou pão de forma, ainda quentinhos pela manhã. Porém, outra das atrações da **Pastelaria Deliciosa** são os seus bolos feitos para ocasiões especiais. Vários são os moradores de Campolide que encomendam bolos de aniversário, simples ou personalizados, que fazem muito sucesso, tanto pela apresentação e originalidade, como pelo sabor.

Além dos aniversários, o Natal é a época festiva que mais agita a pastelaria. “*Os natais são uma loucura. Os clientes fazem fila para virem buscar as encomendas*”, diz **Ana Rita** ao Notícias de Campolide. A produção do bo-



lo-rei, bolo rainha e filhós começa logo em outubro, para satisfazer a curiosidade das pessoas e para estas poderem provar e decidirem se querem ou não encomendar no Natal. Mas a especialidade natalícia da **Pastelaria Deliciosa** é sem dúvida os sonhos, pelos quais a casa já era conhecida na época da antiga gerência.

DE OLHO NO FUTURO

O estabelecimento conta com 40 anos de existência. Foi em fevereiro de 2018 que mudou de mãos e se apresentou ao público com um novo espaço reinventado e remodelado, preservando algumas das suas características fundamentais. O sogro da gerente de 42 anos, residente na Quinta do Tarujo é o atual dono da pastelaria. O seu gosto por Campolide fê-lo querer apostar na Freguesia. **Ana Rita**, que já tinha experiência como comercial em instituições bancárias e gosta do convívio com os clientes e moradores, ficou à frente do negócio.

Sempre com um espírito renovador, a gerente disse querer no futuro produzir mais sete variedades de pão, mudar a montra e contratar um ajudante para a pastelaria no Natal. Outro dos planos é voltar a reabrir a cozinha que de momento se encontra encerrada, com os típicos pratos do dia e um menu fixo.

nc.

Pastelaria DELICIOSA

Rua de Campolide nº 70
2ª a 6ª e domingos: 6h30 às 21h00
Encerra ao sábado
Telefone: 21 580 9405



BREVES



POSTO DE
SAÚDE

JUNTA DE FREGUESIA
DE CAMPOLIDE

HORÁRIOS

ACUPUNTURA	4ª Feiras	09H00/17H00
ENFERMAGEM	2ª e 6ª Feiras	09H00/12H00
	4ª Feiras	16H00/18H00
MASSAGISTA	5ª Feiras	09H00/17h00
DENTISTA	2ª Feiras	14H00/16H30
	3ª Feiras	09H00/16H30
	4ª Feiras	10H00/12H30
	5ª Feiras	14H00/17H00
MÉDICO DE FAMÍLIA	2ª Feiras	09H00/12H00
TERAPIA DA FALA	6ª Feiras	09H30/12H00
PSICOLOGIA	4ª Feiras	09H00/12H30
NUTRIÇÃO	3ª Feiras	09H00/17H00

RUA DE CAMPOLIDE, 24B

TLM - 912 059 323

ASSEMBLEIA

Assembleia de Freguesia

Realizou-se no passado dia 22 de Setembro de 2022, a 3ª Sessão Ordinária da Assembleia de Freguesia de Campolide, no Auditório Adácio Pestana.



Fizeram parte da ordem de trabalhos, entre outros: a análise e votação de adendas ao Contrato de Delegação

de Competências do Município na Freguesia de Campolide; análise e votação da 2ª revisão orçamental 2022; análise e votação da proposta de atribuição da Medalha de Honra a António Vitorino D'Almeida.

HIGIENE URBANA

Limpeza Urbana

A JFC executa diariamente trabalhos de varredura, limpeza de cantões, despejo de papeleiras, entre outros trabalhos de limpeza.

A limpeza urbana é considerada um serviço essencial à população, pois está diretamente ligada à saúde pública e ambiental. Uma freguesia limpa é um local com condições de conservação e higiene adequadas, gerando impacto positivo na saúde e na qualidade de vida

de quem vive, trabalha e visita Campolide. Para facilitar o trabalho dos profissionais de higiene urbana que, todos os dias, continuam a garantir este serviço essencial, devemos todos continuar a desempenhar o nosso papel.



JFC

Primeiro Ano de Mandato



Assinalou-se a 18 de Outubro um ano do início do exercício de funções do actual Executivo da Junta de Freguesia de Campolide, eleito pela população a 26 de Setembro de 2021 e presidido por Miguel Belo Marques. Um ano de intenso trabalho, empenho e dedicação. Com a confiança depositada pelos vizinhos, a nova equipa comprometeu-se com exigência, levar a cabo este mandato. Seguindo o caminho traçado, centrado nas pessoas e acreditando no futuro, que é o que nos move até ele.

ESPAÇO PÚBLICO

Mobiliário Urbano

A Junta de Freguesia procedeu à colocação de mobiliário urbano na Calçada da Quintinha e Rua da Bela Flor, constituído por bancos e mesas e bancos de jardim. Estes equipamentos permitem a fruição do espaço público, promovendo igualmente espaços de lazer.

CML

Linha Ruído

Já está disponível a "Linha Ruído", um canal direto e dedicado para os munícipes reportarem à Câmara de Lisboa situações de ruído excessivo.

Esta linha é atendida pela Polícia Municipal de Lisboa, que ativará os meios necessários, em caso de ruído excessivo.

Ligue **808 910 555**



HORÁRIO



JUNTA DE FREGUESIA
DE CAMPOLIDE

O Balneário público da Serafina regressa ao horário habitual:

Domingo: 09h00 - 14h00

2ª feira: 09h00 - 14h00

3ª feira: 15h00 - 21h00

4ª feira: 09h00 - 15h00

5ª feira: 15h00 - 21h00

6ª feira: 09h00 - 15h00 | 16h00 - 21h00

Sábado: 15h00 - 21h00.

CONTACTOS ÚTEIS

**JUNTA DE FREGUESIA
DE CAMPOLIDE.....213 884 607**

Balneário Público da Serafina.....**211 979 931**

Pavilhão Polidesportivo de Campolide.....**913 882 896**

Casa dos Animais (Canil/Gatil).....**218 172 300**

SAÚDE

Centro de Saúde de Sete Rios.....**217 211 800**

Hospital de Santa Maria.....**217 805 000**

Posto de Saúde (Junta de Freguesia de Campolide).....**912 059 323**

POLÍCIA - BOMBEIROS

21ª Esquadra da PSP (Palácio da Justiça).....**213 858 817**

3ª Divisão da PSP de Benfica.....**217 142 526**

37ª Esquadra da PSP (Bairro da Serafina).....**213 858 346**

Polícia Municipal de Lisboa.....**217 225 200**

Regimento de Sapadores Bombeiros - Lisboa**800 913 913**

Bombeiros Voluntários de Campo de Ourique.....**213 841 880**

Comissão Protecção de Crianças e Jovens.....**217 102 600**

HIGIENE - LIMPEZAS

Recolha de 'Monos' (CML).....**808 203 232**

Entrega Contentores (CML).....**808 203 232**

Posto de Limpeza de Campolide.....**211 328 237**

Posto de Limpeza da Serafina.....**211 328 929**

DIVERSOS

CARRIS.....**21 361 3000**

CP.....**707 210 220**

FERTAGUS.....**707 127 127**

METRO.....**213 500 115**

VIMECA.....**214 357 472**

TAP.....**707 205 700**

EPAL - Falta de Água.....800 222 425

EPAL - Comunicação de Roturas na Via Pública.....800 201 600

Fiquei sem eletricidade. O que devo fazer?

Primeiro, tente identificar a origem da falha. Verifique se existe luz na rua, se os vizinhos têm luz, se tem os pagamentos em dia ou se algum equipamento fez "disparar" o disjuntor/quadro. Caso não encontre o problema, ligue: **800 506 506**



JUNTA DE FREGUESIA DE
CAMPOLIDE

AÇÃO SOCIAL

BEM-ESTAR ANIMAL



Cabazes

◆ DE NATAL 2022 ◆

INSCRIÇÕES | de 14 a 25 de Novembro
das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 16h00

ESPAÇO MULTIUSOS - JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE
RUA DE CAMPOLIDE, 24 B

DOCUMENTOS A APRESENTAR OBRIGATORIAMENTE NO ATO DE INSCRIÇÃO:

- DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO DE TODOS OS ELEMENTOS DO AGREGADO FAMILIAR •
- COMPROVATIVOS DE RENDIMENTOS • DECLARAÇÃO DE IRS • COMPROVATIVOS DE DESPESAS •
- OUTROS COMPROVATIVOS DA SITUAÇÃO SOCIOECONÓMICA DO AGREGADO FAMILIAR •

CABAZ ANIMAL • BOLETIM DE VACINAS ATUALIZADO DE CÃES/GATOS DO AGREGADO FAMILIAR •
• PARA OS CÃES: COMPROVATIVO DO REGISTO NO SIAC E LICENÇA ATUALIZADA NA JFC •