

NOTÍCIAS DE

Campolide



BOLETIM DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE
ANO XXIII #101 MARÇO 2023

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Serviços de
Saúde
para toda a
Campolide

+ CARNAVAL EM CAMPOLIDE + NOVA APP CAMPOLIDE RESOLVE + AQUI HÁ GATO?

NESTA EDIÇÃO...

BOLETIM DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE
ANO XXIII #101 MARÇO 2023 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



ARTIGO DE CAPA:

Serviços de Saúde para toda a Campolide

PÁG.12

Foto: Patty Brito - Unsplash



CARNAVAL
ALMOÇO DE CARNAVAL DA ASSOCIAÇÃO DE REFORMADOS E PENSIONISTAS DE CAMPOLIDE

PÁG.4



CARNAVAL
GRUPO DE CAMINHADAS CAMPOLIDE TODOS JUNTOS

PÁG.6



ESPAÇO PÚBLICO
REPINTURA DE PASSADEIRAS

PÁG.10



AÇÃO SOCIAL
SENIORES DE CAMPOLIDE VISITAM CASTELO BRANCO

PÁG.16

- › SANTUÁRIO DE BONSAIS_PÁG.08
- › CAMPOLIDE RESOLVE_PÁG.11
- › PROXIMIDADE AO VIZINHO_PÁG.15
- › BEM-ESTAR ANIMAL_PÁG.17
- › ADRIANO MOREIRA_PÁG.18
- › VILA MARTINS_PÁG.19
- › A LOJA ONDE IA_PÁG.20
- › CAMPOLIDE À MESA_PÁG.21

LEIA + EM:

- f /JFCAMPOLIDE
- ig /JFCAMPOLIDE
- yt /CAMPOLIDETV

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 • **LUÍSA COIMBRA** | **INDEPENDENTE**
ELEITA PELA LISTA DO PS

RESTANTES MEMBROS:



Luis 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 DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE

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

Atendimento: 4.ª feira 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.



JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE

Rua de Campolide, 24 B
1070-036 - Lisboa

Tel: 21 388 46 07
www.jf-campolide.pt
geral@jf-campolide.pt

Reunião aberta:
Primeira 4.ª feira de cada mês

EDITORIAL

Saúde

Uma matéria tao importante e fundamental para todos nós.

Na senda da Junta de Freguesia em busca de uma maior proximidade com o cidadão e na procura de respostas para o seu dia a dia, a questão da saúde é, também para nós, fulcral.

Nesta edição do Notícias de Campolide damos à saúde palco central, apresentando o nosso posto clínico, que com as suas diversas valências oferece uma resposta complementar aos nossos fregueses em diversas áreas que em muito melhoram a qualidade de vida de todos nós.

Mas seria impossível apresentar o posto clínico sem falarmos do coração do mesmo, as pessoas, os profissionais fantásticos que com toda a sua competência, empenho e dedicação tornam o posto no espaço de excelência que ele é.

A todos eles o nosso obrigado.

Neste boletim temos também o sabor agridoce da celebração e da despedida.

Celebrámos o Carnaval com grande alegria, em conjunto com a nossa Associação de Reformados e Pensionistas, num almoço pleno de vigor e vitalidade, e em que cantámos também os parabéns a uma figura incontornável da nossa Freguesia, Januario Costa, o eleitor mais antigo de Campolide.

Outra forma original e saudável de celebrar esta época de Carnaval foi com a edição especial de Carnaval da nossa já clássica caminhada de domingo, que juntou dezenas de mascarados que neste bom ambiente habitual comemoraram de forma ativa o entrudo. O nosso agradecimento à organização da nossa Vogal Cátia Costa e do Francisco Mestre.

Nem tudo são boas notícias e por isso também prestamos aqui homenagem ao mítico Sr. Mário Prata, que nos últimos 34 anos serviu a nossa Freguesia na sua papelaria, com jornais e sorrisos e que agora encerra o seu negócio, deixando Campolide mais pobre, sem um pouco da sua alma.

Damos também nota do trabalho que fazemos no espaço público, tendo já começado a repintura de passadeiras, algo tão importante para a segurança de todos, e para o qual adquirimos recentemente uma máquina que nos permite ser independentes e podermos repintar com a velocidade e capacidade de resposta que se exige numa matéria desta importância.

Por fim uma notícia que nos enche de orgulho, está finalmente pronta a app Campolide Resolve.

Esta app será uma ferramenta fundamental para cumprirmos duas das missões mais importantes para nós: aumentar a proximidade e a eficiência na resolução dos problemas.

Com esta app será possível a qualquer vizinho, com um clique identificar problemas e enviar os mesmos de imediato à Junta de Freguesia, que assim consegue chegar mais rápido às questões, conseguindo assim uma resolução mais eficiente e com canal aberto a todos os fregueses.

Experimente.

Obrigado

MIGUEL BELO MARQUES
PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE

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



786.257 DOSES
REFEIÇÕES

3.077.846
UNID. FRUTA, LEITE, OVOS,
LEGUMES, ETC.

1.736.340
UNI. DE COMPLEMENTOS: PÃO,
MERCEARIAS, CEREAIS, ETC.

15.247 KG

PRODUTOS DE HIGIENE
PESSOAL E HABITACIONAL

977 KG

PRODUTOS PARA
ANIMAIS





ALMOÇO de CARNAVAL

DIA DE BAILARICO E CELEBRAÇÃO DA VIDA

ASSOCIAÇÃO DE REFORMADOS E PENSIONISTAS DE CAMPOLIDE

Fotos: Francisco Melim | Texto: Diana Correia Cardoso

Januário Costa, uma “figura histórica da freguesia”, nas palavras de **Miguel Belo Marques, Presidente da Junta de Freguesia de Campolide**, celebrou os seus 90 anos no dia 17 de fevereiro. O almoço da **Associação de Reformados e Pensionistas de Campolide**, realizado no dia seguinte, é motivo de duplo festejo: mais um convívio dos associados e a celebração do aniversário do seu presidente e fundador.

O anfitrião abre o almoço num carinhoso discurso. “*Tem 90 anos, mas é como se tivesse 20. O Januário gosta muito de festas!*”, diz a Vice-Presidente da Associação na sala do Restaurante A Valenciana, reservada somente para a ocasião. Os quarenta participantes já estão todos sentados, convivendo nas mesas entre si. **Teresa Carneiro**, de 66 anos, é uma das sócias da Associação. A sua mãe, **Alice Carneiro** de 89 anos, vive há 19 anos em Campolide e há 10 aderiu ao grupo. “*A minha vida tem sido sempre fora a trabalhar para apoiar certas causas como esta*”, explica a historiadora de arte, ainda no ativo. Ao Notícias de Campolide, conta que o grupo se tem reinventado ao longo dos anos, mas que ela própria vai dando sugestões para alargar as iniciativas culturais oferecidas aos sócios.

Antes das entradas chegarem, o Presidente da Associação de Reformados relembra os associados que já há um programa de férias e convida-os a inscrever-se. Desde a sua fundação em 2000, a instituição nunca deixou de dinamizar atividades, sendo um elemento fundamental no combate ao isolamento e solidão dos seniores de Campolide. Como relembra **Miguel Belo Marques**, presente no almoço, “*a Associação faz um trabalho fundamental na dinamização de atividades para os mais idosos. Nós também o fazemos, mas sem-*

pre numa lógica colaborativa. Conseguimos complementar-nos uns aos outros. A Junta de Freguesia apoia a Associação de reformados porque entendemos que é fundamental para complementar o trabalho que desenvolvemos”, adianta.

Por ser Carnaval, a sala está cheia de cor. Muitas senhoras têm xailes pelas costas, outras bandoletes com adornos, há quem tenha ainda colares e pulseiras de flores. Terminada a refeição, o músico começa a tocar animadas melodias portuguesas e inicia-se o bailarico. Parte da sala transforma-se num espaço de dança e convívio. Houve ainda tempo para uma atuação do Grupo Coral da Associação de Reformados que, mesmo reduzido a metade dos elementos, canta com emoção o hino “*mostra que és uma força a vibrar em Campolide*”.

Os sentimentos ficam à flor da pele quando se cantam os parabéns a **Januário**, que se emociona com os afetos que recebe das pessoas que tão bem conhece. “*É uma figura histórica da nossa freguesia, não é por acaso que é o eleitor mais antigo. Tem uma participação cívica muito importante e muito grande. Devemos-lhe muito por tudo o que ele fez nos tempos que teve na Junta de Freguesia e pelo que faz no dia-a-dia. Sorte a nossa que temos uma pessoa como o Sr. Januário. Se o património mais importante da freguesia e dos lugares são as pessoas, ele é a nossa joia da coroa*”, conclui o **Presidente da Junta de Freguesia**.

APONTE A CÂMARA
DO SEU SMARTPHONE
PARA O QR CODE E
ASSISTA AO VÍDEO.



CAMINHADA DE CARNAVAL ENTRUDO SOBE MONSANTO

Fotos: Francisco Melim | Texto: Diana Correia Cardoso



As 9 da manhã do dia 19 de fevereiro, já um grande grupo se concentrava no Parque Urbano da Quinta do Zé Pinto. De longe, havia disfarces que se destacavam, como é o caso de “la loca de los gatos” encarnada por **Cátia Costa**, uma das organizadoras do evento. A vogal do Bem-Estar Animal e Defesa do Meio Ambiente é conhecida pela dedicação e cuidado que presta à população felina de Campolide. Como é habitual vê-la pela Freguesia a tratar das colónias, seja a que hora do dia for, justifica que a sua personagem de cabelos despenteados e robe cor de rosa adornado com pequenos gatinhos, lhe caia que nem uma luva.

PARTICIPANTES FORA DE FRONTEIRAS

O Agente Principal **Francisco Mestre**, o idealizador do projeto - **Grupo de Caminhadas Campolide Todos Juntos**, iniciado há 5 anos, apostou num disfarce mais realista: quem o viu e não se lembrou que era Carnaval

pôde pensar que fora raptado por um extraterrestre. Na caminhada de Carnaval, ao grupo fixo de participantes (no seu começo cerca de 5 pessoas), juntaram-se novos moradores de Campolide. **Saliha** é argelina e vive com a família na Freguesia há cinco meses. Um amigo apresentou-a ao grupo de caminhadas. Conta ao Notícias de Campolide que ficou maravilhada com a simpatia e bondade das pessoas que conheceu. Já é a sétima vez que vem. “A ideia do grupo é boa para as pessoas se aproximarem e é boa para a saúde”, diz.

Foi exatamente essa a ideia inicial do grupo. “O Agente Principal **Francisco Mestre**, como polícia, detetou graves problemas na questão social, nomeadamente o isolamento, quando ia a casa das pessoas através do Policiamento de Proximidade. As pessoas não saíam de casa, não conheciam os vizinhos e Monsanto e não faziam desporto ao ar livre”, refere **Cátia Costa**. Assim surgiram as caminhadas que se realizam todos



APONTE A CÂMARA DO SEU SMARTPHONE PARA O QR CODE E ASSISTA AO VÍDEO.



os domingos. Além de moradores de Campolide, vêm pessoas de Campo de Ourique, Bobadela e Benfica. Ao grupo juntaram-se também colaboradores do Banco Montepio, que residem fora da Freguesia. A maioria está no ativo, mas também muitos reformados se juntaram à caminhada, trazendo consigo as suas famílias.

O Presidente da Junta de Freguesia de Campolide, **Miguel Belo Marques** presente na caminhada, denota a resiliência dos organizadores. *“Criou-se um espírito muito interessante. O grupo está a aumentar os seus elementos. Quem experimenta, gosta e fica, e isso quer dizer muita coisa”*.

MENTE E CORPO SÃO

Fernanda Cruz, de 64 anos, residiu um ano em Campolide. Nesse período fez várias amigas, incluindo **Ana Bernardo**, que a impulsionaram para continuar a participar nestes eventos. A antiga cuidadora geriátri-

ca, vestida com uma bata para honrar os anos de profissão, confessa as suas saudades pela Freguesia. *“Tenho o meu coração em Campolide”*. Atualmente a morar fora da Freguesia, um dos seus maiores desejos é regressar, e enquanto não surge a oportunidade recorda as várias memórias que viveu na zona.

Este tipo de iniciativas não serve só para combater a solidão. **Fátima Lopes**, uma das personalidades mais conhecidas em Campolide, espera os caminhantes à entrada do Aqueduto das Águas Livres do lado de Monsanto. Também ela vestida a rigor de “tia”, fazendo uso da alcunha por que é conhecida. Não foi à caminhada por motivos de saúde, mas nos 5 anos em que a iniciativa já se realiza, emagreceu cerca de 15 kgs, conta a vogal da Junta de Freguesia de Campolide. Muitos outros participantes têm visto melhorias ao longo do tempo, por exemplo a nível da tensão arterial. É caso para dizer: *“Mente sã em corpo são”*. NC

◀ REPORTAGEM ▶

CENTRO DE JARDINAGEM BONSAIS DE CAMPOLIDE

SANTUÁRIO DE BONSAIS

JÁ PENSOU TER UMA OLIVEIRA NA SUA VARANDA? OU UM SOBREIRO NO SEU JARDIM? EM CAMPOLIDE HÁ UM LOCAL QUE É ESPECIALISTA NA VENDA E TRATAMENTO DE ÁRVORES EM MINIATURA, CONHECIDAS COMO BONSAIS. O NOTÍCIAS DE CAMPOLIDE FOI CONHECER O CENTRO DE JARDINAGEM BONSAIS DE CAMPOLIDE.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

No interior do Centro sente-se a quietude das centenas de bonsais espalhados pelas mesas. “São plantas muito sensíveis”, comenta **Carlos Figueiredo**, funcionário do **Horto do Campo Grande**, empresa a que pertence o santuário de bonsais. O cuidador das pequenas árvores conta com 4 anos na equipa, mas com um amor por plantas que sempre o acompanhou.

Nesse espaço na Rua de Campolide, já com 20 anos de existência, além da venda de bonsais, destacam-se os serviços exclusivos de hotel, enfermaria e transplante. A experiência adquirida pelo contacto com os bonsais permite um aprofundar da sabedoria e da técnica. “Na Internet há muitas instruções. Há pessoas que dizem que, para regar, tem de se mergulhar todo o vaso em água e deixar encharcar a raiz. Outras dizem que deve ser só uma rega superficial”. Os cuidados que ali se praticam são adaptados à realidade climática portuguesa. “Embora os bonsais tenham grande capacidade de adaptação, há técnicas que resultam melhor que outras”. **Carlos** revela ao Notícias de Campolide que o segredo é deixar secar ligeiramente a camada superior e depois regar abundantemente, até o vaso verter água. Por isso, o musgo é tão característico nos bonsais, mostra que “têm uma humidade permanente”.

DENTRO OU FORA DE CASA

O tipo de espécie é outro fator que influencia as necessidades de cada um. O bonsai não é uma espécie em si, é apenas uma árvore em miniatura. A única diferença é que é colocada “num vaso que lhe atrofia as raízes” com o objetivo de a manter pequena. Ao mantê-la nessas condições por 6 ou 7 anos, é considerada bonsai. Por isso, é possível ter qualquer tipo de espécie nesse formato. O funcionário aponta para uma macieira, despida de folhas e com pequenos frutos. “É uma espécie de exterior. Quer dizer, no fundo todos os bonsais são de exterior, mas existem alguns que no nosso clima não podem estar no exterior, então dizemos que são de interior. Temos ainda outras espécies que podem estar tanto fora de casa, como no interior”. Como é o caso do Ulmeiro, um bonsai de dupla exposição, que necessita de pelo menos duas horas de sol direto por dia. Se se optar por deixá-lo no exterior, no inverno deixa cair a folha. No interior comporta-se de forma diferente.

Essa é uma das espécies mais vendidas, assim como a Carmona e o Ficus que são mais resistentes e que se comportam melhor dentro de casa. Apesar de se manterem anãs, com o passar dos anos, as plantas vão engrossando o tronco e acabam por aumentar de ta-



Carlos Figueiredo



Pedro Pulido Valente

manho. Quando maior a idade do bonsai maior o seu valor, assim é possível comprar bonsais de 15 euros ou até 1500 euros. A raridade e a dificuldade de manutenção são outro dos fatores que acrescem o valor. “Noutro dia entrou uma senhora que queria vender o bonsai do marido. Um sobreiro de 100 anos, que vale 1500 euros”, diz **Carlos**. “Com essa idade, já são peças raras”, justificando que optaram por guardá-lo para coleção.

A par da rega, é preciso fazer a fertilização de quinze em quinze dias. Chegados os meses de janeiro, fevereiro e março, vários são os clientes com bonsais de exterior que os entregam aos cuidados do Centro. De dois em dois anos, a planta precisa de um transplante, devido à rápida absorção dos nutrientes da terra. “É a mudança do vaso, em que se retira toda a terra das raízes que ficam nuas, é posta terra nova, prende-se o bonsai com arames e é posto um produto que induz ao enraizamento”, explica. Os meses de abril, maio e junho são a época ideal para o transplante dos bonsais de interior.

ÁRVORES DE ESTIMAÇÃO

“Ter um bonsai é como ter um cão. É necessário dar-lhe comida todos os dias, pô-lo à janela para arejar e olhar para ele”, prossegue **Pedro Pulido Valente**, diretor comercial do Horto do Campo Grande, assumindo o seu gosto pelos bonsais, que também vai colecionando. A única diferença é que “eu não falo com eles,

mas escuto-os”. Esta é uma das condições para quem os quer adquirir. A atenção deve ser redobrada e diária. A probabilidade dos bonsais contraírem doenças em comparação com outras plantas é muito maior. Apesar dos bonsais de interior serem mais vulneráveis, estando sujeitos ao aumento da humidade. Na área reservada à enfermaria, de momento com cerca de 40 bonsais em tratamento, **Carlos** refere que essas complicações estão relacionadas com o ambiente a que estão expostos. “O sol e o vento são inimigos das pragas. Mesmo cuidando bem da planta em casa, com muita luz, acabam por ter uma temperatura ambiente muito alta e quando se faz a rega cria-se uma micro humidade que favorece o aparecimento de doenças”.

No verão, o número de plantas a seu cargo aumenta exponencialmente, o que se deve ao serviço de hotel que têm disponível. O funcionário chega a ter 200 bonsais para cuidar. As pessoas vão de férias e é no Centro de Bonsais de Campolide que os deixam. É comum os apaixonados por bonsais irem aumentando a sua coleção. Em casa, **Carlos** tem cerca de 13 bonsais. “O tempo que passo a tratar deles é um recarregar de baterias”. Chega a existir mesmo uma ligação emocional, diz **Pedro** “se acontece alguma coisa a um dos meus bonsais, fico tristíssimo. Há pessoas que chegam aqui e parece que estão a falar dos filhos”. Nos registos, vários são os casos em que os nomes científicos dos bonsais são substituídos por nomes próprios. NC



REPINTURA DE PASSADEIRAS

Fotos: Francisco Melim | Texto: Diana Correia Cardoso

A Junta de Freguesia de Campolide deu início aos trabalhos de repintura das 208 passadeiras localizadas nos diversos pontos da Freguesia. A recente aquisição de uma máquina de pintura *airless* com compressor permite uma maior eficácia e rapidez na sua execução.

As primeiras intervenções foram realizadas no Bairro da Bela Flor e no Bairro da Serafina, por se tratarem de zonas com menor fluxo de trânsito. Ao todo cerca de 20 passadeiras já foram repintadas incluindo algumas do Bairro da Calçada dos Mestres. Prevê-se que os trabalhos estejam concluídos no final do mês de abril, dependendo das condições climáticas e do trânsito. A repintura nas zonas mais movimentadas irá ocorrer aos sábados e domingos de manhã para não causar constrangimentos, como explica a Coordenadora do Núcleo Operacional da Junta de Freguesia de Campolide, Engenheira **Joana Lousada**.

O trabalho realizado por três funcionários da Junta de Freguesia, tem o auxílio de uma máquina de pintura *airless* com compressor. O equipamento adquirido permite “manter a máquina em cima da carrinha e a movimentação em si é mais fácil, porque só a pistola

vem ao chão. Os operacionais ficam em cima do veículo e só um é que a manuseia”, explica **Ricardo Ferreira**, Coordenador do departamento de Espaço Público. Para além de simplificar a repintura das passadeiras, “a vantagem de termos uma máquina para nós é exatamente isso. É preciso pintar uma passadeira e pintamos. É mais imediato”. Anteriormente, subcontratava-se o serviço a uma empresa ou utilizava-se o rolo, o que era muito mais dispendioso e moroso.

“Como o equipamento suporta qualquer tipo de tinta é possível fazer uma pintura de parede na escola por exemplo, que são áreas de maior dimensão”, prossegue **Joana Lousada**. Há cerca de dois anos as passagens pedonais não eram repintadas, trabalho que é cada vez mais requerido devido às chuvas e obras a decorrer na Freguesia.

“A função da Junta é realizar a manutenção da sinalização vertical e horizontal, senão for feita pode haver riscos para peões e condutores. O que ocorre também por passadeiras pouco visíveis”, conclui. A máquina permite a manutenção das marcas rodoviárias, maior periodicidade nos trabalhos de conservação, melhoria da segurança rodoviária e salvaguarda da segurança pedonal. NC

A NOVA APLICAÇÃO DE OCORRÊNCIAS DA FREGUESIA

VIVE OU TRABALHA EM CAMPOLIDE E TEM ALGUM PROBLEMA QUE QUEIRA REPORTAR À JUNTA DE FREGUESIA? PODERÁ FAZÊ-LO DE FORMA RÁPIDA E ACESSÍVEL ATRAVÉS DA NOVA APP CAMPOLIDE RESOLVE.

Texto: Diana Correia Cardoso

Problemas no espaço público, de higiene urbana, mobilidade e licenciamentos são algumas das áreas sobre as quais poderá reportar na **Aplicação Campolide Resolve**. Como refere **Miguel Belo Marques**, Presidente da Junta de Freguesia de Campolide, “a adoção desta app é muito importante. Era algo que nos já queríamos ter lançado mais cedo no início do mandato, mas não foi possível por várias questões técnicas. Agora fazemo-lo com muita satisfação e com a consciência de que vai ser um veículo fundamental

para estarmos mais próximos das pessoas, de modo a conhecermos os problemas que temos a nível de higiene urbana, espaço público e espaços verdes. Assim podemos ser mais eficientes na gestão das ocorrências e na prestação de um serviço mais rápido e mais eficiente à população”.

As ocorrências ficarão registadas e serão enviadas para resolução de acordo com a entidade responsável. O objetivo da APP é aproximar os cidadãos do órgão autárquico para que possa trabalhar em conjunto na resolução de problemas que possam afetar o quotidiano de todos. “As competências da Junta de Freguesia são as varreduras de ruas, os buracos e descalçamentos no passeio e os espaços verdes, que estão diretamente confiados para manutenção”, acrescenta **Miguel Belo Marques**. Apesar do objetivo ser a resolução das questões relativas à Freguesia, o órgão autárquico quer ir mais além. “Mesmo que algum problema não seja da nossa competência, queremos ser parte ativa, ter conhecimento e ajudar na sua resolução. Na plataforma vai ser possível também assinalar as inconformidades e problemas que pertençam a outras entidades e que nós não podendo resolver diretamente, temos a possibilidade de ajudar a identificar e a pressionar junto das entidades competentes. Sejam elas a Câmara Municipal de Lisboa, as concessionárias das telecomunicações, da água, do gás, de obras públicas ou privadas a decorrer na Freguesia”, conclui.

Será possível identificar as anomalias anexando fotos, adicionando coordenadas GPS, de modo a que a Junta de Freguesia de Campolide seja mobilizada para agir. **O download da aplicação Campolide Resolve é gratuito e estará disponível para os sistemas Android e iOS.** O site da Freguesia terá igualmente um espaço dedicado ao registo de ocorrências.

Através da APP pode ainda acompanhar as últimas notícias e eventos da Freguesia, ver informações sobre o território, a composição, serviços e contactos da autarquia e documentos oficiais. Haverá também um espaço dedicado à comunicação de alertas. **NC**



Serviços de Saúde para toda a Campolide

O POSTO DE SAÚDE DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE, CRIADO HÁ CERCA DE DUAS DÉCADAS, DISPONIBILIZOU AOS MORADORES CUIDADOS DE SAÚDE BÁSICOS, COMEÇANDO PELO SERVIÇO DE ENFERMAGEM. ATUALMENTE, O NÚMERO DE VALÊNCIAS EXISTENTES É MAIS ALARGADO E COMPLETO. E PARA MUITOS FREGUESES, A PROXIMIDADE E A EFICÁCIA DOS TRATAMENTOS SÃO FATORES QUE NÃO DISPENSAM.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

Cândida Cavaleiro Madeira

Com 90 anos de vida, **José Varandas** passou por vários ofícios de peso, o último foi como motorista de camiões de transporte de mercadorias. Há três anos, o morador do bairro da Bela Flor começou a sentir as consequências de uma doença de pele que lhe afeta as pernas. Apesar de ter acompanhamento médico e de estar a tomar antibiótico, a sua condição não deixou de piorar. Foi com a ida de um projeto de intervenção social à sua residência que o **Posto de Saúde da Junta de Freguesia de Campolide** foi notificado e mobilizou a enfermeira **Inês Antunes** para tratar do novo utente.

Também moradora da Freguesia aproveita a proximidade para ir fazer o tratamento ao domicílio, pelo menos três vezes por semana. Uma exceção, dado que nesse caso em particular *“existe uma responsabilidade e um cuidado acrescido por saber a necessidade que o senhor tem”*, conta a enfermeira **Inês** ao Notícias de Campolide. A doença limitou-lhe a locomoção, não permitindo que se desloque até ao Posto de Saúde, localizado na Rua de Campolide 26A. Apesar de já não sair da sua residência, atualmente **José Varandas** é a *“cabeça da casa”*, orientando a vivência com a sua es-

posa. A resposta dada pela Junta de Freguesia, complementar aos restantes tratamentos que já recebia, tem sido indispensável para o seu bem-estar e saúde.

“ESTAR EM COMUNIDADE”

O objetivo é aumentar a *“vigilância para que a perna não infete”*, explica a enfermeira. *“Por baixo das peles que não são retiradas, há uma pele que fica mais fragilizada”*, por isso é necessário *“minimizar a pele seca, a sujidade e o suor, para tornar a pele mais limpa”*, prossegue. O tratamento só começou a 20 de janeiro, mas a relação criada entre a enfermeira e o utente é afetuosa. Enquanto faz o penso, **Inês Antunes** vai conversando com o utente que trata carinhosamente por **Senhor Varandas**. Falam das melhorias que sente e da consulta de dermatologia no Hospital de Santa Maria, que tem marcada para este mês, essencial para saber que tipo de cuidados irá ter de receber futuramente, dependendo do diagnóstico médico.

A profissional de 39 anos, que é simultaneamente enfermeira na área de internamento no Hospital Egas Moniz, afirma que as horas de trabalho no Posto de Saúde da Junta de Freguesia de Campolide permitem-na *“estar em comunidade”*. Sendo *“diferente do trabalho hospita-*



António Galindro



Inês Antunes

lar. No hospital, estou no meu meio e aqui é vir ao meio das pessoas e adaptar os meus cuidados à pessoa no seu meio, na sua vida. A empatia, a proximidade é completamente diferente”. Para além dos pensos, as injeções, as avaliações de tensão arterial, de glicemia e diabetes são outros dos serviços que presta aos utentes.

CUIDADOS MAIS PRÓXIMOS DO BAIRRO

Foram esses também os primeiros cuidados que **Cândida Cavaleiro Madeira**, atual **Secretária do Executivo** deu aos moradores da Freguesia, antes de desempenhar funções como **vogal no pelouro da Saúde**, pela primeira vez integrando o executivo de 2009. O Posto de Saúde inaugurado em 2000, apenas com o serviço de enfermagem e de dentista na Rua Ferreira Chaves era o local de trabalho da “*enfermeirinha*”, como é conhecida ainda por muitos moradores. A **Secretária do Executivo**, anteriormente enfermeira no Centro de Saúde de Sete Rios durante 22 anos, transitou para o espaço da Junta criado “*para ser mais próximo do bairro*”, relembra.

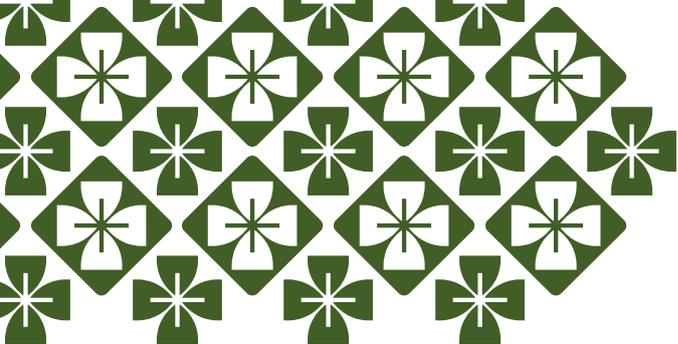
As cheias que assolaram o distrito de Lisboa em 1997, deixando a população de Campolide sem forma de se deslocar ao Centro de Saúde, foi outro dos motivos que levou à cedência pela Junta de um espaço para

cuidados de enfermagem. “*Divulgámos e tivemos casa cheia. Vinham muitas pessoas do bairro da Serafina e da Liberdade*”. O número de utentes era muito superior ao atual. “*Houve muitos idosos que faleceram e os jovens não precisam tanto de enfermagem*”, prossegue **Cândida Cavaleiro Madeira**.

MAIS VALÊNCIAS

Em 2010 o Posto de Saúde foi transferido para o espaço multiusos e as especialidades foram alargadas. Além da Enfermagem e do Dentista, o Posto de Saúde da Junta de Freguesia de Campolide disponibilizou aos utentes o serviço de Massagem, Acupuntura, Médico de Família, Protésico, Psicologia e Nutrição. As especialidades mais procuradas são as Massagens e o Dentista. A médica de família disponível trabalha no Centro de Saúde de Sete Rios, pelo que se tratou de uma escolha premeditada. “*A maioria dos doentes que vêm ao posto são do Centro de Saúde de Sete Rios. Temos essa vantagem*”, o objetivo é “*dar continuidade, porque os profissionais têm de dar aos utentes maior proximidade e confiança*”.

André Levy, de 66 anos é desde o início do ano, um dos utentes de **António Galindro**, acupuntor e **Jorge**



Filipe, fisioterapeuta. Uma tendinite foi o problema que o levou a consultar o especialista em acupuntura que o reencaminhou também para os tratamentos de massagem. *“Estou cada vez melhor, mas é um tratamento que leva algum tempo”*, diz o utente. O especialista **Galindo** confirma, as terapias de acupuntura e a massagem podem complementar-se. *“Há situações em que os próprios médicos da medicina alopática encaminham alguns pacientes para este tipo de terapias como tratamento complementar”*.

Neste caso, *“a massagem faz uma electroestimulação a nível muscular em termos de inserções dos músculos nos ossos e de fibras musculares. O que eu faço é escolher os meridianos daquela zona do corpo e encontro um equilíbrio energético para equilibrar o organismo e aliviar a inflamação”*. Há um foco no paciente como um todo. *“O acupuntor não olha para o problema da pessoa como o local onde tem a dor, tem uma versão mais holística. Há pessoas que não se queixam de determinados aspetos que podem ser consequências da patologia que têm”*, conclui.

UTENTES DE TODAS AS IDADES

À acupuntura recorrem utentes de mais idade e com patologias como a dor na lombar ou nos joelhos. Os pacientes de **Jorge Filipe**, terapeuta que realiza tratamentos de fisioterapia no Posto de Saúde também se enquadram nessa faixa etária, apesar de também atender pessoas mais jovens. Além dos tratamentos de lesões musculares, lesões articulares e recuperações de traumatismos, faz tratamentos de mesoterapia. *“São pequenas picadinhas subcutâneas a nível da pele para emagrecer a barriga, glúteos, braços, pernas e para eliminar celulite”*, refere o terapeuta.

O tipo de lesões com que mais lida são artroses, tendinites, ciáticas, contraturas e má circulação. **Gabrielli Oliveira**, de 21 anos, ouviu falar dos tratamentos de **Jorge** no salão de beleza onde trabalha em Campolide. As dores na ciática levaram-na na primeira semana de janeiro a procurar tratamento no Posto de Saúde. *“Cheguei quase sem andar, o Jorge abriu a sala e colocou-me aqui de emergência”*, conta. É a quarta sessão e a ciática já não tem inflamação. **Jorge** explica o tratamento. *“Para combater a inflamação, fazemos correntes e depois aplicamos os anti-inflamatórios. A absorção é mais rápida, profunda e intensa. As células moleculares dilatam-se, põe-se a pomada e os produtos introduzem-se rápido nas moléculas. Ao arrefecer, fecham-se, estando já no núcleo da célula o anti-inflamatório. A eficácia é superior”*. NC



Jorge Filipe



Gabrielli Oliveira



André Levy



POSTO DE SAÚDE

JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE

ACUPUNTURA	4ª Feira	09H00/17H00
DENTISTA	2ª Feira	14H00/16H30
	3ª Feira	09H00/16H30
	4ª Feira	10H00/12H30
	5ª Feira	14H00/17H00
	ENFERMAGEM	2ª e 6ª Feira
	4ª Feira	16H00/18H00
MASSAGISTA	5ª Feira	09H00/17h00
MÉDICO DE FAMÍLIA	2ª Feira	09H30/12H00
NUTRIÇÃO	3ª Feira	09H00/17H00
PROTÉSICO	3ª Feira	A PARTIR DAS 15H00
PSICOLOGIA	4ª Feira	09H00/12H30

RUA DE CAMPOLIDE, 26A
TLM - 912 059 323



Para recorrer às especialidades de Enfermagem, Médico de Família e Protésico não é necessária marcação.



◀ PROXIMIDADE ▶



PROJETOS QUE Melhoram Vidas

NO CAFÉ PASTELARIA BELA FLOR, A TARDE DE 28 DE FEVEREIRO FOI DE CONVÍVIO. A INICIATIVA CAFÉ RADAR ORGANIZADA PELO PROJETO RADAR, QUE CONTOU COM A COLABORAÇÃO DO DEPARTAMENTO DE PROXIMIDADE AO VIZINHO DA JUNTA DE FREGUESIA DE CAMPOLIDE, JUNTOU VÁRIOS MORADORES SENIORES DO BAIRRO.

Fotos: Francisco Melim | Texto: Diana Correia Cardoso

Reunidos à volta da mesa, os oito vizinhos do Bairro da Bela Flor falam sobre os mais variados temas. Entre cafés e gulosos bolos, os moradores não precisam de introduções. Denota-se o à-vontade de quem se conhece há décadas. Ali há quem tenha nascido em Cabo Verde, Viseu, Vila Real e Celorico da Beira. E quem tenha um matrimónio de mais de meio século. Isso não é segredo ou motivo de divisão para nenhum dos participantes que se entrecruzam todos os dias.

A primeira iniciativa **Café Radar** na Bela Flor organizada pelo Projeto Radar serviu de oportunidade para se encontrarem e pôr a conversa em dia, quebrando com a rotina habitual. “*Sentimos falta de uns convívios com fados*”, comenta uma das moradoras em conversa com as mediadoras de proximidade do Projeto Radar e as funcionárias do **departamento de Proximidade ao Vizinho**. Os restantes assentem também essa necessidade. Ter uma Unidade Móvel de Saúde foi outro dos desejos apontados pelos mais velhos. Atentamente, **Carolina Coelho**, mediadora de proximidade do Projeto Radar, que realiza e acompanha as ações na Freguesia de Campolide garante que será possível já no próximo mês trazer a Unidade Móvel ao bairro.

Expor os problemas e sugestões que possam melhorar as suas vidas é um dos objetivos do encontro. Neste caso, a Unidade Móvel vai fornecer aos seniores rastreios de saúde de vários tipos, explica a mediadora ao



Notícias de Campolide. A iniciativa do Projeto Radar, que intervém na cidade de Lisboa em conjunto com várias entidades como a Santa Casa da Misericórdia, as Juntas de Freguesia, a Câmara Municipal, a Polícia de Segurança Pública, a Segurança Social e com Administração Regional de Saúde pretende principalmente “*tirar as pessoas de casa para colmatar um bocadinho a solidão*”. **Carolina Coelho** destaca que o Bairro da Bela Flor é um exemplo de espírito comunitário forte. “*As pessoas estão aqui há 50 anos, já se conhecem e acabam por ajudar os vizinhos*”.

Lucinda Meireles, de 81 anos vai bebericando o seu chá de camomila enquanto fala com os presentes. Foi há 3 anos que se deparou com uma pneumonia que lhe limitou muito a saúde. Por essa altura passou a ser acompanhada pelo Projeto Radar, que entrava em contacto com uma das suas filhas. “*Ligam no Natal para ver se estou bem e dão sempre uma lembrança*”, diz a senhora que vem pela primeira vez àquele tipo de iniciativa.

O departamento de Proximidade ao Vizinho da Junta de Freguesia de Campolide costuma estar presente em várias dessas iniciativas. “*É importante conhecermos as necessidades da população mais velha, em específico, porque tem mais fragilidades. E queremos que eles também nos conheçam, para podermos identificar pontos a melhorar e saber que iniciativas desenvolver*”, refere **Inês Caldas**, Técnica de Psicologia do departamento. NC



◀ AÇÃO SOCIAL ▶



SENIORES DE CAMPOLIDE VISITAM

Castelo BRANCO

MAIS UM PASSEIO SÉNIOR, MAIS UMA AVENTURA. DESTA VEZ FOI-SE À DESCOBERTA DOS ENCANTOS DA BEIRA BAIXA.

Fotos: Francisco Melim | Texto: Diana Correia Cardoso

As manhãs de 16 e 17 de fevereiro começaram com a alegria de quem vai novamente a mais um habitual passeio sénior da Junta de Freguesia de Campolide. O frio não foi desculpa para ficar em casa. Cerca de 50 seniores partiram por volta das 7 horas da manhã, em cada um dos dias, rumo a Castelo Branco, cidade que é o coração da Beira Baixa. Como sempre, as cantorias no autocarro foram uma forma de aquecer. A paisagem do pinhal típica da zona inspirou cantigas mais tradicionais, que transportaram muitos dos participantes para as suas memórias de infância e adolescência, sendo muitos naturais do norte e centro do país.

ATENÇÕES REPARTIDAS

Além dos habituais participantes dos passeios seniores organizados pela Junta de Freguesia de Campolide, a viagem a Castelo Branco contou com novas inscrições, como foi o caso de alguns fregueses das Avenidas Novas. Como referem as assistentes sociais do departamento de Ação Social ao Notícias de Campolide, o passa a palavra já chegou a outras freguesias. A adesão também aumentou no período pós-pandémico. Nota-se uma *“evolução a nível físico e mental. No ano passado estavam mais em baixo”*. É exatamente esse o objetivo. *“Combater o isolamento que eles sentem e a própria rotina. É um dia diferente. Vão passear e têm a oportunidade de ir conhecer sítios a que não iriam de outra maneira. Para alguns, estes passeios são o auge do seu mês. E para nós é um momento em que conseguimos captar, ver como estão e ver a sua evolução. Já são anos que convivemos com eles. É um ambiente mais próximo”*.

O benefício não reverte só para os mais velhos, mas também para o próprio departamento. *“Podíamos levar um grupo de 100 seniores. Mas optamos por fazer sempre dois dias para dar mais atenção a todos os que vão num dia e depois aos outros, no outro dia. Podemos dar mais mimo e estamos mais focados em cada um”*.

OS BORDADOS

Depois da longa viagem de ida, o Museu da Seda foi a primeira paragem na cidade. Castelo Branco, conhecida pelos seus coloridos bordados, adornados com flores e pássaros, fez as maravilhas dos seniores de Campolide. A visita ao Museu da Seda foi guiada pelo diretor Manuel Barreto, que recebeu calorosamente os visitantes lisboetas. Além de ficarem a saber mais sobre o processo de produção de seda, componente fundamental dos bordados, cada sénior levou para casa pequenos casulos de bicho da seda.

CANTIGAS NO REGRESSO A CASA

O almoço no Restaurante Forja do Ferro teve a habitual presença de **Miguel Belo Marques**, Presidente da Junta de Freguesia de Campolide, que distribuiu as típicas lembranças pelos participantes. A refeição foi um delicioso arroz de polvo com gambas e escalope com migas. Durante a tarde foi possível visitar livremente o centro histórico da cidade e apreciar as pequenas lojas de comércio local que ainda subsistem. De regresso a casa, as vozes ainda não vencidas pelo cansaço entoaram mais cantigas. NC

APONTE A CÂMARA DO SEU SMARTPHONE PARA O QR CODE E ASSISTA AO VÍDEO.





CAMPANHA AQUI HÁ GATO?

CHEGADO O TEMPO FRIO AUMENTAM AS OCORRÊNCIAS DE ACIDENTES GRAVES OU MORTES DE GATOS, QUE SE ABRIGAM NOS MOTORES DOS CARROS. PARA PREVENIR ESTE FENÓMENO, A PROVIDORIA MUNICIPAL DOS ANIMAIS DE LISBOA LANÇOU A AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO “AQUI HÁ GATO?”, SENDO A FREGUESIA DE CAMPOLIDE UMA DAS QUATRO INTEGRANTES DA CAMPANHA.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

Todos os condutores devem primeiramente fazer “abordagem visual para perceber se há um animal debaixo do carro ou escondido numa roda. Com o motor inacessível, sugere-se que batam no capô ou que buzinem para dar sinal ao animal, dando-lhe tempo de fugir antes de colocar a viatura a trabalhar”, aconselha **Pedro Emanuel Paiva, Provedor dos Animais de Lisboa**, na ação de sensibilização que decorreu a 31 de janeiro no parque de Estacionamento da Emel na Rua de Campolide.

No local escolhido localiza-se a colónia da Rabicha, onde já foi implementado o programa CED (Capturar Esterilizar Devolver). “Nas colónias controladas há menos acidentes porque há menos animais e estes tendem a estar mais no mesmo local porque estão esterilizados, mas não quer dizer que não possa acontecer”, remata **Bianca Santos**, gestora da colónia. “Já aconteceu termos

de tirar alguns gatos de dentro dos motores, porque, entretanto, atrapalharam-se com o ligar do carro e as pessoas notaram a sua presença”. Vários são os moradores que contactam **Bianca Santos** ou **Cátia Costa**, vogal do pelouro do Bem-Estar Animal e Defesa do Meio Ambiente, quando detetam algum felino escondido no motor do seu veículo. Assim procede-se ao resgate do animal, evitando-se casos de ferimento ou morte. Noutros casos, já aparecem mortos ou, então, as cuidadoras das colónias dão pela sua falta.

O Provedor dos Animais de Lisboa refere que essas situações são mais frequentes no inverno “porque nem todas as colónias têm abrigos suficientes e o facto de existir a proximidade com viaturas, locais quentes, os gatos elegem-nos para se abrigarem, especialmente durante os picos de temperatura mais baixos, ou seja, de noite”. Segundo **Cátia Costa**, as ocorrências registadas no ano passado foram cerca de 15, “um



número bastante elevado”. O que revela que a maioria dos moradores não está consciencializado para esta problemática.

A iniciativa conjunta entre a **Provedoria Municipal dos Animais de Lisboa** e a **Emel**, escolheu Campolide para realizar a campanha porque a Freguesia “tem-se pautado pela boa conduta, na implementação dos programas CED e podemos olhá-la como referência”, conclui **Pedro Emanuel Paiva**. O presidente da Junta de Freguesia de Campolide, **Miguel Belo Marques**, afirma a este respeito, “ficamos muito satisfeitos, queremos acreditar que esse é também um pouco do reconhecimento do trabalho que temos efetuado e do cuidado que temos tido com a defesa dessas causas”. A campanha contou ainda com a presença de **Ângelo Pereira**, vereador da Câmara Municipal de Lisboa e **Carlos Silva**, presidente da Emel. **NC**

APONTE A CÂMARA DO SEU SMARTPHONE PARA O QR CODE E ASSISTA AO VÍDEO.



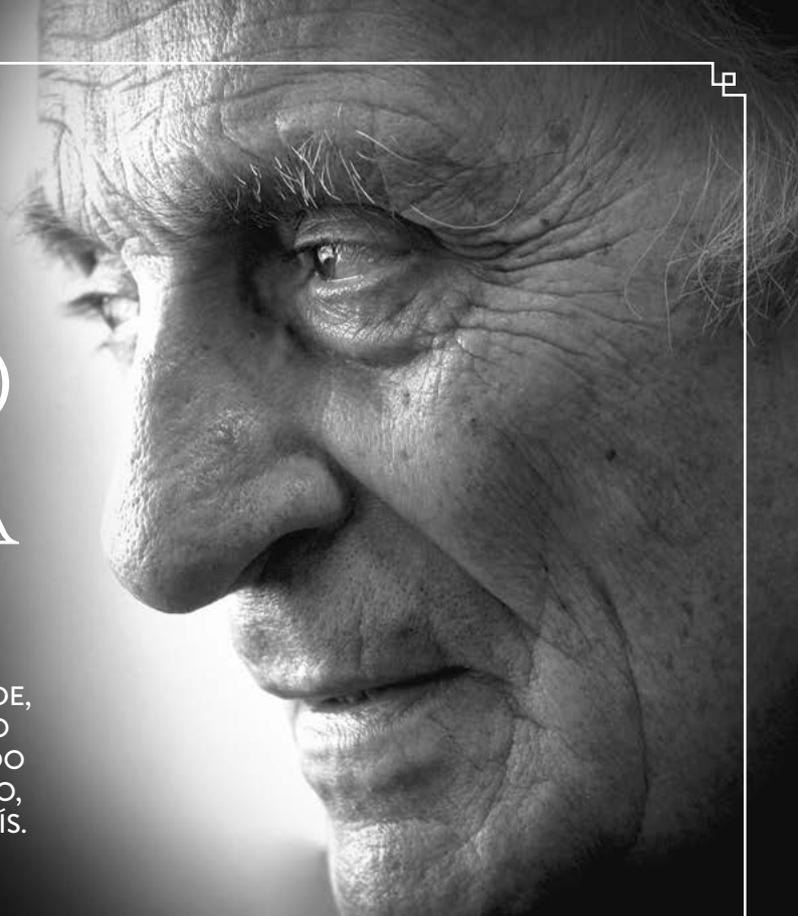
« GENTE NOSSA »

ADRIANO MOREIRA

HOMENAGEM PÓSTUMA

DEU OS PRIMEIROS PASSOS NO BAIRRO DE CAMPOLIDE, VIVÊNCIA QUE SUBLINHA COM ORGULHO. ADRIANO MOREIRA FOI MINISTRO DO ESTADO NOVO E LÍDER DO CDS. FALECEU AOS 100 ANOS, NO DIA 23 DE OUTUBRO, DEIXANDO UM MARCO NA HISTÓRIA POLÍTICA DO PAÍS.

Foto: Alfredo Cunha | Texto: Diana Correia Cardoso



O marco de pedra na esquina do beco de Estêvão Pinto, onde antes se sentava Adriano Moreira, é das suas primeiras recordações, o “registro inicial do fio da memória”, como refere em *A Espuma do Tempo. Memórias do Tempo de Vésperas*. A obra do antigo Ministro do Ultramar relata as suas memórias recuando até às suas origens. Nascido em Grijó, Macedo de Cavaleiros, a 6 de setembro de 1922, foi em Campolide que cresceu. Naquela esquina onde morou, recorda-se de várias figuras como o duro sapateiro Ruivo e a Maria, que era professora de primeiras letras. A tia Emília foi uma das que o marcou mais. Uma mulher pobre, “feia e magra” que vendia leite a fiar. Lembra-se da agitação do período da Primeira República Portuguesa na década de 1920, e principalmente dessa sua vizinha do andar de cima que, apesar das dificuldades que passava, ia levar sobras de comida aos soldados do Batalhão dos Caçadores 5.

Os pais vieram de Trás-os-Montes para Lisboa em 1923. A mãe, Leopoldina Céu Alves, trabalhava na costura. Na altura, o seu pai António José Moreira entrou para a Polícia de Segurança Pública, onde foi subchefe ajudante na Administração do Porto de Lisboa. Na sua infância costumava brincar no Colégio dos Jesuítas. No tempo de escola percorria uma grande distância a pé até ao Liceu Passos Manuel, onde estudava.

Aos 16 anos, Adriano Moreira entrou na Faculdade de Direito da Universidade de Lisboa. O seu primeiro contacto com a atividade política deu-se quando integrou a lista do Movimento De Unidade Democrática (MUD), durante o estágio de advocacia. Em 1944 inicia funções como jurista no Arquivo Geral do Registo Criminal e Policial. Ao tomar a defesa dos militares envolvidos na abrilada de 1947, acusando o Ministro da Defesa Santos Costa do homicídio involuntário de

um dos implicados no golpe, - o general José Marques Godinho -, acabou na prisão de Aljube, onde conheceu Mário Soares. Mais tarde foi convidado para lecionar na Escola Superior Colonial (atualmente Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas), onde desenvolveu a tese de doutoramento sobre o regime prisional das colónias portuguesas.

Já como Ministro do Ultramar, a convite de Salazar, em 1961 implementa o fim do estatuto do indigenato. A alteração da lei em vigor nas ex-colónias portuguesas permitiu que as suas populações tivessem acesso à cidadania portuguesa. Por outro lado, foi durante a sua administração que o campo do Tarrafal, - destinado aos presos políticos que lutavam pela independência das colónias -, foi reaberto. Apesar do apoio inicial às suas políticas, Oliveira Salazar pede a Adriano para as alterar. “O sr. Presidente acaba de mudar de ministro”, respondeu-lhe, contou numa entrevista ao jornal Observador, pondo fim aos dois anos que esteve à frente do cargo.

No pós 25 de abril exilou-se no Brasil, onde foi professor catedrático na Universidade Católica do Rio de Janeiro, regressando a Portugal em 1978. Adelino Amaro da Costa, Freitas do Amaral e Narana Coissoró convidam-no para o CDS, onde retoma a carreira política. Liderou o “partido do táxi” de 1986 a 1988. Os líderes que o sucederam tiveram-no sempre em consideração, homenageando-o e invocando-o. O filho Nuno, falecido em 2020, seguiu os passos do pai no CDS, a filha Isabel é deputada pelo PS. Entre 2015 e 2019 Adriano Moreira foi membro do Conselho de Estado. Além de ter o título de Doutor Honoris Causa em várias universidades em Portugal e no Brasil, recebeu vários prémios e distinções. NC

-VILA MARTINS-

AS PESSOAS FAZEM OS LUGARES

NO NÚMERO 64 DA RUA CONDE DAS ANTAS EXISTE UMA PACATA VILA DATADA DO ANO DE 1890. A VILA MARTINS TEVE EM TEMPOS 9 FOGOS, MAS ATUALMENTE POUCO RESTA DA SUA HISTÓRIA. DA SUA MEMÓRIA SÓ RESTA A DE QUEM LÁ VIVE.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

Numa manhã fria de inverno, a dona **Maria Helena Sousa**, vinda das compras, percorre a rua Conde das Antas em direção ao lar onde mora há quase 60 anos. A Vila Martins, hoje reduzida a cinco fogos. Pelo caminho encontra uma das vizinhas que mora num dos prédios ao lado. “*Então o senhor Domingos faleceu?*”, pergunta com um ar desconcertado. “*Sim, a missa foi no domingo*”. “*Pois, eu estava na terra*”, lamenta com um ar sereno de quem já muito viu ao longo dos seus 83 anos de vida.

A sua terra natal fica em Viseu. É uma zona a que vai com muita frequência. O gosto pelas suas raízes conservou-se no seu sotaque. Junto de um dos muros da Vila estende a roupa acabada de lavar. “*Antigamente havia casas até à porta da Vila. Depois deixaram fazer este mamarracho*”, diz, referindo-se ao prédio moderno construído do lado esquerdo junto à entrada. Os moradores das casas demolidas também faleceram. Uma delas era “*a menina Ana*”. **Maria Helena** conta: “*quando eu chegava do trabalho, ela dizia-me: olha gulosa, tens aqui peixinho frito e o arroz de tomate. Que tu vens cheia de fome!*”. Colocava a comida e uma garrafa de vinho em cima da mesa e ia embora, enquanto ela terminava de cuidar do seu pai, já idoso.

Naquela altura, trabalhava como cozinheira. “*Se queria comer, tinha de o pagar. Então para receber aquele dinheiro, não comia*”, fala do seu rendimento mensal. Sendo a irmã mais velha, tinha responsabilidades acrescidas. Nos poucos metros quadrados que constituem a sua acolhedora casa, viveram os seus dois filhos e os seus pais, que vinham de tempos em

tempos a Lisboa para a sua mãe fazer transfusões de sangue. Nunca foi proprietária da casa, mas vai sempre fazendo os arranjos necessários.

Sempre conheceu a Vila Martins com água e luz. Antes de lá morar, viveu no primeiro andar, num quarto na Rua Vieira Lusitano onde nasceu o seu filho mais novo. Nesse dia, **Helena** fazia anos de casada. “*Fiz ervilhas guisadas com frango e fui-me deitar. Julgava que me doía a barriga, mas era o menino que estava para nascer... Tinha ido ao médico e ele disse que faltava um mês. Nem tinha nada arranjado*”, recorda num misto de seriedade e risos. “*Doía-me a barriga, ia à casa de banho... Não nasceu na pia porque não calhou! Até que cheguei ao quarto e senti uma dor muito grande, ajoelhei-me e o menino saiu ali*”.

Viúva há quase 20 anos, para se entreter ainda vai fazendo uns trabalhos de limpeza e ajuda os vizinhos no que estiver ao seu alcance. “*No outro dia vi um rato em casa. A única pessoa que meu ajudou foi o senhor Juassi. Gritei, mas ninguém me acudiu, ele foi o único que veio ajudar!*”. **Juassi Oliveira**, de 64 anos, mora à entrada da Vila com a sua cadela Luna. Como trabalha na cozinha do restaurante O Petisca, quase nunca está em casa. Naquele dia, por sorte, estava. “*Alguém tem de olhar por eles porque eu também estou a chegar lá*”, diz **Juassi** num tom ternurento. Em 2000 partiu de Minas Gerais, no Brasil, para Lisboa. Trocou a construção de móveis pelas obras. Na Vila Martins encontrou uma renda mais acessível e, mais tarde, aventurou-se na cozinha do Petisca, onde começou por lavar tachos e aprendeu a cozinhar. “*Eu gosto de morar aqui. As pessoas são simpáticas*”, conclui. NC



Foto: Mário Marzagão



« A LOJA ONDE VOU »

MÁRIO PRATA

COMERCIANTE COM ALMA, COMÉRCIO COM VIDA

NO ARRUAMENTO DA GENERAL TABORDA, À PORTA DA SUA PAPELARIA, FOI ONDE MÁRIO PRATA PASSOU A MAIORIA DOS SEUS DIAS NOS ÚLTIMOS 34 ANOS. DALI ASSISTIU À VIRAGEM DO SÉCULO E À EVOLUÇÃO DOS TEMPOS. CONHECIDO POR TODOS OS MORADORES, É UMA DAS PRINCIPAIS FIGURAS DO COMÉRCIO LOCAL TRADICIONAL DE CAMPOLIDE.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

Viveu de outros ofícios, mas aquele foi o que o marcou mais. Atualmente a sua Papelaria é a única que resta naquela área da Freguesia. Na rua mais abaixo, a tabacaria do colega também fechou. “Quando acaba uma papelaria, fecha e já não abre mais”. O seu negócio foi condenado ao mesmo destino. O novo senhorio comprou-lhe a loja que integra o prédio. Não teve opção, “vou fechar porque sou obrigado”.

Nos últimos anos, o que se vendia na loja de **Mário Prata** eram apenas jornais, num mundo em que o digital prevaleceu no domínio da informação. As notícias estão à distância de um clique e mais baratas do que nos jornais em papel. “Há muita gente que não lê, passa e olha para os bonecos e vai embora”, a verdade é que “não têm dinheiro”. Para o comerciante, o negócio dos jornais é o mais barato, em comparação com os jogos da sorte e a venda de tabaco. Apesar de serem esses que mantêm as papelarias vivas.

“A praça fechou, foi a morte de tudo”, fala do pequeno mercado, que se realizava ao fundo da Rua General Taborda, onde agora se encontra um parque de estacionamento. Aquela deixou de ser uma zona de passagem, mas não deixa de ter história. O seu negócio faz parte dela. Fora outrora uma chapelaria, depois foi transformada em Papelaria antes de passar para as mãos da sua esposa, em 1984, que sempre desejou dedicar-se à venda de revistas e de jornais. “Segunda reforma? Já é a quarta!”, diz o senhor de 80 anos, que por essa época deixou de ser mecânico de automóveis para se dedicar exclusivamente ao conserto de navios. Após o falecimento da esposa assumiu o negócio, quando já se encontrava no desemprego e ganhava a vida a fazer pequenos biscates.

Natural do Tarujo, a herança da papelaria foi uma ironia do destino. O pai e o irmão trabalharam na Imprensa Nacional, no corte de papel e na venda do Diário da República. À porta da Papelaria, **Mário** vai recebendo os moradores. Do seu lado direito está uma pequena mesa onde tem meia dúzia de jornais do Correio da Manhã e dois ou três exemplares do Público e o Diário de Notícias. O número de jornais que vende é aproximadamente esse. “Cheguei a vender uma média de 60 por dia, agora por vezes, nem chega a dez”.

Mal vê um cliente agarra no jornal que habitualmente compra e por entre dois dedos de conversa faz o troco. Nos últimos dias, o tema principal é o fecho da sua Papelaria. Lá dentro, as prateleiras estão desarrumadas, as mais altas esvaziadas, outras têm diversos artigos, papéis, revistas de coleção cobertas de pó, ainda dos anos 2000. O tempo roubou a alma daquela casa, onde **Mário** serviu os moradores em informação, entretenimento e amizade. **NC**

* à data da redação deste artigo a papelaria de Mário Prata ainda se encontrava aberta.



◀ CAMPOLIDE À MESA ▶

RESTAURANTE ESCONDIDINHO DAS AMOREIRAS

UMA CASA COM HISTÓRIA

DISCRETO, MAS SEMPRE DE PORTA ABERTA, O ESCONDIDINHO DAS AMOREIRAS INCLUI-SE NAS QUASE QUATRO CENTENAS DE ANOS DA CASA SOLARENÇA DA CRUZ DAS ALMAS. O RESTAURANTE TÍPICO PORTUGUÊS FOI UMA VIA DE COMEÇO PARA OS QUE LÁ TRABALHAM, A QUEM DEVE A SUA IDENTIDADE.

Fotos: Mariana Branco | Texto: Diana Correia Cardoso

O nome é compreensível. Quem sobe a rua Professor Sousa da Câmara, antiga Rua das Amoreiras, mal repara na presença do Restaurante Escondidinho, do lado direito, inserido no edifício da Casa Solarença (da Cruz das Almas). José Simões, o gerente de 60 anos que assumiu o negócio em 1994, vai ouvindo teorias sobre o local. Diz-se que terá sido a Casa Solarença a batizar a zona de Cruz de Almas. Subindo mais um pouco, encontramos o portão do jardim, ladeado por dois pilares. Um deles com a Pomba do Espírito Santo entalhada e noutro uma cruz com a data de 1626. A casa pertenceu à família dos Rebelos e aos Cadavais, fundadores da Ermida da Cruz das Almas.

“As pessoas dizem que era a casa de férias do Marquês de Pombal”, conta. Nos anos 80, o local onde agora é o **Restaurante Escondidinho** ainda era uma cavalaria, só posteriormente se realizaram obras de remodelação. O gerente natural do concelho de Arganil, distrito de Coimbra, veio para Lisboa aos 18 anos. Aquele era um dos restaurantes que ele e os sócios possuíam. Ao desfazer-se a sociedade, acabou por ficar com o estabelecimento, em conjunto com o irmão mais novo.

DE EMPREGADO A PATRÃO

Como muitos jovens, José não foi exceção, olhava para Lisboa como um centro de oportunidades. A restauração era uma das saídas para as famílias mais humildes que queriam tentar a sua sorte na capital, em busca de melhores condições de vida. O seu tio possuía um restaurante em São Sebastião da Pedreira. Foi lá que começou por arrumar garrafas, atender ao balcão e tirar cafés. “Depois passei para as mesas e aí já comecei a ter um estatuto mais consolidado e fui subindo gradualmente. Apesar do emprego ser sempre empregado”. Trabalhou de “sol a sol” até que conseguiu arranjar uma sociedade e comprar várias casas incluindo a atual.



COZINHAR APRENDE-SE

Susana Lopes, de 49 anos, assume atualmente a cozinha. Tinha 19 anos, o **Escondidinho** tinha acabado de ser inaugurado, quando foi contratada como ajudante de cozinha. “Foi há tanto tempo, que já nem me lembro”, relembra entre risos. “Eu não sabia fazer nada [de cozinha] quando vim para aqui”. Em serviço, mal há tempo para ouvir elogios, mas o patrão garante “é muito boa cozinheira, toda a gente gosta da comida dela e é muito acelerada” condição indispensável para aviar todos os pedidos e deixar os clientes satisfeitos.

O que tem mais procura é o **arroz de pato** às sextas-feiras. Um prato característico desde os primeiros anos da casa. A **galinha de cabidela**, a **feijoada**, a **vitela estufada** e o **cozido** são outras iguarias tradicionais portuguesas mais escolhidas pelos clientes. O gerente refere que o período pandémico afetou drasticamente o negócio, mas o amor pela restauração fala mais alto e melhores dias virão. NC

RESTAURANTE
ESCONDIDINHO
DAS AMOREIRAS

Rua Prof. Sousa da Câmara 164
2ª a 6ª: 8h00 às 16h00
Encerra ao sábado e domingo
Telefone: 21 388 5880

EDUCAÇÃO



Entrega de Material Escolar

Os alunos da Escola Mestre Querubim Lapa receberam a 24 de fevereiro a visita do Presidente da Junta de Freguesia de Campolide, Miguel Belo Marques e de Bruno Corgas Gonzalez, responsável pelo pelouro de Educação. Foi distribuído por todos os alunos do 1º ciclo um kit de material escolar, que continha cadernos, lápis de cor, canetas, um estojo e uma mochila.

O material escolar, inteiramente financiado pela Junta de Freguesia, tem como objetivo, afirma Miguel Belo Marques “dar mais condições às crianças para que possam atingir os melhores resultados possíveis. É importante que tenham as opções deles, mas não percam nenhuma oportunidade por falta de condições”. São vários os relatos de alunos a que faltam os instrumentos básicos de trabalho. “Nós vamos suprimindo as necessidades de falta de material, mas há crianças que não têm”, diz Teresa André, coordenadora da Escola Mestre Querubim Lapa. Os 200 kits vão permitir às crianças que “nesta altura do ano ainda não tiveram um estojo” tenham essa oportunidade. “É uma coisa simples. E quem fala deste tipo de material fala do restante, como um lápis. Ao início, as famílias conseguem comprar, mas com o desenrolar do ano, como é de desgaste, acaba por depois faltar. Então, esta ação é uma ajuda que para a grande maioria acaba por ser bem-vinda”, conclui Bruno Gonzalez.

Os alunos receberam com alegria os novos materiais e, em gesto de agradecimento, uma das turmas presenteou o Presidente com um desenho.

EDUCAÇÃO

Centro de Estudos

O centro de estudos tem em vista a melhoria de resultados escolares, e é dedicado a alunos do 1.º ciclo, prestando apoio em várias disciplinas através de um acompanhamento semanal.

ABERTURA 1 de fevereiro 2023

- 1º Ciclo

- Apoio Escolar – aulas de grupo e explicações individuais

- Preços dependentes do Escalão e da modalidade escolhida, beneficiando aqueles que têm menos possibilidades financeiras.

- Inscrições: cde@jf-campolide.pt, ou presencialmente, na Junta de Freguesia de Campolide;

- Horários estipulados através de marcação prévia com o Técnico (2ª a 6ª feira, 17h00/21h00);

Documentos a entregar:

- Ficha de Inscrição;

- Cópia do Cartão do Cidadão do Aluno;

- Cópia do Cartão de Cidadão do Encarregado de Educação;

- Horário Escolar do Aluno.

- Comprovativo de morada e/ou declaração que comprove que o aluno estuda numa escola da freguesia de Campolide.

- Escalão de Abono.

AÇÃO SOCIAL

Campanha Laço Azul

Vamos transformar abril no Mês Azul, na Freguesia de Campolide!

A Junta de Freguesia de Campolide quer convidar toda a comunidade para refletir sobre a importância de prevenir os maus tratos na infância.

A Campanha “Laço Azul” iniciou-se em 1989, na Virgínia, E.U.A. quando uma avó, Bonnie W. Finney, amarrou uma fita azul à antena do seu carro para fazer

com que as pessoas se questionassem. A história que Bonnie Finney contou aos elementos da comunidade que a interpelaram foi trágica, contando os episódios de maus-tratos à sua neta. O seu neto já tinha sido morto por maus-tratos, de forma brutal. As pessoas questionavam: E porquê azul? Bonnie Finney explicava, que, apesar do azul ser uma cor bonita, não queria esquecer os corpos batidos e cheios de nódoas negras dos seus dois netos. O azul servir-lhe-ia como um alerta constante para a sua luta na proteção das crianças contra os maus-tratos.

A história de Bonnie Finney demonstra como a preocupação de um único cidadão pode fazer toda a diferença, pode ser eficaz no despertar das consciências da população, relativamente aos maus-tratos contra as crianças, na sua prevenção e na promoção e proteção dos seus direitos.

Junta-te ao mês da prevenção dos maus tratos e mostra o teu laço! Pinta de azul, recorta e cola-o na janela de casa! Usa a tua imaginação e criatividade!



HIG. URBANA

ECOCENTROS MÓVEIS

Se não sabe onde depositar objetos como lâmpadas, cápsulas de café, embalagens com restos de tinta, ou mesmo aqueles tachos velhos que já precisam de reforma, a Câmara de Lisboa dá-lhe agora uma ajuda.

Os Ecocentros Móveis possibilitam a

recolha seletiva de resíduos e vão circular por toda a cidade, ficando 3 dias fixos/ mês em Campolide, nos dias 10, 11 e 12 de cada mês.



Pode encontrá-lo na Praça de Campolide (frente ao n.º 51 - atrás Valenciana),

As fileiras de resíduos que estão contempladas no ecocentro móvel são:

- Embalagens com restos de produtos solventes e tintas
- Capsulas de café de alumínio
- CD's e DVD's
- Lâmpadas normais
- Lâmpadas tubulares
- Latas de spray
- Talheres, tachos e frigideiras
- Tinteiros e tonners
- Rolhas de cortiça
- REE's / pequenos eletrodomésticos

HIG. URBANA

Limpeza no Miradouro da Bela Flor

A limpeza urbana e manutenção dos espaços públicos é uma preocupação constante da Junta de Freguesia de Campolide, não só por questões ambientais, mas também por questões relacionadas com higiene, salubridade e impacto visual. A sua equipa de Higiene Urbana trabalha continuamente para a melhoria da qualidade do ambiente urbano e bem-estar da população.

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 Benfca.....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.....212 416 166

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**

1º CICLO



JUNTA DE FREGUESIA DE
CAMPOLIDE

EDUCAÇÃO

CENTRO DE ESTUDOS

APOIO ESCOLAR E EXPLICAÇÕES



**AULAS DE GRUPO
OU INDIVIDUAIS**

INSCRIÇÕES

Através do e-mail
cde@jf-campolide.pt
balcão da Junta de
Freguesia de Campolide
ou tlm **911945926**



Rua de Campolide 24B
1070-036 Lisboa
tel: 213 884 607

