

ALMADA



Índice

3 EDITORIAL

Mensagem de Inês de Medeiros

4 EM ARQUIVO

Mulheres Almadenses

6 EM DESTAQUE

"M" de Mulher e de Mãe

12 EM ANÁLISE

Patrícia, Isabel, Miriam e a arte de empreender

16 EM FOCO

A Guerra no Rosto de uma Mulher

22 ALMADA EM MIM

Teresa Gafeira e a memória da ascensão do Teatro em Almada

26 Obrigado, Mestre Cargaleiro

28 RADAR

Tia Béu, muito mais do que "dar banho ao cão"

30 ENTREVISTA

Filipe Pacheco - A revista Almada vai mudar

32 BREVES

FICHA TÉCNICA

Edição: Câmara Municipal de Almada
| Departamento de Comunicação

Diretora: Inês de Medeiros

Diretora-Adjunta: Raquel Antunes

Coordenação: Sara Dias

Consultor Editorial: Paulo Tavares

Editor de Fotografia: Luis Filipe Catarino

Redação: Ana Paula Cruz (APC), Filomena Marques (FM),

Joana Mendes (JM), Paulo César Teixeira (PCT),

Paulo Tavares (PT) e Sandra Gomes (SG)

Fotografia: Anabela Luis (AL), Carlos Valadas (CV),
Floribela Salgueiro (FB), Luis Filipe Catarino (LFC) e
Victor Mendes (VM)

Paginação: Susana Tormenta

Capa: Fotografia de Anabela Luis

Impressão e distribuição: To spend with you

Tiragem: 120.000 exemplares

Periodicidade: Mensal

Distribuição: Gratuita

ISSN: 2184-9137

Publicação isenta de registo na ERC ao abrigo do Decreto
Regulamentar n.º 8/99, de 9 de junho, art.º 12.º, n.º 1b).

Textos escritos ao abrigo do novo Acordo Ortográfico.

CONTACTOS ÚTEIS

Geral

Tel.: 212 724 000

Cabinete de Atendimento Municipal

Linha Verde Almada Informa - 800 206 770

E-mail: almadainforma@cm-almada.pt

Distribuição da Revista Almada:

distribuicao.revista@cm-almada.pt

Site: cm-almada.pt

f @ /cmalmada

Editorial

Aceito a grande aventura de ser eu.

Simone de Beauvoir

Caras e caros munícipes,

É quase impossível falar das lutas feministas sem mencionar Simone de Beauvoir. Tinha centenas de citações suas que poderiam servir de mote para este editorial, por ocasião do Dia Internacional da Mulher, 8 de março. Escolhi uma muito simples dos seus cadernos de juventude, pois parece-me resumir na perfeição o maior dos desafios.

Contrariamente ao que habitualmente se ouve e lê, sermos nós próprios, e aqui tanto homens como mulheres, é algo muito mais complexo, que não se resume nem se atinge por qualquer simples exercício de introspeção. Porque querer ser livre é querer a liberdade dos outros, querer ser justo é querer a justiça dos e para os outros, porque ser “eu” é saber sê-lo com os outros, por entre os outros, para nós e para os outros. É ter a coragem de enfrentar o preconceito, a adversidade, a tradição, mas também as nossas próprias fraquezas e incertezas. E ser surpreendido/a pelo mistério da força que não suspeitávamos que tínhamos e que faz com que não percamos a esperança.

Neste ano marcado pela guerra quisemos homenagear, com a campanha pública “A Guerra no Rosto de Uma Mulher”, as mulheres que enfrentaram situações de guerra, que tiveram que se superar, de vencer o inimaginável. Vai encontrar os rostos e testemunhos destas mulheres um pouco por todo o concelho, mas também nas páginas desta revista. São faces e histórias marcadas pela violência de conflitos que, como nos ensina a História e podemos confirmar nas notícias que nos vão chegando todos os dias, afectam mulheres e raparigas de uma forma particularmente cruel. E será surpreendido pelos seus doces olhares e sorrisos, pela forma

sincera e generosa com que aceitaram mostrar quem realmente são: heroínas.

Este é ainda um mês que, pelo simbolismo da celebração da mulher, deve obrigar-nos a pensar numa outra batalha - a luta contra a violência doméstica, contra a violência de género. O balanço de 2022 revela, no número de ocorrências participadas à PSP e GNR, uma preocupante inversão de tendência. O número de queixas, um valor que vinha caindo desde 2019, voltou a subir e de forma expressiva, num ano em que 24 mulheres foram assassinadas em contexto de violência doméstica.

Dados como estes, que de tão repetidos e noticiados podem ter tendência a dessensibilizar quem os ouve, devem acima de tudo inquietar-nos, desassossegá-los. Não podemos olhar para o lado e ignorar. Apesar de todo o caminho cumprido nas últimas décadas, a verdade é que a violência sobre as mulheres é ainda um sério problema em Portugal.

Nestas páginas vai ainda encontrar histórias de mulheres de Almada. Vidas reais, contadas na primeira pessoa sobre como conciliar a vida profissional e familiar. São exemplos de resposta a uma das mais decisivas questões num país em inverno demográfico como Portugal. Fomos ainda à procura de inovação e empreendedorismo no feminino. Almada é cada vez mais um território de criação de ideias, oportunidades de negócio e projectos inovadores, muitos deles liderados por mulheres. Este é um dos caminhos para continuar a longa batalha por uma verdadeira igualdade de género: construir uma economia forte, promovendo a educação, a formação e o desenvolvimento profissional das mulheres. É, de resto, um dos passos decisivos para



construirmos uma comunidade mais justa, estável e equilibrada.

Termino com outro excerto de um texto de Simone de Beauvoir que relembra outro grande escritor: “Um dia (Albert) Camus disse-nos: a felicidade existe, é importante, porquê recusá-la? Ao aceitá-la, não agravamos a infelicidade dos outros, até ajuda a lutar por eles. Sim, concluiu, acho lamentável esta vergonha que sentimos hoje em nos sentir felizes.” Estas palavras de 1963 não envelheceram e são boas de lembrar pelos dias de angústia que vivemos. Saber reconhecer e valorizar o que nos faz felizes, dá-nos força para lutar pelo bem de todos.

Por fim, uma palavra sobre a renovação desta revista Almada, que vai fazer agora uma breve pausa, para surgir mais adiante com uma nova ambição e também novo formato e design. Este é e vai continuar a ser um dos canais privilegiados de contacto entre o executivo e os munícipes. É com a revista Almada que tentamos chegar a todos e cada um dos almadenses, prestando contas sobre o nosso trabalho, mas sobretudo revelando faces menos conhecidas e mais surpreendentes do nosso concelho.

Até já.

INÊS DE MEDEIROS

PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Mulheres Almadenses

O caminho de luta pela igualdade marca a história das mulheres e o caso das almadenses não é diferente. Nesta visita ao Arquivo, mostramos os rostos de mulheres que ousaram, à sua época, contornar preconceitos, quebrar barreiras e assumir papéis nas coletividades do concelho, em atividades que na altura eram, por norma, associadas ao universo masculino, como o futebol, o corpo de bombeiros ou a música. Tornaram-se numa inspiração e num exemplo de força feminina na história de Almada.

"Mulher sem ti a revolução não avança" afirmava, num outro tempo, o autocolante que aqui recuperamos. Foi com ele que o Movimento Democrático das Mulheres (MDM) assinalou o Dia Internacional da Mulher, a 8 de março de 1975 ou 1976, apelando à cidadania ativa e à importância do papel das mulheres na sociedade. Note-se que o MDM, a conhecida associação fundada em 1968, tem um histórico incontornável na valorização dos movimentos de mulheres que lutaram, em Portugal, contra a opressão e a desigualdade de género, e pelos direitos das mulheres.

Texto de Ana Paula Cruz
Fotografias do Arquivo Histórico Municipal de Almada



1



2



3



4



5



6



7

LEGENDAS:

Todas as imagens integram o álbum Coletividades do Concelho de Almada, do Arquivo Histórico Municipal.

1 - Orquestra feminina de saxofones da Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense, 1942.

2 - Equipa de futebol feminino da Sociedade Filarmónica Incrível Almadense, Campo de Futebol do Pragal, 1974.

3 - Equipa de futebol feminino da Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense, Campo de Futebol do Pragal, 1974.

4 - Corpo feminino da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Almada, (década de 1960 ou 1970).

5 - Autocolante do Dia Internacional da Mulher, [1975 ou 1976].

6 - Corpo feminino da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Almada, (década de 1960 ou 1970).

7 - Corpo feminino dos Bombeiros Voluntários de Cacilhas, 1982.

"M"

de mulher e de mãe

Alice Barros, Dina Silva, Liliana Vozzone e Maria Semedo são mulheres com diferentes vivências e percursos de vida. Em comum têm a maternidade e o amor incondicional pelos filhos. Quatro histórias, contadas na primeira pessoa, que ilustram os desafios e a capacidade de superação necessária para ser mulher e mãe no século XXI.

Texto de Sandra Gomes
Fotografias de Anabela Luís, Carlos Valadas e Victor Mendes

Desconstruir estereótipos

Alice Barros, 41 anos, é agente principal da Polícia de Segurança Pública (PSP) em Almada. É um exemplo de que é possível ser mãe a ter uma carreira profissional desafiante. Antes de ingressar na PSP teve outra profissão. "Fui técnica de fisioterapia, mas houve uma altura em que senti que estava profissionalmente estagnada. Precisava de uma mudança e decidi enveredar por uma carreira de que gostava já há algum tempo." A vontade de Alice e o apoio e incentivo do pai e do marido – na altura ainda namorado – foram determinantes.

Há 15 anos, quando fez o curso da Escola Prática de Polícia, em Torres Novas, dos cerca de mil agentes em formação, apenas uma centena eram mulheres – cerca de 10%. Hoje, esta realidade mantém-se. "Somos cerca de 22 mil agentes e apenas cerca de 2200 são mulheres."

Depois de uma breve passagem pelas esquadras do Bairro Alto e de Sacavém, Alice está na PSP de Almada há cerca de 14 anos. "Nunca senti qualquer tipo de discriminação por parte dos colegas



Alice Barros

ou mesmo da comunidade por ser mulher", garante.

Desde que se tornou agente da PSP, casou e teve dois filhos, a Carolina (12 anos) e o Francisco (8), para quem a mãe ser polícia "é um orgulho". A maternidade foi algo que sempre fez

parte dos planos e que consegue conciliar, de forma natural, com a profissão que exerce. Para isso conta com ajuda da família. "Sem o apoio dos avós seria muito difícil. E, claro, do meu marido que também é um pai presente."

Neste momento é uma das quatro mulheres operacionais da PSP no concelho de Almada e integra as equipas do Programa Escola Segura responsáveis pela segurança e vigilância das áreas escolares, e pela prevenção da delinquência juvenil. Tem contacto com uma realidade invisível para a maior parte das pessoas.

"Quando somos mães vemos o mundo com outros olhos." Um dos episódios que mais a marcou aconteceu quando regressou ao trabalho após ser mãe pela segunda vez. "Tivemos de retirar um bebé a uma mãe que não tinha condições para cuidar da criança e encaminhá-lo para uma instituição. Foi uma situação complicada... Sei que o trabalho que faço é para o bem da criança. É nisso que penso. Que vai para um sítio com melhores condições



Determinada e sempre com um olhar positivo, apesar das situações com que lida diariamente, para Alice Barros "as mulheres são tão capazes como os homens"



Dina Silva, motorista da Carris Metropolitana

de higiene, de cuidados de saúde, alimentação... Já cheguei a ir buscar bebés ao hospital, acabados de nascer. Custa muito..."

Determinada e sempre com um olhar positivo sobre a profissão e o mundo que a rodeia, apesar das situações com que lida diariamente, Alice afirma que as mulheres são tão capazes como os homens. "Não deve haver tabus... Por sermos mulheres não

devemos estar impedidas de exercer determinadas profissões." E defende: "lutem sempre pelos vossos objetivos e, com maior ou menor esforço, vão conseguir alcançá-los."

"Não deve haver tabus... Por sermos mulheres não devemos estar impedidas de exercer determinadas profissões."



"Quando gostamos do que fazemos é sempre muito mais fácil"

Motorista com orgulho

A dimensão dos autocarros da Carris Metropolitana que, desde há sete meses, conduz em Almada não assusta Dina Silva, 40 anos, mãe de Bruno (25 anos) e de Bruna (13). Veio de Sintra viver para Almada há duas décadas. A maternidade chegou ainda durante a adolescência, com apenas 15 anos. Por ser uma gravidez de risco, teve de abandonar os estudos no 8.º ano.

Aos 18 começou a trabalhar numa cafetaria, mas sempre gostou de conduzir. "Fascinavam-me os autocarros." Em 2018 lançou-se num novo desafio: ser motorista de passageiros da Uber. Quando surgiu a oportunidade de recrutamento para motorista da Carris Metropolitana Dina não hesitou. "Já tinha tentado há 15 anos, mas na altura não fui selecionada." Tirou a carta de pesados necessária para exercer a profissão e, após as provas, foi integrada na equipa.

"Ainda há muitos homens, mas vão aparecendo cada vez mais mulheres a



conduzir autocarros", afirma. Apesar de ainda não haver igualdade de género entre os motoristas, de acordo com a Carris Metropolitana, no concelho de Almada cerca de 40% já são mulheres. "Sempre lidei bem com os passageiros. Nunca senti discriminação por ser mulher e motorista ou ouvi críticas quer da parte dos colegas, que são cinco estrelas, ou dos passageiros. Muito pelo contrário. Até me elogiam, sobretudo os estrangeiros."

A trabalhar por turnos e com folgas rotativas, Dina chega a sair de casa às 3 da manhã para entrar às 4h quando está "de reserva" – de prevenção para alguma eventualidade ou falha de motoristas. Apesar de madrugar, "este horário permite-me sair ao início da tarde e estar com a minha filha", com quem vive sozinha há três anos desde que o filho mais velho casou.



Liliana Vozzone com a família

Conciliar a maternidade com o trabalho nem sempre foi fácil. Significa não estar tanto tempo com a filha quanto desejaria, "mas, da maneira como a vida está, temos de olhar pelo futuro deles. É para isso que cá estamos. Infelizmente, já não tenho pais. Tenho cinco irmãos, mas cada um tem a sua vida e vivem em Sintra, e o pai da Bruna trabalha dia e noite – na área do turismo e como bombeiro – por isso também dá pouco apoio." Apesar das adversidades, Dina encara a vida com muita garra e um sorriso.

Ser motorista da Carris Metropolitana trouxe a Dina a estabilidade profissional que há muita procurava. "Nada me assusta nesta profissão." Mesmo quando tem de circular por ruas estreitas em alguns locais de Almada. "Quando gostamos do que fazemos é sempre muito mais fácil."

Quanto ao "capítulo" da maternidade, ainda está em aberto. "Sinto-me mãe a 100%, desde que me lembro. Sempre quis ser mãe e ter muitos filhos..."

Para Dina, continua a ser importante assinalar o Dia Internacional da Mulher, "porque continuamos a ser alvo de represálias, a ser vistas como menos capazes. Temos de lutar mais para mostrar o nosso valor, mas também de ser mais unidas", justifica.

"Da maneira como a vida está, temos de olhar pelo futuro deles. Já não tenho pais. Tenho cinco irmãos, mas cada um tem a sua vida e o pai da Bruna trabalha dia e noite, e também dá pouco apoio"



Para Liliana Vozzone "ser mãe a tempo inteiro é um privilégio"



Maria Semedo trabalhou sempre para sobreviver e conseguir dar um futuro melhor aos filhos

Mãe a tempo inteiro

"Ser mãe" mudou nas últimas décadas. Se, no passado não muito distante, as mulheres saírem de casa para ter uma carreira e conciliarem a profissão com a maternidade era a exceção, hoje a exceção é assumir o papel de mãe a tempo inteiro, abdicando de uma carreira profissional. E mesmo quando há essa vontade, muitas vezes não é concretizável por questões financeiras.

Liliana Vozzone, 43 anos, é mãe a tempo inteiro há quase duas décadas. Desde muito cedo quis ser mãe, um papel que desempenha desde os 21 "com muito amor e dedicação". Mãe de quatro, três rapazes e uma rapariga, entre os 4 e os 22 anos, com cerca de 6 anos de diferença entre cada um, Liliana sente-se realizada.

"Gosto muito de estar com os meus filhos", diz com ternura. Gonçalo, o mais velho, com 22 anos, "é muito trabalhador e responsável", pratica surf, estuda Gestão e colabora com o pai na empresa de jardinagem. Guilherme tem 15 anos e "é apaixonado pelas artes, sobretudo pelo cinema e a realização". Alma, 9 anos, a única menina entre irmãos, "é muito feminina apesar de estar rodeada de rapazes", e Salazar Viriato, o benjamim com apenas 4 anos, "é a alegria da casa e une toda a família". Cada um dos três filhos mais novos frequenta uma escola diferente no concelho e é Liliana que habitualmente os leva e os vai buscar. Esta é apenas uma das tarefas que preenchem o seu dia a dia.

Até aos 11 anos – do 1.º ao 5.º ano – Guilherme fez ensino doméstico com a mãe. Também Gonçalo, o mais velho, fez o 9.º ano em casa acompanhado por Liliana. Com formação em Animação Sociocultural e em fisioterapia, encetou todos os esforços para manter uma rotina pedagógica adequada aos filhos, apesar da falta de acompanhamento que sentiu por parte do Estado. "Em ambos os casos obtiveram resultados brilhantes nas provas realizadas no final do ano. Neste momento isso já não é possível, porque o Ministério da Educação exige uma licenciatura ao tutor", desabafa.

É Bruno, o companheiro e pai dos quatro filhos, que assegura financeiramente a família, através da empresa de construção e manutenção de jardins que criou há quase 30 anos. "Isto só é possível porque tenho um marido maravilhoso, que sempre apoiou a minha decisão e que

também é um pai presente. Nunca senti que pudesse ser um peso para ele." Liliana e Bruno partilham a vida a dois há 27 anos. "Conhecemo-nos na escola e nunca mais nos largámos". Uma união fortalecida por quatro frutos e que planeiam tornar oficial em breve.

Para Liliana, ser mãe a tempo inteiro é um privilégio. "Amo mesmo aquilo que faço. Hoje a maior parte dos pais estão ausentes durante todo o dia, trabalham muitas horas e não conseguem acompanhar as rotinas dos filhos." Mas, estar presente não significa permissão. "Lá em casa não lhe falta nada, mas também não falta o 'não'".

"Amo mesmo aquilo que faço. Hoje a maior parte dos pais trabalham muitas horas e não conseguem acompanhar as rotinas dos filhos."

Uma vida de sacrifícios

Já são longínquas as memórias que guarda da infância e adolescência na cidade de Praia, capital de Cabo Verde, onde Maria Semedo nasceu há 66 anos. Com apenas 21, saiu da Ilha de Santiago rumo a Almada para se encontrar com o marido.

Por ser uma das filhas mais velhas nunca pôde ir à escola. "Eu chorava muito e pedia...", conta com mágoa, mas o dever de cuidar da casa e dos animais não a deixaram estudar. O pouco que aprendeu foi com a irmã mais nova. "Aprendi o abecedário e os números, mas não sabia juntar as letras para ler. Quando cheguei a Portugal fui aprender a ler e a escrever o meu nome."

A poucos meses da reforma, Maria recorda os tempos difíceis que passou para criar os seus quatro filhos: Arlinda (44 anos), António Carlos (40), Nélio (39) e Luís Miguel (26). "Na altura não havia creches. Fiquei com eles até entrarem na escola e depois fui trabalhar." Viveu quase duas décadas no Asilo 28 de Maio - antigo Lazareto, situado na encosta de Porto Brandão -, até parte desta estrutura, construída no final do século XIX, desmoronar. "Morreram duas crianças", lembra. Viviam ali quase 500 pessoas.

O marido saía de madrugada para trabalhar na Lisnave. "Tinha de me levantar muito cedo para deixá-los [aos

filhos] preparados para irem para a escola na carrinha. Só depois saía para trabalhar. Era muito difícil", desabafa.

Maria sempre trabalhou nas limpezas em muitos locais: centros comerciais, escolas, escritórios, cinemas, centros de dia, instituições públicas. "Apanhava o barco das 6 para ir trabalhar três horas. Voltava para casa e regressava a Lisboa às 15h para trabalhar mais duas horas." As longas horas passadas nos transportes eram quase tantas ou mais – quando havia greves – do que as que passava a trabalhar.

É no Monte de Caparica que vive há 25 anos, desde que a família foi realojada. Partilha a casa com os três filhos mais velhos e o neto de 21 anos. "Hoje a vida está cada vez mais difícil. Arranjar uma casa custa muito dinheiro. Quase não temos para comer..."

Apesar de os filhos já serem adultos, Maria continua a levantar-se muito cedo para deixar tudo orientado em casa antes de sair para o Almada Forum, onde trabalha durante a manhã. Ao almoço regressa a casa, mas por pouco tempo. O trabalho nas limpezas continua mais tarde, a partir das 17h, no centro de Almada.

Há dois anos sofreu uma grande perda devido à Covid-19. "Um dia cheguei a casa e vi meu o marido a delirar... Chamámos a ambulância, foi para o hospital e já não regressou a casa..." O semblante triste de Maria reflete uma vida de muito trabalho e sacrifícios para sobreviver e conseguir dar um futuro melhor aos filhos. Em breve, espera viajar para Inglaterra, para ir viver com o filho mais novo e as duas netas, de 1 e 4 anos.

"Apanhava o barco das 6 para ir trabalhar três horas. Voltava para casa e regressava a Lisboa às 15h para trabalhar mais duas horas."

Patrícia Isabel Miriam e a arte de empreender

Responsabilidade, independência, perseverança.
As histórias de vida são diferentes, mas todas partilham a
mesma força de vontade e resiliência que as levam pelos
caminhos, nem sempre fáceis, mas compensadores,
do empreendedorismo.

Texto de Joana Mendes
Fotografias de Carlos Valadas e Victor Mendes

Patrícia e o gosto pela liberdade

"Um dia vou ter a minha própria empresa", dizia Patrícia Alvarinho aos pais quando era mais nova, numa altura em que já dedicava o tempo livre às experiências audiovisuais com câmaras de vídeo.

Com 30 anos, a jovem almadense fundou e gere uma agência criativa sediada no Núcleo Empresarial de Almada Velha – incubadora de empresas

da Agência de Desenvolvimento Local NovAlmadaVelha.

Licenciou-se em Audiovisual e Multimédia e, ainda não tinha acabado o curso e já estava a ser convidada para trabalhar numa produtora audiovisual, em Lisboa.

Após três anos de experiência, já com a vida estabelecida e com contas para pagar, Patrícia, "frustrada com a rotina", decidiu despedir-se. "Nunca gostei da ideia de trabalhar das 9 às 5", confessa.

Começou a trabalhar como *freelancer*.

"Tinha um computador, uma mesa, uma cadeira e comecei a aceitar trabalhos". Investiu em câmaras, em *software*, num computador melhor. "Gerir bem os investimentos" é um dos desafios que lhe foram colocados pelo empreendedorismo. Algum tempo depois, criou a agência criativa ALVA – Filmes com Asas, projeto que partilha com o namorado e sócio João Batista.

Patrícia, especialista em *Branding & Content Marketing*, faz de tudo um pouco na agência que presta, também, serviços na área da fotografia, *livestreaming*, animação, *design* e identidade gráfica.

Patrícia, "frustrada com a rotina", decidiu despedir-se. "Nunca gostei da ideia de trabalhar das 9 às 5", confessa.

Já não se imagina a trabalhar por conta de outrem. Ter o próprio negócio deu-lhe gosto pela liberdade. Pela liberdade criativa, pelo controlo do trabalho, pela responsabilidade necessária. "A partir do momento em que constituímos a empresa ganhámos solidez, credibilidade, mas, ao mesmo tempo, aumentaram as responsabilidades. O meu contabilista diz que ter uma empresa é como ter um filho [risos]". Hoje em dia, a ALVA conta com clientes em todo o país.

Isabel - avó, mãe e empreendedora

De Almada Velha seguimos para o Monte de Caparica, onde se localiza a Cozinha Partilhada de Alfazina. Nesta cozinha muito especial, que recebe projetos em incubação na área alimentar, encontramos Isabel Bastos, Cuca para os mais chegados e que empresta esse nome à marca que criou. Há três anos nesta cozinha, a mãe e avó Cuca vem todas as segundas, quartas e quintas produzir refeições e salgados, que vende congelados e que se distinguem por serem finalizados no forno, em 15 minutos, na casa dos clientes. "Cuca no Forno" é, precisamente, o nome da empresa que criou e que, hoje em dia, já conta com a colaboração de quatro pessoas (incluindo Isabel).

A filha Marta, especialista na área do *Marketing* e Comunicação, acompanha a mãe nesta aventura, há um ano.



Patrícia Alvarinho, cofundadora da agência criativa ALVA - Filmes com Asas



Marta Bandeira Duarte, Isabel Bastos, Lurdes Magalhães e Daiana Palombo, da Cuca no Forno

Deixou para trás um trabalho na área da comunicação, numa empresa de calçado de luxo, para “construir o próprio posto de trabalho”. Marta trata da comunicação da “Cuca no Forno” e dos canais de distribuição, mas também “põe as mãos na massa” quando é preciso.

Já Lurdes Magalhães – que acompanha Isabel há vários anos – e Daiana Palombo apoiam Isabel na cozinha onde se preparam salgados como croquetes, empadas, tarteletes e refeições, como arroz de pato ou bacalhau de coentrada (algumas das várias iguarias presentes no menu da “Cuca”).

“Todos os produtos são feitos à mão, com base em receitas familiares e com boa matéria-prima”, diz Isabel. Chegam a ter encomendas de muitos salgados, que distribuem em mercearias da especialidade no Porto e venda direta na área da grande Lisboa, esperando expandir para outros locais no país.

Isabel sempre trabalhou na restauração, na área da gestão. Depois de muitos anos, decidiu fazer uma pausa na carreira. Como sempre gostou de cozinhar decidiu apostar na confeção de salgados, respondendo aos pedidos que lhe iam chegando. “As coisas foram crescendo até que, em 2019, procurei um espaço onde pudesse fazer a produção”. Encontrou na Cozinha

Partilhada de Alfazina, uma cozinha “muito bem equipada”, o espaço ideal para “alavancar o projeto”.

A partir desse momento, Isabel decidiu partir à aventura e constituir a empresa. “Toda a vida cuidei da casa e trabalhei. É uma questão de organização, mas requer muito esforço”, confessa Isabel que, apesar dos desafios que o empreendedorismo lhe coloca, gosta de se “sentir independente”.

Neste negócio, Isabel e Marta complementam-se (tal como Patrícia e João). “Quando as pessoas são responsáveis, dá certo”.

“Toda a vida cuidei da casa e trabalhei. É uma questão de organização, mas requer muito esforço”

Miriam e a vontade de vencer

Viajamos agora até São Tomé, sem sair do Feijó, através da história de Miriam Pontífice – A Maçaroqueira.

Experimentamos um pouco de banana seca – uma das iguarias tradicionais são-tomenses que Miriam vende em pequenas embalagens – e recordamos a história que nos contou.

Natural de Riboque, São Tomé, Miriam veio para Almada com 21 anos, juntando-se à família que cá se encontrava. Trabalhou como interna, passou pelas limpezas, foi ajudante de cozinha e fazia extras enquanto camareira de hotel. Por gostarem do seu desempenho, encontrou numa unidade hoteleira, em Lisboa, um contrato de trabalho permanente. Casou e teve filhos. O casamento não correu bem e hoje, Miriam, é a única responsável por três filhos, cuidadora da mãe, e dona de uma perseverança que nunca a fez baixar os braços.

De São Tomé, trouxe o gosto pela doçaria tradicional, o exemplo do pai que, na altura já ajudava na venda da fruta que produzia na fazenda da família, e a vontade de fazer. “Desde São Tomé que tenho esta veia empreendedora. Apoiava o meu pai nas vendas, fazia doces e bolos para vender na rua”.

Já com a vida estabelecida em Almada, Miriam nunca desistiu do sonho de ter um negócio. E, dessa vontade, nasceu “A Maçaroqueira”, um projeto que iniciou há quatro anos e que a leva, todos os verões, a vender milho assado na Praça da Portela, no Laranjeiro, onde já tem clientela fixa. “A minha maior alegria é o contacto com as pessoas. Quando me



Miriam Pontífice, criadora d'A Maçaroqueira

dizem 'Aos anos que não comia milho assado! Menina, realizou o meu sonho! sinto a maior felicidade'.

Para poder vender na rua de forma legal, Miriam teve de pensar e desenhar um carrinho especialmente dedicado à confeção do milho e mandá-lo fazer à medida. De forma a compensar a sazonalidade das maçarocas – que compra a produtores locais – resolveu expandir o negócio com a produção de snacks tradicionais de São Tomé, Angola ou Brasil. Produtos que “ajudam a matar saudades a quem está longe do seu país” e que pretendem cativar os que os experimentam pela primeira vez.

Miriam nunca deixou de apostar na formação. Destaca o projeto “Almada Cabaz de Sonhos: Empreender no Feminino” – dinamizado pelo Instituto Piaget em colaboração com várias entidades, entre as quais a CMA – que através de mentorias fornece ferramentas para a capacitação e promoção de igualdade de oportunidades a mulheres em situação de vulnerabilidade social. A partir desse momento e com esse apoio, conseguiu comercializar os doces típicos que a levam a feiras e eventos, estando ainda disponíveis para compra online através da plataforma

“BigFISH – Do Better, Be Better”, um projeto desenhado pela AD SUMUS - Associação de Imigrantes de Almada.

“O empreendedorismo funcionou para mostrar que sou capaz. E isso é também um exemplo para outras mulheres”.

Miriam teve uma vida dura, mas garante que ser empreendedora também não é fácil. “Chorei muito. É preciso ter muita perseverança quando se começa do nada. Se uma pessoa não tiver força de vontade, esquece.” No entanto, Miriam revela a outra face da moeda. “O empreendedorismo funcionou para mostrar que sou capaz. E isso é também um exemplo para outras mulheres”.

Relembramos o sabor da banana seca e pensamos que, quer seja através de um pedaço desta iguaria são-tomense, de um filme criativo, ou de uma empada caseira, as histórias destas três mulheres ensinam-nos o valor de se ser dono ou, neste caso, dona do próprio destino.

As empresas

Agência criativa ALVA – Filmes com Asas
 @filmescomasas

Cuca no Forno
 @cuca.noforno

A Maçaroqueira
 @amacaroqueira

Agradecimentos

NovAlmadaVelha – Agência de Desenvolvimento Local / Cozinha Partilhada de Alfazina

novalmadavelha.pt/

AD SUMUS – Associação de Imigrantes de Almada

facebook.com/adsumus.
 estamosaqui/

A Guerra no Rosto de uma Mulher

A História e a atualidade demonstram que há contextos em que ser mulher pode traduzir-se numa situação de forte vulnerabilidade. Porque esta é uma luta com a qual a Câmara Municipal de Almada se solidariza desde sempre, este ano assinalamos o Dia Internacional da Mulher dando voz e palco a mulheres e raparigas que viveram a violência da guerra. A campanha pública “A Guerra no Rosto de Uma Mulher” é uma iniciativa que pretende dar visibilidade aos efeitos da guerra na vida das mulheres. Revelamos rostos e testemunhos que são um contributo para a sensibilização e reflexão sobre os efeitos da guerra e a luta pela Paz.

Texto de Paulo Tavares
Fotografias de Luis Filipe Catarino



Carolina Pinto | 75 anos

No Uíge, no norte de Angola e depois em Luanda, sobreviveu a várias guerras, antes e depois da independência. Escapou por pouco à morte, apanhada no meio de um tiroteio, grávida e com uma bebé nas costas.



Lyudmila Terlecka | 75 anos

Saiu da cidade de Khmelnytskyi, no centro da Ucrânia, logo no início do conflito. Fugiu com a filha, a neta e Marko, o bisneto de 5 anos que ficou sem falar depois dos primeiros bombardeamentos.



Ana Paula Esteves | 65 anos

Viveu a guerra colonial e a guerra civil em Angola. Guarda na alma marcas dolorosas da violência.

Não conseguiu apagar o trauma de ver mães desesperadas por perderem filhos, ou crianças sem pais e sem esperança.



Alona e Nika Nalivajko | 35 e 4 anos

O marido e pai da filha, Nika, ficou para trás. Com a sorte de quem está inteira e viva, sabe que a guerra vai durar e que as mulheres ucranianas têm um papel decisivo, dando sentido a quem está na frente de combate.



Nina Ekel | 48 anos

Deixou Kiev quando um prédio vizinho foi destruído por um míssil. Depois de noites passadas em abrigos, as imagens de mortos e feridos ajudaram na decisão. Veio para Portugal para salvar a vida do filho.

Helena Simões | 58 anos

Trouxe de Luena, em Angola, a recordação de uma guerra civil que começou quase de surpresa, numa noite de explosões e terror, e a aflição de ver a família separada na fuga que durou dias a fio de incerteza e dor.



Lídia Tavares | 63 anos

Da adolescência passada em Angola, guarda na memória imagens de violência e morte. Viveu o início da guerra civil e dos combates em Luanda. Sente que falta reconhecer e valorizar o papel das mulheres na guerra.





Teresa Gafeira

e a memória da ascensão do teatro em Almada

Marcámos encontro com a atriz, que aceitou interpretar o papel de uma vida que se confunde com o nascimento da Companhia e do Festival de Teatro de Almada, numa viagem pelas memórias de uma cidade bem diferente daquela que conhecemos hoje.

Texto de Paulo Teixeira
Fotografias de Anabela Luís

Teresa Gafeira desempenha atualmente vários “papéis”. Além de atriz e encenadora, é ainda membro da direção da Companhia de Teatro de Almada.

Profissional desde 1977 (Teatro da Trindade), iniciou o percurso nas artes cénicas em 1972, quando trocou a arquitetura pelo teatro, estreando-se na peça “*Vida de D. Quixote de La Mancha e do Gordo Sancho Pança*”, de António José da Silva, uma encenação do Grupo de Teatro de Campolide, que ajudou a fundar. Seguiu depois Joaquim Benite na travessia do Tejo e, com o enraizamento do Grupo no concelho, acompanhou a mudança de nome para “Companhia de Teatro de Almada”.

Os papéis que se seguiram vieram impulsionar a carreira e a crítica afirmou-a como atriz de primeiro plano, como é exemplo a participação na peça “*Mozart e Salieri*”, de Pushkin, em que a sua interpretação das cartas de Mozart tem destaque muito positivo. Em 1993, recebe o Prémio da Crítica pela criação de “*Dias Felizes*”, de Samuel Beckett e no ano seguinte é distinguida pelo Município de Almada com a medalha de ouro de mérito cultural. A interpretação de Pelagea Vlassova na peça “*A mãe*”, por exemplo, não deixou indiferente a crítica internacional, tendo sido considerada “uma das mais impressionantes atrizes portuguesas” pelo jornal francês L’Humanité.

Na maioria das atuações, trabalhou sob direção de Joaquim Benite, mas outros encenadores como Rogério de Carvalho, Monique Rutler, Jorge Listopad e Alain Olivier, fazem parte da sua carreira. Como encenadora, estreou-se a dirigir “*Sopa de Pedras*”, uma peça baseada em textos de fantoches e dirigiu os elencos de inúmeros espetáculos, na sua maioria dedicados ao público infantil.

“Já não me lembro há quantos anos foi. Esqueço tudo...” A expressão ia pautando a conversa, à medida que viajávamos no tempo, por uma Almada de outrora, em tudo diferente daquilo que conhecemos hoje. Mas, para quem diz tudo esquecer, Teresa foi a guia perfeita, pintando, palavra a palavra, cenários antigos que iam ganhando vida.

“Em 1978, com a descentralização teatral, Almada foi o concelho que escolhemos para vir fazer teatro. Agora há imensa cultura por todo o lado, mas na altura não havia. Almada não tinha nada a ver com o que é hoje, não tinha esta dimensão, nem

pouco mais ou menos. Ainda me lembro do primeiro prédio da avenida. Era sobretudo uma cidade de enorme concentração operária, com muitos milhares de trabalhadores. Tinha várias indústrias, sendo a indústria naval a principal, como a Lisnave, a H. Parry & Son, a Companhia Portuguesa de Pesca, o Arsenal do Alfeite, mas também muita indústria têxtil, com empresas com alguma dimensão.”

Numa época de grandes mudanças políticas e ideológicas, as manifestações culturais e a liberdade de expressão ganham um novo fôlego e os “soldados da cultura” dão início a todo um novo processo de dinamização cultural. Teresa Gafeira acredita que a sua companhia fez a escolha acertada ao apostar num trabalho continuado de desenvolvimento cultural, considerando que Almada era “o local ideal, porque toda esta gente não estava familiarizada com o teatro e com a cultura de um modo geral. Estes operários, na sua maioria, não eram nascidos em Almada. Era uma população que vinha de outras terras, a maior parte do Alentejo, mas não só. Eram pessoas que estavam desenraizadas, fora do seu meio cultural e este trabalho que viemos fazer para Almada, veio apoiar a sua integração na cidade”.

E é na antiga **Lisnave** que começamos esta viagem no tempo e nas memórias. “É o princípio, foram muitos meses passados dentro dessas instalações. É o símbolo da maior concentração de pessoas para quem viemos trabalhar. E não era uma situação de estar à espera que as pessoas fossem ali ver os espetáculos. Era um trabalho que se fazia em ligação com a Comissão de Trabalhadores, com o sindicato, com os delegados sindicais. Almocei muitos meses nos refeitórios da **Lisnave**, passei lá dias inteiros.”

Continuando a jornada, “podíamos passar por todas as escolas primárias de Almada”, mas a próxima paragem que Teresa trouxe à memória foi o primeiro teatro municipal da cidade, o atual **Teatro-Estúdio António Assunção**. Conta que viu os trabalhadores da Câmara construir aquele espaço em poucos meses. “Tudo o que está ali [antes das últimas obras] foi construído palmo a palmo pelas pessoas que estavam ao nosso lado e por nós. Era um barracão, onde se faziam algumas exposições. A certa altura, ficámos na rua e a câmara cedeu-nos aquele espaço. Às 8 da manhã lá estava o Sr. António, que era chefe das oficinas da câmara. Reunia com ele para



A atriz junto à árvore que cresce com o teatro

2

vermos as obras do dia e depois partia em digressão para fazer espetáculos. Voltava às seis da tarde para fazer ensaios no meio das obras. Tínhamos perdido o subsídio nesse ano, exatamente por termos ficado sem instalações e tínhamos que trabalhar que nem uns cães, fazendo dois e três espetáculos por dia, voltando à noite para ensaiar a *"Dona Rosinha, a Solteira"*, peça que inaugurou aquele teatro."

Viajando de memória em memória, chegamos aos locais onde, em 1984, nasceu o Festival de Almada. No **Beco dos Taneiros**, realizou-se a primeira "Festa do Teatro", com a apresentação de espetáculos de grupos amadores do concelho dirigidos por elementos da Companhia de Teatro de Almada. O impacto desta primeira edição fez com que nos anos seguintes, durante a primeira quinzena de julho, o centro histórico da cidade se transformasse num verdadeiro palco ao ar livre - primeiro no **Pátio Prior do Crato**, e depois no **Largo da Boca do Vento** e na **Casa da Cerca**. Na edição seguinte, o Festival contou já com a participação de companhias como o Teatro Nacional D. Maria II, o Teatro Experimental de Cascais, o CENDREV, a Seiva Trupe e A Barraca, para além da própria Companhia de Teatro de Almada. "Nessa altura, a **Casa da Cerca** não era o que é hoje. No espaço de entrada, onde hoje se estacionam os carros, era montada uma bancada e fazia-



4

se aí o Festival. Mas não por muito tempo, porque rapidamente houve um aumento de público e tínhamos que procurar outro espaço, porque aquela bancada não chegava. Então descobrimos a **Escola D. António da Costa**."

Na década de 90 foi criado o Palco Grande, montado na **Escola D. António da Costa**, um espaço que passou a constituir-se como o centro desta festa e onde são montadas as exposições de homenagem a personalidades do teatro português, bem como um palco para concertos de música com entrada livre e uma esplanada para restauração, onde se realizam encontros diários entre o público e os criadores que visitam Almada.

"A **Escola D. António da Costa** é mais um caso de relação extraordinária entre as pessoas e a companhia. A então diretora, a Dra. Cândida, pôs-nos a escola inteiramente à disposição. É muito difícil encontrar na cidade um espaço como este porque a escola tem tudo, desde casas de banho, a espaços que servem como camarins, a uma cozinha industrial. Espaços e equipamentos que permitem tornar isto num local de festa."

Chegamos agora à última paragem desta viagem - o **Teatro Municipal Joaquim Benite**, também conhecido como "Teatro Azul" e que desde julho de 2006 acolhe a



5

Companhia de Teatro de Almada. O edifício foi projetado no sentido de significar o existente, dando forma à cidade, segundo escreve Manuel Graça Dias, arquiteto que o desenhou, juntamente com Egas José Vieira. "Nós sugerimos e foi aceite. O Manuel Graça Dias foi meu colega, estudei com ele. Andei 15 anos a tentar meter projetos para a construção do teatro e ele fez vários estudos prévios, tudo por favor, nunca levou um tostão para nada. Portanto era justo que ficasse com o projeto e, além disso, era um arquiteto de mérito reconhecido."

Com a sua inauguração, a cidade de Almada passa a dispor de uma sala com todas as condições para acolher as melhores companhias e os mais prestigiados criadores do Mundo. "Este teatro também me diz muito. É resultado de um trabalho continuado e, numa conjugação entre a então presidente da câmara e o ministro da cultura, chegou-se a acordo para a construção deste teatro. Nada surge do nada e para ter este teatro foram vinte anos de luta."

De Almada, confessa que todos os locais das suas memórias estão ligados ao trabalho. Na sua infância, as memórias são das "Janelas Verdes", em Lisboa, de onde conseguia espreitar Almada, talvez um presságio do cenário que a vida lhe reservava.





Obrigado, Mestre Cargaleiro

No mês em que o artista comemora 96 anos, Almada recorda Manuel Cargaleiro, nome maior da pintura e cerâmica portuguesas que viveu na Caparica e para onde volta sempre que pode.

Texto de Filomena Marques
Fotografias de Luis Filipe Catarino e Victor Mendes

Manuel Alves Cargaleiro é autor de uma vasta obra exposta em coleções públicas e privadas, sobretudo em Portugal, França e Itália, sendo de grande visibilidade os trabalhos de arte pública nas estações de Metro do Colégio Militar, em Lisboa, e dos *Champs Elysées*, em Paris, os painéis cerâmicos do Jardim Municipal de Almada, a fachada de azulejos da Igreja de Moscovide, o painel da Escola Manuel Cargaleiro no Seixal e a fonte do Parque da Cidade de Castelo Branco. Nasceu a 16 de março de 1927 em Chão das Servas, concelho de Vila Velha de Ródão, mas com pouco mais de um ano veio com os pais para a Sobreda, em Almada, onde viveu até trocar definitivamente Portugal por França, no fim da década de 1950.

Tudo começou na Caparica

"Quando era miúdo ia à escola ao Monte de Caparica, depois ia ao Correio. Pegada com o Correio existia a olaria do senhor José Trindade. Punha-me a olhar para o homem e ele, de brincadeira, punha logo uma bola de argila e depois com as mãos e a roda fazia aparecer uma jarra. Um milagre, este homem é um mágico, pensava eu. Depois dava-me uma bola de argila e eu ia para casa.

Quando chegava, punha-me a modelar e fazia bonequinhos." É assim que Manuel Cargaleiro responde, numa história contada muitas vezes - neste caso numa entrevista ao Observador em julho de 2022 -, quando lhe perguntam como tudo começou.



Visita guiada por Manuel Cargaleiro à primeira Exposição de Artes Plásticas no Convento dos Capuchos (ao centro e em primeiro plano junto ao Ministro da Educação Nacional), 26 de junho de 1955. Arquivo Histórico Municipal de Almada

Aqui cresceu e estudou. Na hora de iniciar os estudos académicos, em 1946, teve de seguir Ciências porque naquela altura os pais é que decidiam o que os filhos deveriam ser e artes não era opção para o pai. Com a ajuda da mãe, conseguiu mais tarde desistir e dedicar-se às artes plásticas, como ceramista na Fábrica de Sant'Anna.

Logo nas primeiras exposições individuais, em 1952, atraiu as atenções de artistas consagrados como Vieira da Silva, Almada Negreiros, Carlos Botelho e Jorge Barradas. Nessa década, também ganhou bolsas de estudo, como a do Instituto de Alta Cultura, em Itália, e a da Fundação Calouste Gulbenkian, que o levou para Paris.

Os painéis de cerâmica que fez para o Jardim Municipal de Almada, em 1956, e no edifício "Papo-Seco" em 1990 na Costa da Caparica, são as obras mais visíveis que deixou neste concelho a que se manteve sempre ligado, tendo até sido eleito vereador da Câmara em 1960.

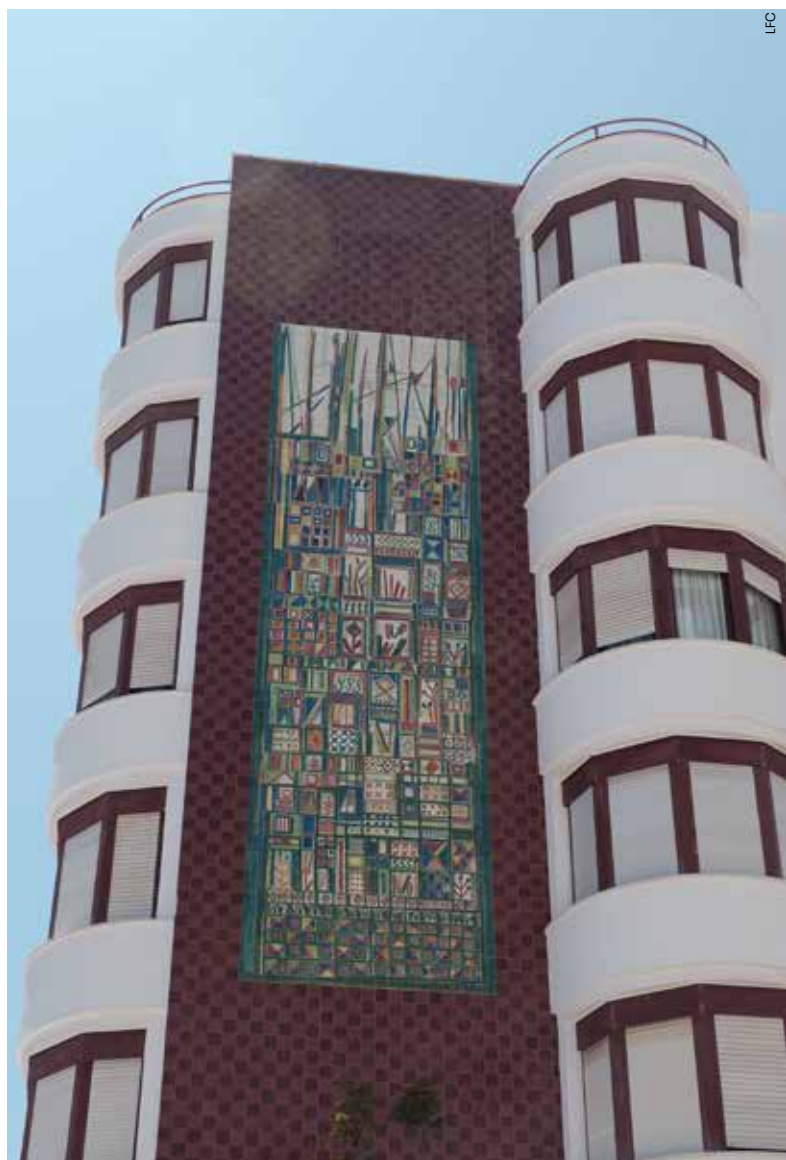
Hoje, vive entre Paris, Lisboa e o Monte de Caparica e está a fazer um trabalho com Vhils, que promete marcar o ano artístico.

Grande parte da sua vasta obra encontra-se em exposição permanente no Museu Cargaleiro em Castelo Branco.

Coleção de condecorações

No mês passado, foi condecorado com a Grã-Cruz da Ordem de Camões pela Presidência da República, mas ao longo da carreira já o tinha sido outras três vezes, em 1983, 1989 e 2017. Recebeu ainda, do governo francês, o Grau de *Officier des Arts et des Lettres* e, do executivo português, a Medalha de Mérito Cultural.

Em 1994, foi agraciado com a Medalha de Ouro da Câmara Municipal de Almada.





Isabel Ponce arranja as unhas de Henry

Tia Béu

Muito mais do que "dar banho ao cão"

Texto de Joana Mendes
Fotografias de Carlos Valadas

Encontrámos Isabel Ponce - mais conhecida como "Tia Béu" para os clientes de quatro patas - com o sorriso de quem está feliz por mostrar aquilo que faz.

Nesta loja dedicada à estética animal, situada na Avenida Heliodoro Salgado, esperavam-nos ainda o Henry e a Amora. Ele, um Dogue Alemão com cerca de 70 quilos e ela uma Yorkshire Terrier com pouco mais de dois. Estes são alguns dos

clientes habituais - talvez o maior e o mais pequeno - desta tia que os trata, de facto, como se fossem família.

A confiança e precisão com que trata as unhas de Henry e os beijinhos que recebe deste peso pesado dos canídeos, dizem-nos que o *grooming* (ou, numa tradução livre, a estética) da bicharada é algo que Isabel faz desde sempre. Ninguém diria que Isabel é licenciada em "Som e

Imagem", curso que tirou nas Caldas da Rainha. Foi nessa cidade que se dedicou, mais ativamente, à causa animal.

Começou por resgatar animais da rua e apoiar instituições que trabalhavam com os bichos com menos sorte na vida.

Depois da licenciatura, Isabel ainda chegou a trabalhar na área. Mas foi aí que percebeu que "era com os animais que era feliz". Decidiu, por isso, mudar

radicalmente de carreira e apostar na estética animal, contando “sempre com o apoio dos pais”. Tirou o curso de *groomer* e decidiu constituir o seu próprio negócio.

Sofia, dona da pequena Amora, encontrou a Tia Béu pela internet. “Era a única que não tinha reviews [avaliações] negativas”. Depois da primeira visita, tornaram-se, dona e cadela, clientes fiéis. E, no dia em que a Amora veio posar ao lado de Henry para a nossa revista, Isabel não deixa sair a pequena cadela sem antes aparar o pelo à roda do focinho, mostrando o perfeccionismo com que trabalha.

Isabel tem já uma carteira de clientes fixos, entre cães e gatos. “A maneira como tratamos os nossos meninos, a confiança que os donos têm, a qualidade dos produtos que usamos”, são fatores diferenciadores do negócio, diz Isabel, sublinhando ainda a “aposta na área da formação contínua”, que lhe permite estar a par de novas técnicas e procedimentos, tendo sempre em conta o bem-estar dos seus “sobrinhos” de quatro patas.

E se, além do banho ou da tosquia, precisar de outros artigos, no espaço da “Tia Béu” é possível encontrar rações, snacks, artigos de higiene ou acessórios. “Neste momento, não é fácil. As pessoas têm de se adaptar ao que se passa”, confessa a *groomer*, falando do aumento generalizado de preços que marca o contexto atual. Apesar de tudo, é com entusiasmo que Isabel fala sobre a expansão do seu negócio. A Tia Béu vai ter um espaço especialmente dedicado a felinos – a Tia Mia –, que vai situar-se ali bem perto, na Avenida D. João I. Desta forma, pode oferecer dois espaços diferenciados, um para cães e outro para gatos, de forma a garantir a segurança e o bem-estar destes animais.

Além de *groomer*, Isabel é formadora na área da estética animal. Nesse contexto, conheceu Milena Batista, uma formanda com quem sentiu uma ligação especial. Desde então que Milena acompanha Isabel nesta aventura profissional, partilhando a mesma “paixão” pelos animais.

Isabel, que quando era pequenina “fugia dos próprios cães”, é agora o motor que faz avançar a Tia Béu e, muito brevemente, a Tia Mia. E, se tiver dúvidas sobre a ligação que esta tia tem aos seus sobrinhos, basta visitar as redes sociais da “Tia Béu” e conhecer as histórias de quem a visita.

Instagram @tiabeumomentosfelizes



Milena Batista, o Dogue Alemão Henry, Isabel Ponce e a Yorkshire Terrier Amora



Revista Almada vai mudar



Este é o último número da sua revista Almada, tal como a conheceu até hoje. Nos próximos meses vai passar a receber na caixa de correio uma revista com um novo formato - que vai facilitar a distribuição -, com mais páginas e, sobretudo, com um novo design gráfico. Falámos com Filipe Pacheco, vereador com o pelouro da Comunicação, que revela alguns detalhes e objetivos desta mudança.

Texto de Paulo Tavares
Fotografias de Anabela Luís

Revista Almada (RA) - O que é que vai mudar na revista?

Filipe Pacheco (FP) - A revista Almada vai mudar em vários aspetos. Por exemplo, em termos de dimensões vai passar a ser ligeiramente mais pequena, mas terá mais páginas. Há duas razões principais para esta alteração. A primeira e mais prática prende-se com a facilidade de distribuição da revista e com a necessidade de criar um formato mais prático e amigo das caixas de correio. E uma segunda que é uma evolução no desenho da revista.

RA - Uma evolução...?

FP - Sim, mas esse é um tema sobre o qual não quero revelar muito. É algo que vamos deixar para o momento da apresentação e que os leitores vão descobrir quando receberem a revista em casa. E por falar nisso, mudaremos também o método de distribuição da revista, tentando que esta chegue a todas as moradas do concelho.

RA - ...e, já agora, o que vai mudar na agenda Lazer e Cultura?

FP - Esse é um dos pontos onde achámos que era necessária uma mudança mais arrojada. A nova agenda vai continuar a surgir como encarte da revista, mas num desdobrável de grande formato. O objetivo passa por facilitar a consulta e melhorar a interação dos leitores com este meio. Por outras palavras, a agenda vai passar a ser mais fácil de transportar porque vai caber, dobrada, no bolso de qualquer casaco ou mala. Logo, vai passar a ser algo com que os leitores podem criar uma relação mais próxima e prática.

Além disso, a nova agenda vai passar a conviver com uma versão digital, no site da CMA, que estará em permanente evolução. Cada edição em papel terá um QR Code, que fará a ponte com essa versão digital. Essa é, de resto, a forma como a grande maioria dos nossos leitores consome os conteúdos que produzimos

RA - O que se pretende com estas alterações?

FP - No essencial, reforçar aquelas que são as principais funções da revista Almada e da agenda Lazer e Cultura: manter um canal de informação aberto com os munícipes, dando conta das decisões, projetos, obras e

atividades municipais e acrescentando valor à informação disponibilizada, em permanência, nos canais de comunicação digital do Município.

Num outro plano, e que é certamente um rumo a manter, a revista tem-se caracterizado por um foco especial nas histórias que os almadenses têm para contar. É dessa forma que conseguimos criar um sentimento de pertença à comunidade. Todos nós temos uma história para contar, uma história que nos liga a Almada. É nessas histórias que reside boa parte da identidade deste "território de muitos".



RA - O que é que vai mudar na relação da revista com o seu público-alvo - no essencial, todos os almadenses?

FP - Como referi há pouco, vamos ter mais páginas e um novo formato mais compacto. Isso vai possibilitar a divulgação de mais atividade municipal mas também permitir à equipa que produz a revista uma abordagem diferente, mais distendida - com maior detalhe e profundidade - a temas que interessam a toda a comunidade. Esta não vai ser uma revista que se esgota numa primeira e rápida leitura, será algo para manter em casa ao longo do mês e ao qual voltamos com o prazer de quem regressa a um sítio familiar, a uma boa história.

RA - A nova revista é também uma aposta em políticas de proximidade com os munícipes?

FP - Essa é uma boa questão. Este executivo tem tido essa preocupação e pretendemos que a nova revista seja mais um exemplo disso mesmo. Desempenhar funções executivas numa autarquia é, por inerência, um trabalho de proximidade com os cidadãos, com quem depositou em nós a confiança para liderar e decidir. É, assim, uma função muito diferente de outras funções políticas e da governação.

Os problemas que temos para resolver são, em parte, de um carácter mais imediato e mais palpável do que a outros níveis.

As histórias de que falava há pouco são um exemplo disso mesmo. Trazer para a revista toda a diversidade deste nosso território e comunidade é, em si, um exercício de proximidade.

RA - Acredita que a revista deve ser um espaço de diversidade, aberto às diferentes associações, coletividade e comunidades presentes no nosso território?

FP - Claro. Almada é um território marcado por um tecido económico, social e associativo particularmente ativo. É algo que, enquanto executivo, não só acarinhámos como apoiamos. A nova revista Almada deve ser, como de resto tem sido até aqui, um espaço aberto a todas as pessoas e projetos, empresas e instituições, associações e coletividades, das mais tradicionais e antigas às mais recentes e inovadoras.



Abriu ao público a Loja Circular, um novo projeto de economia circular

O objetivo desta nova loja, no estaleiro municipal da CMA (Vale Figueira Parque - Rua de Vale Figueira, 30), passa por dar uma nova vida a coisas que temos em casa, em bom estado, mas que não têm uso, prolongando, assim, o seu tempo de vida e utilidade e, ao mesmo tempo, diminuindo a produção de resíduos. Trata-se de um projeto sustentável e de economia circular.

Na Loja Circular – aberta ao público todos os dias úteis, entre as 12h e as 14h –, pode doar ou adquirir artigos sem utilizar dinheiro, sejam eles roupa, calçado, acessórios, artigos para bebé, brinquedos ou jogos. A loja funciona com um sistema de pontos e, por cada artigo entregue recebe pontos, que podem depois ser trocados por outros artigos existentes na loja. São aceites, no máximo, dois sacos por entrega. Consulte o regulamento em www.cm-almada.pt.

O próprio espaço da Loja serve de exemplo. Num trabalho conjunto de diferentes serviços da CMA, foi reabilitado um contentor abandonado na via pública e reutilizados materiais para o equipamento: as prateleiras foram feitas com sobras de madeiras e os varões de roupa com tubos de andaimes danificados. A Loja Circular foi testada durante o Mercado de Natal Amigo da Terra, no final de 2022, tendo registado uma elevada adesão. APC



Lagarta do Pinheiro

A Lagarta do Pinheiro (Processionária), representa perigo para a saúde pública, especialmente nos meses de janeiro e fevereiro, altura em que as larvas descem das árvores e procuram no solo um local para o processo de metamorfose. É importante que pessoas e animais se mantenham afastados destes insetos.

Em meio urbano, por haver maior proximidade com pessoas e animais, é importante gerir as populações deste inseto de modo a reduzir o contato e minimizar o risco de reações alérgicas. A CMA tem vindo a adotar um conjunto de medidas de controlo preventivo para minimizar o impacto da lagarta do pinheiro e alerta para um conjunto de recomendações de prevenção:

- Evitar o contacto com as lagartas quando em procissão;
- Não pisar nem esmagar estes insetos;
- Proteger bem todas as partes expostas do seu corpo, especialmente o rosto, o pescoço, os braços e as pernas;
- Em caso de contacto, não remover as lagartas sem antes proteger a sua pele ou as retirar com pinça;
- Em caso de contacto com a roupa, esta deve ser lavada a temperaturas elevadas;
- Em caso de reação alérgica, consultar o médico;
- Não passear, nem soltar animais em áreas com pinheiros. Em caso de contacto, o animal deve de imediato ser assistido por um médico veterinário. APC



Novo Espaço Cidadão na Trafaria

Está em funcionamento desde 14 de fevereiro, no Edifício da Junta de Freguesia da Trafaria, um novo Espaço Cidadão, que reúne serviços de diferentes entidades da administração central e local, e de entidades privadas com atividade de interesse público. Tudo num único balcão mais próximo da população.

Tratar da Carta de Condução, pedir uma Caderneta Predial ou uma nova senha à Autoridade Tributária, apresentar despesas junto da ADSE, tratar de assuntos relativos a emprego e formação profissional, alterar a morada do Cartão de Cidadão, solicitar o Cartão Europeu de Seguro de Doença ou registar faturas no e-fatura, são alguns dos serviços disponíveis no novo balcão de atendimento.

A inauguração do Espaço Cidadão da Trafaria contou com a presença do Secretário de Estado da Digitalização e Modernização Administrativa, Mário Campolargo, que realçou a importância destes Espaços na simplificação e acesso aos serviços. Inês de Medeiros, presidente da CMA, enalteceu a abertura de mais um Espaço Cidadão no concelho de Almada, sublinhando a importância da “aproximação da administração pública às populações, com um serviço que apoia e facilita a vida ao cidadão”. A autarquia divulgou, na ocasião, que está em curso a realização do projeto arquitetónico da primeira Loja do Cidadão de Almada, que se localizará na Romeira. APC



Ecocentro móvel percorre freguesias do concelho

O novo Ecocentro Móvel da CMA está no Mercado Municipal da Charneca de Caparica desde 13 de fevereiro e vai mudar de paragem todos os meses, passando pelas diferentes freguesias do concelho para recolher vários tipos de resíduos, sobretudo perigosos, e encaminhá-los para reciclagem. O calendário está disponível no site da CMA.

Este é um novo equipamento com vários compartimentos onde devem ser depositados diversos tipos de lixo, em particular resíduos perigosos (exemplo: latas de tintas, solventes, pequenos eletrodomésticos, tinteiros, toners, lâmpadas, rolhas de cortiça, óleos), que produzimos nas nossas habitações e que, muitas vezes, por não saber que destino lhes dar, acabam no lixo comum. Depois de recolhidos, os resíduos são encaminhados para reciclagem e/ou tratamento, recorrendo a entidades devidamente autorizadas para o efeito.

O Ecocentro Móvel foi disponibilizado pela primeira vez ao público no final de 2022, durante o Mercado de Natal Amigo da Terra, obtendo grande adesão por parte dos munícipes. Durante um mês, foi possível recuperar cerca de 50 kg de pilhas, mais de 15 kg de rolhas de cortiça, quase 400 kg de pequenos equipamentos, 70 litros de óleos lubrificantes, embalagens contaminadas, tinteiros e toners, e algumas embalagens com óleos alimentares. APC



Corta Mato Escolar Distrital da Península de Setúbal

Mais de 1500 alunos, de 77 escolas, participaram a 14 de fevereiro no Corta Mato Escolar Distrital da Península de Setúbal, no Parque da Paz. Almada acolheu, mais uma vez, a prova que é o culminar da competição desenvolvida em todos os Agrupamentos de Escolas e Escolas Não-Agrupadas, inseridas no projeto de Desporto Escolar, através da organização do seu Corta-Mato de Escola.

O Corta-Mato Escolar Fase CLDE 2023 destinou-se a alunos pertencentes aos escalões de Infantis A, Infantis B, Iniciados, Juvenis em ambos os géneros e a alunos elegíveis para participação no Corta-Mato Adaptado. A prova, que tem como intuito promover e fomentar a prática desportiva da comunidade escolar e desenvolver o gosto pelo desporto, é uma organização conjunta da Coordenação Local do Desporto Escolar da Península de Setúbal e da Câmara Municipal de Almada. APC

Café Memória continua em Almada

O Museu de Almada – Casa da Cidade acolheu a 11 de fevereiro a renovação do protocolo do Café Memória, um projeto que se realiza há 7 anos consecutivos em Almada, dedicado a pessoas com problemas de memória ou demência e também a familiares e cuidadores, que tem como parceiros a Santa Casa da Misericórdia de Almada, a Sonae Sierra, a Alzheimer Portugal, a Câmara Municipal de Almada, e um conjunto de instituições de apoio a pessoas idosas.

“Estas iniciativas são muitíssimo importantes para a CMA, é essa a nossa função também enquanto autarcas, permitir que iniciativas como esta, que se fazem graças à sociedade civil, aconteçam. Não há política municipal sem as pessoas, sem os munícipes, sem a sociedade civil, sem o empenho dos funcionários das instituições, mas também dos voluntários, pessoas dedicadas ao bem comum. Muito obrigada a todos”, afirmou a presidente da CMA, Inês de Medeiros, no momento que antecedeu a formalização do protocolo que assegura a continuidade da dinamização deste projeto em Almada.

Os Café Memória são locais de encontro, dinamizados por dois técnicos com formação da área das demências, apoio de voluntários e funcionam em sessões mensais, em espaços informais e em ambiente protegido do estigma social, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e redução do isolamento. Recorde-se que o primeiro protocolo de parceria do projeto Café Memória foi assinado pela CMA, a 20 de dezembro de 2016. Após a assinatura do protocolo realizou-se uma sessão presencial do Café Memória Almada com o tema “Historias das Minhas Memórias”, que contou com a participação da Presidente da CMA, Inês de Medeiros. APC



TERMOMETRO



Almada

Íncrível Almadense . 11 março . 21:30h

ENTRADA LIVRE

MARCO
A SOLTA
MELHOR JOVEM

CMA
Câmara Municipal de Almadã

FESTIVAL DE MÚSICA CAPUCHOS

ALMADA ~ PORTUGAL
2023



25 MAIO A 23 JUNHO



Toda a informação em
FESTIVALCAPUCHOS.COM

espanta espiritos design.com

COM O APOIO PATROCÍNIO
DO PRESIDENTE DA REPÚBLICA
UNDER THE HIGH PATRONAGE OF THE
PRESIDENT OF THE PORTUGUESE REPUBLIC



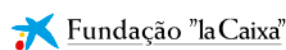
ARCO
INSTITUCIONAL

CMA - CÂMARA
MUNICIPAL
DE ALMADA



dgARTES
DIREÇÃO-GERAL
DAS ARTES

MECENAS
PRINCIPAL



PARCERIAS



PARCERIA
MÉDIA



ORGANIZAÇÃO

