

ALMADA

**O METRO VAI CHEGAR
À COSTA DA CAPARICA E À TRAFARIA**

*Venha conhecer o projeto,
a sua opinião conta!*

CMA
CÂMARA MUNICIPAL
DE ALMADA

Voluntariado, pequenos gestos para grandes impactos

CARAS E CAROS MUNICÍPIES, nesta edição apresentamos-lhe, em detalhe, o projeto de extensão do Metro Sul do Tejo (MST). A concretização de uma ambição antiga, a chegada do Metro à Costa da Caparica e à Trafaria, já deu os primeiros passos.

Não é comum conseguir sonhar, projetar e criar obra com tamanho potencial de mudança. O alargamento da rede do MST vai mudar a vida das populações que vivem, estudam e trabalham entre a NOVA FCT e a Costa da Caparica e entre a Costa e a Trafaria, esse é um dado adquirido, mas ao completar o arco e chegar ao terminal fluvial da Trafaria, esta passa a ser uma peça chave na mobilidade sustentável de toda a área metropolitana.

Almada soube aproveitar, em pleno, a revolução que significou a entrada em operação da Carris Metropolitana. Somos um dos poucos municípios onde se regista uma mudança modal rumo ao transporte coletivo. Mas, como bem sabemos, é preciso mais.

O setor dos transportes é responsável por 40% da energia consumida e por cerca de 45% do total de emissões de Gases com Efeito de Estufa no nosso concelho. Daí que o transporte público de grande capacidade, neste caso o MST, seja uma ferramenta absolutamente decisiva no combate às alterações climáticas e na promoção dessa mudança positiva, conquistando cada vez mais Almadenses e dando-lhes condições para deixarem de usar o automóvel no seu dia a dia.

A habitação é outra área decisiva, na qual lutamos igualmente para mudar a vida de Almadenses que residem em condições mais precárias. É um trabalho de persistência, mas que apresenta resultados. No final do ano passado entregámos mais 20 chaves, que significaram o realojamento de 20 famílias das Terras do Abreu e Lelo Martins (TALM), na Costa da Caparica. Estes contratos de arrendamento fazem parte da Estratégia Local de Habitação e garantem condições dignas e seguras a agregados familiares que viviam em núcleos precários. Ao todo, 44 famílias das TALM já residem em habitações municipais renovadas.

Destaque ainda para a inauguração do novo Centro de Respostas Integradas da Trafaria, que junta serviços de saúde e da área social nas antigas instalações do Centro de Saúde da Trafaria. Trata-se de uma área na qual Almada inovou, ao juntar no mesmo espaço serviços de duas áreas distintas, conseguindo responder de forma mais eficaz às necessidades da população e reforçando a aposta no combate às desigualdades. Numa outra frente, na luta contra as alterações climáticas, investimos no reforço da capacidade de produção energética do 2.º Núcleo de Energia Renovável do concelho, instalando 112 novos painéis fotovoltaicos na cobertura do Fórum Romeu Correia. Mais adiante nestas páginas, pode ainda ficar a conhecer todos os detalhes de uma noite muito especial, na qual Almada celebrou o Desporto. A Gala do Desporto juntou mais de 200 atletas, de mais de 20 clubes do concelho. Juntos festejamos o sucesso dos nossos atletas e clubes,



INÊS DE MEDEIROS

PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

promovendo a prática da atividade física, porque sabemos que é também através do desporto que somos mais comunidade.

Ainda nesta edição da sua revista Almada, falamos de uma poderosa ferramenta de transformação social - o voluntariado. É uma das mais eficazes formas de promover solidariedade e participação cidadã, fortalecendo dessa forma os laços que estruturam a nossa comunidade.

Nestas páginas revelamos alguns dos rostos de quem devolve à comunidade, em horas de trabalho ou em experiência e saber, o que recebeu ao longo da vida em educação, formação e oportunidades. É essa a essência do voluntariado, devolver parte do que somos, da história de vida que construímos, ajudando aqueles que menos têm ou a quem não foram dadas, à partida, as mesmas oportunidades.

A autarquia lançou em Almada, há cerca de dois anos e meio, o Banco Local de Voluntariado (BLV). Trata-se de uma ideia simples e que tem provado ser eficaz - temos neste momento uma bolsa de 340 voluntários inscritos na plataforma -, agindo como uma ponte entre quem deseja contribuir para a comunidade e as instituições que precisam de apoio. No fundo, o BLV - gerido pela CMA - desempenha um papel crucial ao agregar vontades, organizar e capacitar voluntários, bem como ao articular esforços com associações e organizações locais.

Este é um esforço conjunto, que deve agregar toda a comunidade em torno de uma ideia simples, mas profundamente transformadora - o voluntariado. É, sem dúvida, um dos caminhos que podem garantir-nos um futuro mais inclusivo e solidário.

“Figueiredo” loja de moda a funcionar desde 1954

Radar _____ 48

LUÍS FILIPE CATARINO



Voluntariado

Saiba onde e como contribuir _____ 5

Em Arquivo

O primeiro banho de 1976 _____ 6

Acontece

Toda a atividade municipal e os eventos que são notícia em Almada _____ 8

Mobilidade

Saiba tudo sobre o alargamento do Metro à Costa da Caparica e Trafaria _____ 20

Reportagem

Dias e noites de festa... a trabalhar _____ 26

Portfólio

Faces e gestos do voluntariado em Almada _____ 34

Voluntariado

Pequenos gestos, grande impacto _____ 46

ALMADA

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:

Luís Filipe Catarino

Redação: Ana Paula Cruz, Joana Mendes, Joana Teixeira, Margarida Leal, Sandra Gomes e Tiago Queirós

Fotografia: Anabela Luís, Carlos Valadas, Florbela Salgueiro, Raquel França e Victor Mendes

Design: Pedro Fernandes

Paginação: Carlos Lima, Catarina Lopes, Elisabete Correia, Inês Caraca, Jorge Figueira, Rita Sarmento e Susana Tormenta

Impressão: Lidergraf - Artes Gráficas, SA

Tiragem: 115 000 exemplares

Periodicidade: Bimestral

Distribuição: Premium Green Mail

Depósito Legal: 520442/23

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.

Foto de capa: Luís Filipe Catarino

Contactos úteis:

Geral

Tel.: 212724 000

Gabinete de Atendimento Municipal

Linha Verde Almada Informa

- 800 206 770

E-mail:

almadainforma@cm-almada.pt

Distribuição Almada Revista:

Premium Green Mail, Lda

Site:

cm-almada.pt

f @ 📷 📺 🎧



Recolha e recicle o papel usado

Ecolabel

Uma rede de solidariedade em ação

O voluntariado é uma das formas mais notáveis de exercer uma cidadania ativa e promover a solidariedade. Em Almada, o Banco Local de Voluntariado (BLV) – uma rede de apoio e intervenção social coordenada pela CMA (Divisão de Intervenção e Ação Social e Divisão da Juventude) –, tem sido um dos motores deste trabalho, facilitando a ligação entre voluntários e associações que desenvolvem projetos com impacto social na comunidade.

Atualmente, o BLV tem 26 associações inscritas, com 16 projetos ativos, e conta com 358 voluntários disponíveis na plataforma, que contribuem com o seu tempo e esforço para causas sociais em diferentes áreas de intervenção, das quais são exemplo:



APOIO A PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM-ABRIGO

ASSOCIAÇÃO GERAÇÕES SORRISO

Equipa de Rua Noturna do NPISA - Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem-Abrigo.



APOIO A SENIORES

PEDALAR SEM IDADE ALMADA

Passeios com a população sénior para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável, combatendo o isolamento social.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA - DIVISÃO DE BIBLIOTECAS E ARQUIVOS

Projeto ILDA (Literacia Digital).

APCA - USALMA

Uma Palavra, um Alento - Combate à solidão dos idosos.

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALMADA

Café Memória, apoio em atividades de animação e ocupação em Estruturas Residenciais para pessoas idosas, além de serviços de apoio domiciliário e centros de dia.



SAÚDE

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALMADA

Projetos Espaço Ecoa (oficina criativa) e Montras Ecoa.



INFÂNCIA E JUVENTUDE

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALMADA

Apoio ao estudo.



COMUNIDADE

RATO

Mentores para Voluntariado Internacional.

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALMADA

Atividades de Intervenção Comunitária com crianças, jovens e a comunidade.

ASSOCIAÇÃO PARA ONDE?

Momentos de Empatia - Iniciativa de promoção de relações interpessoais e empatia.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA - MUSEU DE ALMADA

Projetos de acessibilidade, como “Cada Peça na sua Caixa” e visitas guiadas acessíveis.

Gostava de dar mais de si à comunidade, mas não sabe onde pode fazer voluntariado ou que associação contactar?

Inscriva-se no portal voluntariado.cm-almada.pt/voluntarios. O BLV vai ajudá-lo a juntar-se às entidades que precisam de apoio.

EM ARQUIVO

O primeiro banho de mar do ano

TEXTO **Sandra Gomes** FOTOS RTP Arquivos



Ao longo da costa portuguesa são várias as localidades que celebram o Ano Novo de uma forma especial, com um mergulho no mar. A Costa da Caparica, terra de pescadores e de desportos de mar, é um dos locais onde esta tradição tem marcado a história do primeiro dia do novo ano. E nem as temperaturas baixas, em pleno inverno, desencorajam quem se aventura nas águas frias do Atlântico.

Num registo único da RTP, captado há quase meio século, em janeiro de 1976, partilhamos algumas imagens da reportagem do histórico jornalista Fernando Pessa no areal da Costa da Caparica. Homens e mulheres, vestidos com trajes de banho às riscas e com sombrinhas a lembrar a época vitoriana (século XIX), ajudam a cumprir o ritual: mergulhar no mar no primeiro dia do ano.

Uma saudação diferente, que assinala o início de uma nova etapa, novos desafios, oportunidades e recomeços, numa celebração da vida.

BOM ANO NOVO, ALMADA!



Na Costa da Caparica, um grupo de homens e mulheres vestidos com trajes de banho às riscas, alusivos à época vitoriana (final do século XIX - Belle Époque), cumprem o ritual e dão o primeiro mergulho do ano no mar. As imagens são de uma reportagem da RTP, assinada pelo jornalista Fernando Pessa em janeiro de 1976.



Assista aqui à
reportagem da RTP

Acontece

MOBILIDADE

O Metro vai chegar à Costa da Caparica e à Trafaria. A SUA OPINIÃO CONTA. PARTICIPE!

A participação pública do projeto de extensão do Metro Sul do Tejo (MST) arranca já nas próximas semanas. Conheça todos os detalhes e esclareça todas as dúvidas. Pretendemos escutar as comunidades da Costa da Caparica e da Trafaria, garantindo que as necessidades das pessoas são um dos pilares deste projeto de mobilidade sustentável.

Esta primeira fase de envolvimento das populações tem como objetivo dar a conhecer a proposta de extensão do MST e conta com três momentos distintos: apresentação técnica do projeto; sessões de participação pública e uma conferência de encerramento, para apresentação de resultados e conclusões.

Cronograma

Conferência de Apresentação:

10 de fevereiro | 18h | Auditório do Uninova, na NOVA FCT

Sessão de Participação Pública:

20 de fevereiro | 18h30 | Casino da Trafaria

Sessão de Participação Pública:

21 de fevereiro | 18h30 | INATEL, Costa da Caparica

Conferência de Encerramento:

6 de março | 18h30 | Auditório do Uninova, na NOVA FCT

O envolvimento da comunidade é essencial para garantir que o projeto reflete as suas necessidades. As sessões têm entrada livre, participe! | **Paulo Tavares**





HABITAÇÃO

Mais 20 famílias realojadas em habitações municipais

Vinte agregados familiares das Terras do Abreu e Terras do Lelo Martins (TALM), na Costa da Caparica, assinaram, a 25 de outubro, contratos de Arrendamento Apoiado na presença do vereador Filipe Pacheco. Cumpridos os critérios definidos

para o realojamento, estas famílias têm agora novas moradas em habitações municipais distribuídas pelo concelho.

Este realojamento faz parte da Estratégia Local de Habitação, que procura garantir condições de habitação dignas e seguras para todos os residentes de núcleos precários.

Recorde-se que as fases 1 e 2 deste processo já foram concluídas com sucesso, com o realojamento de 12 agregados familiares, e as Fases 3 e 4 continuam em curso, com 74% e 63% de realojamentos efetuados, respetivamente, e 32 famílias já alojadas em novas habitações.

O processo de realojamento nas TALM tem como objetivo demolir 73 construções, das quais 60 têm necessidade de realojamento. Até ao momento, no total, foram realojadas 44 famílias, permitindo a desocupação e demolição progressiva das construções, como parte de um plano contínuo de requalificação urbana e melhoria das condições de vida dos habitantes. Este projeto, iniciado em março de 2024, já permitiu a demolição de 41% das construções planeadas na Fase 3 e 30% na Fase 4, cumprindo o cronograma estabelecido no relatório de realojamento, aprovado em novembro de 2023. | **Ana Paula Cruz**

INTERVENÇÃO SOCIAL

Novo Centro de Respostas Integradas na Trafaria

A CMA inaugurou, a 21 de novembro, mais um CRIA – Centro de Respostas Integradas de Almada.

Localizado nas antigas instalações do Centro de Saúde da Trafaria, o espaço vai proporcionar à população um conjunto de respostas sociais e de saúde, que incluem acompanhamento social, tratamentos gratuitos de saúde oral e acompanhamento psicológico, entre outros.

Na cerimónia de inauguração, a presidente da CMA, Inês de Medeiros, lembrou que, “quando chegámos, em

2017, o que ouvimos em permanência, das gentes da Trafaria, foi o lamentar do encerramento deste Centro de Saúde, e passou a ser uma das prioridades saber o que fazer com o edifício. Foi preciso uma pandemia para voltarmos a abrir as portas deste edifício [como Centro de Vacinação]. Na altura, dissemos que a porta do Centro de Saúde não voltaria a fechar-se e não fechou. Este foi um edifício reivindicado pela CMA na transferência de competências e foi uma grande vitória dos serviços da CMA”.

VICTOR MENDES



Inês de Medeiros diz ainda não ter dúvidas de que este é um importante serviço público de apoio à população. “Fomos precursores nesta ideia de resposta integrada [social e de saúde] e continuaremos a lutar por ela. Sabemos que é a melhor forma de responder às necessidades da população”, afirmou, aproveitando para concluir que “é para isso que aqui estamos, é para isso que somos poder local, é para isso que somos serviço público, é para não deixar cavar o fosso das desigualdades, e é assim que cumprimos aquilo que ainda estamos a celebrar, que é a nossa revolução de Abril”.

A vereadora Maria Teodolinda Silveira destacou os serviços que o espaço disponibiliza, nomeadamente o Balcão do SNS e a realização de teleconsultas, e agradeceu aos serviços da CMA e aos parceiros, que tornaram este novo CRIA uma realidade.

SERVIÇOS DISPONÍVEIS NO CRIA – CENTRO DE RESPOSTAS INTEGRADAS DE ALMADA NA TRAFARIA:

- Balcão SNS com agendamento de consultas, renovação de receituário, realização de teleconsultas, consulta

de resultados de exames, acesso a guias de tratamento, avaliação de sintomas, entre outros;

- Programa Viva Saudável | Atividades de promoção da Saúde da CMA;
- Tratamento em Saúde Oral | Associação Portuguesa Promotora de Saúde e Higiene Oral;
- Gabinete de Inserção Profissional (GIP) Trafaria;
- Acompanhamento Psicológico de Crianças e Jovens | GIRA. | Ana Paula Cruz



VICTOR MENDES

MUNICÍPIO

Cerimónia de descerramento da placa toponímica “Largo Padre Ricardo Gameiro”

Junto à Residência Nossa Senhora da Piedade, na Cova da Piedade, homenageou-se a vida e obra do Padre Ricardo Gameiro. Durante a cerimónia, no dia 19 de dezembro, a Presidente da CMA, Inês de Medeiros, destacou esta iniciativa como a primeira decisão coletiva de Almadenses para distinguir pessoas do concelho. O pároco foi celebrado pela sua dedicação na busca de respostas para uma integração social digna das



VICTOR MENDES

peças mais carenciadas, em especial dos habitantes da Cova da Piedade. A sua chegada ao Centro Paroquial da Cova da Piedade, em 1975, impulsionou a obra do Centro Social Paroquial Padre Ricardo Gameiro, tornando-o numa IPSS de referência para os Almadenses, que hoje em dia oferece respostas às carencias existentes em diversas valências. | Joana Teixeira

EDUCAÇÃO

Estudantes e profissionais aposentados homenageados na II Gala da Educação

A segunda edição da Gala da Educação levou centenas de pessoas ao Teatro Municipal Joaquim Benite, numa cerimónia de reconhecimento dos estudantes de mérito das escolas públicas, profissionais e privadas, e dos profissionais de educação aposentados no ano letivo passado.

No total, 42 alunos e alunas receberam este prémio, que valoriza o esforço e dedicação destes estudantes, que concluíram com distinção o 12.º ano.

Nesta cerimónia intergeracional, 38 profissionais de educação aposentados, entre professores e trabalhadores não docentes, foram também homenageados pelos anos de trabalho dedicados às crianças e jovens do concelho.

“Esta noite comemoramos, todos juntos, a amizade, porque a Educação faz-se destas relações”, sublinhou Inês de Medeiros, presidente da CMA, na abertura desta cerimónia.

A II Gala da Educação, integrada na Receção à Comunidade Educativa, teve lugar na noite de 4 de outubro. | **Joana Mendes**



Diferentes momentos de homenagem, numa noite de reconhecimento pelo trabalho da comunidade educativa

EDUCAÇÃO Feliz Almada visita Escolas

À semelhança de anos anteriores, mais de 13 mil alunos de toda a rede escolar do 1º ciclo e pré-escolar do ensino público, privado e IPSS do concelho, assistiram, nas escolas, a um espetáculo de Natal incluído nas festividades do programa “Feliz Almada”, promovido pela Câmara Municipal de Almada. Este ano, os alunos do pré-escolar desvendaram “O Pai Natal e as Chaminés. O Grande Mistério do Natal!”, enquanto que os alunos do 1º Ciclo acompanharam a aventura de Clara em “O Quebra-Nozes”.

Ao todo, foram cerca de 110 sessões que alegraram o dia das crianças do concelho. O executivo da CMA teve oportunidade de assistir a alguns desses espetáculos e, em visita à Escola Básica Santa Maria, inaugurada em 2019, a Presidente da Câmara Municipal de Almada, Inês de Medeiros, acompanhada pela Vereadora da Educação Maria Teodolinda Silveira, salientou “a alegria em ver a atenção das crianças e a proximidade que conseguem ter com os artistas”, valorizando também a forma como as escolas se mobilizam na preparação destes momentos tão especiais. No fim dos espetáculos, para alegria generalizada, todos os alunos receberam um presente de Natal.

| **Tiago Queirós**

José Cardoso Pires recebe exercício “A Terra Treme”

Saber como agir em caso de sismo. Este foi o principal objetivo do exercício nacional “A Terra Treme”, que levou mais de 170 crianças da Escola Básica José Cardoso Pires, na Costa da Caparica, a participar, na manhã de 5 de novembro, neste exercício de Proteção Civil e a conhecer alguns dos meios com que podem contar em caso de necessidade.

Todos os anos, a Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil promove este exercício de sensibilização e informação, que acontece em todo o país. “Baixar, proteger, aguardar” são as três ações fundamentais transmitidas à população e, neste caso, às crianças, professores e trabalhadores não docentes desta escola almadense.

Maria Teodolinda Silveira, vice-presidente da CMA, acompanhou a iniciativa, salientando a importância destes exercícios em

contexto escolar. “A escola é o melhor local de Educação para tudo e, portanto, também para a segurança das crianças”.

Também a EB n.º 3 do Monte de Caparica recebeu, no dia 21 de novembro, um simulacro de incêndio, promovido pelo Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC) de Almada, que integra um conjunto de exercícios realizados em cerca de 40 escolas públicas do concelho e que acontecem todos os anos letivos, entre outubro e dezembro. No evento, estiveram presentes os vereadores Filipe Pacheco, Francisca Parreira e Maria Teodolinda Silveira; Sandra Chaíça, Presidente da Junta da União de Freguesias da Caparica e Trafaria, e António Godinho, Coordenador Municipal de Proteção Civil de Almada. | **Joana Mendes**

RAQUEL FRANÇA



ANABELA LUIS



A CMA prossegue o esforço de capacitação do território, com equipamentos que contribuem para a resiliência e adaptação às alterações climáticas. Recentemente, foi criado o 2º Núcleo de Energia Renovável (NER) do concelho, com a instalação de 112 novos painéis fotovoltaicos na cobertura do Fórum Municipal Romeu Correia. Estes painéis vão permitir aumentar a produção elétrica de 36 kW para 96 kW.

Trata-se de um investimento de 48 mil euros, que reflete o empenho da autarquia na redução de emissões de gases de efeito estufa (GEE), contribuindo para a descarbonização da cidade e para a sua neutralidade carbónica. A iniciativa é uma clara demonstração do compromisso do concelho com um futuro mais sustentável e com o combate às alterações climáticas. Recorde-se que o primeiro NER de Almada está localizado no Monte da Caparica, no parque habitacional da CMA, e foi instalado, em julho de 2024, em 10 edifícios na Rua dos Três Vales e na Rua de São Loureço Poente. Esta intervenção contempla 219 módulos de produção fotovoltaica e que irá beneficiar 126 famílias.

PROJETO COOLIFEALMADA

Também o Projeto COOLIFEALMADA, que visa tornar a cidade de Almada mais resiliente às alterações climáticas, segue em plena execução, com os novos equipamentos já instalados na área de intervenção do projeto, para monitorização climática. Foram instalados 12 sensores, que vão monitorizar a temperatura do ar e a humidade relativa, e acompanhar as mudanças microclimáticas registadas nos locais.

Foi ainda implementada uma estação meteorológica que, para além da temperatura e humidade, também regista a velocidade e direção do vento, dados essenciais para compreender e mitigar os efeitos das ilhas de calor urbano.

A curto prazo, o projeto prevê a implementação de diversas medidas de adaptação climática, com destaque para a conversão de áreas cinzentas em infraestruturas verdes, plantação de vegetação densa, e substituição de pavimentos por asfalto frio. Também está prevista a instalação de telhados e fachadas verdes, telas de ensombramento, a identificação de refúgios climáticos e também a instalação de sistemas de nebulização, que irão contribuir para a redução da temperatura sentida nesta área.

Além das medidas para o espaço público, o projeto inclui incentivos financeiros para que os estabelecimentos comerciais da área envolvente possam adaptar os seus espaços às exigências climáticas, promovendo, assim, a resiliência da economia local face aos desafios impostos pelas alterações climáticas.

O Projeto COOLIFEALMADA tem como principal objetivo a adaptação de uma área central da cidade de Almada, tornando-a numa zona mais resiliente às alterações climáticas, particularmente às ondas de calor, reduzindo a temperatura do ar em até 3°C. | Ana Paula Cruz

AMBIENTE

CMA dá novos passos no combate às alterações climáticas

AMBIENTE

Há Vida na Ribeira da Sobreda

Almada tem um novo espaço que alia o lazer, a educação e a sustentabilidade. O projeto "Há Vida na Ribeira da Sobreda", uma das propostas vencedoras do Orçamento Participativo da CMA, foi inaugurado no dia 20 de novembro. A requalificação incluiu a recuperação do leito e das margens da ribeira, com técnicas de engenharia natural e de renaturalização dos ecossistemas ribeirinhos.

"A reabilitação ecológica do nosso território não se faz apenas com uma obra de empreitada, faz-se com a mobilização de todos", disse Inês de Medeiros, presidente da CMA, na inauguração da obra, destacando como a colaboração entre diferentes entidades pode resultar em melhorias para a comunidade.



VICTOR MENDES

A proposta surgiu da Escola Básica Elias Garcia e dos seus alunos, da proponente do projeto Paula Chainho, bióloga, e contou com a colaboração das associações do Bairro de São João e da Quinta do Bau-Bau. | **Joana Teixeira**

AMBIENTE

Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa da Caparica comemorou 40 anos

A conferência comemorativa dos 40 anos da Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa da Caparica (PPAFCC) contou com vários especialistas da área do ambiente. Reunidos no dia 21 de novembro no Convento dos Capuchos, refletiram sobre os valores naturais e culturais da PPAFCC. A sessão abordou a biodiversidade e geodiversidade, as iniciativas de educação e sensibilização ambiental, o potencial turístico, os riscos e desafios que enfrenta e o modelo de cogestão. Pensados a nível nacional, os modelos de cogestão pretendem criar uma dinâmica partilhada de valorização das áreas protegidas. "Sabemos que há situações críticas na nossa arriba e por isso a criação da cogestão, que tenho a honra de presidir, foi um passo essencial para termos uma ação mais presente no território e, sobretudo, mais articulada", referiu Inês de Medeiros, presidente da CMA, na abertura desta sessão. A par da conferência existiu ainda a possibilidade de visitar a exposição sobre a biodiversidade da PPAFCC. | **Joana Teixeira**



ANABELA LUIS

TURISMO

Sabores de Almada 2024

A 19.ª edição do Concurso Gastronómico Sabores de Almada voltou a celebrar a diversidade, excelência e qualidade dos sabores locais. Este ano, o concurso contou com a votação de 2.471 participantes online, um crescimento de mais de 54% em relação à edição anterior, refletindo a crescente popularidade e reconhecimento

to da gastronomia almadense. A cerimónia de entrega de prémios decorreu no Convento dos Capuchos, a 10 de outubro, e reuniu 46 restaurantes que competiram em quatro categorias: Cozinha Tradicional Portuguesa, Cozinha de Autor, Cozinha Internacional e Cozinha Vegan. Os vencedores foram premiados pela sua excelência em entradas, pratos principais e sobremesas, com avaliação em critérios

como sabor, apresentação, higiene e serviço. O evento contou com a presença da presidente da CMA, Inês de Medeiros, e do vereador do Turismo, Nuno Matias, que reforçaram o compromisso da CMA em promover a gastronomia como património turístico, ao destacar o trabalho de restaurantes novos e já consolidados no concelho. Conheça todos os vencedores em cm-almada.pt. | **Ana Paula Cruz**



FLORBELA SALGUEIRO

CULTURA

Apresentação da programação do TMJB para 2025

No dia 5 de janeiro, no Teatro Municipal Joaquim Benite, foi inaugurada a exposição

ção Diário de uma República, com fotografias de Augusto Brázio e Nelson D'aires. Logo depois, Rodrigo Francisco apresentou, para uma sala esgotada, os destaques da programação para 2025, que conta com 51 espetáculos de teatro, música e dança, incluindo 3 criações da Companhia de

Teatro de Almada, 19 produções acolhidas, 13 peças infantis e, ainda, 3 exposições. A Presidente da CMA, Inês de Medeiros, partilhou a emoção que é, ano após ano, estar numa sala cheia para a apresentação de um programa cultural.

| **Joana Teixeira**

CULTURA

Almada premeia literatura nacional

Isabel Rio Novo, com o romance “A matéria das estrelas” (Prémio Literário Cidade de Almada – Romance) e Rui Cerqueira Coelho, com a obra “A colina” (Prémio Literário Maria Rosa Colaço – Literatura Juvenil) são os vencedores dos prémios literários anuais promovidos pela Câmara Municipal de Almada.

A cerimónia de entrega dos prémios aos autores distinguidos aconteceu no dia 23 de novembro, integrada na celebração do 27.º aniversário da Biblioteca Central de Almada e do Fórum Municipal Romeu Correia.

Ao todo, foram apresentadas a concurso 65 obras originais de autores de vários pontos do país. Cada um dos vencedores recebeu um prémio no valor de 5 mil euros. | **Sandra Gomes**

LUIS FILIPE CATARINO



CULTURA

Municípios assinam Compromisso Cultura 2030

Os 17 municípios associados da Artemrede assinaram em novembro, no Convento dos Capuchos, o Compromisso Cultura 2030. Este manifesto, apresentado durante o 5.º Fórum Político da Artemrede, reafirma os valores e compromissos dos municípios para a

Cultura e surge como uma tomada de posição política. Orientado em torno de três eixos – Democracia e Direitos, Territórios e Comunidades, e Governança Democrática – o Compromisso Cultura 2030 pretende contribuir para a construção de cidades, comunidades e territórios criativos, sustentáveis e democráticos.

| **Sandra Gomes**

CARLOS VALADAS



CULTURA

Biblioteca José Saramago inicia empréstimo de instrumentos musicais

Este novo serviço de empréstimo permite que miúdos e graúdos possam experimentar instrumentos musicais sem os comprar, o que representa uma oportunidade inclusiva para qualquer pessoa descobrir a sua habilidade musical. Guitarras (clássicas, acústicas e elétricas), ukuleles, violino, bandolim, teclado digital e um cajón, além de material acessório como afinadores digitais,

suportes, alças ou amplificadores, já podem ser requisitados na Biblioteca Municipal José Saramago, no Feijó. Tal como na requisição de livros, só é preciso ter o cartão da Rede Municipal de Bibliotecas de Almada atualizado (e sem penalizações), assinar um termo de responsabilidade e experimentá-lo durante 15 dias (com possibilidade de duas renovações, desde que não haja reservas pendentes para o instrumento). Saiba mais acerca deste serviço através do contacto biobl.mun.alm@cm-almada.pt. | **Joana Mendes**

CULTURA

Cultura Hip Hop em exposição no Museu de Almada

“Filhos do Meio – Hip Hop à Margem” é a nova exposição do Museu de Almada – Casa da Cidade. Inaugurada no final de outubro, a mostra explora as raízes e o impacto da cultura Hip Hop no concelho.

Através de fotografias e vídeos inéditos, a exposição revela as origens do Hip Hop “não apenas como parte da expressão juvenil das margens de Lisboa, mas também como manifestação única de Almada, onde os ‘filhos do meio’ têm deixado uma marca distinta na música nacional”.

Integrada nas comemorações dos 50 anos do 25 de Abril de 1974, a exposição assinala também os 30 anos da coletânea “República”, a primeira compilação de Rap português.

Ao longo dos próximos meses há um programa complementar (um sábado por mês), onde a música, a dança e o graffiti vão estar em destaque através de oficinas e conversas.



A exposição pode ser visitada até 29 de março, no Museu de Almada – Casa da Cidade. | **Sandra Gomes**

ANABELA LUIS



DESPORTO

Milhares na Meia Maratona de Almada

Mais de 2700 atletas correram a Meia Maratona de Almada, que este ano teve partida e chegada junto ao Santuário Nacional de Cristo Rei.

A manhã de 10 de novembro começou com a prova dos mais novos – a Kids Race – que teve cerca de uma centena de atletas inscritos, até aos 12 anos, seguida de uma caminhada e das provas dos 10 e dos 21 quilómetros, em conjunto, com milhares de pessoas, de várias idades e condição física a cruzarem-se nas ruas do concelho de Almada.

A partida e a chegada fez-se no topo da cidade, num percurso desafiante com vários desníveis, mas com muita gente pelo caminho a aplaudir os participantes.

O primeiro lugar dos masculinos e femininos da prova ficou em casa, com Nelson Cruz e Laura Grilo, atletas do concelho, a conquistarem o ouro. A Meia Maratona de Almada 2024 é organizada pela Câmara Municipal de Almada com apoio técnico da Xistarca. | **Margarida Leal**



DESPORTO

Almada celebrou o desporto em noite de Gala

Mais de 200 atletas, representando mais de 20 clubes do concelho e mais de 20 modalidades, foram homenageados na Gala do Desporto 2024, no dia 16 de novembro, no Complexo Municipal dos Desportos “Cidade de Almada”.

“Esta Gala celebra os protagonistas do Desporto em Almada, reconhecendo não apenas os atletas e treinadores, mas também as associações, os clubes e as entidades que constroem dia após dia a rica história do desporto no nosso concelho”, afirmou a presidente da CMA, Inês de Medeiros, na ocasião, sublinhando que “celebrar o desporto é celebrar também a amizade, o nosso território, e a nossa comunidade”.

O vereador do Desporto e Juventude, Filipe Pacheco, destacou na sua inter-

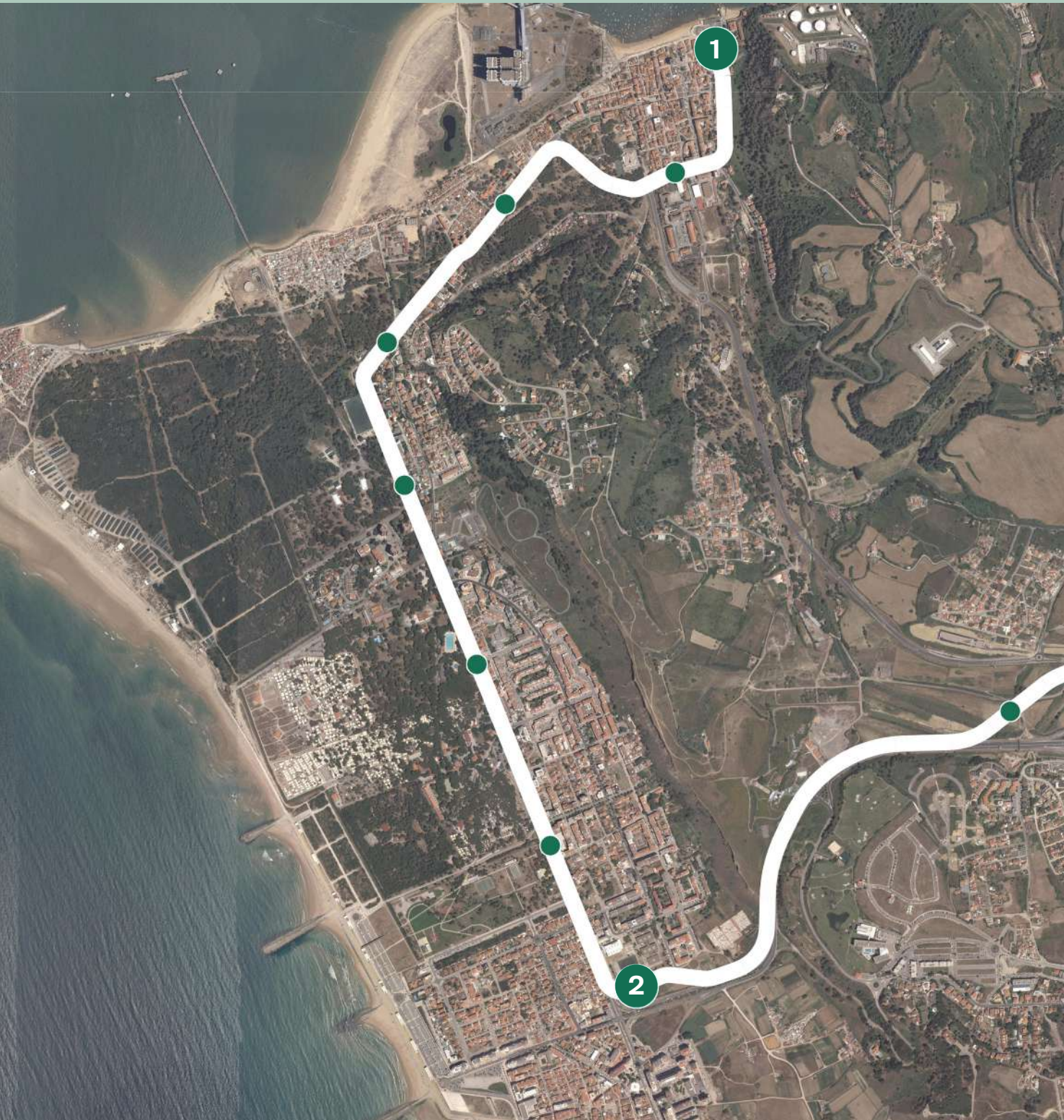
venção que esta gala é uma “simbólica homenagem a todos os clubes, coletividades, associações desportivas, atletas, treinadores, no fundo a todos os protagonistas do desporto almadense”, destacando que “são exemplo e referência” e merecem ver o seu esforço e dedicação reconhecidos. O vereador fez ainda referência ao trabalho desenvolvido na área do desporto, como a elaboração do Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo para o concelho de Almada, a criação do Conselho Municipal do Desporto ou o regresso da Meia Maratona, e sublinhou que “este executivo entende que é pelo desporto que somos mais comunidade”.

Nesta noite de alegria e festa para Almada, foi atribuído o Prémio Carreira

a José Luís, atleta e treinador de basquetebol, sócio fundador e presidente honorário do Real Clube de Vale Cavala, e a Maria de Lurdes Durães, sócia fundadora do Clube de Ginástica de Almada e treinadora de Ginástica Rítmica, ambos com um percurso notável e de reconhecido valor. Foram ainda galardoadas dez entidades centenárias com o Prémio Entidades Prestígio.

A Gala apresentada pelos jornalistas Cláudia Lopes e Carlos Dias, foi abrihantada pelas atuações da Sociedade Recreativa Bairro da Bela Vista - Fearless Rhythm, Companhia de Dança de Almada, Federação de Ginástica de Portugal - Seleção Nacional, e Clube de Ginástica de Almada - Rítmica D'Ouro.

| Ana Paula Cruz





METRO SUL DO TEJO

Novos destinos, novas possibilidades

TEXTO **Paulo Pais**, Diretor Municipal de Desenvolvimento Urbano
Margarida Coelho, Coordenadora do Serviço de Mobilidade Estratégica e Sustentável

Melhorar a mobilidade urbana, atingindo uma distribuição modal cada vez mais assente no Transporte Público e reduzindo o recurso ao automóvel particular, é um dos grandes desafios das próximas décadas. Em Almada, a extensão do MST à Costa da Caparica e à Trafaria é um passo decisivo para promover essa mudança.

Traçado base da extensão da linha 3 do Metro Sul do Tejo à Costa da Caparica e Trafaria com indicação das estações e interfaces.

1. Interface Trafaria 2. Interface Costa da Caparica

MOBILIDADE

Este objetivo convoca para a ação, em particular, os municípios da Área Metropolitana de Lisboa, procurando a adoção de padrões de mobilidade mais sustentáveis, com repercussões ao nível económico, social e ambiental.

A resposta a esta ambição passa pela adequação da oferta do transporte público à distribuição de funções no território e, sobretudo, às necessidades de deslocação das populações. Desafia as entidades públicas a encontrar soluções que permitam reduzir a dependência do transporte individual, sendo, para tal, prioritária a expansão da rede estruturante de transportes coletivos a nível metropolitano, em que os modos de transporte de maior capacidade se revelam fundamentais.

As conclusões do Plano de Ação Climática “Almada 2030” são claras na avaliação dos consumos de energia por atividade. O setor dos transportes (Transporte Público + Transporte Individual) é responsável por 40% do total da energia consumida e por cerca de 45% do total de emissões de Gases com Efeito de Estufa (GEE) no concelho de Almada.

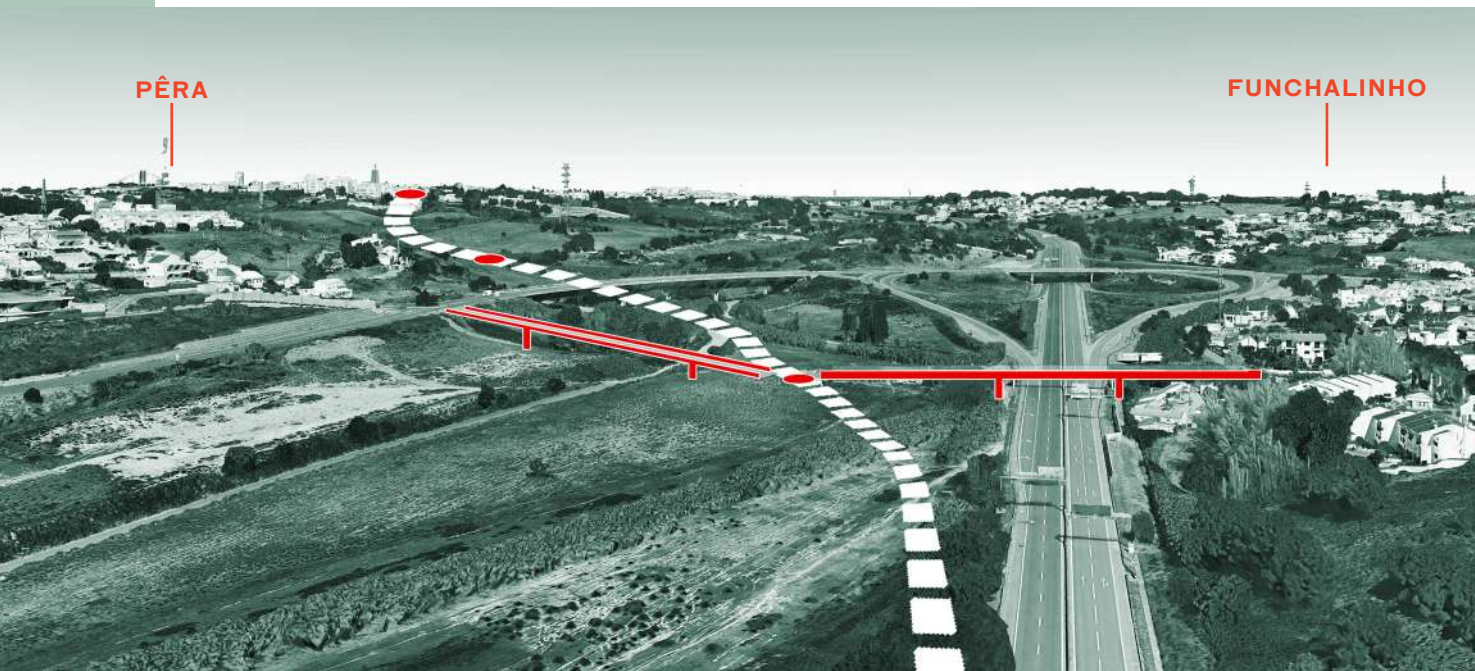
Em matéria de emissões, convém ainda recordar que, de acordo com o Climate Action Progress Report de 2024, da União Europeia, o setor dos transportes é, no conjunto do espaço comunitário, responsável por cerca de um quarto das emissões de GEE, sendo que este é o setor onde o decréscimo das emissões avança a um ritmo mais

lento, bem longe das metas traçadas para 2030. Entre 2005 e 2022 as emissões do transporte rodoviário diminuíram apenas 4% e houve mesmo um aumento de 1%, se tivermos em conta apenas as emissões dos veículos pesados. Apesar das normas cada vez mais rígidas para veículos novos a combustão, e da crescente popularidade e quota de mercado de veículos elétricos ou híbridos, a redução de emissões de GEE foi pouco mais que marginal (0,8%).

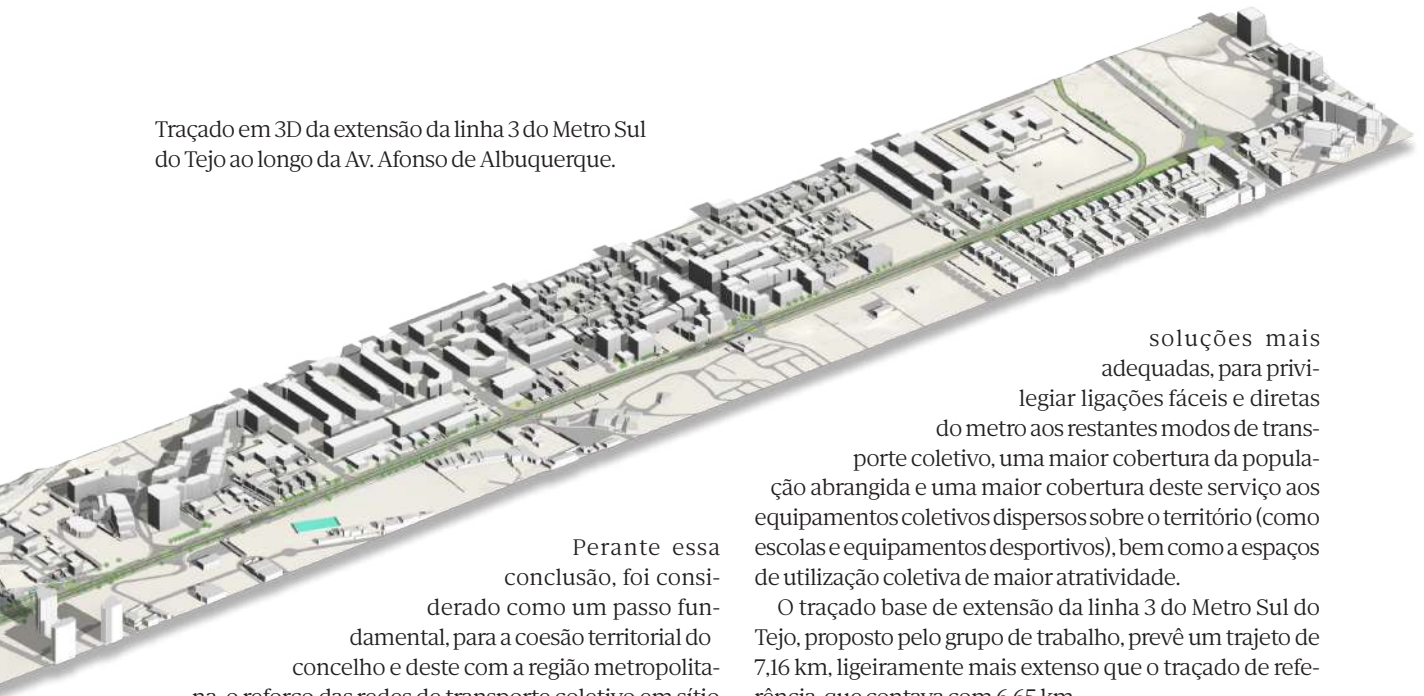
Neste contexto, após a reconfiguração da rede de transporte público coletivo rodoviário, a nível metropolitano e municipal, com a entrada em funcionamento da Carris Metropolitana, o Município de Almada entende que existem ainda carências, nomeadamente ao nível do transporte público de grande capacidade, e na sua interligação com a rede de transportes metropolitanos.



Perspetiva da estação da Várzea de Pêra com ligações pedonais a Pêra e Funchalinho.



Traçado em 3D da extensão da linha 3 do Metro Sul do Tejo ao longo da Av. Afonso de Albuquerque.



Perante essa conclusão, foi considerado como um passo fundamental, para a coesão territorial do concelho e deste com a região metropolitana, o reforço das redes de transporte coletivo em sítio próprio, nomeadamente com a expansão da rede de metro ligeiro de superfície, designadamente dando uma resposta há muito ansiada: a chegada deste modo de transporte à Costa da Caparica.

Numa lógica de promoção da intermodalidade e de reforço das ligações metropolitanas, o Município de Almada reivindicou junto do Governo a necessidade de estender também a linha 3 do Metro Sul do Tejo à Trafaria, acrescentando-lhe a ligação ao transporte fluvial na extremidade poente, em contraponto com a existente, na extremidade nascente, em Cacilhas.

Depois de escutada essa reivindicação do Município, o Governo definiu como prioritário o prolongamento do sistema de metro ligeiro de superfície até à Costa da Caparica e à Trafaria, tendo sido assinado um Protocolo de Colaboração entre o Metropolitano de Lisboa, a TML – Transportes Metropolitanos de Lisboa e a Câmara Municipal de Almada, a 15 de julho de 2024, na Costa da Caparica, na presença do ministro das Infraestruturas e Habitação, e que resultou na constituição de um grupo de trabalho conjunto.

No âmbito desse grupo de trabalho, as três instituições desenvolveram os estudos base para a concretização do projeto de extensão da linha 3 do Metro Sul do Tejo, desde o Campus da NOVA FCT, até à Costa da Caparica e à Trafaria, que vão enquadrar as fases seguintes de projeto.

Partindo do traçado de referência, que informou o protocolo de colaboração conjunta, o grupo de trabalho estudou alternativas ao longo de cada troço, de modo a afinar

soluções mais adequadas, para privilegiar ligações fáceis e diretas do metro aos restantes modos de transporte coletivo, uma maior cobertura da população abrangida e uma maior cobertura deste serviço aos equipamentos coletivos dispersos sobre o território (como escolas e equipamentos desportivos), bem como a espaços de utilização coletiva de maior atratividade.

O traçado base de extensão da linha 3 do Metro Sul do Tejo, proposto pelo grupo de trabalho, prevê um trajeto de 7,16 km, ligeiramente mais extenso que o traçado de referência, que contava com 6,65 km.

O traçado base também difere do traçado de referência no número de estações previstas ao longo da Av. Afonso de Albuquerque, na Costa da Caparica, que passa de duas para três estações, com vista aumentar a acessibilidade a equipamentos coletivos e dar maior abrangência deste modo de transporte junto da população residente na área de influência. No entanto, esta opção terá ainda de ser validada com base numa análise de custo-benefício, informada por estudos de procura.

O traçado base proposto conta assim com 10 estações: Pêra, Várzea de Pêra (com ligação ao Funchalinho), Centro da Costa da Caparica, Parque Urbano da Costa da Caparica, Santo António, São João, São Pedro, Madame Faber / Matas Nacionais, Bombeiros Voluntários da Trafaria e Estação Fluvial da Trafaria. Passando a ligar o Campus da NOVA FCT à Estação Fluvial da Trafaria em apenas 19 minutos.

Em Pêra, previu-se uma estação na zona da Várzea de Pêra, cujo principal objetivo será servir as populações de Pêra e do Funchalinho, criando condições especiais de acessibilidade, face aos desníveis de terreno existentes nesta zona, propondo-se a instalação de uma passagem superior pedonal sobre o IC20, com uma extensão de cerca de 200m, que permitirá um acesso pedonal, em menos de cinco minutos, do Funchalinho à nova estação de metro.

O traçado base proposto prevê ainda duas novas interfaces de transportes, no centro da Costa da Caparica e junto à Estação Fluvial da Trafaria.



Inserção da Linha 3 junto ao terminal fluvial.
Interface da Trafaria - Ligação Metro ligeiro | transtejo SOFLUSA | Carris Metropolitana

1. Estação metro ligeiro superfície 2. Ligação à estação fluvial

Na interface do centro da Costa da Caparica, propõe-se a ligação à Carris Metropolitana, por deslocação do terminal de autocarros atualmente instalado junto da Torre das Argolas, bem como a ligação a um novo serviço de Transpraia, Táxis, TVDE e a um novo parque de estacionamento dissuasor.

Na interface da Estação Fluvial da Trafaria propõe-se a ligação ao serviço de transporte fluvial e a criação de um terminal de autocarros, integrado na estação do Metro Sul do Tejo. Esta nova interface, que conjuga o metro e o transporte fluvial, vem perspetivar a possibilidade de reequacionar a ligação da Trafaria à margem norte, com hipótese de uma nova estação fluvial em Algés, aumentando a frequência deste modo de transporte, que pode passar a dispor de ligações fáceis a duas interfaces de transportes em ambas as margens do Tejo, facilitando os movimentos metropolitanos, sem necessidade de transbordo pelo congestionamento do centro de Lisboa.

Por outro lado, a ligação à Trafaria permite, ao longo do seu trajeto, perspetivar um serviço de transporte que não serve apenas os movimentos pendulares casa-trabalho e casa-escola, nas horas de ponta. Pode também colmatar necessidades de deslocação locais ao longo de todo o dia.

O projeto prevê ainda a requalificação do espaço público ao longo de todo o canal abrangido, bem como a criação de um percurso dedicado à mobilidade ativa, pedonal e ciclável, que estará articulado com as ligações previstas ao nível da Rede Ciclável Concelhia, nomeadamente para sul, ao longo da Estrada Florestal, e para nascente, complementando as ligações à Alameda Timor-Lorosae e à Estação do Pragal, vertebrando um corredor ecológico de ligação entre o Parque da Paz e as Terras da Costa.

No término desta primeira fase do trabalho, apesar de não estar legalmente previsto, segue-se agora um período de auscultação pública sobre as opções propostas, de modo a antecipar problemas ou reequacionar opções, com vista a robustecer as fases seguintes de projeto.

Para garantir uma ponderação independente da participação pública, a Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, enquanto entidade académica, não envolvida no projeto e nas opções de traçado em discussão, foi desafiada para organizar, mediar e produzir um relatório de ponderação dos resultados desta primeira fase de auscultação pública.

Seguir-se-ão as várias fases de estudo e de projeto, onde, de acordo com a lei, será necessário convocar de novo a comunidade para auscultar a respetiva opinião, enquanto ferramenta de desenho das melhores soluções.

O Metro vai mudar a sua vida?

RAQUEL FRANÇA



Catarina Roque

COSTA DA CAPARICA

Catarina, 45 anos, e os dois filhos (10 e 13), moram na Costa da Caparica desde 2001. Usam o automóvel até ao local de trabalho, no centro de Almada, mas isso vai mudar com a chegada do Metro. “Com uma estação de metro à porta de casa vai ser tudo mais fácil e a viagem também vai ser mais rápida. Vai ser uma

mais-valia para quem vive na Costa da Caparica, até porque muitas das pessoas trabalham em Lisboa e podem utilizar o metro, em vez do automóvel, para se deslocarem até à interface da Fertagus, no Pragal.” | **Sandra Gomes**

Sandra Mendonça e Hernâni Silva

TRAFARIA

Sandra Mendonça, proprietária da pastelaria Primor, e Hernâni Silva, reformado, ex-trabalhador da Junta de Freguesia olham com esperança para a chegada do Metro. “A Trafaria estava esquecida. Apesar dos transportes terem melhorado, acho que vai ajudar imenso. É uma coisa mesmo muito boa”, afirma Sandra Mendon-

ça. Hernâni Silva considera que o Metro vai ser “uma salvação para a Trafaria. Nós aqui precisamos mesmo disso. Para ir para a Costa é um pandemónio. Para ir para Cacilhas é um pandemónio. A Trafaria ficou isolada no meio dos montes.”

| **Tiago Queirós**



RAQUEL FRANÇA

LUÍS FILIPE CATARINO



Patrícia Perpétua e Catarina St.Aubyn

ALMADA

Patrícia Perpétua, terapeuta da fala, e Catarina St.Aubyn, agente de viagens, vivem em Almada há dez anos. Praticantes de bodyboard, têm nas praias da Costa um destino frequente. “Sempre que há bom tempo a afluência é muita e o trânsito fica condicionado. Por vezes deixamos de ir, ou adiamos. Isso retira

parte do prazer de ir à praia”, explica Patrícia, enquanto Catarina diz não ter dúvidas de que o Metro vai trazer maior liberdade e conforto. “É o facto de poder só sentar e ir. Não ter de conduzir. Tenho liberdade na escolha do momento em que nos deslocamos para lá”. | **Joana Teixeira**

DIAS E NOITES DE FESTA...

Há vidas que não param, por mais solene ou festiva que seja a época. Enquanto alguns celebravam o Natal em família ou saíam à rua para festejar a chegada de mais um ano, outros mantinham a cidade e o concelho a funcionar. Fomos à procura de quem, por dedicação ou inerência de funções, costuma passar o Natal ou o Ano Novo a trabalhar e contamos aqui as suas histórias. Noites e dias especiais longe da família, para que o essencial não falte a toda uma comunidade.

“O nosso trabalho não pode parar”

TEXTO **Ana Paula Cruz**
FOTOGRAFIA **Anabela Luís**

GARANTIR a segurança da comunidade é uma missão a tempo inteiro para as forças de segurança, incluindo nas épocas festivas. Edna Nunes, 33 anos, é militar da GNR há dez e não vê que possa ser diferente.

“O nosso trabalho não pode parar e na época natalícia a vida continua. Há acidentes, violência doméstica, pessoas que se perdem e dependem de nós.” Foi esse espírito de missão que levou Edna, anteriormente militar no Exército, a entrar para a GNR. “Considero-me uma pessoa altruísta e fico mesmo grata por poder ajudar os outros.”

Atualmente está na Seção de Prevenção Criminal e Policiamento Comunitário, do Subdestacamento Territorial da Charneca de Caparica. Habituada a fazer patrulhamento, diz que as situações com que a GNR se depara no Natal, tendem a ser um pouco diferentes do dia a dia. “Como as pessoas se juntam mais, há mais situações de queixa por ruído e também encontramos mais pessoas a conduzir sob o efeito de álcool.”

No Natal e Ano Novo, o patrulhamento é preventivo, “com operações rodoviárias para verificar cintos de segurança, número de ocupantes nos veículos, condução

A TRABALHAR



“As pessoas não escolhem quando ficam doentes”

TEXTO **Margarida Leal** FOTOGRAFIA **Raquel França**

sob efeito de álcool, e dar conselhos para uma chegada segura”.

Edna lembra que embora o Natal seja uma época de união, para muitos é de solidão. “O contacto com os mais vulneráveis, especialmente os idosos, é essencial.” E há um episódio que a marcou, numa patrulha em véspera de Natal, quando uma idosa lhes acenou da janela de casa e disse Feliz Natal. “Percebemos que estava sozinha. A família estava no estrangeiro. Subimos para verificar se estava bem e conversar com ela. Fizemos companhia à senhora, e pelo sorriso dela soubemos que aquela noite não lhe passou em vão. Foi gratificante.”

Apesar de o trabalho ser exigente, Edna tenta conciliar com a família. “Se trabalho na véspera de Natal, não trabalho no dia. Se não estou ao jantar, estou ao almoço. As minhas filhas [7 e 5 anos] já entendem e dizem que querem ser polícias.” No serviço, encontram sempre um bocadinho para entrar no espírito de Natal em equipa. “Quando não há ocorrências, partilhamos doces e festejamos”.

ESTE ANO, Inês Candeias conseguiu passar o Natal com os filhos, de 3 e 6 anos, mas, nem sempre pôde dar-lhes esse presente. É médica há 23 anos e pediatra há seis, o que a fez perder muitas quadras festivas. Quando escolheu a carreira, já sabia que ia ser assim.

Faz urgências, dá consultas e integra a equipa de cuidados paliativos pediátricos do Hospital Garcia de Orta, onde assegura turnos de 12 ou 24 horas. “Temos uma porta aberta. As pessoas não escolhem quando ficam doentes ou quando têm acidentes.”

Filha de dois professores, Inês cresceu num ambiente onde as crianças eram o centro. A isso juntou-se a vontade de ajudar os outros. “Fazia-me confusão ver pessoas em sofrimento. Sempre quis fazer a diferença.”

Os seus pequeninos já se habituaram à ausência da mãe nestes dias. “Já nasceram comigo a fazer turnos e vão-se adaptando.” As novas tecnologias também vieram aligeirar o afastamento físico e encontra sempre uma brecha durante o turno para fazer uma videochamada, só para adoçar a consoada dos seus filhos.

“O que custa muito é o sair de casa. Mas, quando uma pessoa chega ao hospital, veste a camisola e vai à luta.” E não vem sozinha. “Aqui somos muito unidos, temos um grande espírito de equipa e acabamos por nos juntar. Somos fãs do restaurante Baptista, que entrega no hospital o prato principal do jantar. Não falha o bacalhau e as opções de borrego ou peru. Depois, cada um traz mais qualquer coisa de casa e normalmente são dias em que a nossa copa está cheia.”

Além dos profissionais de saúde, há ainda as crianças e jovens internados e os acompanhantes. “Há sempre um esforço em deixar os miúdos internados ir para casa, para junto das suas famílias. Os que não tiverem condição, ficam. Mas acabam por entrar na festa possível dentro do hospital. Há adereços, brincadeiras para diminuir o facto de estarem internados, palhaços e até um Pai Natal que distribui prendas pelas crianças.”

Trabalhar nestes dias, confessa, “é um misto de emoções. A tristeza de deixar a família naquele momento, mas também temos aqui uma parte que nos dá muito orgulho e alegria, ajudar os outros”.

“Há quem precise de ser transportado mesmo na noite de Natal”

TEXTO **Margarida Leal** FOTOGRAFIA **Raquel França**

ESTE ANO, Gabriela Telles repetiu um ritual que a acompanha há 15 anos e trabalhou no Natal e na passagem de ano. “Há pessoas que se sentem mal e precisam de ir ao hospital, sem ser necessário chamar uma ambulância, ou querem visitar alguém que está doente ou levar alguma lembrança ou alimentos a alguém que está sozinho na noite de Natal. Há também quem, simplesmente, ainda tenha de fazer as últimas compras”.

Decidiu mudar de vida há 15 anos. Desafiada pelo pai, taxista em Almada há quase 40 anos, fez a formação e certificação profissional como motorista de táxi. “Ninguém estava à espera.” No início foi difícil. “Estava habituada a lidar com as mesmas pessoas no local onde trabalhava [como administrativa]. Aqui é sempre tudo diferente.

Na noite de Natal, como é hábito, jantou com a família,

mas não se demorou. “Há pessoas que podem precisar e é o meu trabalho”. Às vezes, atrasa-se para a ceia. Se lhe ligam de casa, tem resposta pronta, “assim chego aí e já está tudo pronto”.

Gabriela partilha o táxi com o pai. “Tem 84 anos, mas ainda trabalha. Vem umas horinhas, de manhã até ao meio-dia, depois à tarde venho eu.” Apesar de transportar muitas pessoas, confessa ser uma profissão muito solitária. “Às vezes, estamos duas ou três semanas sem ver um colega.”

Quando começou já havia algumas mulheres taxistas. Hoje há mais, mas ainda são poucas num universo que continua a ser, essencialmente, masculino. Ser mulher nunca foi um problema na profissão que exerce, mas, de vez em quando, ainda há alguns clientes que confessam nunca ter sido transportados de táxi por uma mulher.

“Por vezes, temos de lidar com situações delicadas, como alguém que acabou de saber que perdeu um familiar próximo ou que tem uma doença grave e não há nada a fazer. Já houve alturas em que tive de parar o táxi e respirar fundo para poder continuar”, desabafa. “Também há pessoas que vivem sós e que aproveitam aquele momento no táxi para conversar.”

Hoje já não se vê a trabalhar num escritório. “Aqui temos a nossa liberdade.” Além de poder gerir o seu tempo, gosta de conversar. “Conheço pessoas muito simpáticas, ouço muitas histórias. Nunca pensei, mas neste momento adoro o que faço.”





“Senti uma saudade imensa e aquele vazio de não estar em casa”

TEXTO **Margarida Leal** FOTOGRAFIA **Anabela Luís**

EM DIAS DE quadra festiva, o ambiente a bordo de um avião “tem uma magia própria”, conta Tiago Cristo Madeira, piloto comandante da Portugália, empresa do Grupo TAP. “Os colegas tornam-se a nossa família temporária e criamos um ambiente mais caloroso e acolhedor a bordo.”

Tiago reconhece que há um espírito especial, sendo que o que torna mais extraordinários estes dias é a percepção de que aquelas pessoas que transporta “vão a caminho do reencontro com os seus familiares.”

Casado com uma chefe de cabina, Tiago Cristo Madeira tem quatro filhos e a consciência de que a sua profissão “tem um impacto significativo” na dinâmica da sua família. “Eles sentem a minha ausência em algumas datas importantes, o que é inevitável nesta profissão, mas ao longo do tempo aprendemos a valorizar ainda mais

o tempo que passamos juntos. É sempre um equilíbrio delicado”, explica, mas “fazemos o possível para que cada momento em casa seja especial”.

As novas tecnologias também dão uma ajuda para vencer as distâncias. Hoje em dia “conseguimos sentir-nos mais perto, almoçar ou jantar juntos por videochamada, mesmo estando afastados fisicamente. Isso faz uma grande diferença.”

Tiago sempre quis ser piloto, “pela liberdade do voo e pela oportunidade de explorar o mundo”. O pai trabalhava na Lisnave, a mãe na repartição das Finanças de Almada e a ideia de seguir para a Força Aérea assustava-os. Mas sempre apoiaram o filho na concretização desse sonho. Até porque “desde criança nunca me lembro de ter querido ser outra coisa.”

O primeiro voo “foi a concretização de um sonho”, mas mais marcante foi o primeiro voo a solo. “Desse, lembro-me de cada detalhe como se tivesse acontecido hoje. Todas as sensações, a adrenalina, a mistura de nervosismo e excitação... foi uma experiência única que consigo reviver sempre que penso nela.”

Também não esquece a primeira vez que voou para longe de casa no Natal. “Era um Porto-Genebra, com pernoita em Genebra. Embora estivesse a fazer o que amo, senti uma saudade imensa e aquele vazio de não estar em casa.” Na altura já vivia em família e tinha dois filhos pequenos: um menino com 4 anos e a menina com apenas 12 meses. “Foi um momento difícil, confesso”.

“Celebramos o Natal com companheiros especiais”

TEXTO **Sandra Gomes** FOTOGRAFIA **Anabela Luís**

ESTE ANO, Marta Fernandes teve uma companhia especial no Natal. Passou a noite entre cães e gatos internados no hospital veterinário onde trabalha, cerca de 15 companheiros de quatro patas que se juntaram à médica veterinária na consoada.

Nesta época festiva, “as indiscrições alimentares são um dos maiores problemas, especialmente a ingestão de chocolate e o óleo dos tradicionais fritos”, explica. “Acontece com muita frequência, infelizmente. É uma despesa extra para a família e o animal acaba por passar aqui o Natal”. De vez em quando, também é necessário realizar alguma cirurgia de urgência para reverter as torções gástricas provocadas pelo excesso de comida, mas é uma situação mais rara.

Como é hábito, quem estava de serviço na noite de 24 de dezembro reservou uma hora para confraternizar na cozi-

nha do hospital veterinário. Apesar deste turno ser assegurado apenas por um médico e um enfermeiro, à hora do jantar aparece sempre mais alguém. “Há colegas que trabalham longe da família e vêm cá ter connosco. Jantámos juntos e depois partilhámos algumas histórias.” Esta não foi a primeira vez que Marta passou o Natal a trabalhar. “Na primeira noite em que isso aconteceu a minha família veio até cá.”

O espírito de Natal é sempre celebrado com os animais que têm de passar esta noite longe de casa. “Sabemos que preferiam estar em casa, então damos-lhes aquele mimo extra como se fossem nossos. A alguns, quando é possível, colocamos uns chapeuzinhos de Natal e festejamos juntos.”

Tal como nos humanos, a idade e as patologias inerentes, conjugadas com o tempo frio, fazem com que os animais fiquem mais debilitados e que se registre um maior número de mortes nesta época. Há ainda o caso das eutanásias marcadas para estes dias, “porque é a única altura em que a família está presente e pode trazer o animal. A pessoa já está sozinha e ainda tem de ficar sem o seu animal de companhia. Essas situações custam bastante”, desabafa.

Apesar dos momentos difíceis vividos por quem exerce esta profissão, “poder ajudar os animais é mais forte do que a tristeza de os ver sofrer”, garante Marta Fernandes. “Não me vejo a fazer outra coisa. [Ser veterinária] é, realmente, aquilo que gosto e onde sou feliz.”





“Passamos as horas festivas a conduzir”

TEXTO **Joana Mendes**
FOTOGRAFIA **Raquel França**

PAULO GUERREIRO é condutor do Metro Sul do Tejo há oito anos. Esta não foi primeira vez que passou a consoada ou a passagem de ano a trabalhar, longe da família, mas admite que até tem tido sorte com a escala que lhe tem calhado nesta altura do ano.

Pai de dois filhos, um menino com 6 anos e uma adolescente com 15, confessa que estar de serviço durante o Natal não é fácil. “Para mim, o Natal tem uma maior ligação sentimental. A família também sente a falta, é menos um elemento à mesa. O mais pequenino sente mais, especialmente na altura de abrir os presentes”.

“Nós passamos [a consoada e a passagem de ano] a fazer o serviço normal da linha, nem sequer estamos com ninguém. Só paramos para fazer o tempo de almoço ou jantar”, explica.

O metro não para. É um transporte público que funciona a tempo inteiro, incluindo na noite da consoada, cumprindo os horários na íntegra.

“No dia de Natal, o serviço foi muito *soft*, como sempre”, conta Paulo Guerreiro. “Há sempre pouca gente nas ruas e no metro. Quando começamos a trabalhar, nas primeiras horas do dia, andamos praticamente vazios porque as pessoas estão em casa”.

Já a passagem de ano não custou tanto a este condutor almadense, que já chegou a passar a meia-noite a conduzir nas linhas de Almada e a ver o fogo de artifício através da cabina do metro. Nunca esteve até ao fecho do serviço nessa noite de festa, mas sabe que na madrugada de Ano Novo as viagens de metro são muito concorridas.

Paulo Guerreiro faz parte da atual equipa de 81 condutores do Metro Sul do Tejo que, todos os dias, desde manhã bem cedo até à madrugada, trabalham para levar as pessoas aos seus destinos e que, seja Natal ou não, estão sempre lá para garantir que a viagem não falha.

“Tentamo-nos apoiar uns aos outros”

TEXTO **Joana Mendes** FOTOGRAFIA **Luís Filipe Catarino**

MÁRIO AZEVEDO, Cristina Caliça e Paulo Malanho têm muito em comum. Embora pertençam, cada um, a diferentes corpos de Bombeiros Voluntários (BV), todos cresceram, desde a infância, junto destas associações humanitárias, partilhando o mesmo espírito de missão.

Numa entrevista gravada antes das Festas, todos confessaram que já passaram natais e passagens de ano a trabalhar nos quartéis. “Não me custa estar ao serviço nestas datas. É um hábito e já faz parte da minha vida. Foi aqui que cresci, aprendi e fui progredindo. Para mim, é a minha segunda casa”, conta Mário Azevedo, bombeiro nos BV de Almada, que, mesmo assim, não deixa de sentir a falta da família, especialmente na altura dos filhos abrirem os presentes.

Da esq. para a dir.: Paulo Malanho (BV de Cacilhas), Cristina Caliça (BV da Trafaria) e Mário Azevedo (BV de Almada).

Já a subchefe Cristina Caliça, que em 1988 se tornou a primeira bombeira do concelho, conta que as pessoas que trabalham na noite e no dia de Natal nos BV da Trafaria o fazem em regime de voluntariado. É o caso da própria Cristina, que concilia o voluntariado nos BV da Trafaria com outro trabalho. “Os profissionais que temos a trabalhar na noite e no dia são as pessoas do INEM”, explica a subchefe. Já passou muitas datas festivas no quartel e conta que há sempre alguma coisa para animar quem fica ao serviço.

Para Paulo Malanho, chefe de turno nos BV de Cacilhas, estes dias são um misto de emoções. “Sabemos que a família está em casa e nós temos de cumprir a nossa missão. Torna-se um pouco complicado, mas combatemos esse fator com os colegas que estão de serviço e fazemos o nosso Natal dentro do quartel. Tentamo-nos apoiar uns aos outros.”

Todos concordam que as noites de passagem de ano costumam ser mais complexas do que o Natal. No entanto, é sempre uma incógnita face ao que pode acontecer.

O que é garantido é que, este ano, como sempre, houve equipas dos três corpos de bombeiros do concelho a postos para o que desse e viesse. “É o espírito de missão. Temos de cumprir com o nosso serviço porque as pessoas podem necessitar da nossa ajuda”, remata Paulo Malanho.





“Proporcionamos bons momentos a outras famílias”

TEXTO **Ana Paula Cruz** FOTOGRAFIA **Anabela Luís**

TRABALHAR NO Natal, longe de casa, é uma realidade para quem trabalha em setores que não param em dias festivos, como a hotelaria. Vanessa Pereira, 39 anos, é uma dessas pessoas. Empregada de Primeira no Restaurante Raimundo, do Crowne Plaza Caparica Lisboa, compensa a saudade da família enquanto está ao serviço, durante a véspera ou no Dia de Natal, com a satisfação de proporcionar boas experiências aos outros.

A trabalhar no hotel desde janeiro de 2023, é, quase todos os dias, responsável pelos pequenos-almoços, mas também participa em eventos especiais como a Ceia de Natal e a Passagem de Ano. Este trabalho exige atenção ao detalhe, disponibilidade, e adaptação a novas formas de celebrar estas datas. “Quem trabalha nesta área tem de ter espírito de sacrifício e gostar do que faz. As famílias dependem de nós para que possam ter momentos especiais.”

O restaurante do hotel organiza programas de Natal e de Passagem de Ano. “No dia 24, houve jantar buffet com a Ceia de Natal e, no dia 25, pequeno-almoço e brunch. O mesmo

aconteceu no Ano Novo, mas com um jantar de gala”, explica destacando o ambiente acolhedor e festivo que se viveu no hotel. “Na noite de Natal não faltaram o bacalhau, as couves, e os doces tradicionais.”

Embora a saudade da família seja inevitável, Vanessa consegue encontrar satisfação no que faz. “Muitos dos clientes são habituais e já os conhecemos. É gratificante ver a alegria deles e, no final, compensa sempre. A nossa presença aqui faz a diferença para que outras famílias possam celebrar o Natal de uma maneira especial.”

Com um filho de cinco anos, Vanessa adapta as tradições familiares, para conseguir assistir à abertura dos presentes. “É complicado trabalhar no Natal, especialmente quando há crianças. Tentamos revezar a equipa para que quem trabalha no dia 24 não trabalhe a 25. Além disso, o hotel ainda nos proporciona uma ceia de Natal, para celebrarmos um bocadinho juntos em equipa.”

Neste Natal, enquanto muitos celebraram em família, Vanessa e alguns dos 87 profissionais deste hotel estiveram ao serviço – 18 na véspera e 30 no dia de Natal – para garantir uma experiência memorável aos clientes.

FACES E GESTOS DE VOLUNTARIADO EM ALMADA

TODOS OS DIAS E TODAS AS NOITES, há dezenas de voluntários que oferecem algum do seu tempo, da sua experiência profissional ou de vida, a projetos ligados ao Banco Local de Voluntariado. Ao longo de semanas, acompanhámos alguns desses projetos e traduzimos em imagens momentos de cidadania ativa, que reforçam os laços da nossa comunidade.

TEXTO **Paulo Tavares** FOTOGRAFIA **Anabela Luís, Carlos Valadas, Florbela Salgueiro, Luís Filipe Catarino, Raquel França e Victor Mendes**



1

RAQUEL FRANÇA

1. Distribuição de Alimentos a pessoas em situação de sem abrigo pela ACEDA - Associação Cristã Evangélica de Apoio Social.
2. “Cão Por Cá”, uma iniciativa do projeto “Amor Rafeiro”. Na imagem, a Sal espalha alegria e carinho na residência da Liga de Amigos do Hospital Garcia de Orta. Este projeto visa estimular o convívio entre pessoas e animais, e promover os seus benefícios terapêuticos.





3

3. Requalificação da Rua dos Moinhos, no Monte de Caparica, por um grupo de jovens e adultos, voluntários na Brigada do Mar.
4. Aula de português para estrangeiros, promovida pela Almada Mundo - Associação Internacional de Educação, Formação e Inovação.
5. Projeto "À Procura de Mim", da Almada Mundo.



4

RAQUEL FRANÇA



5

LUÍS FILIPE CATARINO

PORTFÓLIO



6

RAQUEL FRANÇA



7



- 6 e 7. Loja Solidária da ACEDA - Associação Cristã Evangélica de Apoio Social.
8. Loja Solidária da Associação Nhá Codê, onde as peças vendidas têm um impacto direto e positivo, revertendo-se em bens essenciais para crianças dos 0 aos 3 anos em situação de vulnerabilidade.





9. Distribuição de Roupa e alimentos a pessoas em situação de sem abrigo, por voluntários da Associação Sorrisos.



10

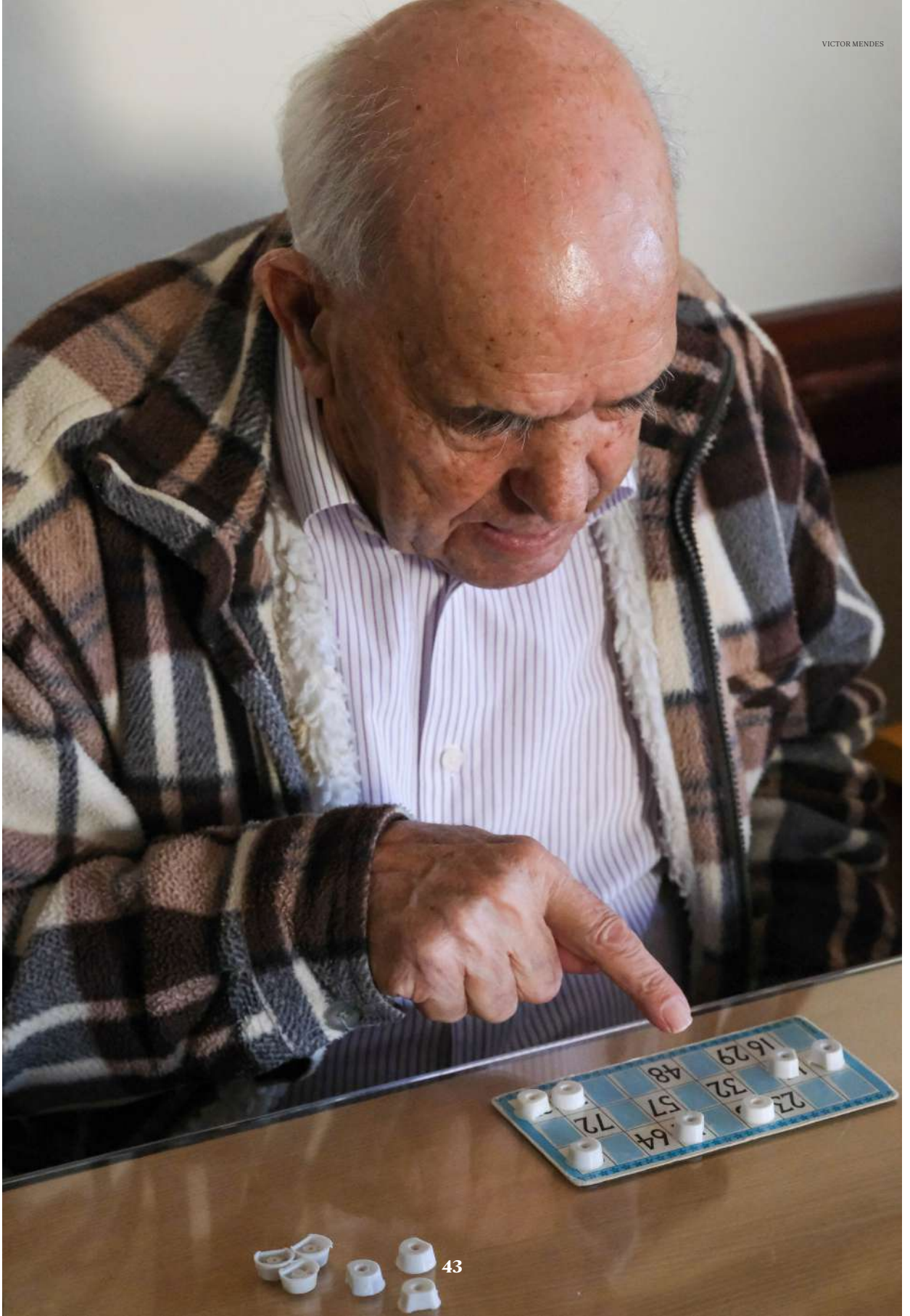
10. Atividade de animação com idosos, no Centro de São Lázaro, da Santa Casa da Misericórdia de Almada.

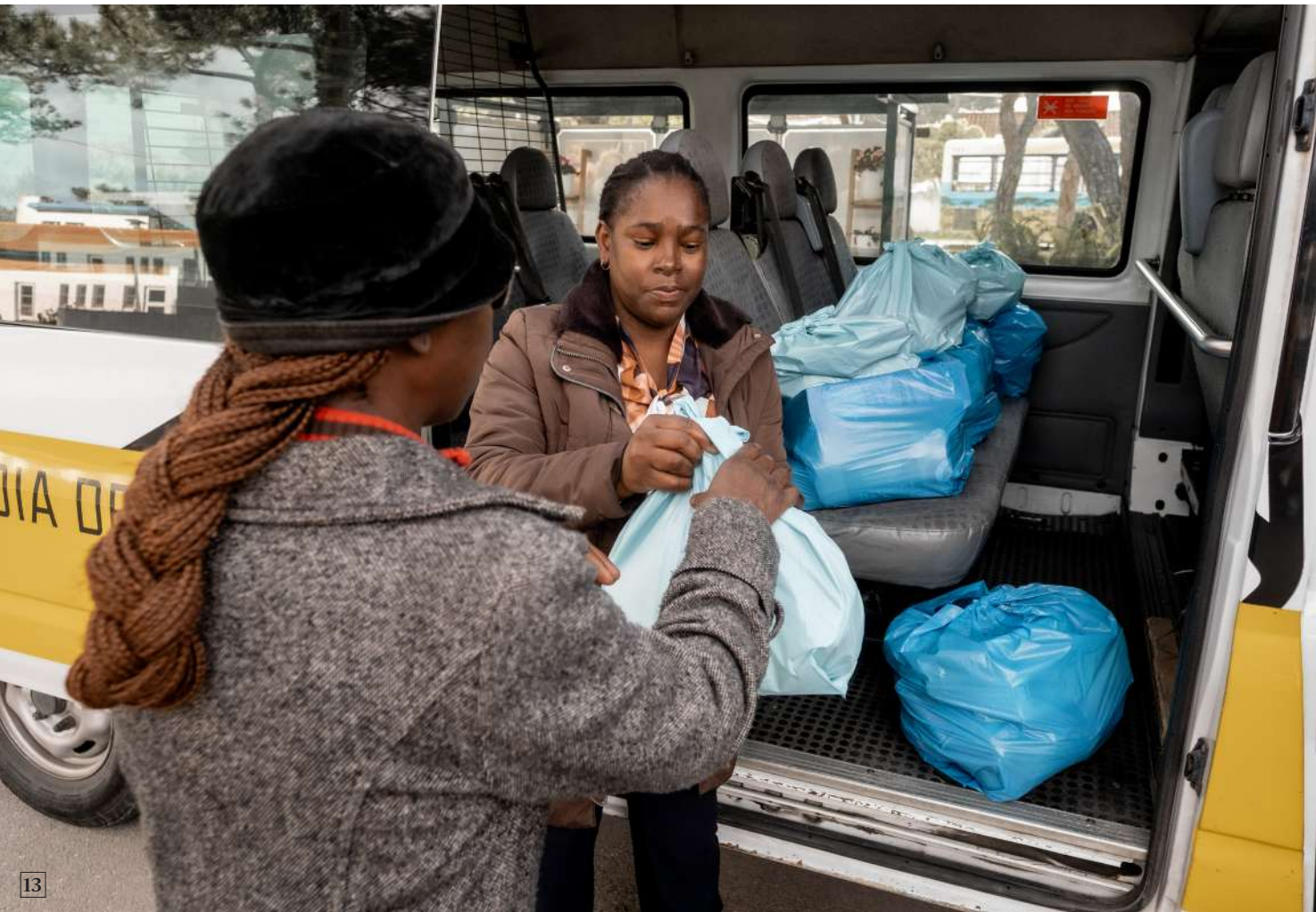
11. Iniciativa "Cão Por Cá" da "Amor Rafeiro" na residência da Liga de Amigos do Hospital Garcia de Orta.

12. Momento de animação com idosos, no Centro de São Lázaro, da Santa Casa da Misericórdia de Almada.



11





13

LÚIS FILIPE CATARINO

13. Voluntária da Santa Casa da Misericórdia de Almada, participa em ação de distribuição de alimentos no Centro Social da Trafaria.

14. Preparação de alimentos para entrega, na sede da REFOOD Almada.

15. Recolha de alimentos por voluntários da REFOOD, num supermercado de Almada.



14

FLORBELA SALGUEIRO



15



“O Voluntariado promove a conexão das pessoas à comunidade, o sentido de pertença, e estimula a empatia e os valores da solidariedade e da partilha”

Vânia Cruz, Marta Guerreiro e Stela Mendes, da equipa do Banco Local de Voluntariado de Almada

PEQUENOS GESTOS, GRANDE IMPACTO

Entrevista. O Banco Local de Voluntariado de Almada (BLVA) atua como um elo de ligação entre quem deseja ajudar e quem mais precisa. Este serviço municipal, dinamizado por uma equipa de quatro pessoas (Clara Poeira, Marta Guerreiro, Stela Mendes e Vânia Cruz), mobiliza a comunidade almadense para responder aos desafios do território, estimula a cidadania ativa, a solidariedade e o desenvolvimento de competências pessoais e profissionais, em parceria com associações e entidades locais.

TEXTO **Ana Paula Cruz** FOTOGRAFIA **Carlos Valadas**

O BLVA é um serviço que integra duas áreas municipais - a ação social e a juventude -, com o objetivo de transformar o voluntariado num pilar essencial para o desenvolvimento do território. Atuando em diversas frentes, o BLVA não só incentiva a prática do voluntariado, como também faz a ponte entre os projetos das associações locais e os voluntários interessados, através de uma plataforma digital.

Este sistema permite que as entidades registem as suas iniciativas e que os voluntários encontrem oportunidades alinhadas com os seus interesses. “A nossa função passa pela gestão e operacionalização de todos os processos do BLVA, nomeadamente, gestão da plataforma, validação de registos de entidades e pessoas voluntárias, entrevistas iniciais, formação inicial para voluntários e de gestão de voluntariado para as entidades promotoras, assim como a articulação entre as partes”, explica Stela Mendes, da equipa técnica do BLVA.

A interação com as associações do concelho é constante e essencial. O BLVA apresenta a plataforma às entidades, desafia-as a criar novos projetos e promove a formação necessária para que os voluntários possam integrar os projetos. Entre as áreas mais relevantes estão a social, como o apoio a pessoas em situação de sem-abrigo ou combate à solidão de idosos, e a ambiental, com iniciativas de limpeza e reflorestação.

O impacto do voluntariado em Almada é inegável, sobretudo em “áreas como o apoio a pessoas em condi-

ção de sem-abrigo ou no combate à solidão das pessoas mais velhas”, reforça Vânia Cruz. “O Voluntariado promove a conexão das pessoas à comunidade, promove o sentido de pertença, estimula a empatia e os valores da solidariedade e da partilha.”

As necessidades das associações locais incluem, sobretudo, mais pessoas disponíveis para projetos sociais (recolha de alimentos, apoio a pessoas em condição de sem-abrigo ou combate ao isolamento de idosos) e ambientais (limpeza de praias, de áreas protegidas, de bairros e reflorestação), áreas onde o crescimento tem sido mais evidente. Para ser voluntário é preciso realizar uma entrevista inicial e participar numa formação promovida pelo BLVA. Alguns projetos específicos podem exigir qualificações adicionais, fornecidas pelas próprias associações.

O BLVA quer consolidar-se aumentando as oportunidades de voluntariado e o número de pessoas voluntárias integradas. Há novas iniciativas em desenvolvimento, como o voluntariado escolar, no sentido de sensibilizar as escolas para a criação de núcleos de voluntariado, e o voluntariado empresarial, que procura envolver mais empresas locais, mobilizando as suas políticas de responsabilidade social para as oportunidades de voluntariado. O propósito é claro: “Queremos que o BLVA faça parte da identidade do concelho de Almada, promovendo a cidadania ativa de toda a comunidade”, reforça Marta Guerreiro, da equipa do BLVA.



FIGUEIREDO: TRADIÇÃO E PRESTÍGIO

É um dos baluartes do nosso comércio local. Aberta ao público há 70 anos, numa das principais artérias de Almada, a loja Figueiredo continua a privilegiar a qualidade e a ser uma referência na moda masculina do concelho.

TEXTO **Sandra Gomes** FOTOGRAFIA **Luís Filipe Catarino**



“Gosto muito de moda
e da minha profissão.
Não me cansa”

Apaixonado por moda e pela profissão, José António Cravo trabalha no comércio de roupa há mais de 60 anos. Nasceu em Abrantes, mas é almadense há 55 anos. Desafiado por um amigo – Manuel Rações, antigo proprietário –, assumiu a continuidade da “Figueiredo”, loja de moda para homem a funcionar desde 1954.

Quando começou a trabalhar neste ramo, no final dos anos 1950, ainda “não havia pronto-a-vestir, vendiam-se tecidos a metro e a retalho.” Também a loja Figueiredo, espaço comercial com história, começou por ser uma retosaria e, mais tarde, dedicou-se à confeção.

“Como o senhor Figueiredo era um homem atrevido e de muito bom gosto, razão pela qual mantivemos o nome em sua homenagem, foi sempre evoluindo e procurando ter produtos que fizessem a diferença.” Empenhado em dar continuidade à tradição e ao prestígio da loja, José António Cravo apostou em marcas que são, hoje, “o ex-libris de uma loja evolutiva” e abriu em Almada “os *corners* da Fred Perry, da Gant e da Raph

Lauren”, mas também apostou na comercialização de fatos da marca portuguesa Affari.

Qualquer almadense conhece a casa Figueiredo, aberta ao público desde 1954. Os clientes habituais são homens entre os 40 e os 50 anos, mas os mais jovens também já procuram a loja pelas marcas que aqui podem encontrar. “Quem compra, na sua maioria, são mulheres.

Compram para os maridos, porque o homem é preguiçoso. Não

precisa de nada e não quer comprar nada, mas depois diz: ainda bem que ela comprou que isto é tão bonito”.

O atendimento personalizado e cuidado é uma das marcas distintivas da loja. As montras idealizadas por José António Cravo são um dos ofícios que refletem a arte e a paixão no que faz. “Quando uma pessoa diz ‘gosto de tudo o que está naquele manequim. Não vale a pena inventar. Quero tudo o que está ali’. É isso que me dá o gozo e depois de estar tudo feito, dizerem ‘estou impecável’. É uma honra poder fazer isso. Gosto muito da minha profissão.”

E o reconhecimento do seu trabalho surge também de outras formas. Por exemplo, quando os noivos lhe oferecem as lembranças do casamento e dizem, com orgulho, “o senhor fez parte do meu casamento.”

Figura carismática, José António Cravo não passa despercebido. Todas as manhãs, quando desce a ave-



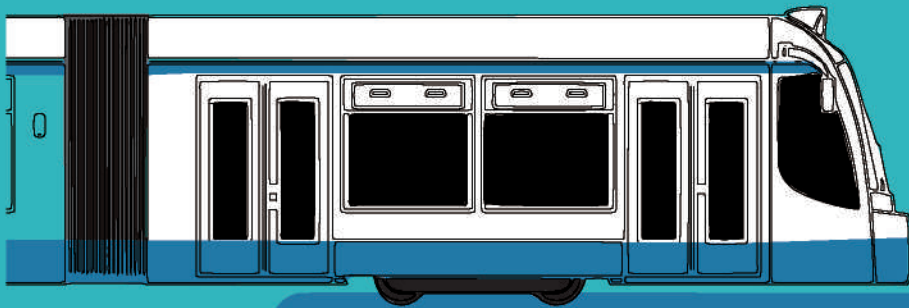
nida, de fato e gravata, as pessoas reconhecem-no logo: “é o senhor da casa Figueiredo”.

É com leveza que, aos 80 anos, encara o futuro com otimismo e vontade de continuar, enquanto a saúde o permitir, porque, como diz, “isto não me cansa, é tão fácil, tão agradável e ajuda-nos a manter o nosso ego e a manter-nos vivos.”

Figueiredo – Moda Homem

Av. D. Afonso Henriques 8 B-C – Almada
 Horário: Segunda a sexta | 10h-13h e 14h30-19h;
 Sábado | 10h-13h e 14h30-18h
 (encerra à tarde entre junho e setembro)
 Instagram: figueiredo_moda_

“Quis trazer para Almada aquilo que estava a acabar: moda, qualidade, marca, prestígio. Analisei e aventurei-me.”



O METRO VAI CHEGAR À COSTA DA CAPARICA E À TRAFARIA!

Queremos ouvir a sua opinião.
Participe!

CONFERÊNCIA DE APRESENTAÇÃO

~ 10 FEV 18h

Auditório do Uninova da Faculdade de
Ciências e Tecnologia - Monte de Caparica

CONFERÊNCIA DE ENCERRAMENTO

~ 6 MAR 18h30

Auditório do Uninova da Faculdade de
Ciências e Tecnologia - Monte de Caparica

SESSÕES DE PARTICIPAÇÃO PÚBLICA

Venha dar a sua opinião

~ 20 FEV 18h30

Casino da Trafaria

~ 21 FEV 18h30

Costa da Caparica - INATEL

Apresentação de resultados
das sessões de participação
pública

+ INFO



ENTRADA LIVRE