10ª EDIÇÃO

# CONCURSO JOVENS TALENTOS

2021

EMBAIXADORES
JOANA RODRIGUES
BRUNO SENRA

# EMBAIXADORES

TALENTO

# EMBAIXADORES
# 10ª EDIÇÃO CONCURSO JOVENS TALENTOS 2021

## JOANA RODRIGUES @vaidarpitanga

É artista plástica, ilustradora, muralista e criadora da marca Pitanga. O seu percurso tem vindo a ser reconhecido, tanto pelos jovens de Almada, quanto a nível internacional. Está sempre disposta a novas colaborações e parcerias, porque acredita que é na partilha que está o crescimento pessoal e profissional. ■

## BRUNO SENRA @brunosenrabp

É um jovem skater de Almada, que tem vindo a acumular diversos prémios nacionais e internacionais. Alcançou recentemente, com grande destaque, o 1.º lugar da competição Imagin Extreme Barcelona, na final de Skate de Rua. Muitos jovens têm-se inspirado no seu percurso e talento, sendo para muitos deles um modelo de referência. ■

# CONCURSO JOVENS TALENTOS 2021

O Concurso Jovens Talentos, promovido pela Câmara Municipal de Almada, visa incentivar, reconhecer e distinguir jovens, dos 12 aos 35 anos, estudantes, residentes, trabalhadores ou que desenvolvam atividade no concelho de Almada em diversas áreas e que, pelo seu desenvolvimento e implementação na comunidade, promovam os valores inclusos nos princípios das Cidades Educadoras e sejam preconizadores do desenvolvimento local.

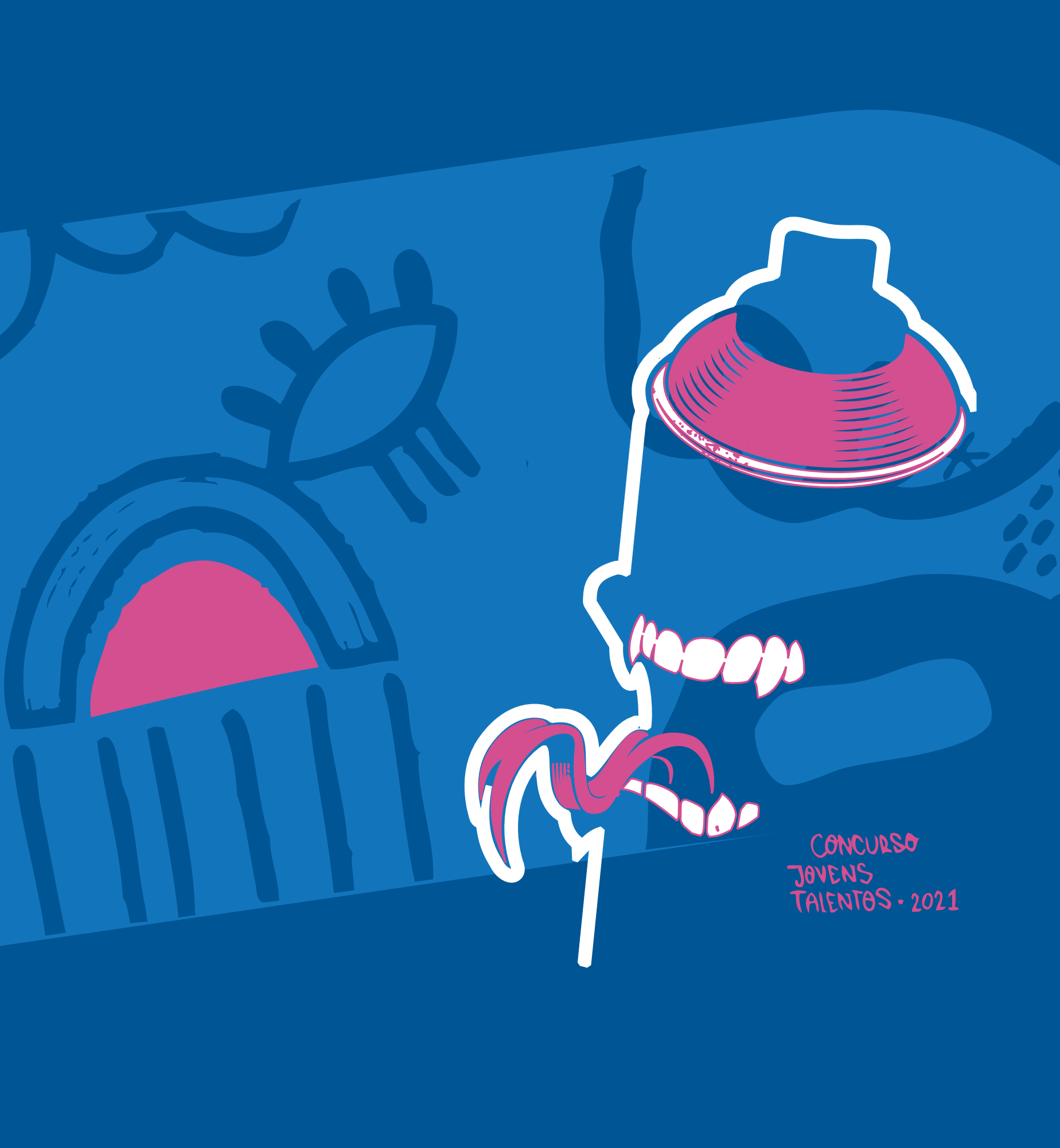
Este Concurso pretende distinguir o talento pessoal, social e profissional de jovens com ligação ao concelho de Almada, atribuindo prémios monetários, entre os 250 euros (prémio de incentivo a jovens que revelem um talento promissor) e os 1500 euros, um contributo do Município para o investimento na formação pessoal, vocacional e profissional e uma forma de valorização dos percursos e projetos apresentados.

O Município, ao apoiar e premiar o talento juvenil existente em Almada, pretende incentivar as/os jovens do concelho a divulgarem e assumirem o talento, disseminando assim as boas práticas juvenis que poderão vir a ser replicadas no futuro.

A 10ª edição do Concurso Jovens Talentos contou com 51 candidaturas, envolvendo um total de 91 jovens, passando à fase final 41 candidaturas, distribuídas por cinco categorias:

**ALMADA ARTES** 13 candidaturas
**ALMADA CIDADANIA** 11 candidaturas
**ALMADA CONHECIMENTO** 4 candidaturas
**ALMADA DESPORTO** 7 candidaturas
**ALMADA EMPREENDEDORISMO** 6 candidaturas

# ALMADA ARTES


CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

# ALMADA ARTES

TALENTO

# ANA MARGARIDA MATOS

## UNDOING HOME REPAIRS

Instagram **@a_mmatos**

Projeto autobiográfico, que a acompanha desde janeiro, no momento em que se apercebeu que estava fechada em casa há quase um ano devido à presente pandemia. Não tendo rotinas deu-se conta que tinha disponibilidade mental para fazer tudo o que lhe apetecesse. Deparada com o aumento dos números e com um novo confinamento, decidiu começar a escrever, para não perder a noção do tempo. Cada página deste projeto corresponde a um dia onde procura explorar os limites da identidade pessoal, ou a falta deles, através das rotinas domésticas num contexto de confinamento, das recorrentes crises existenciais, do que se passa na sociedade e de tudo aquilo que a move. O que compõem as páginas não são representações do que aconteceu durante o dia, pois desta forma todas as páginas seriam similares, senão iguais; são antes representações de coisas simples como o desmontar de uma máquina fotográfica, lembranças e/ou memórias, conversas do passado ou emoções do presente.

## Sobre Almada...

*"Há 3 anos vim viver para a Charneca da Caparica, onde o som do mar galga as encostas, e onde a vida parece que abranda. É uma segunda casa."*

# ALMADA ARTES

## TALENTO

# ANA MATILDE REYES

## MÚSICA - OBOÉ

Instagram **@_matilde.reyes_**

Começou os seus estudos musicais na Sociedade Recreativa Musical Trafariense, em flauta transversal, aos 8 anos de idade e aos 15 anos começou os seus estudos de oboé, na Escola Profissional da Metropolitana.
Atualmente, está a finalizar a Licenciatura em Música, na Escola Superior de Música de Lisboa e participou em master classes orientadas por Jacques Tys, Hélène Devilleneuve, Viola Wilmsen, entre outros.
Integra neste momento ainda a Orquestra Sinfónica Juvenil, como bolseira e participou em várias orquestras por todo o país, como a Orquestra Metropolitana de Lisboa, Orquestra Ensemble, Orquestra Gulbenkian, Orquestra Nacional de Sopros, Orquestra de Sopros ESML e a Camarata de sopros Silva Dionísio.

## Sobre Almada...

*"Sem a cidade de Almada o meu percurso simplesmente não existia, visto que não teria tido oportunidade de estudar música sem o apoio de diferentes entidades ligadas a cidade, como a Sociedade Recreativa Musical Trafariense e a Academia de Música de Almada."*

# ALMADA ARTES

## TALENTO

# ANA MARGARIDA MARTINS MÓNICA

## VÓ MARIA - 87 RUGAS

website **https://margaridamartinsm.wixsite.com/site/vo-maria**
youtube **www.youtube.com/watch?v=jOwyJ43fA3Q** (trailer)

Projeto fotográfico em género documental, acerca de uma pessoa pela qual tem um grande carinho, a sua Avó, esta que é para si uma segunda mãe. "Cuidou de mim: alimentou-me, deu-me banho, levou-me à escola, ensinou-me sobre agricultura, subíamos nas árvores juntas para apanhar os frutos que nasceram na nossa pequena horta. Quase toda a minha infância foi vivida ao seu lado." Este projeto é um agradecimento à "Vó Maria", que vem alegrando toda a comunidade, uma pessoa carismática que sempre se mantém firme perante qualquer situação. Através da Santa Casa da Misericórdia de Almada, mais especificamente no Centro de Dia da Trafaria (onde a sua avó foi sempre voluntária), despertou a inspiração de realizar este projeto sobre a idosa que tinha em casa, como homenagem e recordação para toda a comunidade.

## Sobre Almada...

*"Almada é muito importante para mim. Foi onde nasci, cresci, fui educada, evolui, conheci pessoas que me fizeram chegar onde estou hoje. É uma cidade que me recebeu de braços abertos, inclusive para dar mais vida a este projeto."*

# ALMADA ARTES

TALENTO

# DIOGO COSTA

## UMA FIGURA SEMELHANTE

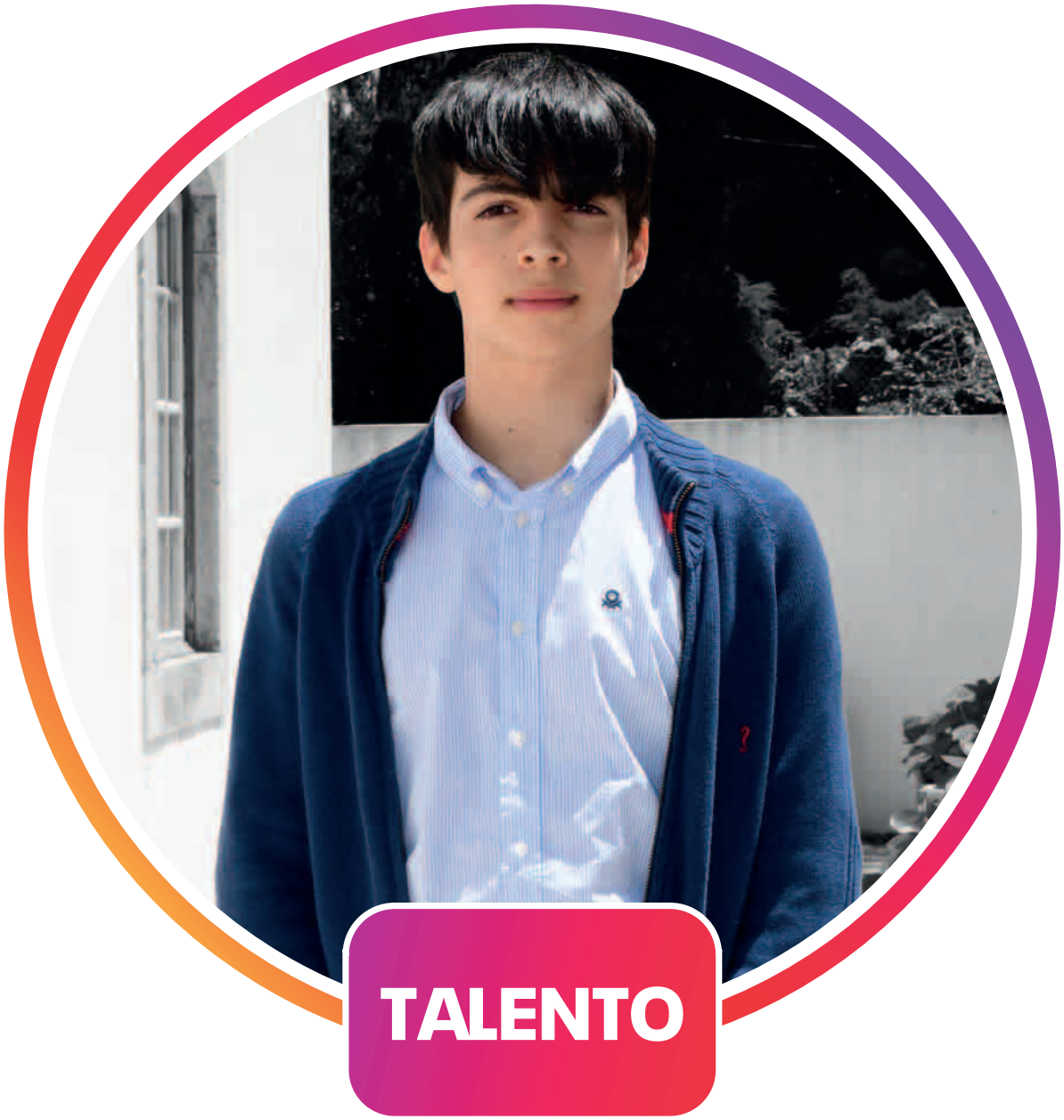
Website **www.diogo-costa.net**

Artista plástico e formador de desenho, residente da Trafaria. Completou a sua licenciatura em pintura na Faculdade de Belas Artes da Universidade de Lisboa e é formador de Desenho, no centro de formação artística Nextart. Fundou e dinamiza o projeto de ensino de Artes Visuais - Alicerces do Desenho, baseado no ensino do desenho de observação e desenvolve serviços educativos de desenho e de escultura, alguns dos quais apresentados em parceria com instituições municipais e juntas de freguesia. *Uma Figura Semelhante*, consiste na articulação do desenho sobre o papel com o texto escrito, numa instalação que promove o diálogo entre a imagem e a palavra. Desenhos a carvão exploram a paisagem como elemento aglutinador entre dualidades. À inconsistência deste material em pó juntam-se formas circulares que omitem parcialmente a imagem, o que produz interrupções na possibilidade de descrever o que se vê e põe em relevo as oposições entre o plano e o profundo, o planeado e o espontâneo.

## Sobre Almada...

*"Almada representa para mim a vocação e o lugar de crescimento pessoal e de incubação para novas possibilidades artísticas e profissionais. Almada está fortemente ligada à criatividade e (...) tem-me fornecido oportunidades, eventos e acontecimentos que influenciaram e continuam a influenciar o meu percurso pessoal e profissional."*

# ALMADA ARTES



## TALENTO

# MIGUEL SALGUEIRO

## MÚSICA - PIANO

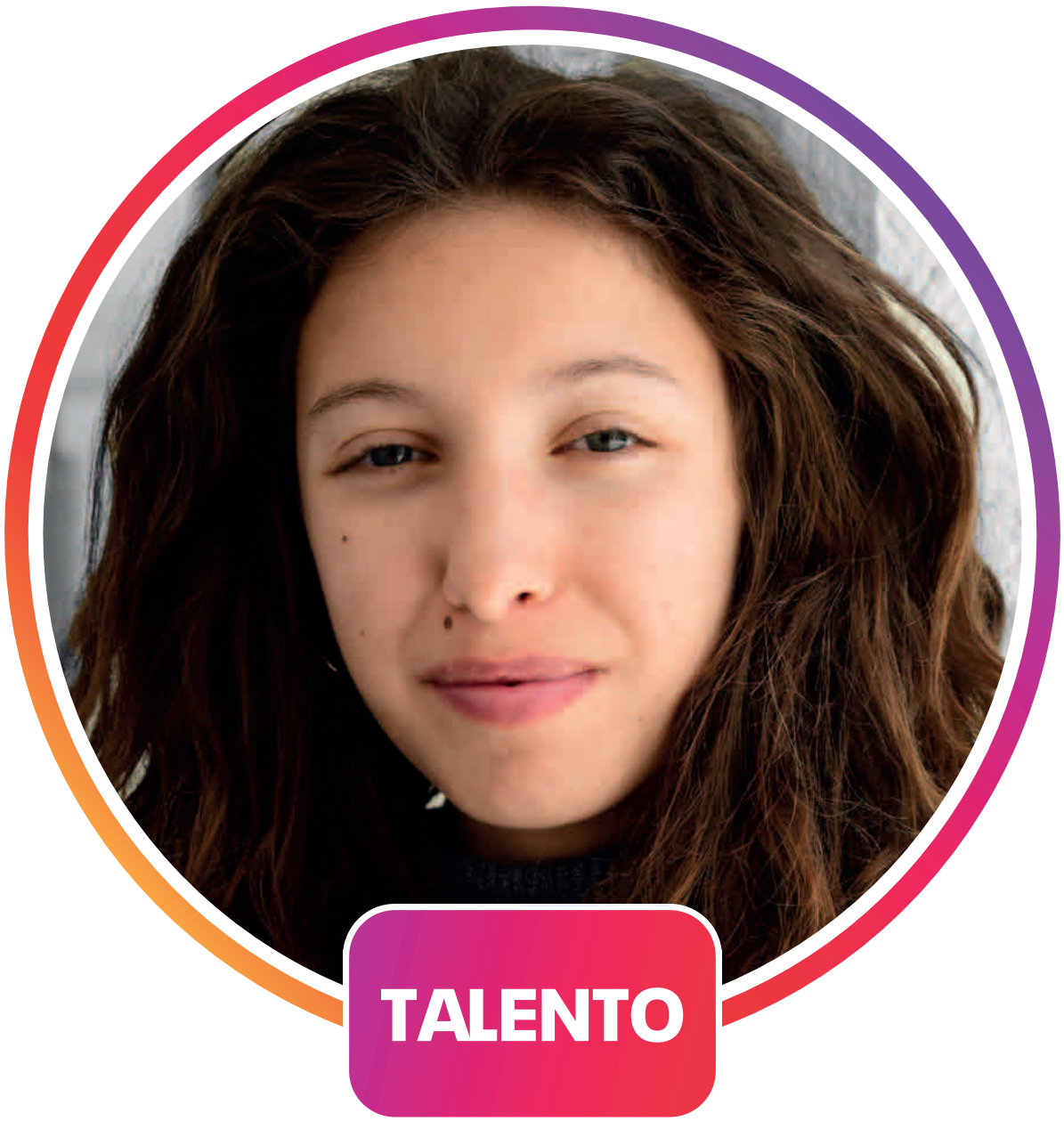
youtube **www.youtube.com/watch?v=llWkW8x3Qhg**

Com apenas 14 anos e nascido em Almada, Miguel Salgueiro, é um pequeno prodígio. Apesar de não habitar em Almada, a sua vida tem estado ligada a esta cidade desde sempre. Desde à educação em Inglês, no Cambridge, ao estudo de piano desde os seus 8 anos na SFUAP, este jovem promete vingar e alicerçar o seu futuro neste instrumento. Em 2018 concluiu, com distinção, o 3º grau do *Associated Board of the Royal Schools of Music*.
Considera como pontos fortes ao seu percurso de vida a paixão que tem pela música e pelo piano; o apoio e incentivo dados pela sua professora de piano, Mariya Trofymenko, e a vontade de lutar e de ser melhor naquilo que faz.

## Sobre Almada...

*"O meu percurso tem sido influenciado por Almada (...) numa das áreas mais importantes da minha vida: a música! A paixão que sinto por tocar piano tem crescido em mim e nisso Almada tem sido fundamental! Tenho participado em muitos eventos culturais em Almada e isso tem sido muito importante para o meu crescimento pessoal."*

# ALMADA ARTES



TALENTO

# MAFALDA MENDES

## FOTOGRAFIA

Instagram **@mafaldamendes.studio** | **@kinema.pt**

Estudante de 3º ano do curso Avançado de fotografia, no Centro de Arte e Comunicação Visual (Ar.Co), trabalha maioritariamente a relação entre o corpo e o espaço, através da fotografia analógica a preto e branco. Tem especial interesse não só pelas artes visuais, como pelas artes plásticas, nomeadamente diários gráficos e objetos artísticos. Conta já com três diários gráficos terminados, que futuramente tenciona publicar. Atualmente trabalha no projeto criativo MAPA, seu primeiro projeto pessoal em fotografia digital, através da imagem como narrativa e diálogo, procurando desenvolver o tema do espaço como lugar habitado. Já fotografou para uma curta metragem e foi fotógrafa de cena e *Making Of,* para a realização de um videoclipe. Fez fotografia documental na manifestação pelo cinema português, para a revista Gerador e Jornal Libération. Tem ainda tempo para fotografar roupas em segunda mão, para divulgar e promover a sua página de moda @kinema.pt, no Instagram. ■

## Sobre Almada...

*"Almada para mim é sinónimo de casa, origem e conforto. Sou da opinião que as nossas origens serão sempre algo muito forte no nosso percurso, tanto a nível pessoal como artístico."*

# ALMADA ARTES

## TALENTO

# DANIELA CUNHA

## OFFLINE

Youtube

www.youtube.com/channel/UCCLEGQGt-LbKpkHX7UJvRLg

Série composta por processos de obras de arte, de *machinimas*, animações gravadas em videojogos, e sobretudo, histórias da odisseia da protagonista "D".
A série, de duas temporadas, é baseada no filme *The Truman Show* de Peter Weir e num conjunto de ilustrações feitas durante uma fase menos positiva da sua vida. Reflete a falsidade dos *reality shows*, os dois tipos de sociedade (utópica e retrógrada), a ideia de se afastar completamente do mundo real e, principalmente, a heautoscopia, experiência em que uma pessoa acredita ter um duplo *doppelgänger* de si, ou mais, à distância (fenómeno em que o indivíduo delira julgando que outras pessoas são seus sósias).

## Sobre Almada...

*"Almada é uma cidade que me está no sangue. É onde nasci, estudei, aprendi imensas coisas, experienciei inúmeras atividades e eventos da vida, realizei e ainda o faço, muitas obras, tenho orgulho de estar e viver. Aliás, é também uma das grandes inspirações para o meu projeto OFFLINE."*

# ALMADA ARTES

# SARA MADEIRA

## SPEEDCRISTAL

Instagram **@rockspeedsara**

Youtube **www.youtube.com/channel/UClv5DR8tasMgbdM2qpdnHsQ**

Projeto de rock português concebido em Almada, em atividade desde 2016, em banda/formação elétrica e formato acústico/cantautor. A mensagem das canções passa pela necessidade de autoafirmação e aceitação do nosso eu, pela tentativa de compreensão do impacto que certas experiências de vida têm em cada um de nós e pela forma como escolhemos lidar com essas mesmas experiências. O objetivo é ver o rock não só enquanto estilo de música, apenas tocado em guitarras elétricas, mas vê-lo também como um ideal, que possibilita a descoberta e aceitação do que se quer ser, sem qualquer receio de exposição, estigma e/ou preconceito. Apresentou-se com e sem banda, em duas edições da Mostra de Música Moderna.

## Sobre Almada...

*"Almada sempre foi uma cidade de Cultura e com uma história muito ligada ao Rock. Muitos artistas que nasceram e se construíram aqui nesta cidade influenciaram-me muito. Todas as iniciativas culturais que Almada nos proporciona me fazem crescer, de alguma forma."*

# ALMADA ARTES

# PEDRO FARIA

## MÚSICA - PIANO

Youtube **www.youtube.com/watch?v=GXJaYqdl6DY**

Iniciou a sua formação musical aos cinco anos de idade, em piano e solfejo, na Escola de Jazz do Seixal. Com sete anos, passou a integrar a Escola de Música da SFUAP, com o Professor Miguel Cruz, em piano e com o Professor Elmano Caeiro, em guitarra e formação musical.
Mais tarde, com a Professora Mariya Trofimenko, tem mantido as aulas de piano e a formação musical, com a qual se tem mantido desde então.
A sua aprendizagem é a vertente romântica, no entanto, como se iniciou no Jazz, as suas interpretações gozam o improviso, que lhe é tão inerente.
Hoje com 17 anos, afirma gostar muito de música e ambiciona fazer chegar o seu talento o mais longe possível. ■

## Sobre Almada...

*"Comunidade, beleza, felicidade. Foi onde estudei e pude aperfeiçoar-me. Poder apresentar o meu trabalho é algo que gostaria de fazer com muito prazer."*

# ALMADA ARTES

TALENTO

# JOÃO VALENTIM RODRIGUES

*MARÉ DO TEMPO* - CURTA METRAGEM DOCUMENTAL

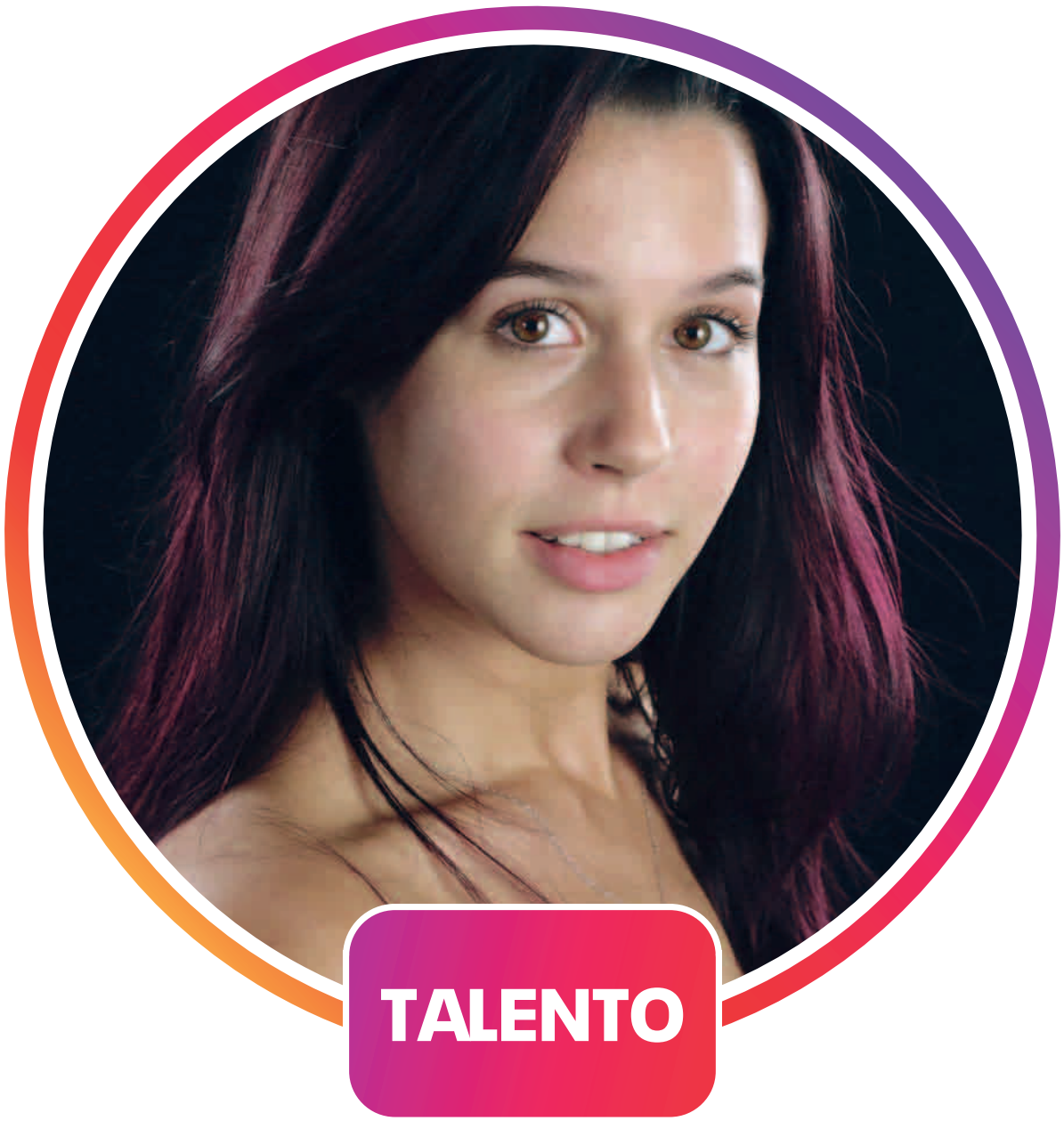
Website **https://valentimrodrigues9.wixsite.com/joaovrod**

Jovem autor de inúmeras curtas metragens e documentários, e vencedor de inúmeros prémios. Após completar o ensino secundário em Artes Visuais na Escola Secundária Fernão Mendes Pinto e Vídeo e Comunicação Multimédia, na Universidade Lusófona em Cinema.
Tem desenvolvido diversos trabalhos nas áreas de realização, direção de fotografia e edição, em ficção e documentário, music vídeos e promos para empresas, entre outros projetos.
*Maré do Tempo* apresenta um ponto de vista analítico-social e olha a sedentariedade e ténue marginalidade de um grupo de pescadores/mariscadores, como questão universal num mundo em que estes, raramente saem da sua zona. Homens que vivem presos numa vida inconsciente ou por vezes consciente, mas com vontade de a trocar por outra. O documentário dá-nos proximidade e intimidade com os personagens e transporta-nos para um mundo que, embora escondido, é bastante real na vida de uma grande parte da população da Trafaria e gentes de Almada. ■

## Sobre Almada...

*"Eu alimento-me de arte e de pessoas e Almada é isso mesmo. São perspetivas, olhares plurais que me fazem questionar, namorar e experimentar. Dessas experiências nasceu o meu filme, não só da minha sensibilidade e compaixão, mas também dos olhares a que me refiro (...)."*

# ALMADA ARTES



# INÊS BRANCO

## TEATRO MUSICAL

Instagram **@ines_branco99**

Com nove anos nasceu o amor pela música e logo aos onze, ingressou nas aulas de canto, na Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense. Descobriu a paixão pelo teatro musical e protagonizou diversos espetáculos na Academia Almadense. Iniciou os estudos no conceituado Externato Frei Luís de Sousa, completou o ensino secundário na Escola Secundária Fernão Mendes Pinto e terminou a licenciatura em Ciências da Comunicação. Mais tarde, inscreveu-se nas aulas de canto com o professor e cantor Carlos Coincas, na Escola de Música e Artes da Aroeira e começou o seu percurso profissional, ao protagonizar espetáculos infantis de Filipe La Féria, no Teatro Politeama, como a "A Pequena Sereia" e "Aladino, O Musical Genial". Protagonizou ainda o espetáculo "Romeu e Julieta, do Ódio ao Amor", da produtora Encontro de Sons, em cena no Casino Estoril.

## Sobre Almada...

*"Almada significa uma fase muito importante da minha vida - o começo da minha carreira. Almada deu-me a oportunidade de dar o primeiro passo no caminho que sempre quis percorrer. Foi em Almada que cantei a primeira nota, que dancei a primeira dança, que pisei o primeiro palco."*

# ALMADA ARTES

TALENTO

# INÊS MARIA GASPAR FERNANDES

## ILUSTRAÇÃO DIGITAL

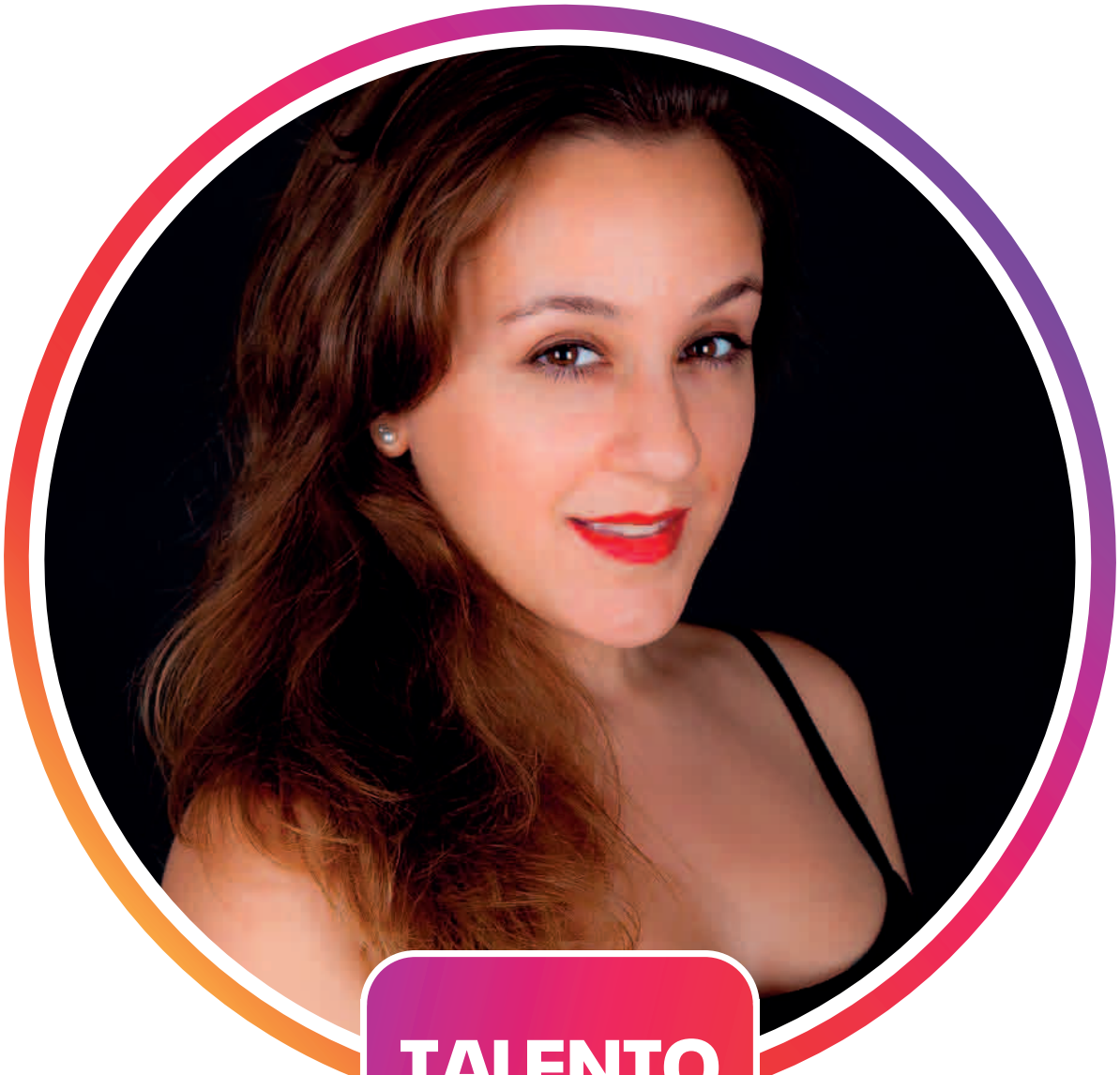
Website **https://ines-portefolio.webnode.pt**

Estudante do 11º ano da escola Emídio Navarro, apresentou uma ilustração como projeto. No futuro pretende mostrar mais sobre o seu processo de criação na área de ilustração digital, pois considera que a mesma se tornou num exclusivamente num meio de venda e de marketing, tendo sido esquecido o lado artístico, criativo e manual. Os pontos fortes deste trabalho foi a aprendizagem que obteve com ele, a diversão que lhe proporcionou e a partilha com a comunidade.

## Sobre Almada...

*"Nasci e cresci em Almada, de certo modo liguei-me a esta cidade e às suas pessoas. Ajudou-me a passar fases difíceis da minha vida... Devo dizer que também sou privilegiada por estar numa zona tão bela de Almada, há uns 20/30 anos Almada era terra batida e hoje podemos ver no que se tornou e como cresceu."*

# ALMADA ARTES



TALENTO

# MARGARIDA SIMÕES FIGUEIREDO

## TEATRO MUSICAL

Youtube **www.youtube.com/channel/UC_8Hfrnxx7JAnlccdLEYOXQ**

Sempre viveu em Almada e foi em Almada que o seu percurso artístico começou. Começou pela ginástica na Academia Almadense, fazendo também dança e teatro, mais tarde, na mesma academia. Aprendeu piano e teve aulas de canto, na Quebra-notas.
Com 20 anos, começou a estudar teatro musical, onde culminou todas estas aprendizagens e está a terminar, atualmente, a sua licenciatura de Teatro Musical, no Institute of the Arts Barcelona, onde dá também aulas de canto a grupos de jovens. Durante a sua formação, participou nos musicais *Hairspray*, *Chicago*, *Into the Woods*, *Seussical*, *Heathers* e *Pippin*; nestes últimos dois, para além de ter uma papel como atriz, foi também assistente de direção musical, sendo responsável por ensaios extra e correções de harmonias. ■

## Sobre Almada...

*"Se Almada não tivesse os recursos artísticos que utilizei quando estava a crescer, certamente não era quem sou hoje. As escolas de música, dança, canto, ginástica, espaços para treinar e oportunidades, são tudo o que uma pessoa precisa para iniciar o seu percurso artístico."*

# ALMADA CIDADANIA

CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

# ALMADA CIDADANIA

TALENTO

# CÁTIA SOFIA RODRIGUES SEMEDO

Linkedin **www.linkedin.com/in/sofia-rodrigues-618685b8/**

Descobriu que tem uma missão pessoal, expandir e partilhar o que sabe, o que experienciou e o que aprendeu. Desde cedo aprendeu a ser solidária, ter compaixão pelos outros, moldando a sua personalidade.
O envolvimento em projetos sociais como "Imaginar a Caparica" e "Olhar o Bairro" tornou-a mais consciente e interventiva no envolvimento das problemáticas da comunidade, bem como criar respostas e equipamentos sociais, capazes de responder as necessidades das mesmas.
Participou na quinzena de Juventude (2015), numa abordagem sobre as temáticas da violência no namoro e o ciberbullying, mobilizou jovens para a realização do "I Natal Intercultural Natal em Família" (2017) e "Como Estimular Lideranças Cívicas" (2018) e desenvolveu o projeto de alfabetização "Círculos de Cultura", com a comunidade caboverdiana do Monte de Caparica (2018/2020). ■

## Sobre Almada...

*"É uma relação umbilical, um significado de pertença e de raízes. Foi aqui nesta terra onde passe a minha infância, as amigas de escola, que ainda continuam depois deste tempo que já lá vai longínquo, A minha família, o meu pilar."*

# ALMADA CIDADANIA

## TALENTO

# DÉLCIO PASCOAL

## CRESCER JUNTOS ATRAVÉS DO VOLUNTARIADO

Instagram **@__delciop.__**

Délcio Pascoal tem 19 anos e nasceu em Angola, mas por volta dos 12 anos veio para Portugal. Reside atualmente no Lazarim e está a terminar o 12ºano do curso de Ciências, na Escola Fernão Mendes Pinto, em Almada. Considera-se um jovem simpático e ativo na comunidade, com capacidade de cativar jovens como ele pela sua espontaneidade e boa disposição.

Abraçou recentemente o projeto "Crescer juntos através do Voluntariado", enquanto voluntário, a convite da Hiparthop, uma Associação sem fins lucrativos que promove atividades socioculturais e artísticas para crianças, jovens e comunidade da Costa da Caparica e arredores.

O projeto procura cativar os jovens para o voluntariado jovem, envolvendo-os em várias atividades e iniciativas artísticas e culturais da associação, sempre numa perspetiva de sensibilizá-los e motivá-los para a diferença na comunidade.

Em 2019, deu a cara pela Hiparthop, ao receber o Prémio Voluntariado Jovem, do Instituto Português do Desporto e Juventude. ■

## Sobre Almada...

*"Estar ligado à Almada é estar (inter)ligado com a Cultura, com as Artes, com a Comunidade, com novas linguagens e formas de estar, de uma forma dinâmica e inclusiva. É estarmos e fazermos juntos!"*

# ALMADA CIDADANIA

TALENTO

# MARTIM SPÍNOLA

## EMBAIXADOR DA CIBERSEGURANÇA

Projeto que consiste na criação de um "novo" cargo de Embaixador da Cibersegurança nas Escolas do Concelho, logo a partir do 1º Ciclo, nos mesmos moldes da nomeação do Embaixador da Saúde e Engenheiro do Ambiente. O embaixador de Cibersegurança será elegido pelas respetivas turmas e terá como responsabilidade incutir boas práticas online e hábitos ciberseguros aos colegas. Os alunos eleitos para Embaixadores de Cibersegurança receberão formação de boas práticas e conselhos úteis por parte das entidades e profissionais da área, que juntamente com materiais pedagógicos existentes (CNCS, SeguraNet, GNR, etc.) terá toda a informação para transmitir aos colegas. Bons hábitos geram bons comportamentos.

## Sobre Almada...

*"É a minha terra, onde vivo e sou feliz. Consigo conjugar o facto de estar a 30m da Capital do País e a 10m das praias e de Matas lindíssimas onde passeio o meu cão".*

## TALENTO

# ASSOCIAÇÃO POLÍTICA PARA TI

Instagram **@associacaopoliticaparati**

CATARINA ROSA, GUILHERME CORREIA, ISABEL NOBRE, JOÃO RODRIGUES, MARIA GUSMÃO, MARTA SANTOS, MARIANA COSTA, PAULO COURACEIRO E SOFIA NEVES

A Associação Política para Ti trabalha na área da Educação para a Cidadania, tendo como fim sensibilizar a população jovem para diversos tópicos relacionados com os processos democráticos, as suas manifestações na atualidade e promover a sua participação nos mesmos. O objetivo da Associação é dar aos jovens os conhecimentos e ferramentas necessários para uma boa preparação e fazê-lo com uma linguagem adequada para motivar a sua participação na política.
Dizem-se completamente apartidários e abertos a receber quaisquer pontos de vista. O que os une é a vontade de trabalhar rumo a uma democracia mais participativa e informada.

## Sobre Almada...

*"Os valores de democracia e liberdade que caracterizam o nosso concelho inspiram a nossa atividade e motivam-nos a querer dar o nosso contributo para a construção da identidade almadense, e retribuir todo o apoio que aqui encontrámos".*

# ALMADA CIDADANIA

## TALENTO

# TOMÁS SENA MARTINS URBANO

## VOLUNTARIADO, CIDADANIA E PARTICIPAÇÃO

Instagram **@tomas_sena_**

Durante o seu percurso escolar, para além do seu elevado desempenho académico, desenvolveu um longo percurso na área da cidadania, do voluntariado e da participação no desenvolvimento da comunidade.
Desde o 9º ano participou em diversas iniciativas e projetos escolares, mas também na comunidade local e ainda a nível nacional e internacional, em âmbitos como a participação democrática, teatro, línguas, bem-estar animal, direitos humanos, rádio escolar, ambiente e solidariedade.
Para além de Presidente da Associação de Estudantes da sua escola, foi ainda voluntário em diversas ações, tanto a nível de escola como a nível de outras instituições e associações.
O seu percurso possibilitou-o ganhar duas bolsas de estudo para o ensino superior, uma da Associação Duarte Tarré e outra da Fundação Calouste Gulbenkian.
Atualmente é voluntário da Associação Novo Mundo e está a co-coordenar o projeto "O Futuro Está ON", que até ao momento doou cerca de mil computadores a alunos de Almada e mais de mil e trezentos a alunos de outros concelhos.

## Sobre Almada...

*"Foi Almada que me abriu portas ao mundo de diversas formas, foi em Almada que encontrei as pessoas certas, os projetos certos e as instituições certas que me ajudaram a ser quem sou e a desenvolver a minha atividade".*

TALENTO

# NKAKA BUNGA SESSA

## 2825 2GTO

Instagram **@2gto_2825**

2825 - 2GTO é um projeto de empoderamento, de uma forma integrada e estratégica, a partir da realidade vivida em territórios vulneráveis da Trafaria.
O empoderamento das comunidades faz-se neste projeto através do reconhecimento e legitimação da sua voz e das suas iniciativas a partir da arte.
Composto por jovens do bairro 2º Torrão, na Trafaria, o projeto visa trabalhar a identidade local, promover a participação e emancipação dos participantes e, contribuir para a resiliência e coesão dos bairros do Segundo Torrão, Cova do Vapor, Vila da Trafaria e Costa da Caparica.
Jovens, que prometem unir o bairro, quebrar estigmas e preconceitos, fazendo-se ouvir, através da música e serigrafia têxtil!

## Sobre Almada...

*"Almada, em ti encontro os ombros para chorar, os braços para agarrar, o peito para me aconchegar e a nostalgia de para casa voltar".*

# ALMADA CIDADANIA

## TALENTO

# HISTÓRIAS POR CONTAR

## JOAQUINA MENDES E FLORBELA MENDES

Instagram **@jox_mendess** | **@missmendess**

Pequenos documentários sobre pessoas com histórias de vida impactantes que servem de exemplo a jovens do Monte de Caparica. Estas histórias tem o propósito de encorajar, motivar e incentivar a comunidade para a coesão e integração social, independentemente da origem e das condições de vida de cada um.
Um projeto que pretende quebrar barreiras, tabus, preconceitos e estigmas sobre o Monte da Caparica, ao mesmo tempo que mostrará a sua riqueza, rotinas e costumes, ganhando o reconhecimento merecido.

## Sobre Almada...

*"Almada a cidade que nos educou e que nos educa a ser iguais, a cidade que tem uma grande inclusão social e onde não nos sentimos diferentes".*

# ALMADA CIDADANIA

## TALENTO

# O FUTURO ESTÁ ON

Instagram **@ofuturoestaon**

ANA BANZA, ANA LADEIRA, ANA RITA SEIRÔCO, CAROLINA HENRIQUES, DANIEL SILVA, JORGE VINHAS, JOANA LADEIRA, SORAIA HENRIQUES E TOMÁS URBANO

Iniciativa para angariação de computadores e componentes informáticos, desenvolvida desde março de 2020, com o principal objetivo de ajudar alunos sem acesso a tecnologias e que, em fase de pandemia, não conseguiam assistir às suas aulas, fazer e enviar os seus trabalhos escolares.
No concelho de Almada onde tudo começou, o projeto, constituído por jovens voluntários, conseguiu angariar e doar mais de 1150 computadores, que foram entregues nos treze Agrupamentos Escolares de Almada, em duas escolas não agrupadas, e ainda em mais de quinze IPSS, associações e outras instituições na área do ensino e da formação profissional.
O impacto chegou ainda a outras comunidades do País, tendo sido doados mais de 1350 computadores em mais de 50 Agrupamentos Escolares e Instituições na área da Educação, em mais de 10 concelhos diferentes de Portugal Continental.

## Sobre Almada...

*"O Futuro está On nasceu em Almada e de Almada foi para o Mundo! Ao estarmos ligados ao Concelho de Almada, estamos ligados não só aos jovens, mas também à comunidade, às empresas, às pessoas que lutam todos os dias pela Liberdade, pela Igualdade, pelos Sonhos, pela Justiça, pelas famílias, por todos e por cada um de nós".*

# ALMADA CIDADANIA

## TALENTO

# KUDURISTAS DA CAPARICA

Instagram **@kuduristasdacaparica**

DIANA RAMOS, JOANA SILVA, GONÇALO SILVESTRE, MIGUEL GRAÇA E RAFAELA SILVA

Grupo informal de cinco jovens voluntários, que tem como objetivo e propósito combater o isolamento e a solidão dos mais velhos, proporcionando momentos de dança, animação, companhia, de todos os que se encontram "sós" em casa, em Centros de Dia e em Lares. Os "avós" da sua comunidade são os principais beneficiários desta iniciativa. Criados em janeiro de 2021, no concelho de Almada, o grupo e projeto surgiram de forma espontânea e têm sido um verdadeiro sucesso e alegria entre todos os seus beneficiários, exercendo a sua atividade nas zonas da Costa da Caparica e Trafaria.
Todo este trabalho e dinamização é feito com amor e o segredo é a colaboração: unidos pelas suas forças e saberes, começaram a dançar para os "avós" do seu território, acabando mais tarde por integrar um projeto já existente chamado "Não estamos sós", promovido pelo Centro Social da Trafaria (Santa Casa da Misericórdia de Almada). ■

## Sobre Almada...

*"Almada é, para além do nosso território, a nossa comunidade".*

# ALMADA CIDADANIA

# JOÃO ALMEIDA
## SONHO EM EXISTIR

Tirou o mestrado em psicologia clinica pelo ISPA e exerce profissionalmente em três clínicas ligadas à prática. Faz ainda investigação na área e dá formações/palestras em diversos congressos, colóquios e conferências. Escreve também, dentro da investigação em psicologia clínica, sobre temas diversos, especificamente sobre a sociedade e o ser humano e a relação dele consigo mesmo e com os outros. Exerce o projeto Sonho em Existir em diversos estabelecimentos de ensino e associações, tentando, através da sua experiência profissional, possibilitar a transformação de vida de jovens que com ele interagem. O projeto concebe um conjunto de poemas sobre a construção e transformação da metamorfose do sujeito poético. As ligações pessoais, a construção e transformação da pessoa interna e a passagem para um lugar na e para a sociedade tal como ela se apresenta, quer do ponto de vista factual, quer do ponto de vista interno do poeta, são os seus pontos chave.

## Sobre Almada...

*Almada foi o lugar onde cresci, me desenvolvi e aprendi a ser pessoa. Neste sentido, Almada é o berço de quem sou, do que sou e das pessoas que trago comigo, dentro de mim e que, todos os dias, me suportam e impulsionam a melhor".*

# ALMADA CIDADANIA

# RUI SEBASTIAN

## CICLOFICINA DE ALMADA

Instagram **@ruisebastian**

Voluntário no projeto Cicloficina, projeto de base voluntária, que pretende ser um ponto de encontro entre utilizadores de bicicletas, com experiências diferentes, onde podem trocar conhecimento e ideias, promovendo-se a bicicleta como alternativa de transporte sustentável na cidade.
Na Cicloficina de Almada, junto ao Mercado de Almada, aprende-se gratuitamente a fazer as principais reparações numa bicicleta, usando peças e componentes cedidos por outros ciclistas ou lojas de bicicletas apoiantes. Organizam-se também eventos com passeios pela cidade, conversas temáticas, e aulas de condução de bicicletas para miúdos e graúdos.

## Sobre Almada...

*"Sendo um projeto com foco em Almada, temos orgulho das suas características paisagísticas e naturais, bem como a sua história e dinâmicas sociais".*

# ALMADA CONHECIMENTO

CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

# ALMADA CONHECIMENTO

TALENTO

# RAQUEL LAVRADOR NOVAIS

## EGIPTOLOGIA E ARTES AUDIOVISUAIS

Instagram **@rlnovais** | **@novais_claystuff**

Desde cedo que a Raquel Novais iniciou o seu percurso académico e artístico em Almada. Completou o 10º ano na área de artes visuais, mudando-se posteriormente para a Escola Artística António Arroio no curso de especialização de audiovisuais - fotografia, cinema, vídeo e animação.
Ingressou na licenciatura de História da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, com o intuito de a interligar com as artes audiovisuais. Atualmente frequenta o mestrado em Egiptologia onde desenvolve projetos de design e animação para a divulgação do conhecimento científico de Egiptologia em Portugal. Pertence a vários projetos de investigação histórica da Idade Moderna e Contemporânea. Paralelamente, desenvolve conteúdo audiovisual, como voluntária, em várias associações: a *Gap Year Portugal* e o *InTeg - Interdisciplinary Egyptology Journal*.

## Sobre Almada...

*"Almada influenciou o meu percurso de vida pessoal por todo o património e ambiente artístico que fomenta. Cresci com a Casa da Cerca, com a Galeria de Arte, com os Graffitis do Ginjal, com os Carnavais na Avenida (...). Estar ligada a Almada significa dar de volta a Almada aquilo que esta me proporcionou."*

# ALMADA CONHECIMENTO

TALENTO

# EBEC ALMADA 2021

INSTAGRAM **@bestalmada**

ANA BEATRIZ COSTA, ANDRÉ ROCHA, DANIEL RODRIGUES, INÊS CÉSAR, JOÃO OLIVEIRA, MARIANA PIMENTEL, RENATA COSTA E VERA FEIJÃO

Competição que envolve uma grande componente técnica e criativa e promove o trabalho em equipa e a capacidade de resolução de problemas com tempo e recursos limitados. Este projeto para além do contato entre os alunos, os professores e o mundo do trabalho, dá uma oportunidade aos estudantes de desenvolverem as suas capacidades de resolução de problemas, coordenação e trabalho em equipa e aplicar os conhecimentos de engenharia já adquiridos na resolução de problemas reais.

## Sobre Almada...

*"Almada é um concelho que incentiva a realização de atividades sociais e que promove o desenvolvimento dos seus cidadãos."*

# ALMADA CONHECIMENTO

TALENTO

# GREEN MENU
# - MENU DE RENOVAÇÃO VERDE

Website **www.menurenovacaoverde.pt/pt/em-todo-o-pais/casas**

JOÃO GOUVEIA, MIGUEL SEQUEIRA E PEDRO PALMA

Plataforma online abrangente, grátis e acessível onde os utilizadores podem encontrar toda a informação relevante sobre como tornar as suas casas mais sustentáveis. Esta plataforma surgiu no contexto de um projeto europeu sobre património sustentável, onde especialistas em reabilitação de edifícios e eficiência energética de Portugal (investigadores do CENSE da FCT-NOVA no Monte da Caparica), Eslovénia e Holanda, apoiados pelo EIT Climate-KIC, juntaram forças para ajudar a tornar o complexo processo de renovação de edifícios residenciais mais acessível, atraente e escalável.
A plataforma conta com um modelo 3D interativo de uma casa tradicional portuguesa e com 130 dicas, inovações e pontos de atenção, organizadas por cinco temas principais e várias subcategorias, que permitem aos utilizadores estimar o investimento, poupança e impacto no conforto associados a cada intervenção.

## Sobre Almada...

*"Almada é a cidade onde estudamos e trabalhamos há muitos anos, onde demos os primeiros passos na área da sustentabilidade e ambiente, e onde começámos a investigar de forma multidisciplinar as temáticas da energia que eventualmente nos levaram à criação do Menu de Renovação Verde."*

# ALMADA CONHECIMENTO

## TALENTO

# BEST EDUCATION

INSTAGRAM **@bestalmada**

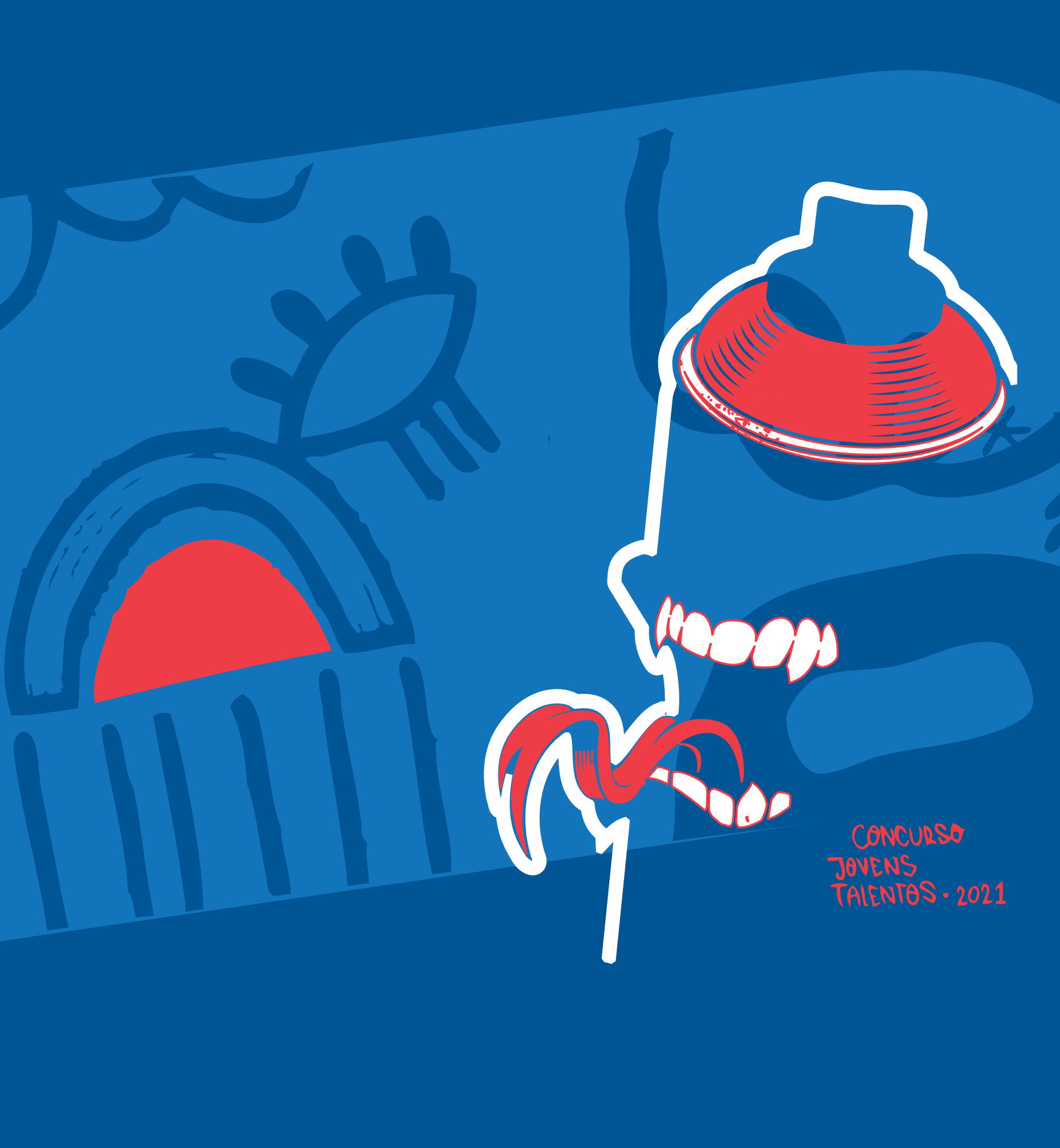
ANA ISA PROENÇA, BEATRIZ ANTUNES, GABRIEL FÉLIX, JOÃO FERRO, MARIA MARTELO, MARIANA BAPTISTA, MARTA LOPES E TIAGO LARANJEIRA

Projeto de caráter educativo/formativo, pensado por antigos alunos, que engloba vários eventos que passam por dar uma oportunidade de discussão sobre o atual sistema de educação, com o objetivo de o melhorar. Neste projeto, inserem-se três eventos principais: o Local Event on Education 2020 (LEoE 2020), um evento com foco na educação, composto por debates e discussões entre alunos e professores relacionadas com temas educacionais e interação entre estudantes e empresas; o BEST Training Month, cujo objetivo é proporcionar sessões de treino de soft skills aos estudantes e as BEST Sessions, um evento de suporte à carreira em formato online, composto por workshops e sessões de partilha de experiências com professores da FCT NOVA, ex-alunos da faculdade que já ingressaram no mercado de trabalho e representantes de empresas e organizações.

## Sobre Almada...

*"A cidade de Almada foca-se no desenvolvimento dos seus cidadãos e, ao ter tantas iniciativas sociais, faz com que também as pessoas do concelho procurem aproveitar o incentivo para também elas fazerem a diferença."*

# ALMADA DESPORTO


CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

# ALMADA DESPORTO

TALENTO

# SOFIA NUNES

## ATLETA FEDERADA DE NATAÇÃO

Começou a nadar aos 3 anos e, desde cedo, a paixão por este desporto se evidenciou. Em 2015 representou Portugal na sua primeira prova internacional de Desporto Escolar, em Malta, na qual Portugal venceu por equipas. Em 2017, foi convocada para concentrações da Federação Nacional de Natação e representou Portugal no *ISF World Schools Championship*, em Budapeste, chegando à final. Voltou a representar Portugal, em 2018, no *ISF School Summer Games*, em Marrocos. Em 2019, participou nos Campeonatos Nacionais da Irlanda e em 2020, com o aparecimento do COVID-19, passou a treinar em casa, voltando às piscinas apenas em junho. Ainda assim foi selecionada para participar no Open de Natação Jamor 2020, cuja participação teve um número de participantes muito restrito. Em todos estes anos, nunca parou de estudar e de conciliar a vida académica, com a vida desportiva.

## Sobre Almada...

*"A cidade de Almada, ao ter uma grande variedade de clubes desportivos, permitiu-me fazer o que mais gosto, nadar, no concelho onde vivo e estudo. Ao ter a Faculdade de Ciências e Tecnologias da NOVA no Monte de Caparica, facilitou muito a conciliação entre a adaptação à vida universitária e ao desporto federado."*

# ALMADA DESPORTO

## TALENTO

# GROUND ROCKERZ

## BREAKING/BREAKDANCE

ALBERTO CHIRINOS, CATARINA DE AGUIAR, IVO MONTANHA E WILSON SANCHES

Grupo de dança especializado em *Breaking/Breakdance*, que envolve todos os que estejam interessados em aprender. Pratica na Casa Municipal da Juventude de Almada - Ponto de Encontro, em Cacilhas, desde 2013. Oferece ensino e partilha, bem como integração na comunidade da dança e do Hip Hop e fornece libertação e prática física. Não é só uma arte como também é um desporto, modalidade que ingressou agora nos jogos Olímpicos. No futuro, pretendem levar a dança a mais pessoas; com a inclusão do Breaking nos jogos olímpicos, acham interessante a possibilidade de abrir centros de treinos para preparar atletas e têm como objetivo a preparação de competições e espetáculos. ■

## Sobre Almada...

*"A nossa ligação a Almada é sentirmos que somos aceiteis pela nossa arte e sermos livres de nos expressar e ainda nos darem oportunidade de levar a nossa arte a mais pessoas. A maioria dos membros que fazem parte do projeto, começaram a treinar nesta cidade e muito se deve a terem visto outras pessoas a dançar e mesmo eventos que foram criados através da Câmara Municipal."*

# ALMADA DESPORTO

TALENTO

# JOÃO FILIPE DO NASCIMENTO POLICARPO

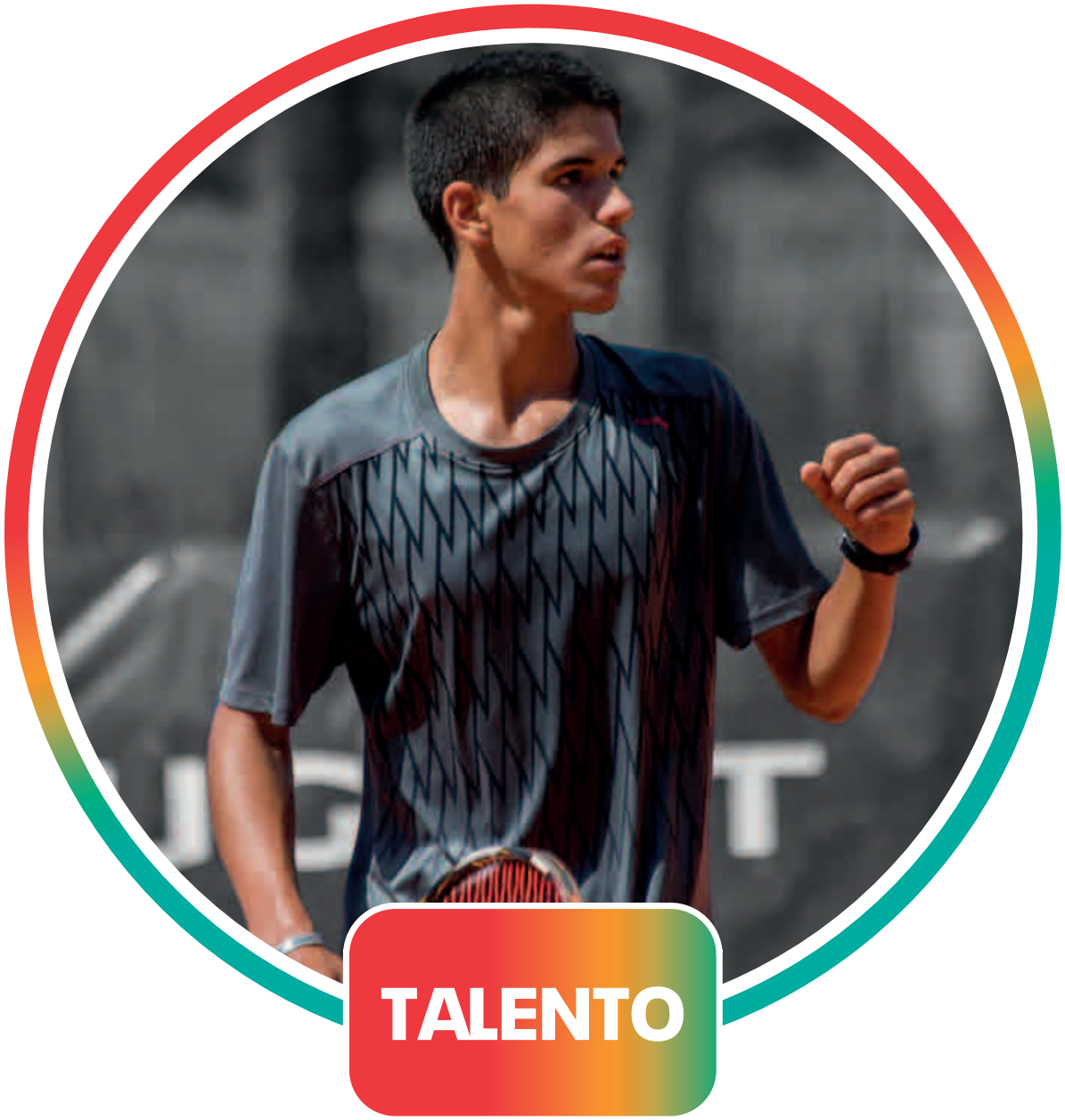
## GINÁSTICA ARTÍSTICA

Iniciou a prática da ginástica artística, no PlayGym, no Ginásio Clube do Sul aos cinco anos e a aos sete começou a competir. Aos treze anos foi viver para os Estados Unidos da América onde continuou a prática desportiva, no Excalibur e no Gymstrada, em Virginia. Sagrou-se Campeão Regional de nível 9 (2016). Regressou a Portugal e continuou a treinar no seu clube de origem, o Clube de Ginástica de Almada. Sagra-se Campeão Nacional Sénior da 1º Divisão (2019) e na única competição de 2020, a equipa do CGA da qual fez parte, classificou-se em 3º lugar nacional. A pandemia trouxe mudanças no seu percurso, uma vez que as instalações onde estava inserido o seu clube, encerraram. Não parou de competir e foi treinar para Lisboa. Apesar da pandemia e das 153 medalhas que teve das várias competições ao longo do seu percurso, espera ainda conseguir mais umas ao serviço deste novo clube.

## Sobre Almada...

*"O sucesso (...) deve-se em grande parte à cidade de Almada e à sua oferta desportiva (no meu caso até 2020) e universitária. Almada tem tudo e é tudo perto o que facilita imenso a vida a qualquer jovem seja qual for a sua área de interesse."*

# ALMADA DESPORTO



TALENTO

# DUARTE CORREIA

TÉNIS

Tenista desde os 6 anos, tem o objetivo e o sonho de criança de se tornar um jogador profissional. Está no seu primeiro ano de sub-18 e as classificações nacionais e internacionais estão congeladas, até ao momento, pelo covid-19, o que não lhe permitiu ter a classificação desejada. No entanto, chegou a ser Nº2 do país em sub-16, tendo sido Tricampeão Regional de Sub-16 (singulares, pares masculinos e pares mistos), Bicampeão Regional de Sub-18 (singulares e pares masculinos) e ainda semifinalista Regional de Seniores. Foi semifinalista no Campeonato Nacional de Sub-16, na vertente de pares e semifinalista duas vezes de pares em torneios internacionais de Sub-16. Teve a oportunidade de se estrear em torneios profissionais, como por exemplo, num torneio ITF 25k. O seu percurso de vida tornou-o numa pessoa mais forte, madura e resiliente. O ténis ajudou-o a crescer não só como pessoa, mas também como atleta. ■

## Sobre Almada...

*"Almada é a cidade onde todo o meu percurso começou e onde eu tenho crescido e me tornado uma pessoa melhor. Almada trouxe-me não só o ténis, mas também pessoas que me têm orientado neste meu percurso de vida".*

# ALMADA DESPORTO

## TALENTO

# MANUEL RODRIGUES

JUDO

Começou no judo com três anos e desde então nunca mais parou, tendo seguido a vertente da competição. Graças ao esforço diário, tem alcançado alguns objetivos na sua carreira desportiva, sem nunca esquecer a parte escolar. De momento, encontra-se no terceiro ano da Licenciatura de Engenharia Aeroespacial e é Campeão Nacional de Juniores e Vice-campeão Nacional de Seniores. Foi Campeão Nacional Cadetes e Juniores, 2º lugar Campeonato Nacional Seniores, 3º lugar no Festival Olímpico da Juventude Europeia, 7º lugar no Campeonato da Europa de Juniores e foi ainda convocado, mais recentemente, para o Campeonato da Europa de Seniores, a realizar-se em Lisboa.

## Sobre Almada...

*"É com grande orgulho que levo as cores de Almada além-fronteiras. A cidade de Almada aparece na minha vida desde muito cedo quer no desporto que pratico, quer na escola onde andei ate ao secundário."*

# ALMADA DESPORTO

TALENTO

# MARVIN FERREIRA MARTINS SCHEULEN

CICLISMO

Tem dupla nacionalidade, alemã e portuguesa, e é atleta de alta-competição. Nasceu e estudou em Almada e desde muito cedo que se interessou pelo desporto. Foi aos 13 anos que se interessou pelo ciclismo de estrada, integrando o Clube de Ciclismo da Aldeia de Paio Pires. Ao mudar de escalão, foi para o G.R. Mato-cheirinhos, na zona de Cascais, onde consegue integrar a Seleção Nacional, um sonho de criança, e vencer com a sua equipa a Volta a Portugal de Juniores. No escalão de Sub23, passa para a equipa da Sicasal/Constantinos/Delta-cafés. Em 2019, entra na equipa LA-Alumínios LA-Sport, onde está até ao presente, realizando por duas ocasiões a Volta a Portugal. Na sua equipa é conhecido como o Maestro por saber sempre o que fazer dentro de corrida e procurar sempre o maior rendimento possível por parte do conjunto. Está atualmente a realizar um estágio curricular, na Federação Portuguesa de Ciclismo.

## Sobre Almada...

*"Almada foi a cidade onde eu nasci e cresci, uma cidade da qual absorvi o espírito guerreiro e lutador que tento levar comigo em todas as vertentes da minha vida (...).. Almada é sem dúvida um local com muito potencial para incubar talento, talento esse que não pode, nem deve ser desperdiçado."*

# ALMADA DESPORTO

TALENTO

# TIAGO PEREIRA RODRIGUES

## TIRO COM ARCO

Jovem estudante do primeiro ano da NOVA School of Science and Technology (FCT Nova), em Biologia Celular e Molecular. Iniciou o seu percurso académico na EB1/JI Maria Rosa Colaço, e completou o primeiro ciclo com sucesso, de 2008 a 2012, com destaque para Quadro de Mérito no 4º ano. Frequentou o 2º ciclo na Escola Comandante Conceição e Silva. Ingressou na Escola Secundária Fernão Mendes Pinto em 2014, onde realizou o 3º ciclo e secundário tendo sido distinguido em todos anos com quadro de mérito. Integrou o Fernão Archery Club desde a primeira hora, participando ativamente na sua implementação e desenvolvimento, quer enquanto atleta, quer como colaborador. Praticou sempre desporto, pois considera que é fundamental para o bem-estar físico e mental; no entanto, só se interessou pela competição já no tiro com arco, que considera "*uma modalidade muito desafiadora porque apela ao melhor de cada um numa permanente competição consigo próprio*."

## Sobre Almada...

*"Desde que nasci que vivo em Almada, tendo esta cidade moldado a pessoa que hoje em dia sou. É uma cidade onde o meio natural e o meio urbano se interligam e preservam. (...) é um local solidário, território de todos, e do lado certo do rio".*

# ALMADA EMPRRENDEDORISMO

CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

# ALMADA EMPREENDEDORISMO

TALENTO

# ARTFORGE EXPRESS

CATARINA JOÃO

Instagram **@artforgeexpress**

Em 2020, com toda a mudança que aconteceu no mundo, um feliz acaso fez com que o YouTube lhe sugerisse um vídeo de uma artista plástica a fazer dioramas, cenários em miniatura da cultura pop e acessórios de cosplay. Desenterrou a sua caixa de materiais do secundário e aventurou-se novamente nas artes plásticas. Assim nasceu a primeira peça, um booknook inspirado na história da famosa rua DiagonAlley, no mundo do Harry Potter.
Percebeu que este projeto uniria o vídeo, a fotografia, o 3D, a escultura, a pintura, a criatividade, os trabalhos com madeira, ferro, resina, a sustentabilidade e a reutilização dos materiais, a cultura pop e o meu lado mais geek, e transformou-o no seu negócio de vida.
Optou por fazê-lo 100% on-line, em inglês e, além da venda das peças, diversificar as suas fontes de rendimento com marketing afiliado, produtos digitais, publicidade e conteúdo educativo.

## Sobre Almada...

*"Almada é a base de todo o meu percurso. A proximidade à cidade natal e a toda a minha dinâmica nas artes, no ensino, no associativismo e no empreendedorismo, foi, sem dúvida, um grande impulso para o meu desenvolvimento como profissional".*

# ALMADA EMPREENDEDORISMO

## TALENTO

# CORTEJOFILM

PEDRO TANDA

Instagram **@cortejofilm**

Licenciado em Informática, cedo desenvolveu o seu interesse pela área multimédia, mais especificamente a fotografia e vídeo e fez o curso de Iniciação à Fotografia e o curso de Narrativa Audiovisual, no Cenjor.
Em 2018, por coincidência ou oportunidade da vida, na tentativa de registar o casamento da sua tia, surge a materialização do projeto Cortejofilm.
Não só faz cobertura de eventos como casamentos e afins, como também já tem alguns trabalhos publicitários e propostas comerciais, que lhe deram a oportunidade de viajar em trabalho para a Bélgica e França.
Este projeto tem ainda uma vertente comunitária, no sentido em que ajuda projetos musicais de alguns jovens do seu bairro, a Trafaria.
Atualmente, a Cortejofilm é composta por um fotógrafo e dois operadores de câmera e tem um investimento aproximado de 14 mil euros, tudo fruto do esforço e dedicação de um jovem com um sonho.

## Sobre Almada...

*"Foi em Almada que nasceu a Cortejofilm. Eu, Pedro Tanda, sou filho de Almada e sendo morador de um bairro social aumentou ainda mais a minha vontade de lutar pelos os meus sonhos".*

# ALMADA EMPREENDEDORISMO

## TALENTO

# ALMADBRIGADEIRO

## MAÍSA MARTINS E VERÓNICA MARTINS

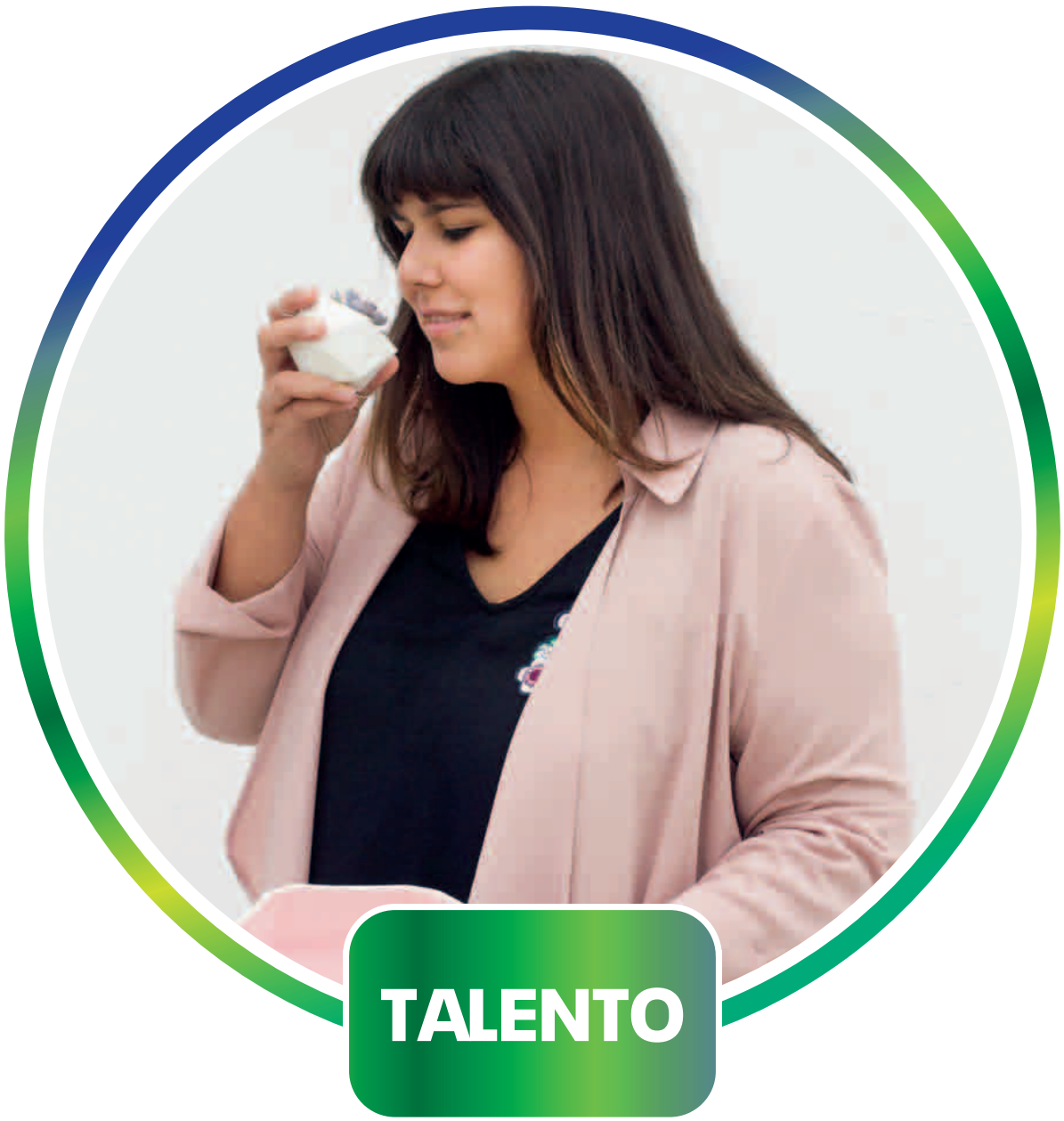
Instagram **@almadbrigadeiro**

Nasceu em outubro de 2020, durante a pandemia, em Almada. Consiste numa produção de brigadeiros caseiros e gourmet ao estilo de brigadoria, associado a sabores inovadores e marcas multinacionais. A ideia foi alimentada pelo facto de ainda não existir nada deste género no concelho e de forma a dar a conhecer aos Almadenses este conceito, que tanto sucesso tem feito, noutras zonas do país e do mundo. Chocolate de leite, chocolate preto, chocolate branco, coco, morango, café, doce de leite, limão, After Eight, salame de chocolate ou caramelo salgados são alguns dos sabores que se pode encontrar. É através das redes sociais, Instagram e Facebook, que os pedidos podem ser feitos. As duas irmãs pretendem, em breve, lançar o site do projeto para facilitar as encomendas. ■

## Sobre Almada...

*"O facto de viver em Almada é acreditar no potencial de fazer crescer e dinamizar a cidade, através de ideias e conceitos inovadores."*

# ALMADA EMPREENDEDORISMO



# DUCKA

ANA RITA AGUIAR

Instagram **@duckadesign**

Produtos de design feitos à mão, que juntam duas paixões: o Artesanato e o Design. Peças únicas, produzidas artesanalmente com uma nova interpretação sobre os objetos de casa, tendo em atenção as tradições e técnicas ancestrais, que identificam a cultura do país, aliadas a uma visão moderna e conceptual.
Considera que os seus objetos marcam pela diferença, pelo seu carácter humano, com as suas imperfeições e características, que os tornam únicos. A estética e o rigor na simplicidade e funcionalidade das peças, é algo que está presente e a sua paixão pelo artesanato e vontade de criar com as próprias mãos, foram os principais fatores que fizerem avançar nesta aventura.
Ducka quer garantir que as novas gerações se interessam pelas raízes e saberes dos nossos artesãos, sem cair em desuso e esquecimento, criando parcerias onde existem uma partilha direta entre designer e artesão.

## Sobre Almada...

*"Já vivi noutras partes do país e já vivi noutros países, mas Almada é onde sinto que estou em casa. Sinto-me numa comunidade, numa aldeia grande onde todos nos conhecemos e somos vizinhos (...). Sem esta comunidade que criei dentro da minha rua, nunca teria conseguido avançar com o meu projeto."*

# ALMADA EMPREENDEDORISMO

TALENTO

# B BODY LAB

SOFIA BICHÃO

Instagram **@balletbody_lab**

Aos três anos fez a sua primeira aula de ballet no Ginásio Clube do Sul e, mais tarde, integrou o corpo de alunos do Conservatório Nacional de Dança, acabando por se licenciar na mesma área. Durante este percurso, experimentou vários estilos de dança e deu aulas de Ballet Clássico e Dança Contemporânea. Aliado a este gosto, sempre sentiu muito prazer em exercitar o corpo, surgindo assim o B Body Lab - a forma perfeita de unir as suas paixões.

O Ballet Fitness é uma modalidade que se inspira em posições e posturas do ballet, mas que pode ser feito por todos, mesmo sem qualquer experiência na área. Nesta modalidade, todos os estudantes trabalham várias zonas do corpo, permitindo tonificar o corpo, melhorar a postura e a flexibilidade.

As aulas são online e disponibilizadas as gravações para quem as quiser, bem como, planos de treino semanais. As aulas presenciais são realizadas pontualmente no Parque da Paz.

## Sobre Almada...

*"Toda a vida trabalhei em lisboa e toda a vida morei em Almada. Com o tempo desejei poder trabalhar em Almada, uma cidade mais calma, pura, repleta de natureza com parques lindos, praças e praias."*

# ALMADA EMPREENDEDORISMO

## TALENTO

# C-MO – REVOLUTIONIZING COUGH MONITORING

ALEXANDRA LOPES, DIOGO TECELÃO, FILIPE VALADAS, MIGUEL ANDRADE E SARA LOBO

Linkedin **www.linkedin.com/company/c-mo**

Projeto de cinco estudantes de Engenharia Biomédica, da FCT-UNL, que cresceu e, hoje em dia, é uma pequena start-up que mantém as suas raízes em Almada.
C-mo é um dispositivo médico wearable, que permite a monitorização da tosse e padrões, durante mais de 24 horas, estilo Holter. Nasceu para dar resposta a esta grande necessidade clínica, permitindo agilizar e facilitar o diagnóstico da doença subjacente à tosse e revolucionar a forma como a tosse é abordada na prática clínica, tendo vindo a ser destacada a sua importância nos últimos anos em diversos concursos nacionais e europeus, como a bolsa EIT Health, o prémio Altice Innovation Awards em 2020 e destaque em importantes jornais portugueses.

## Sobre Almada...

*"Almada é Inovação, Juvenil, Futuro. O C-mo está bastante ligado ao investimento académico, mas também empreendedor, feito pela cidade de Almada, que permitiu que a atividade continuasse sempre a ocorrer em espaços instalados na mesma."*

## AGRADECIMENTOS

### EMBAIXADORES
Joana Rodrigues e Bruno Senra

### JÚRI – REPRESENTANTES POR CATEGORIA
Almada Artes - Ana Palma
Almada Cidadania - Eduarda Marques
Almada Conhecimento - Maria Paula Diogo
Almada Desporto - Fernando Vieira
Almada Empreendedorismo - Ana Guerreiro

### APRESENTADORAS
Maria Temporão e Rafaela Gomes

## FICHA TÉCNICA

### MULTIMÉDIA
Inês Janeiro

### COORDENAÇÃO, DESIGN GRÁFICO E FOTOGRAFIA
Câmara Municipal de Almada

CONCURSO
JOVENS
TALENTOS · 2021

#jovenstalentos2021
#almadajuventude
#simcidadeeducadora

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA