

CLÍNICA MÉDICA SÃO JOÃO

NOVA TECNOLOGIA: Cirurgia Guiada Avançada

Implantologia Oral
 795€ 1 Implante Dentário + Coroa*
 1890€ 2 Implantes + Prótese Acrilica (12 dentes)*
 3395€ 4 Implantes + Prótese Acrilica (12 dentes)*
 * Inclui Raio X - 3D

Ortodontia
 225€ Aparelho ortodôntico fixo
 20€ Manutenção e revisão de aparelho fixo

Acordos e Convenções
 ADSE
 PSP
 ADMG
 ADM
 Advancecare
 Medis
 Medicare
 Future-Healthcare
 Pt Multicare
 Outros

Clinica Lisboa: Rua Cidade Bolama 3 R/C Esq. 1800-077 Lisboa
 Clínica Porto: Rua Nossa Senhora de Fatima 179 4050-427 Porto
 Clínica Carnaxide: Rua João das Regras 3 2790-072 Carnaxide
 Clínica Águeda: Av. Calouste Gulbenkian 192 R/C Dto 3750-102 Águeda

Geral: 218 516 388



Carlos do Carmo dá nome a passeio na zona ribeirinha

A Câmara de Lisboa aprovou, por unanimidade, uma proposta para dar o nome

Carlos do Carmo ao passeio localizado entre o Terreiro das Missas e o Jardim das Docas da Ponte, na zona ribeirinha da cidade, numa homenagem a uma das “referências maiores do universo do fado”. // P. 15



olhares
de lisboa.pt

INFORMAÇÃO REGIONAL | DIRETOR: MÁRIO RODRIGUES
 NOVEMBRO 2022 | Nº 17 | 1€ | INCENTIVO À LEITURA

A Lisboa das Avenidas Novas

Moedas lança plano de saúde gratuito para lisboetas com mais de 65 anos

O presidente da Câmara de Lisboa apresentou as linhas gerais do plano de saúde “Lisboa 65+”, que vai abranger 130 mil lisboetas com mais de 65 anos, que passarão a ter acesso a teleconsultas e consultas de medicina geral e familiar ao domicílio, gratuitas. Um leque de serviços que é alargado no caso de beneficiários do Complemento Solidário para Idosos, que terão também acesso gratuito a consultas de optometria e higiene oral, bem como óculos e próteses dentárias. De acordo com os números avançados pela autarquia, este regime mais alargado de benefícios abrangerá um total de 5000 residentes na capital. // P. 2

É bom viver nas Avenidas Novas

Hoje, a freguesia das “Avenidas Novas”, cujo nome tem origem na designação utilizada para o desenvolvimento urbano que fez avançar a cidade de Lisboa para norte, nos finais do século XIX e primeira metade do século XX, aposta na inclusão, na competência, no empenho, na dedicação e no rigor para voltar a dar à população a atenção e tratamento de proximidade que é a sua imagem de marca. // P. 3

Um futuro com esperança

A Junta de Freguesia de Avenidas Novas assinalou o 9º aniversário, com uma sessão solene comemorativa e de homenagem a personalidades que, pelo seu exemplo, deram importantes contributos em prol de uma sociedade mais equilibrada e justa. A cerimónia foi presidida pelo presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, que relembrou que “a Freguesia voltou a ser uma referência, com passado real, um presente solidário e um futuro com esperança”. // P. 4-5



Inserida num território amplo e diverso, caracterizado por várias diferenças económicas e sociais, a Freguesia das Av. Novas, segundo o presidente de Junta, Daniel Gonçalves, pretende transformar-se num território de «referência» de um presente solidário, responsável e competente e de um futuro com Esperança para todos. // P. 6 a 9



Nova vida do movimento associativo

O tecido associativo ocupa um lugar fundamental e único na dinâmica das comunidades, sendo por excelência elemento de extrema relevância nas iniciativas culturais, recreativas, desportivas e sociais da freguesia das Avenidas Novas. A provar esta realidade, está a decisão do Grupo Excursionista Os Económicos (GEE), fundada em 1938 e sediada no Bairro do Rego, que se prepara para voltar a abrir portas até ao final de setembro, para apoiar os mais velhos e os jovens. Na mesma linha, na Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do

Rego “luta-se” diariamente para que nenhum sénior seja deixado “sozinho”. O mesmo se passa com a Associação Nacional de Apoio ao Desenvolvimento, Investigação e Comunidade (ANADIC), criada em 2015 com o objetivo de dar apoio a pessoas vulneráveis e desfavorecidas, residentes na freguesia das Avenidas Novas // P. 10



altomar
comércio de produtos alimentares, s.a.

BACALHAU ALTOMAR
Especialistas na produção de bacalhau da Noruega e Islândia desde 1987.

Sabia que o seu bacalhau de Natal está mesmo aqui ao lado? Visite-nos em Entrecampos e leve a tradição à sua mesa!

Armazém e venda ao público: Rua da Cruz Vermelha 13-B/D 1600-052 Lisboa | +351 919 873 771 | www.altomar.pt

Carlos Moedas lança plano de saúde para maiores de 65 anos

Quase 130 mil lisboetas maiores de 65 anos vão ter acesso a médico e cuidados de saúde. O investimento inicial de 1,5 milhões de euros é suportado pela autarquia. O presidente da Câmara de Lisboa apresentou, recentemente, o Plano de Saúde Lisboa 65+, que vai ser para todos os lisboetas e visa dar uma resposta aos maiores de 65 anos que não tem médico de família.



Carlos Moedas lançou um plano de saúde gratuito para lisboetas com mais de 65 anos. O presidente da Câmara de Lisboa diz querer apostar num “estado social local” para suprir dificuldades a que o Estado não dá resposta. Já aprovado na câmara, este plano entrará em vigor no início do próximo ano, a 1 de janeiro de 2023.

De acordo com Carlos Moedas, a medida é destinada a todos os idosos, independentemente da sua situação económica. No entanto, os beneficiários do CSI vão ter acesso a mais medidas, tais como optometria, dentista, óculos e próteses dentárias gratuitas, que acrescem às restantes, que dizem respeito a teleconsulta, a médico ao domicílio 24 horas por dias, e ainda transporte em ambulância (no caso de ser indicado pelo médico).

Para o futuro, acrescentou o presidente da autarquia, está prevista a inclusão de vantagens no âmbito da saúde mental. Segundo o autar-

ca, o Plano de Saúde 65+ deverá custar à Câmara de Lisboa cerca de 1,5 milhões de euros por ano, o que corresponde a cerca de quatro milhões de euros até ao final do mandato (em 2025), sendo este valor proveniente do orçamento anual da Câmara de Lisboa, que ronda os 1,2 mil milhões de euros.

“Temos de fazer escolhas”, disse Carlos Moedas, explicando que uma das prioridades do atual executivo é “apostar mais no estado social local”, pelo que entende ser necessário poupar dinheiro em determinadas áreas para canalizar esses recursos “a quem mais precisa”. “Não existe nenhuma capital europeia com um plano de saúde grátis. Lisboa vai ser a primeira”, salientou Carlos Moedas, acrescentando que esta medida “irá marcar” o segundo ano do seu mandato, e que se junta a outras já implementadas, tais como a gratuitidade dos passes dos transportes públicos para os maiores de 65 anos e estudantes até aos 24 anos.

O Plano de Saúde 65+ é o resultado de um protocolo assinado entre a CML e mais cinco entidades: a Administração Regional da Saúde (ARS); a Associação Nacional das Farmácias (ANF); a Faculdade de Medicina Dentária; e a Segurança Social. A medida está disponível a todos os cidadãos com mais de 65 anos residentes no concelho de Lisboa e basta apresentar o Cartão de Cidadão em qualquer farmácia para aderir à iniciativa.

Sublinhando que este plano pretende ser “um complemento” ao Serviço Nacional de Saúde (SNS), numa altura em que há “1,5 milhões de portugueses que não têm médico de família”, Carlos Moedas garantiu que este não será um processo burocrático, explicando que, para aceder ao plano, os beneficiários terão que dirigir-se a uma farmácia e inscrever-se, após o que terão acesso aos cuidados médicos previstos no plano: “As pessoas só precisam de ir à farmácia, inscrever-se, levar o BI e está feito”. Depois, através

de um contacto telefónico, terão acesso a um médico, para uma teleconsulta ou uma consulta ao domicílio - um serviço contratado pela câmara a privados, segundo avançou o autarca. O plano prevê também a prescrição e entrega gratuita de medicamentos ao domicílio. Em caso de urgência hospitalar, ou para consultas de especialidade, os doentes serão reencaminhados para o Serviço Nacional de Saúde.

Para Carlos Moedas, este plano insere-se na prioridade que pretende dar à componente social, em Lisboa. O autarca aponta à criação de um “estado social local” que permita, com “pragmatismo”, suprir as falhas do sistema nacional. “Numa câmara com 1,2 mil milhões de orçamento há escolhas que para mim são claras”, referiu Carlos Moedas, defendendo que esta é uma medida sem paralelo na Europa: “Não encontrei nenhuma capital europeia que tenha um plano desta dimensão”.

“Este é um dia muito importante para a cidade”, frisou ainda Carlos Moedas, reforçando que esta medida vai permitir que mais de 130 mil idosos residentes em Lisboa consigam “ter acesso a um médico e a cuidados de saúde”, que é atualmente uma das principais dificuldades da população, devido à falta de recursos humanos no SNS.

Todos os profissionais que irão atender os beneficiários do Plano de Saúde 65+, explicou ainda o autarca, estão afetos a um serviço de saúde que será contratado pela Câmara de Lisboa, e tanto as consultas de medicina dentária e de optometria, destinadas aos beneficiários do CSI, serão também financiadas pela CML, visto que, na perspetiva do edil, “as pessoas mais idosas, sobretudo as mais carenciadas, têm muitas dificuldades em ter acesso à saúde oral”.

Contudo, apesar da autarquia de Lisboa pagar este plano de saúde, Moedas defendeu que este tipo de apoios deve “ser financiado pelo Estado Central”, e não pelas Câmaras Municipais, considerando que deve existir uma “descentralização total de competências” nesta matéria, uma vez que são as últimas “que estão mais perto das pessoas”.

Apoio Domiciliário a Idosos e Doentes

SERVIÇOS 24H
 Prestação de cuidados de higiene
 Pequenas lides domésticas e confeção de refeições
 Gestão e administração da medicação
 Acompanhamento a consultas e tratamentos
 Assistência médica, enfermagem, fisioterapia, psicologia e autocuidados
 Ajudas técnicas
 Acompanhamento noturno

Anjos do Lar
 LICENÇA de FUNCIONAMENTO N.º 26/2018

RUA ALTO DO CARVALHÃO, 37B – 1070-048 LISBOA (Campolide)
 960 334 843 • 917 429 989 • 911 884 800
www.anjosdolar.pt | anjosdolar.lida@gmail.com | info.anjosdolar@gmail.com

Av. Estados Unidos da América, 139B · 1700-173 Lisboa
 217 960 663 · 964 875 236

Radiografia da Freguesia

A freguesia das Avenidas Novas, com uma área de 2,99 quilómetros quadrados e 21625 habitantes, foi criada no âmbito da reorganização administrativa de Lisboa de 2012 e inclui as antigas freguesias de Nossa Senhora de Fátima e São Sebastião da Pedreira, assim como uma parte do território anteriormente pertencente à freguesia de Campolide.

O nome da freguesia das Avenidas Novas surge na sequência da construção de novos bairros e imóveis, na primeira metade do século XX, destinados a famílias de classe média, média-alta e alta.

De facto, "Avenidas Novas" foi a designação utilizada para o desenvolvimento urbano que fez avançar a cidade de Lisboa para norte, nos finais do século XIX e primeira metade do século XX. Surgem novos bairros com moradias unifamiliares e imóveis de rendimento, ocupados por uma classe média, média-alta e alta em expansão. Os novos bairros, de ruas largas, logradouros ajardinados e homogêneos no desenho das fachadas, foram numa fase inicial erguidos ao gosto de uma arquitetura eclética e vagamente Arte Nova. Em 1890, foi construída a Linha Férrea de Cintura, onde se situava a antiga estação do Rego (já desativada), e que ajudou ao desenvolvimento e crescimento das Avenidas Novas, que é, nos dias de hoje, um dos centros de negócio mais importantes da cidade, incluindo ainda embaixadas, museus, assim como diversas instituições de ensino superior, entre as quais a Universidade Nova de Lisboa; e espaços culturais, tais como a Praça do Campo Pequeno, a Biblioteca Municipal Palácio Galveias, a Fundação Calouste Gulbenkian; ou a Estufa Fria.

É também nas Avenidas Novas que se podem ver alguns edifícios premiados com o Prémio Valmor, que todos os anos premeia a qualidade arquitetónica dos imóveis da cidade. A Casa Museu Dr. Anastácio Gonçalves, desenhada pelo arquiteto Norte Júnior no início do século XX; o Palacete Valmor, na Avenida da República, ou o Palacete Mendonça, ambos desenhados por Miguel Ventura Terra; a atual sede do Metropolitan de Lisboa, na Avenida Fontes Pereira

de Melo, desenhada pelo arquiteto Manuel Norte Júnior; a Igreja de Nossa Senhora do Rosário de Fátima, da autoria de Porfírio Pardal Monteiro; ou a Fundação Calouste Gulbenkian, desenhada por Ruy d'Albuquerque, Alberto Pessoa, e Pedro Cid, são alguns desses edifícios.

A estrutura urbanística das Avenidas Novas foi desenhada, em 1888, por Ressano Garcia, que já à época previa o alargamento das ruas e avenidas, assim como a plantação de choupos, acácias do Japão, faias, ailantos, acácias brancas, entre outras espécies. Foi também nesta altura que começaram a surgir as primeiras moradias unifamiliares, com fachadas no estilo Arte Nova e Art Deco.

Em termos de infraestruturas, a freguesia conta com a estação ferroviária de Entrecampos, uma das mais importantes da cidade, uma vez que nela param comboios suburbanos, regionais e de longo curso, ligando Lisboa à periferia e ao resto do país, o metropolitano, explorado pelo Metropolitano de Lisboa, e diversas carreiras da Carris.

Para além destes espaços, dispõem ainda de diversas zonas verdes e jardins, com destaque para o Parque Eduardo VII, onde, anualmente, tem lugar a Feira do Livro de Lisboa, ou o Jardim do Arco do Cego. Atualmente, está em curso uma requalificação da Praça de Espanha, que vai contar com um parque verde com cerca de seis hectares, mais do que o Jardim da Estrela.

Algumas das coletividades e associações da freguesia são o Grupo Excursionista 'Os Económicos', no Bairro do Rego; a Associação Nacional de Apoio ao Desenvolvimento, Investigação e Comunidade (ANADIC), e a Associação Passa Sabi, no mesmo bairro; o Clube de Natação de Lisboa; a Universi-



dade das Avenidas Novas para a Terceira Idade (UNANTI), inaugurada em 2014, e que oferece disciplinas como o Ativa Mente; Energias Vibracionais; Espanhol; Francês; Ginástica; Teatro; Teoria Musical; Saúde e Bem Estar; e ainda o FANClube, um espaço da Junta de Freguesia das Avenidas Novas destinado a crianças e jovens.

Nesta freguesia, pode ainda encontrar a Associação Zoófila de Lisboa, fundada em 2001, e que presta apoio aos animais aban-

donados e famílias mais vulneráveis, graças ao seu hospital veterinário, que funciona durante 24 horas por dia.

O presidente da Junta de Freguesia das Avenidas Novas é Daniel Gonçalves. O restante executivo é composto por Sónia Magro (tesoureira); José Pedro Rebelo (secretário); Jorge Barata (vogal); Cristina Martins (vogal); Ana Cristina Xarez (vogal); e Gonçalo Moita (vogal). José Filipe Soares (CDS-PP) é o presidente da Assembleia de Freguesia.

Restaurante **Jaguar**

Cozinha tradicional portuguesa / Take-away / Serviço esplanada

Aberto de segunda a sexta-feira das 12h às 15h e das 19h às 21h30
Sábados das 12h às 14h30

Av. Conde Valboni, 87 - 1050-067 Lisboa - Tel. 217 972 695 - Mail jaguar@netcabo.pt



CLÍNICAS MÉDICAS
DR. OLÍVIO DIAS



CIRURGIA GERAL · CIRURGIA PLÁSTICA · CLÍNICA GERAL · DERMATOLOGIA · OFTALMOLOGIA · PSIQUIATRIA
NUTRIÇÃO · PODOLOGIA · PSICOLOGIA · TERAPIA DA FALA · OSTEOPATIA · MEDICINA DENTÁRIA
IMPLANTOLOGIA · BRANQUEAMENTO DENTÁRIO · CORREÇÃO DE DENTES

LISBOA

TEL: 217995180 / 962078579

ALGÉS

TEL: 214103815 / 962078578

CASCAIS - BIRRE

TEL: 214860306 / 926392198

Avenidas Novas celebrou aniversário homenageando personalidades



A Junta de Freguesia das Avenidas Novas realizou, no passado dia 29 de setembro, uma Sessão Solene de comemoração do seu 9º aniversário, durante a qual foram homenageadas seis personalidades pelo trabalho desenvolvido em prol da comunidade.

A Junta de Freguesia de Avenidas Novas assinalou o seu 9º aniversário, com uma sessão solene comemorativa e de homenagem a personalidades que, pelo seu exemplo, deram importantes contributos em prol de uma sociedade mais equilibrada e justa. A cerimónia realizou-se no VIP Grand Lisboa Hotel & Spa, tendo sido presidida pelo presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, que lembrou que “a Freguesia de Avenidas Novas voltou a ser uma referência, com passado real, um presente solidário e um futuro com esperança”. Isabel Damatta, atriz e responsável pela disciplina de Teatro na Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade (UNANTI), salientou o trabalho e a importância dos seis homenageados na comunidade, tendo ainda falado sobre a inauguração do novo espaço da UNANTI (inaugurado no dia 13 de outubro) e destacado o apoio

do atual presidente da Junta de Freguesia das Avenidas Novas (JFAN), Daniel Gonçalves, que ajudou a desenvolver o projeto no seu primeiro mandato como autarca, entre 2013 e 2017.

“O território desta jovem freguesia acumula muita história e tem na sua génese o espírito, as cores, as casas e as gentes de Lisboa de sempre”, disse, por seu turno, o presidente da Junta de Freguesia das Avenidas Novas, realçando que esta freguesia é o resultado da reforma administrativa de 2012 e qua agrega as antigas freguesias de São Sebastião da Pedreira, Nossa Senhora de Fátima, e parte da freguesia de Campolide, sendo hoje “um dos centros de negócios estratégicos da capital”.

Para Daniel Gonçalves, celebrar estes nove anos da freguesia são um pretexto para homenagear “mulheres e homens que se distinguiram pela excelência e que represen-

tam o espírito e a conduta que queremos ver associados a esta nossa freguesia”.

Os homenageados nesta cerimónia foram António Calvário, Bruno Maia, Carlos Quintas, Graça Morais, Manuela Eanes e o Instituto de Apoio à Criança, que se destacaram pelo seu trabalho na comunidade, e que representam aquilo que a freguesia quer para todos: a “competência, a entrega, o rigor, a resiliência, a superação e o sucesso”.

Contudo, para além destas distinções, prosseguiu o autarca, foi também reconhecido o “contributo de todos os cidadãos, de todas as coletividades e associações, de todas as instituições e estabelecimentos de ensino”, assim como das “empresas que dinamizam a nossa freguesia pelo seu contributo na cultura, no desporto, na ação social, na economia e no desenvolvimento da freguesia em geral”.

Daniel Gonçalves admitiu que “hoje atravessamos tempos difíceis na freguesia, na cidade, no país, na Europa e no mundo, razão pela qual nos obrigamos a ser ainda mais rigorosos e prudentes na administração da causa pública e na forma como representamos os nossos concidadãos”, mas entende que, mesmo com estas dificuldades, as prioridades devem ser mantidas e garantindo “que ninguém é deixado para trás”.

Para o autarca, a junta de freguesia deve ser um fator de “estabilidade, segurança e de representação de todos os que vivem, trabalham, estudam e visitam as Avenidas Novas”, que deve ser uma freguesia “solidária e alinhada com o progresso”.

Segundo o presidente da junta, “acreditar num futuro melhor é uma realidade que construímos na freguesia todos os dias”, mostrando o seu orgulho e emoção por es-

dencio
Mediação de Seguros
LDA.

Seguros
perto
de si

Peça já
a sua simulação

Todos os ramos de seguros

- Automóvel
- Acidentes de trabalho
- Multiriscos habitação
- Saúde
- Vida crédito
- Acidentes pessoais

Av. Defensores de Chaves, 21 - 1º
1049 010 Lisboa
geral@dencio.pt
21 319 08 90 - 91 953 38 59



Colina RESTAURANTE

Cozinha tradicional
portuguesa

R. Filipe Folque, 46-A – 1050-114 Lisboa
Tel. 213 560 209 – Tlm. 926 819 579
www.restaurante-colina.com
geral@restaurante-colina.com





tar novamente no cargo. Para Daniel Gonçalves, todos os funcionários da JFAN “são os melhores”. Pois dão o melhor de si em todas as áreas e, por isso, esta celebração foi também dedicada a eles.

Os homenageados

Após a intervenção do autarca, procedeu-se às distinções dos seis homenageados, com uma breve introdução em vídeo. Bruno Maia, o primeiro presidente da Assembleia de Freguesia das Avenidas Novas em 2013, foi o primeiro a ser galardoado. O também engenheiro foi também responsável por criar e liderar a gestão dos sistemas de mobilidade da EMEL, sendo que ajudou na criação e expansão da rede de bicicletas GIRA em toda a cidade. Ao mesmo tempo, teve ainda cargos de assessoria na Câmara Municipal de Lisboa, onde também participou na implementação da reforma administrativa que levou à descentralização de competências da autarquia para as freguesias.

Na entrega do prémio, Bruno Maia revelou não se ver como um homenageado, considerando que o mérito é também de todos os autarcas que tomaram posse em 2013, entre os quais Daniel Gonçalves, com o qual “desenvolveu uma boa cooperação, que resultou num bom trabalho para a freguesia”.

O segundo homenageado foi Carlos Quintas, ator, autor, encenador e cantor, residente nas Avenidas Novas há 47 anos. Da sua carreira destaca-se a passagem pelo Parque Mayer e pelo Teatro Nacional Dona Maria II, tendo participado em mais de 50 peças, assim como em novelas, séries e sitcoms. Carlos Quintas agradeceu a distinção, dizendo que nunca sairá das Avenidas Novas e pediu a todos os fregueses “que ajudem e façam tudo por continuarmos a ter um espaço lindo e maravilhoso”, onde existe tudo, desde cafés, cinemas, teatro, entre outros.

Graça Morais foi a terceira personalidade a ser distinguida nesta cerimónia de aniversário. A pintora, premiada e reconhecida nacional e internacionalmente, é membro efetivo da Academia Nacional de Belas Artes e do Centro Nacional de Cultura, sendo ainda conselheira noutras associações artísticas, e conta também com diversas distinções e condecorações a nível nacional, entre as quais o Grau de Grande Oficial da Ordem do Infante D. Henrique, atribuída por Jorge Sampaio

em 1997, e ainda a Medalha de Mérito Cultural do Governo Português, entregue pela antiga Ministra da Cultura, Graça Fonseca, em 2019.

A artista, residente no Bairro do Rego e com o atelier em São Sebastião da Pedreira, considera que as Avenidas Novas “são uma freguesia fantástica”, e salientou o seu bairro como um sítio “onde nós encontramos o nosso Portugal”, assim como culturas e classes sociais diferentes. Segundo Graça Morais, é preciso defender as casas e o património da freguesia, garantindo a «manutenção» dos seus moradores, que “fazem parte da memória da freguesia e de Lisboa”. A pintora falou ainda da exposição que inaugurou numa galeria na Rua de São Bento, intitulada ‘Anjos e Lobos’, que retrata a atual situação na Ucrânia e agradeceu por ter “a liberdade, como mulher, de fazer aquilo que acha que deve fazer”.

Graça Morais já foi homenageada pela Junta de Freguesia das Avenidas Novas no passado, e agradeceu a nova distinção, reiterando a sua paixão pelo Bairro do Rego, onde tem a oportunidade de conviver com diferentes pessoas, e aqui referiu “o papel importantíssimo” das freguesias na construção destas ligações e de olhar para os problemas das pessoas. “Se nós todos estivermos atentos às pessoas que estão ao nosso lado e lhes dermos a mão, essas pessoas também podem viver melhor”, terminou.

O cantor António Calvário foi o quarto homenageado desta cerimónia. O músico começou o seu percurso com a canção ‘Oração’, que venceu o primeiro Grande Prémio TV da Canção Portuguesa, em 1964, e com a qual representou o país no concurso da Eurovisão. Para além da música, passou também pelo teatro, onde fez diversas peças e teatro de revista. O artista disse estar honrado com a distinção, fazendo o seu agradecimento com um espetáculo no final da cerimónia.

De seguida, foi homenageada Manuela Ramalho Eanes, primeira-dama entre 1976 e 1986, e também fundadora do Instituto de Apoio à Criança (IAC), associação que surgiu em 1983 com a missão de defender e proteger os direitos das crianças e que foi também distinguida nesta cerimónia. Manuela Ramalho Eanes foi ainda presidente do IAC durante mais de 30 anos, sendo atualmente presidente honorária desta instituição, liderada agora por Dulce Rocha que, esteve na cerimónia, em representação,

quer da antiga primeira dama (que não pôde comparecer por motivos de saúde), quer do IAC.

Dulce Rocha mostrou-se “honrada” por estar a representar a instituição, dizendo que esta “já merecia este reconhecimento”, porque já há quase 40 anos luta pelos direitos das crianças, salientando ainda a “visão extraordinária” de Manuela Ramalho Eanes na criação do IAC, que ajudou ainda a desenvolver projetos pioneiros “e impensáveis naquela altura”, tais como o Serviço SOS Criança, uma linha telefónica de apoio aos mais novos, criada em 1988, tendo sido das primeiras linhas do género na Europa.

Contudo, a presidente do IAC destacou ainda o trabalho da instituição por exemplo, na “humanização dos serviços nos hospitais”, entre outros. Dulce Rocha, apesar de não residir na freguesia, disse que a sente um pouco como sua também, uma vez que estudou no Liceu Maria Amália Vaz de Carvalho, tendo passado também pelo Tribunal de Menores de Lisboa e ainda pelo Palácio da Justiça, também nas Avenidas Novas. “É com um prazer enorme que recebo este galardão, em nome do Instituto de Apoio à Criança”, disse a dirigente do IAC, para quem é um grande “privilegio conviver e trabalhar” com Manuela Ramalho Eanes.

Para Dulce Rocha, “ela é um exemplo e uma inspiração para todos nós”, realçando a sua “humildade e proximidade” com as pessoas, e agradeceu a distinção da Junta de Freguesia das Avenidas Novas em seu nome, garantindo que a antiga primeira-dama irá visitar a freguesia “assim que estiver bem”. No final das homenagens, o núcleo da ReFood de Nossa Senhora de Fátima fez também um pequeno agradecimento à JFAN, com uma lembrança, de forma a retribuir todo o apoio dado por esta autarquia.

Daniel Gonçalves agradeceu a oferta, dizendo que a ReFood “pode sempre contar” com a freguesia para desenvolver o seu trabalho. A cerimónia de celebração dos nove anos da Freguesia das Avenidas Novas contou ainda com um momento musical da fadista Joana Melo, acompanhada por Luís Coelho na guitarra portuguesa e Duarte Nunes na viola; e outro de António Calvário, que cantou alguns dos seus temas mais conhecidos. As comemorações terminaram com um pequeno convívio entre todos os presentes.



HAIRSOLUTION
WWW.HAIRSOLUTION.PT



Cabeleireiro • Manicure • Pedicure • Esteticista • Epilação

Av. Defensores de Chaves 31-12 D R. Dr. Pereira Bernardes 9-B
1000-111 Lisboa - Tel. 213 548 933 1500-247 Lisboa - Tel. 217 159 414

geral@hairsolution.pt - Facebook.com/hairsolution



10% desconto na apresentação deste jornal

Manutenção e reparação automóvel
Alinhamento, calibragem e substituição de pneus
Inspeção periódica obrigatória
Lavagem manual interior e exterior

R. Fialho de Almeida, 9 A e B – 1070-128 Lisboa
✉ geral@garagembairroazul.pt - f garagem bairro azul
Tel. 213 825 260 – Tlm. 968 492 318

DANIEL GONÇALVES, PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA

Futuro pode passar pelo turismo

No último ato eleitoral, os eleitores expressaram a sua vontade de mudar a gestão da freguesia das Avenidas Novas e das suas realidades, dando um voto de confiança a Daniel Gonçalves, que pretende que a freguesia seja uma referência de um presente Solidário, Responsável e Competente e de um futuro com Esperança para todos, prometendo um crescimento sustentado, baseado no turismo, com respeito pelo ambiente, solidariedade e ação social

Daniel Gonçalves, presidente da Junta de Freguesia das Avenidas Novas, está apostado na inclusão, na competência, no empenho, na dedicação e no rigor para voltar a dar à população das Avenidas Novas a atenção e tratamento de proximidade que “é a nossa imagem de marca”.

Uma das apostas do autarca é o desenvolvimento económico sustentado e o turismo. Para isso, pretende apoiar e estimular a atividade económica, atrair o investimento, o espírito de iniciativa e o empreendedorismo jovem, designadamente “com a identificação e divulgação de oportunidades e a facilitação dos processos de criação de emprego”.

Por outro lado, Daniel Gonçalves considera importante apoiar os mercados, valorizando o consumo dos produtos locais, a promoção do comércio de produtos biológicos e o artesanato, promovendo assim um turismo “mais qualificado, que posicione a freguesia num patamar de excelência, potenciando a instalação de mais e melhores equipamentos turísticos”. Mas, para isso, pretende melhorar as condições para a restauração e criar iniciativas chamativas, “apoando e estimulando a requalificação e promoção do comércio local, em diálogo permanente com os comerciantes”.

Olhares de Lisboa - O que representou, para si, a vitória nas últimas eleições autárquicas?

Daniel Gonçalves - A minha vitória e da minha equipa significou um retomar de esperança e da política reformista que havia implementado com sucesso no meu mandato de há oito anos. Senti que a política de causas caíra no esquecimento e que a atenção se fixara no imediato e no “show off”, sem pensar no dia de amanhã. As Avenidas Novas perderam o seu esplendor e vida de outrora e a culpa não pode ser apontada aos fregueses. Assistimos, durante demasiado tempo, a uma política virada para o interior na qual os fregueses eram meros instrumentos e absurdamente ignorados até às vésperas eleitorais. Daí resultou a

degradação, o esquecimento, o protelar de situações sem apresentação de soluções, enfim a quebra da esperança: convictamente proponho-me a ultrapassar, com a ajuda de todos, tal situação. No final do meu mandato, julgo que ninguém ficará indiferente ao meu legado. Poderão apontar-me o dedo por não ter resolvido tudo, mas decerto reconhecerão que alguma coisa terá sido feita em prol da Freguesia e dos fregueses, sempre indistintamente e sem olhar a quem.

O. L. - Quais são as maiores necessidades da freguesia?

D. G. - A Freguesia, de si tão rica, na generosidade das pessoas e nas suas potencialidades, precisa de ser repensada. São notórios a ausência de um plano reformista para a Freguesia e o grande desequilíbrio social. Como aludi, sinto que a Freguesia de Avenidas Novas parou. O anterior Executivo deixou-a completamente desajustada alheada de ideias e criatividade. Foi também por isso que resolvi candidatar-me e, após um ano de trabalho árduo e envolvente com os fregueses, não tenho qualquer dúvida que, no final, poderei ter atingido a maioria dos meus compromissos, com destaque para as seguintes áreas prioritárias: crescimento sustentado com respeito pelo ambiente, solidariedade social/ação social (área com tantas promessas e, por quem dirigia o anterior Executivo, tão esquecida), cultura e lazer, incentivo ao empreendedorismo local, apoio ao comércio e tecido produtivo, apoio aos jovens e reordenamento da mobilidade na Freguesia.

O. L. - Quais são e vão ser as prioridades e as maiores áreas de intervenção?

D. G. - Conforme referi, as pessoas, particularmente as mais desfavorecidas, constituirão a minha grande prioridade. As políticas sociais de proximidade e acolcho social recolherão a minha especial atenção. Importará que haja uma política assente em fatores sustentáveis que olhem um pouco mais além que o imediato. Não há qualquer dúvida que existe fome e fregueses nos limiares da pobreza, muitas

vezes envergonhada e claramente desprotegidos. Sou sensível a tal realidade e preocupo-me com quem nada ou pouco tem. Todos poderão contar comigo na tentativa de resolução de tais situações mediante políticas inclusivas e de proximidade. A sensibilização do tecido empresarial terá a esse respeito também uma palavra a dizer, pois o problema não é apenas de alguns é de todos nós. É inadmissível que, em pleno século XXI, exista um tão grande deficit de solidariedade, uma palavra e, sobretudo, um claro gesto de apoio para com os nossos concidadãos. Preocupemo-nos hoje com uns, para que o futuro seja socialmente mais generoso para todos.

O. L. - O aumento de desemprego gerou muita pobreza envergonhada, principalmente nas zonas consideradas da classe média alta, como estão a gerir esse problema?

D. G. - Uma das principais preocupações enquanto presidente da Junta de Freguesia é, justamente, ir ao encontro das necessidades de cada freguês, procurando minimizar qualquer situação de fragilidade que possa existir e otimizar as condições existentes para que todos possam usufruir de vários serviços e atividades. Dentro dum vasto leque de ações que temos levado a cabo, quero destacar os apoios financeiros aos agregados carenciados, os apoios às diversas instituições representativas da nossa Freguesia, tanto a nível logístico, como ao nível de apoio institucional e financeiro, não podendo deixar de fazer uma referência particular a um projeto muito acarinhado tanto por mim como por todo o Executivo da Junta de Freguesia: a instituição UNANTI – Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade. Este projeto foi iniciado por mim no primeiro mandato, tendo sido retomado, requalificado e executado neste mandato que agora decorre. Depois de uma primeira fase com aulas online, inaugurámos as instalações, no passado dia 17 de outubro, na Av. Defensores de Chaves. A UNANTI teve uma grande adesão por partes dos nossos fregueses, com inscrições rapidamente esgotadas. Por fim gostaria de sublinhar os vários

Passeios Sociais Sénior que temos realizado a vários pontos do nosso país, para os nossos fregueses seniores, e que têm proporcionado momentos de grande diversão e enriquecimento pessoal.

Quanto à pobreza envergonhada é um dos maiores flagelos, deste quase quarto de século, que a todos nos deverá necessariamente preocupar. O problema é gravíssimo no atual contexto pós pandémico e de inadmissível guerra aqui tão perto e com efeitos globais. Todos temos especiais responsabilidades na distribuição de recursos e todos temos o dever social de combater a desumanidade de tal estado sem nos limitarmos a “assobiar para o lado”. O combate a tal flagelo é um desiderato civilizacional e ninguém pode moralmente alhear-se do seu papel pessoal e contributo para a resolução, não de forma imediatista e por descargo de consciência. Afinal, os pobres e desfavorecidos, seja qual for a circunstância que induziu tal situação, têm igualmente direito a uma vida condigna, com oportunidades para todos, sem exceção. A classe política, seja qual for o patamar da sua intervenção, não pode abster-se de fazer qualquer coisa. Estou convicto que, com a ajuda do meu Executivo e de todos os eleitos, assim como da minha equipa de colaboradores na área social (pois esta é uma obrigação transversal), poderemos contribuir para melhorar esta adversidade que a todos nos deve envergonhar.

O. L. - Que apoio presta a autarquia aos mais idosos?

D. G. - Os mais idosos, porquanto desfavorecidos e desprotegidos, constituem para mim uma preocupação especial. O isolamento, a solidão e o esquecimento não me deixam indiferente, aliás, todos nós caminhamos para velhos e não deveremos esquecer que, mais cedo ou mais tarde, tais problemáticas igualmente nos atingirão. Não é por ignorar estes problemas que eles irão desaparecer, antes pelo contrário! Assim canalizámos verbas e encetámos esforços nas atividades de apoio social aos idosos mais carencia-

A portrait of Daniel Gonçalves, an elderly man with white hair and glasses, wearing a dark grey suit, a light blue shirt, and a red tie with white polka dots. He has his arms crossed and is smiling slightly. The background is a faded image of a large, ornate building with a dome.

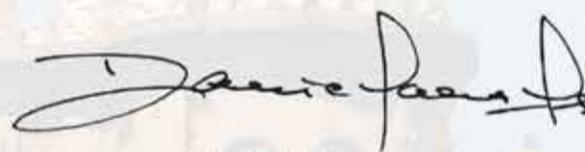
“Quem quiser alcançar um objetivo distante,
tem que dar muitos passos curtos”

Helmut Schmidt; Nov. 2004.

Como ele, sou um homem de palavras claras e determinação até ao fim; humilde no reconhecimento dos meus erros, suficientemente inteligente para aprender com eles e maduro para corrigi-los se caso disso for.

O maior reconhecimento do meu trabalho será o sucesso dos resultados a obter.

A todos o meu sincero agradecimento,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Daniel Gonçalves'.

Daniel Gonçalves

Presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas

dos, com vários projetos de intervenção social, que não se ficam pelo combate à fome, mas também implementando programas de integração e cultura. Não ficaremos, obviamente, por aqui. Ambicionamos fazer – e faremos - muito mais.

O. L. - Que medidas já tomou e qual a recetividade dos seus fregueses?

D. G. - Eu e o meu Executivo atuamos com espírito de missão. São várias as nossas vertentes de intervenção e sentimos nas ruas o apoio dos fregueses. É nossa prática auscultar aleatoriamente os fregueses e as forças vivas da freguesia, recolhendo todos os contributos e ideias possíveis. Não descuro as opiniões de quem me procura com preciosas sugestões. Com o meu Executivo, cultivamos o sentimento de pertença e de identificação com a área territorial onde habitamos, trabalhamos, estudamos ou convivemos, passeamos ou fazemos turismo. Esta questão identitária do território, que vai além dos limites geográficos da freguesia, mas que a todos nos une na responsabilidade de constantemente melhorarmos a freguesia que é de todos, por direito!

O dever solidário é comum e não permite exceções. A todos caberá a missão de nos ultrapassarmos e coletivamente nos reinventarmos sem “correr atrás do prejuízo”. Por isso mesmo, como presidente do Executivo, estou consciente da particular responsabilidade de incentivar políticas proativas, fazendo opções, sem olhar a custos eleitorais, que daí possam advir. O superior bem coletivo poderá sofrer a oposição de alguns poucos, mas o interesse e a causa pública deverão suplantar qualquer obstáculo ou a natural mesquinhez humana.

O. L. - Que perspetivas tem para o futuro da freguesia?

D. G. - As melhores e mais ousadas, não fora eu um otimista e um entusiasta da condição humana. Efetivamente muito há por fazer na nossa Freguesia. Queremos promover o seu desenvolvimento harmonioso, com uma intervenção global e abrangente nos diversos domínios que determinam a qualidade de vida e bem-estar dos fregueses e concidadãos, destacando os seguintes objetivos, ações e medidas: DESENVOLVIMENTO SOCIAL E PARTICIPAÇÃO, conferindo prioridade às pessoas e às famílias, especialmente neste período difícil que atravessamos, com particular atenção aos mais desfavorecidos e desamparados – idosos, doentes, deficientes, desempregados, jovens – através de uma ação social de proximidade, em estreita articulação com o voluntariado da sociedade civil e as instituições de solida-



riedade, Câmara Municipal e demais Órgãos do Poder; PROMOÇÃO de formas de auscultação e participação que facilitem o diálogo diário dos fregueses no relacionamento com a sua Junta de Freguesia; ALERTAR E RECLAMAR ações efetivas da Câmara Municipal de Lisboa (CML) e Entidades Estatais no sentido da criação de alternativas válidas e justas para os casos graves de carência habitacional das famílias em situação económica particularmente débil. No entanto, a CML deverá também combater e pôr cobro, com grande firmeza e intransigência, a outras situações que existem e que são determinadas por razões meramente oportunistas ou especulativas; ADOÇÃO de medidas de enquadramento e integração das várias comunidades residentes na Freguesia; PUGNAR por melhores condições de segurança de pessoas e bens, através da institucionalização de um diálogo permanente com a PSP e demais forças de segurança, para uma afetação de efetivos e meios mais ajustados às reais necessidades da freguesia; COLABORAR e apoiar os bombeiros e estruturas da proteção civil na sua ação, tão meritória e essencial de auxílio, às populações e de prevenção e combate aos fogos; APOIAR as iniciativas da sociedade civil, das escolas, das instituições sociais, culturais e despor-

tivas e incentivar o reforço do espírito associativo e o surgimento de novas associações autossustentáveis; COLABORAR ativamente com outras entidades públicas, designadamente em matéria de educação, saúde, ação social, proteção civil, cultura e desporto, em tudo o que interesse à qualidade de vida dos fregueses e concidadãos; PROMOVER a preservação e divulgação da memória, cultura e património cultural, tanto o material como o imaterial, valorização de referências e marcos históricos, caracterização e inventariação da riqueza da cultura e tradições locais, com natural sensibilização dos poderes públicos; APOIAR, sempre que necessário, a constituição de grupos de trabalho, para estudo de problemas relevantes, relacionados com a qualidade de vida dos cidadãos da freguesia; DESENVOLVIMENTO ECONÓMICO SUSTENTADO E TURISMO, apoiando e estimulando a atividade económica, a atração de investimento, o espírito de iniciativa e o empreendedorismo jovem, designadamente com a identificação e divulgação de oportunidades e a facilitação dos processos de criação de emprego; APOIAR os mercados, valorizando o consumo dos produtos locais, a promoção do comércio de produtos biológicos e o artesanato; REVITALIZAR e apoiar a realização de eventos na freguesia, tornan-

do-a um ponto de referência; COLABORAR na promoção de um turismo mais qualificado, que posicione a freguesia num patamar de excelência, potenciando a instalação de mais e melhores equipamentos turísticos. Melhorar as condições para a restauração e criar iniciativas chamativas, apoiando e estimulando a requalificação e promoção do comércio local, em diálogo permanente com os comerciantes; AMBIENTE, MOBILIDADE E VALORIZAÇÃO URBANA assente na valorização do espaço urbano, com devolução de espaços aos peões, com regulamentação, reorganização e ordenamento de ciclovias. Melhoramento e reparação de passeios e acessos, designadamente para pessoas com mobilidade reduzida, em estreita ligação com a CML; ANOTAR e reportar as deficiências nos domínios da iluminação pública e da sinalização; e PROMOÇÃO de campanhas de sensibilização cívica.

O. L. - Como está a situação financeira da autarquia?

D. G. - Contrariamente ao que muitos pensam, talvez iludidos pelo tamanho da freguesia, estamos muito longe de ser uma freguesia rica. Vivemos, como as demais, das nossas receitas próprias, das subvenções orçamentais camarárias, da força das nossas convicções, que move a força da

decor
imperio®

Visite-nos para
o seu Natal

Confeção própria de
cortinados e similares
Tapetes por medida
Papel de parede
Artigos de decoração
Aromas para o lar
Mathilde M.
Maison Berger

Av. António Augusto de Aguiar, 150-A - 1050-022 Lisboa
Tel. 21 352 77 85 - Tlm. 93 352 77 85
www.decorimperio.com - comercial@decorimperio.com

estores
imperio®
INTERIORES E EXTERIORES

Todo o tipo de
estores interiores
e exteriores
por medida

Comercialização - Instalação - Reparação
Visite o nosso Showroom

Av. António Augusto de Aguiar, 150-A - 1050-022 Lisboa
Tel. 21 352 77 85 - Tlm. 93 352 77 85
www.estoresimperio.com - comercial@estoresimperio.com

nossa influência, assente na persuasão que colocamos nos nossos atos e gestos. Sou um político de causas, de convicções, de persuasão e de inclusão. É isso que me distingue dos demais. Encontrámos uma Freguesia estagnada e pouco racional no aproveitamento dos seus recursos, mas não foi isso que nos dissuadiu. O anterior Executivo afetara à despesa com o pessoal cerca de 75% do orçamento, restando para tudo o mais apenas 25%. Tal situação era absolutamente inoportuna. Hoje estamos bem melhor que então e honramos os nossos compromissos. Somos uma Freguesia contida, aferida e contabilisticamente equilibrada, sem que tal nos condicione nas nossas obrigações e ambições.

O. L. - Qual o apoio que a câmara presta às juntas de freguesia?

D. G. - A Câmara Municipal de Lisboa temnos apoiado, dentro das suas limitações próprias, destacando-se os apoios aos agregados familiares, no âmbito do Fundo de Emergência Social (FES), os apoios alimentares diretos ou com envolvimento de estabelecimentos de restauração local, apoios às rendas, a maior parte com o contributo operacional da Junta de Freguesia de Avenidas Novas (JFAN), que se tratam de apoios especiais relevantes e devidamente racionalizados para o acompanhamento dos quais a JFAN está naturalmente vocacionada. Em comum com a CML, a JFAN adota medidas de apoio aos moradores mais vulneráveis. A entrega de compras ou medicamentos estão entre os serviços prestados por quem está mais perto das populações. Não tem sido um percurso fácil, mas temos vindo a fazer um assinalável esforço de articulação com a CML, assente no trabalho e numa forte sintonia em prol dos nossos fregueses.

O. L. - Decorrido quase metade deste mandato à frente dos destinos da Junta de Freguesia, mantém a mesma motivação e firme convicção que determinaram a sua candidatura?

D. G. - Convicto, com as certezas intactas, o desejo de cumprir a missão que me propus e sempre, mas sempre, com o sentido de ajudar e ser parte da solução e nunca do problema. Apresento-me na política com uma visão reformista e humanista, no discurso e na prática, conforme já demonstrei no mandato de 2014. Comigo toda a gente sabe ao que venho e todos sabem o que pretendo fazer. Podem alguns não gostar de mim, mas certamente não serei a ninguém indiferente. A causa pública, embora haja quem pense o contrário, é um desígnio de nobreza, mas de alguma solidão. Não raras vezes me ques-

tiono se terei forças para continuar, mas a resposta que recolho dos fregueses é que sim e aceito que a minha missão de serviço público ainda está longe de concluída e sei que ainda tenho muito para dar. Move-me por valores e princípios. Em democracia existe sempre quem de nós discorde, mas é isso mesmo que a define: a diversidade, o contributo através do debate de ideias, a antítese e depois a síntese. Todo o contributo é precioso e inestimável e estou aberto ao contributo de todos, que como eu, amem a nossa Freguesia.

O. L. - A cultura, património e tradição fazem parte do cartão de visita da freguesia. Para além da Praça de Touros do Campo Pequeno e da Gulbenkian, que outras referências destacam na freguesia?

D. G. - A cultura, o património e a tradição não se esgotam na Praça de Touros do Campo Pequeno e na Gulbenkian. Efetivamente, outros pontos de referência nas Avenidas Novas podem ser referidos, nomeadamente: a Casa (José) Malhoa (Av. 5 de Outubro) - um belíssimo prémio Valmor de 1905, estilo Arte Nova; O Edifício sede da Ordem dos Engenheiros (Av. António Augusto de Aguiar nº 3D). Da autoria do arqt. Ventura Terra, mais uma menção Valmor de 1913, com ornamentações em cantaria; Os edifícios na Av. da República 87 e 89-A, ambos da autoria do Arqt. J. Rodrigues Pietro, em cantaria, porta da entrada ombreira em arco de volta perfeita e outros elementos decorativos; O edifício na Av. da República, nº 23, edifício vencedor do Prémio Valmor em 1913, de autoria do Arqt. Miguel Nogueira, com forte influência da Arte Nova e Neorromântica e fachadas caracterizadas com alternância de volumes, exuberante decoração vegetalista e trabalho em ferro das guardas; O próprio Edifício Sede da Junta de Freguesia de Avenidas Novas (Av. de Berna nº 1), datado de 1908, com construção da autoria do Arqt. Norte Júnior e fachada Arte Nova, em cantaria, com realce para as colunas que sustentam as varandas, para não falar nos gradeamentos e vãos; O Edifício na Av. Fontes Pereira de Melo nº 28, também ele mais um prémio Valmor de 1914, da autoria do Arqt. Norte Júnior; A Estufa Fria (no Parque Eduardo VII); A casa museu Dr. Anastácio Gonçalves; A Igreja Matriz de S. Sebastião da Pedreira (imóvel de interesse público); A casa Ventura Terra (imóvel de interesse público); O Palácio Mendonça; O "Clube dos Empresários", O Edifício da Pastelaria Versailles; Os azulejos de Jorge Barradas; A casa Artur Prat; O Liceu Maria Amália Vaz de Carvalho (em classificação), etc.

Universidade para a 3ª idade com novas instalações na Defensores de Chaves

A Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade (Unanti) já mudou de casa, estando instalada no número 32 da Avenida Defensores Chaves, que reúne as condições necessárias para acolher os seus 27 professores que ministram, a cerca de 300 alunos, disciplinas tão disparas como o teatro, francês, italiano, fotografia, pintura, artesanato, psicologia, história, música, ou Poesia Criativa.

As novas instalações da Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade, na Avenida Defensores Chaves, nº 32, foram inauguradas no passado dia 13 de outubro, pelo presidente da Junta de Freguesia das Avenidas Novas, Daniel Gonçalves, que reconheceu que "não foi fácil encontrar o lugar certo, assim como ultrapassar vários obstáculos", superados graças à "persistência e a resiliência que nos caracterizam".

Aliás, em declarações anteriores a Olhares de Lisboa, Hugo Sousa, assessor para a área de intervenção social da Junta de Freguesia das Avenidas Novas, e a atriz Isabel Mata, responsável pela disciplina de teatro e técnica, reconheciam que «não foi fácil encontrar o lugar certo», explicando que o conseguiram «porque a motivação é imensa».

Daniel Gonçalves, que se encontrava acompanhado nesta cerimónia de inauguração pelo presidente do Rotary Club de Lisboa-Benfica, Acílio Gala, e pela presidente da Comissão dos Serviços à Comunidade dos Distrito Rotário, Isabel Rosmaninho, faz da inclusão e do "envelhecimento digno, ativo e participativo" algumas das prioridades do seu mandato, uma vez que "é uma missão que não podemos nem devemos excluir", assim como as áreas da Ação Social e da Inclusão.

Desta forma, entre os objetivos fulcrais desta Universidade sénior, estão a promoção do envelhecimento ativo, o combate à solidão, assim como a obtenção de novos conhecimentos e a partilha de saberes, estabelecendo-se canais de acesso e de proximidade com a população mais idosa da freguesia. Enfim, "fazer da terceira idade uma fase feliz da vida" é, na prática, a grande meta desta universidade sénior, porque, como salientam Daniel Gonçalves, Hugo Sousa e Isabel da Mata, "chegar à universidade, ter um curso e construir uma carreira profissional não é sonho só dos mais jovens. Os mais velhos também estão em busca de conhecimento e do convívio". O prazer que advém de «ouvir as pessoas», de «conviver» e de «fazer amigos» tam-

bém constitui um estímulo para frequentar este tipo de instituições, bem como a necessidade de alcançar o bem-estar, entendido como a satisfação das necessidades do ser humano e «o valor que cada pessoa atribui às coisas da vida», defende. Do ponto de vista do autarca, através da universidade sénior, a Junta pretende dar uma resposta socioeducativa que visa a criação e dinamização regular de atividades sociais, educacionais, culturais e de convívio, para e pelos maiores de 55 anos.

Por seu turno, a coordenadora pedagógica da instituição, Emília Noronha, salientou o papel da UNANTI para "fazer os utentes felizes", através da "partilha de saberes, dos passeios, entre outras" atividades.

Na perspetiva de Emília Noronha, a UNANTI tem um papel importante na ajuda aos mais velhos "a serem felizes", algo que, a seu ver, é fundamental nesta faixa etária, louvando ainda o trabalho de todos os professores e daqueles que, diariamente, dedicam o seu tempo à instituição.

O presidente do Rotary Club de Lisboa e Benfica, Acílio Gala, também presente, referiu que "o movimento Rotário vai querer ajudar" o trabalho da UNANTI, disponibilizando "gente boa", proveniente "da área das ciências ou da comunicação" para lecionar neste estabelecimento, o que vai permitir afirmar esta universidade "como a melhor de Lisboa".



SUSANACASTANHEIRA
REAL ESTATE CONSULTANT

CONFIANÇA
E RESULTADOS

NO MOMENTO DE VENDER OU COMPRAR CASA!

THE RE/MAX COLLECTION
RE/MAX FOR.EVER
LIFE EXPERIENCE

+351 919 615 848

scastanheira@remax.pt

remax.pt/scastanheira

AGREGAVONTADES. MED. IMOB., LDA . AMI 9524

ANADIC promove inclusão de crianças, jovens e seniores

A Associação Nacional de Apoio ao Desenvolvimento, Investigação e Comunidade (ANADIC) foi criada em 2015 com o objetivo de dar apoio a pessoas vulneráveis e desfavorecidas, residentes na freguesia das Avenidas Novas, em especial no Bairro do Rego, através de projetos e atividades, destinadas a crianças, jovens e seniores, que visam integrá-los na comunidade e melhorar as suas capacidades, porque acredita “numa sociedade onde as desigualdades sociais podem ser suprimidas por aqueles que a constituem, ultrapassando todas as barreiras do preconceito e discriminação”.

A Associação Nacional de Apoio ao Desenvolvimento, Investigação e Comunidade tem como missão promover uma maior inclusão, justiça social e desenvolvimento das comunidades e territórios onde atua. “Acreditamos no valor individual e coletivo, nos sonhos e nas vontades de ser e fazer” afirma Fátima Melo, coordenadora de projetos e vice-presidente da ANADIC, explicando que, inicialmente, a associação começou por dar apoio a crianças e jovens do bairro, mas rapidamente estendeu a sua ação à população idosa, até porque o Rego “tem uma população muito envelhecida que, na sua grande maioria, reside sozinha”.

A ANADIC possui uma dinâmica adaptada à compreensão dos diferentes subsistemas que envolvem cada criança, jovem ou adulto e desta forma pode intervir em cada um de forma a influenciarem-se mutuamente, criando ciclos geracionais mais saudáveis e integrados, adianta Fátima Melo, salientando que esta instituição desenvolve diversos projetos, nomeadamente o Rotas do Bairro, destinado a crianças e jovens, e que pretende ser “uma resposta de combate ao insucesso escolar”, e que funciona noutro espaço situado no mesmo bairro; e ainda o projeto Chave de Prata, promovido pelo Ministério da Administração Interna, destinado a jovens e idosos, e que visa ajudar a “promover a segurança no bairro”, sensibilizando os participantes para temáticas ligadas à segurança, ambiente, preconceito e comportamentos de risco, ao mesmo tempo que se ajuda a combater o insucesso escolar.

Por outro lado, a ANADIC promove também “atividades lúdico-pedagógicas”, que visam o desenvolvimento pessoal e social de crianças e jovens, de forma a que se insiram na comunidade e tenham acesso “a outras oportunidades que muitas vezes as famílias não conseguem proporcionar”.

No âmbito dos idosos, a associação promove passeios, visitas culturais e idas à praia, mas também atividades relacionadas com o envelhecimento ativo e o combate ao isolamento social, contando com várias parcerias, designadamente com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, Câmara de Lisboa e Junta de Freguesia das Avenidas Novas, com quem desenvolvem projetos de maior dimensão, entre as quais o Projeto Radar ou os Amigos Improváveis.

O primeiro (Projeto Radar) é desenvolvido pela Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e tem como objetivo fazer o levantamento dos seniores da freguesia que vivem isolados, para perceber as necessidades e articular essa informação com as associações locais. Já o segundo projeto promove a visita de jovens à casa de idosos que residem sozinhos, e foi retomado recentemente, após ter estado suspenso dois anos devido à Covid-19.

Na perspetiva de Fátima Melo, a pandemia “não alterou o trabalho” da ANADIC, que continuou sempre a trabalhar mesmo em período de confinamento. “Deixámos de ter as atividades presenciais, mas fomos a casa dos nossos utentes para perceber as necessidades de cada um”, acrescenta a responsável, ressaltando que esta



associação chegou a levar artigos de supermercado a idosos que vivem sozinhos e também materiais de estudo a crianças que “precisavam de continuar a estudar, em casa, mas não tinham equipamento para tal, porque muitos vêm de famílias excluídas em termos digitais e que muitas vezes não têm computador”.

A seu ver, o confinamento agravou as necessidades da população residente no Bairro do Rego. No caso dos idosos, obrigou-os a “ficarem ainda mais isolados”, dificultando o seu desenvolvimento “a nível motor” e em “termos cognitivos”. No caso das crianças e jovens, o confinamento fez com que se acentuassem ainda mais as carências económicas e a falta de literacia digital, que tanto atinge estas crianças, como atinge as respetivas famílias.

Por isso, muito do trabalho da ANADIC incidiu muito na questão da literacia digital. “Há crianças que sabem ir às redes sociais, mas depois não sabem mexer no computador para fazer um trabalho escolar, as suas famílias também não sabem e não as conseguem ajudar”, salienta a responsável, acrescentando que a associação também trabalha muito esta questão com os idosos, “que às vezes precisam de usar o telemóvel ou o computador e não o sabem fazer, acabando por nos pedir ajuda”.

Todos os projetos desenvolvidos pela ANADIC, assegura Fátima Melo, são realizados tendo em conta cada um dos públicos-alvo, uma vez que “as crianças e os jovens têm necessidades diferentes”.

A vice-presidente da associação destaca que “há muitas pessoas a residir sozinhas” não só no Rego, mas também no resto da freguesia. “Não é uma coisa só do bairro, mas acaba por ser um isolamento diferente, porque do outro lado da freguesia há um grande poder de compra, há pessoas que vivem sozinhas, mas têm uma boa capacidade financeira, que não é o que acontece aqui no Rego, onde há idosos com reformas pequenas”, salienta Fátima Melo.

Para a vice-presidente da ANADIC, os apoios do Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna têm sido fundamentais no trabalho desenvolvido com as crianças, “muitas delas com necessidades educativas”. Esta associação conta com uma equipa de cinco voluntários que, diariamente, dão apoio às crianças e jovens nas questões relacionadas com a escola. Contudo, para Fátima Melo, é importante reforçar o número de voluntários, sobretudo para acompanhar “os idosos às consultas médicas e às Finanças”, mas também para “acompanhar os jovens de uma forma mais acérrima nas questões escolares”.

Centro de Estética
Luciana Souza
GEL POLISH

Manicure | Pedicure | Gelish | Calista | Estética Facial e Corporal | Laser Diodo

Avenida Barbosa du Bocage, 25B | 1000-070 Lisboa
Tlm. 92 821 06 11
www.facebook.com/centrodeesteticalucianasouza

FUNERAIS
CREMAÇÕES
TRASLADAÇÕES

ATENDIMENTO
24 HORAS
210 473 581
934 248 075
968 051 806

Funerária
Estrelad'inverno

Rua da Beneficência, 128-A - 1600-024 Lisboa-Rêgo
Email: estreladinverno@gmail.com
www.funerariaestreladinverno.pt

AMOENA é líder na comercialização de produtos pós cancro da mama

A Amoena é líder mundial de próteses mamárias, tendo recebido o prémio RED DOT (prémio de design em 2021), com a prótese ADAPT AIR (na foto), cuja câmara de ar extra, permite uma melhor adaptação ao corpo.

A Amoena tem a sua sede e loja, na Rua Cardeal Mercier, 25 A. Em frente ao Mercado do Bairro de Santos, nas Avenidas Novas, à 29 anos.

A sua filosofia, é proporcionar uma qualidade de vida melhor às mulheres após mastectomia.

Para além da loja em Lisboa, e da loja online no website: www.amoenaportugal.pt, tem revendedores em todo o país, incluindo Ilhas. O principal foco da empresa é proporcionar autoestima, e bem-estar às mulheres afetadas pelo cancro da mama, doença que em 2020, afetou cerca de 7.000 portugueses, Sendo uma das doenças, que mais afeta as mulheres mundialmente, de acordo com os dados da Global Cancer Observatory.

O Atendimento personalizado, é feito por marcação para o número tlf. 21 793 76 47, para garantir, não só a privacidade das clientes, mas, também disponibilidade de um atendimento único, e pessoal.

Os produtos comercializados pela empresa, vão desde os produtos de recuperação

pós cirurgia mamária. Soluções para linfedema, com as mangas de compressão. Produtos para recuperação rápida e eficaz, na reconstrução Mamária (cicatrização).

Como os soutiens e fatos de banho, englobam tamanhos e copas superior às existentes no mercado standard, os da Amoena, vão desde o soutien 30 copa AA, até 50 Copa G. Tanto os soutiens como os fatos de banho, poderão ser usados por mulheres Com problemas de soutiens e fatos de banho, adaptados ao seu tamanho.

A responsável pela marca em Portugal, fala-nos ainda da importância de iniciativas, como o "Outubro Rosa" tendo como propósito consciencializar, para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, explicando que esta divulgação.

Inclusive nas redes sociais, leva a mulher a procurar um diagnóstico precoce, que pode lhe salvar a vida.

Hoje em dia as mulheres estão à mais à vontade para falar abertamente sobre os seus problemas de cancro da mama, dando muita vez o seu testemunho nas redes sociais, onde a AMOENA tem página como "AMOENA Portugal"

A equipa da AMOENA Portugal fala de "Sentimo-nos orgulhosos por prestar um bom

serviço às nossas clientes em todo país, que passam de um estado de tristeza ao entrar em contato connosco, e ajudamo-las a recuperar a sua auto estima"

Muitas das clientes, mesmo após a reconstrução voltam para comprar os soutien e fatos de banho, por se sentirem confortáveis com os mesmos



Mousiké
ESTÚDIO

Ano Letivo 2022-2023

Ateliers de Iniciação Musical (4-5 anos)
Aprendizagem instrumental (≥ 6 anos)
canto, cravo, guitarra, piano, violino

Inscrições Tm 966803390

Direção: Maria José Barriga
Rua da Beneficência 231-A 1600-019 Lisboa
mousike.estudio@gmail.com

Mousike

MENTIRAS
RESTAURANTE

Restaurante Típico
Aberto todos os dias das 08.00 às 24.00

R. Cardeal Mercier, 17 - 1600-026 Lisboa
93 839 22 58 | <https://mentirasrestaurante.pt>

Tia Flora
CAFFÉ • SELF

Pastelaria Self-service

Tel. 211 997 567
Av. da República 20e
1000-139 Lisboa

CASA de PASTO
OH PEREIRA
1930

Restaurante

Tel. 211 317 603
Rua do Arco do Cego 59
1000-291 Lisboa

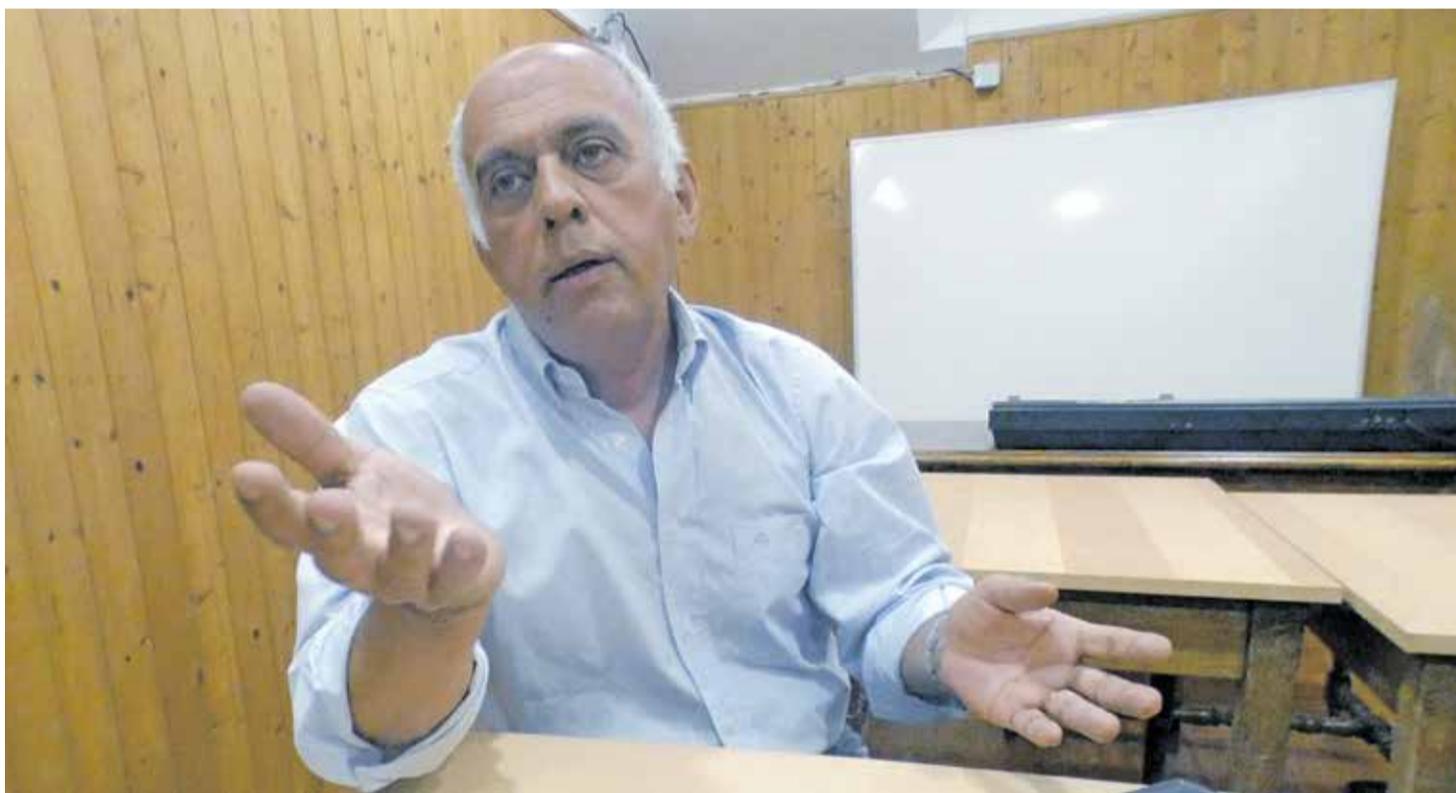
ATELIER DOS SOPROS DOURADOS

- REPARAÇÃO
- MANUTENÇÃO
- VENDA
- INSTRUMENTOS MUSICAIS

Avenida Barbosa du Bocage, 26 - 1000-072 Lisboa
Tel. 217 935 351 - Tlm. 963 294 489
<http://atelierdossopros.weebly.com>
E-mail: atelierdossopros@gmail.com

Grupo Excursionista 'Os Económicos' reabre com cara lavada

O Grupo Excursionista 'Os Económicos' (GEE) prepara-se para voltar a abrir as suas portas, após ter estado encerrado devido à pandemia e à necessidade de realização de obras no espaço. O presidente da coletividade, António Carvalho, abriu as portas a Olhares de Lisboa e «mostrou» o que está a ser realizado para que o GEE retome a sua atividade normal até ao final do ano.



Após dois anos «parado», o Grupo Excursionista Os Económicos (GEE), instituição de utilidade pública fundada a 1 de março de 1938 e sediada no Bairro do Rego, nas Avenidas Nova, prepara-se para voltar a abrir portas até ao final de dezembro.

“Aproveitámos o fecho imposto pela pandemia para realizar obras e melhorias no espaço”, revela António Carvalho, dirigente do GEE, explicando que as intervenções incidiram sobretudo nas instalações sanitárias, nos gabinetes e no bar, “que não tinham condições de saúde pública”.

“O edifício é da Câmara Municipal de Lisboa, nós somos arrendatários, mas quem fez as intervenções fomos nós”, diz António Carvalho, acrescentando que também foram feitas algumas intervenções no terraço, devido às infiltrações quando chove. Para além disso, acrescenta o dirigente, o telhado “é antigo e é feito de lusalite”. Razão que levou o grupo a solicitar à autarquia que o substitua.

Até ao início da pandemia, o GEE apenas promovia atletismo. Mas, neste momento, têm duas equipas de ténis de mesa federadas, com oito atletas, e que estão na segunda divisão. No futuro, o GEE pretende implementar aulas de música para as crianças, um grupo coral para os seniores, assim como formação e outras atividades pedagógicas.

Por isso, a direção remodelou uma das divisões da coletividade com o objetivo de criar uma sala multiusos. “Em junho, e após dois anos encerrados, abrimos o espaço aos sócios, para eles verem o que fizemos durante a pandemia. Depois disso, realizámos a festa de final de ano dos alunos da escola primária e disponibilizámos para a realização de uma Assembleia de Freguesia”.

Segundo António Carvalho, a ideia é “dar uma nova ocupação ao clube”, de forma a “oferecer algo à comunidade”. O GEE é a única coletividade da freguesia das Avenidas Novas e uma das poucas que têm o estatuto de utilidade pública. Contudo, a revitalização da coletividade, passa também pela criação de oficinas e ateliers para seniores, “como por exemplo de tapetes ou de outras coisas que as pessoas queiram”, e ainda pela promoção de atividades de Ocupação de Tempos Livres (OTL), destinadas às crianças. Para além das atividades, é também intenção do GEE “trazer discussões úteis ou debates que achamos relevantes para a sociedade”.

Apostar nas crianças e nos seniores

O presidente do GEE fala em “dois grupos alvo: as crianças e os seniores”. Mas quer também incluir “a população ativa, aquela

que trabalha e vem cá ao final do dia”. Todavia, ainda não sabe que atividades promover para esta geração, “porque hoje há a concorrência da internet e o paradigma da ocupação dos tempos livres é diferente”. Como já referido, a coletividade conta ainda com um bar, no entanto, António Carvalho salienta que este “não irá funcionar como uma casa comercial, nem como uma alternativa aos cafés e restaurantes do bairro”, mas sim como um espaço que forneça serviço de bar e cozinha única e exclusivamente aos sócios.

Recentemente, o GEE assinou um contrato com a Junta de Freguesia das Avenidas Novas, no valor de dois mil euros, para suportar a perda de rendimentos provocado pela pandemia. “Este protocolo é uma ajuda porque houve muitos sócios que abandonaram o clube quando fechou. Apesar de não podermos abrir ao público, continuámos a ter água, luz e tudo o resto para pagar”, explica o dirigente, acrescentando que esta coletividade conta atualmente com cerca de 60 sócios, sendo que antes da pandemia, chegaram a ser “entre 140 a 150”.

Esta verba, salienta o dirigente, serviu sobretudo para pagar a remodelação no GEE. “Este subsídio surgiu de acordo com os projetos que tínhamos em mãos para o clube”,

explica António Carvalho, sublinhando que as intervenções realizadas foram importantes para “garantir as condições de saúde pública, porque até então não existiam. Eu posso dizer que o teto estava apodrecido devido às infiltrações”, reforça o presidente do GEE, salientando que “toda a intervenção foi feita com recurso a mão de obra interna”. “Qualquer pessoa olha para as instalações e pensa que é o normal, mas o que aqui estava não era normal, porque o clube estava sem condições mínimas de salubridade”. Para além da sala multiusos, também a sala de reuniões da direção foi renovada, ao nível do pavimento, porque “estava podre”. Por esse motivo, este espaço estava a ser usado como arrecadação. “Agora entramos aqui e vemos um espaço minimamente agradável”.

No entanto, e para ajudar a fazer face às despesas, o clube pedia ainda uma mensalidade a todas as pessoas que vinham jogar ténis de mesa ao GEE, atividade que começou em 2020, quando um grupo de pessoas solicitou o espaço para praticar a modalidade. As quotas do GEE custam dois euros mensais, que reduzem para metade no caso das crianças ou dos reformados. Outra das ideias do clube passa por criar, no terraço, um espaço de lazer, com televisão e cadeiras de jardim, para que os sócios encontrem nesta coletividade um espaço onde possam conviver.

“No bairro, temos uma população muito envelhecida”, explica o dirigente, e, por isso, quer fazer do GEE um espaço para dar apoio social a essa população, não na questão da carência económica, mas sim na oferta de condições para que as pessoas possam conviver e não estarem em casa sozinhas. “Em determinadas zonas, não há sítios disponíveis para passar o tempo, ter ocupações, fazer algo lúdico, que promova o convívio, a confraternização, por exemplo”, acrescenta António Carvalho, defendendo que a intenção do GEE é ser um “sítio âncora onde as pessoas se sintam em casa”, para todas as idades, géneros e classes sociais. “O GEE tem de ser para todos e todos têm de se sentir bem aqui”, salienta o presidente da coletividade.

O Grupo Excursionista 'Os Económicos' conta com nove pessoas na direção. Para além de António Carvalho, Luís Mariano é o vice-presidente e Luís Loureiro o secretário, a que se juntam ainda mais dois secretários e quatro vogais. Já o Conselho Fiscal e a Assembleia Geral são compostas por três e quatro membros, respetivamente.

OLHARESDELISBOA.PT

JORNAL DIÁRIO ON LINE - EDIÇÃO TRIMESTRAL IMPRESSA

Proprietário e Editor Avalanche de Sonhos Unipessoal, Lda. · CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO M.R.S. Oliveira (100%) · NIF 514355034

Sede Social/Sede Editor/Sede Redação Av. Eng. Arantes de Oliveira, 3 rc 1900-221 Lisboa · Tel 211934140 · Tm 967734378 · avalanchedesonhos@sapo.pt

Diretor Mário Rodrigues · olharesdelisboa@olharesdelisboa.pt · Redação Rute Fidalgo, Luis Antunes

Fotografia Fernando Zarcos · Publicidade e Marketing Artur Oliveira - Diego Guimarães · Paginação e Arte Gráfica Mário Clemente

Impressão Gráfica Funchalense - Rua da Capela da Nossa Senhora da Conceição, 50 - Morlena - 2715-029 Pêro Pinheiro

Nº de Registo na ERC 126989 · Depósito Legal 426706/17 · ISSN 2184-2922 · Estatuto Editorial olharesdelisboa.pt/category/estatuto-editorial

Tiragem deste número 20.000 exemplares · www.facebook.com/olharesdelisboa · www.olharesdelisboa.pt



ADAS-BR sempre ao lado da população sénior do Rego

No bairro do Rego, na Freguesia das Avenidas Novas, o combate ao isolamento dos mais velhos faz-se na Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego (ADAS-BR) que disponibiliza, para além do Centro de Dia, um conjunto de atividades lúdicas para as pessoas idosas do Bairro de forma a promover o exercício físico, a comunicação e o bem-estar, minimizando o seu isolamento.



No centro de Lisboa, na freguesia das Avenidas Novas, na Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego “luta-se” diariamente para que nenhum sénior seja deixado “sozinho”. Este “combate” já acontece há 20 anos neste típico bairro lisboeta, fundado na primeira metade do século XX, com uma população envelhecida e onde o analfabetismo funcional é, ainda hoje, uma realidade.

Na primeira linha no apoio aos seniores das famílias desfavorecidas em situação de risco emocional ou social está a ADAS-BR, que lembra: «se é verdade que a pandemia veio alterar a vida das pessoas em todo o mundo, também é verdade que a população sénior foi das mais afetadas, não só, apenas aqueles que vivem no interior, mas também, os idosos que vivem nos grandes centros urbanos, como é o caso do Bairro do Rego».

Por isso, hoje, mais do que nunca, as associações deste tipo, como confessa a presidente desta instituição, Maria Arminda Carvalho, são importantes no combate ao isolamento social, criando estratégias e projetos para colmatar essa pecha.

Para esta dirigente, assim como para Virgínia Ribeiro (técnica responsável pela gestão), o isolamento social da população acarreta vários problemas, por isso importa criar respostas sociais que possam garantir às pessoas o seu bem-estar, assim como garantir a unicidade da pessoa.

Neste âmbito, é fulcral a aplicação de projetos inovadores que combatam situações de solidão e de isolamento social, considerando que a intervenção social junto dos idosos e outros isolados deve ser uma das prioridades para o Serviço Social, de modo a melhorar a qualidade de vida do público alvo com que se intervém.

Nas suas instalações, a Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego, fundada em fevereiro de 2002, tem como valências o Centro de Dia (com 12 utentes), o Apoio Domiciliário (com 6 utentes), o Centro de Convívio, a Academia Sénior - Universidade de Terceira Idade (associada nº 191 RUTIS) e o Gabinete de Psicologia, com triagem, avaliação e reabilitação cognitiva, tendo em vista a promoção do desenvolvimento social local.

Segundo explicam as principais responsáveis desta instituição, a principal missão ADAS- BR é «contribuir para melhorar o bem-estar, a qualidade de vida e a segurança dos idosos, com enfoque no Bairro do Rego, promovendo a capacidade de participação e potenciando as relações interpessoais, melhorando a integração social e favorecendo a autonomia pessoal desta população, fornecendo também serviços de cuidados básicos, culturais, formativos e de animação. Fomentar ainda uma cidadania ativa orientada pelo otimismo, motivação e não-discriminação».

Contudo, para cumprir cabalmente esta missão de combate ao isolamento dos mais velhos, a ADAS, que é subsidiada pela Segurança Social e conta com apoios da Junta de Freguesia das Avenidas Novas, necessita de adquirir um veículo que lhe permita «ir buscar as pessoas» para participarem nas atividades que desenvolve.

Neste momento, esta instituição, que conta com cerca de 350 associados, oferece aos idosos atividades de animação, passeios e palestras, comemorações de datas festivas, participação em eventos comunitários e ainda disponibiliza um gabinete terapêutico, ajudas técnicas e biblioteca, que não é muito «frequentada devido ao baixo nível de escolaridade dos seus utentes».

«Já somos considerados uma entidade de referência no âmbito da inclusão social e do envelhecimento ativo, proporcionando uma melhor qualidade de vida aos associados e utentes e múltiplas formas de convivência em comum», salienta Arminda Carvalho, sublinhando o trabalho desenvolvido pelo seu vice-presidente, o psicólogo David Rodrigues.

Nas suas instalações são servidos almoços e lanches e são realizadas várias atividades de estimulação cognitiva, animação e motricidade, proporcionando ainda um espaço de lazer e conforto para o dia-a-dia. Também, diariamente, disponibiliza, em contexto domiciliário, um conjunto individualizado de apoios e atividades promotoras de qualidade de vida, tais como refeições, higiene pessoal e habitacional, tratamento de roupas e pequenos serviços. Por outro lado, ainda no âmbito do «treino

da memória», a ADAS - BR criou, em 2012, a Academia Sénior para promover o ensino de novas competências, com oferta de mais de 14 disciplinas anuais, para e treino de memória, teatro, cavaquinhos, canto e adufe, pintura, bordados, rendas, hidroginástica, tai-chi, cuidados de saúde, são algumas das atividades desenvolvidas nas suas instalações, situados perto do Mercado Municipal do Rego.

«Programamos e realizamos passeios e visitas culturais, com o fim de estimular o conhecimento e oferecer o que de melhor a vida nos proporciona», sublinha Arminda Carvalho, lembrando que, em tempos, esta associação teve um pequeno posto clínico, financiado pela Junta de Freguesia. Hoje, esse posto de enfermagem ainda presta alguns serviços de enfermagem, mas as despesas são custeadas na íntegra pela ADAS.



SINARA STUDIO
ESTÉTICA COM SAÚDE

☎ Marcações: +351 911883228

🌐 SINARA.STUDIO

🏠 Av. António Augusto de Aguiar, 209A
1050-015 Lisboa

- ESTÉTICA AVANÇADA
- TRATAMENTOS FACIAIS
- TRATAMENTOS DE CORPO
- TERAPIAS HOLÍSTICAS
- MASSAGEM
- DEPILAÇÃO LASER
- DEPILAÇÃO
- MANICURE
- APLICAÇÃO DE GEL
- PEDICURE

Edições impressas e digital

Admitimos / Comercial de publicidade

Tens disponibilidade para o contacto com empresas e comércio local ?

Envia a tua candidatura para: olharesdelisboa@olharesdelisboa.pt



Wall Street English abre novo centro de inglês na Av. 5 de Outubro, 124



A escola de inglês do Saldanha do Wall Street English ganhou, em maio deste ano, uma nova morada na Av. 5 de Outubro n.º 124.

Nos últimos dois anos, vários foram os meses em que as 35 escolas de inglês do Wall Street English estiveram encerradas fisicamente, obrigando a marca a desenvolver ferramentas tecnológicas próprias para transitar as aulas dos alunos para o ambiente digital. Hoje, uma grande parte dos alunos continua a preferir realizar aulas 100% online.

No entanto, os novos alunos preferem claramente optar pela modalidade de cursos mais completa em que existe a hipótese de alternar entre aulas presenciais e online, frequentando os centros de inglês para as aulas com Professores e realizando essas mesmas aulas

online caso, por conveniência, preferam não ter que se deslocar aos centros.

Por isso, a marca decidiu investir num novo centro de inglês moldado a esta nova realidade, apostando em salas espaçosas com melhores recursos tecnológicos e salas próprias para Professores que ensinam remotamente. É também neste centro que podemos encontrar parte da equipa de gestão a trabalhar durante alguns dias da semana, com um novo regime de trabalho flexível, mas cada vez mais próximo dos alunos. Visível do interior da escola, pode ver-se ainda uma nova equipa de telemarketing cujo objectivo é acompanhar os alunos remotamente no que diz respeito a ajudar na marcação das aulas e garantir a sua assiduidade e motivação ao longo do curso. "Com um método de ensino diferenciado da concorrência e qualquer novo *online player* no mercado, somos líderes no ensino de inglês

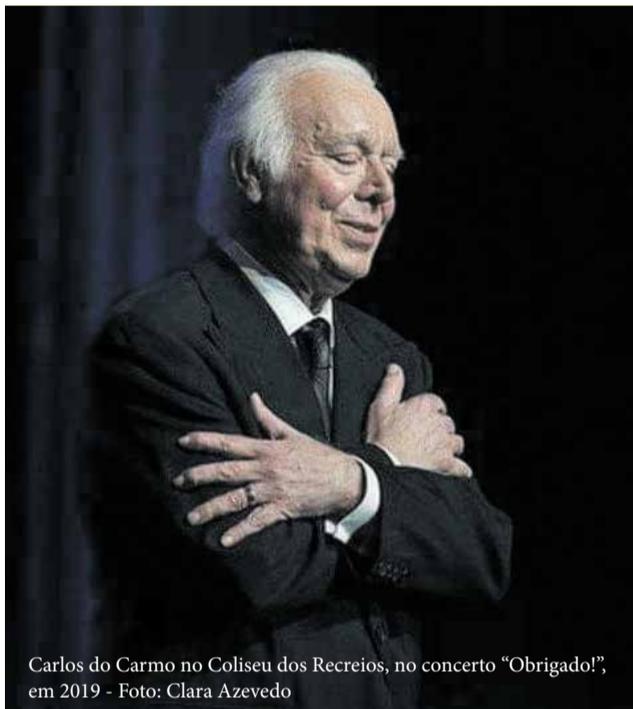
em Portugal, há mais de 25 anos. Essa liderança tem sido conquistada com um trabalho contínuo de perceber o mercado, auscultar os alunos e antecipar as tendências. O nosso crescimento só poderia ser sustentado numa constante inovação e trabalho de equipa."

Diogo Pereira, responsável de marketing do Wall Street English, constata ainda que "a nossa forma de estudar ou de trabalhar mudaram radicalmente nos últimos anos. A nossa mudança de centro e instalações, no Saldanha, acompanham essa evolução. Continuamos a investir, como fizemos durante a pandemia, na disponibilização de uma melhor experiência de aprendizagem para os nossos alunos e esse será sempre o nosso principal objectivo. Visitem-nos!"

Visite o novo espaço do Wall Street English na freguesia das Avenidas Novas ou para mais informações ligue para o 808 20 40 20.

Lisboa atribui nome de Carlos do Carmo a passeio na zona ribeirinha

A Câmara de Lisboa atribuiu nome de Carlos do Carmo a um passeio na zona ribeirinha. A autarquia revela que a proposta de dar o nome Carlos do Carmo ao passeio localizado entre o Terreiro das Missas e o Jardim das Docas da Ponte, na zona ribeirinha da cidade, foi aprovada por unanimidade.



Carlos do Carmo no Coliseu dos Recreios, no concerto "Obrigado!", em 2019 - Foto: Clara Azevedo

A Câmara de Lisboa aprovou por unanimidade a atribuição do nome "Carlos do Carmo" ao passeio entre o Terreiro das Missas e o Jardim das Docas da Ponte, numa homenagem a uma das "referências maiores do universo do fado".

Numa nota divulgada hoje, o município revela que a proposta de atribuir o topónimo "Carlos do Carmo" ao passeio localizado entre o Terreiro das Missas e o Jardim das Docas da Ponte, na zona ribeirinha da cidade, foi aprovada por unanimidade na segunda-feira, em reunião de Câmara.

Citado no comunicado, o vereador com o pelouro da Cultura, Diogo Moura, recorda Carlos do Carmo, que morreu em Lisboa em 01 de janeiro de 2021, como "umas das referências maiores do universo do fado, enquanto intérprete, estudioso e divulgador", mas também "enquanto ponte entre tradição e inovação, na ligação às novas gerações do fado, na valorização desta expressão cultural".

"Um homem na cidade ganhou uma dimensão e um significado muito especiais, homenageando-o agora através da toponímia, perpetuando o seu nome na cidade, junto ao Tejo", acrescenta o autarca.

Pouco dias depois da morte de Carlos do Carmo, a Assembleia Municipal de Lisboa recomendou a atribuição do seu nome a um local da cidade. Na altura, o então presidente da Câmara de Lisboa, o socialista Fernando

Medina, anunciou que o fado de Carlos do Carmo "Lisboa Menina e Moça" ia passar a ser a canção oficial da cidade, salientando que a decisão tinha sido tomada "com o acordo unânime" dos vereadores do município e que perpetuava a importância do fadista para a capital. "É a melhor homenagem que a cidade pode prestar a Carlos do Carmo, durante anos o grande embaixador do fado", escreveu na altura Fernando Medina na sua página na rede social Facebook, prometendo que a autarquia, em articulação com a família do fadista, iria ainda encontrar uma "forma complementar de o homenagear", atribuindo o seu nome a uma rua ou a um equipamento da cidade.

Nascido em Lisboa, em 21 de dezembro de 1939, Carlos do Carmo era filho da fadista Lucília do Carmo (1919-1998) e do livreiro Alfredo Almeida, proprietários da casa de fados O Faia, onde começou a cantar, até iniciar a carreira artística, em 1964.

Distinguido com o Grammy Latino de Carreira, em 2014, entre outros galardões, o seu percurso passou pelos principais palcos mundiais, do Olympia, em Paris, à Ópera de Frankfurt, na Alemanha, do "Canecão", no Rio de Janeiro, ao Royal Albert Hall, em Londres.

"Foi ainda um dos fundadores da Associação Portuguesa dos Amigos do Fado, o principal impulsionador da criação do Museu do Fado em Lisboa, e embaixador da candidatura do Fado a Património Imaterial da Humanidade", recordava o voto de pesar aprovado em janeiro de 2021 pela Assembleia Municipal de Lisboa.

Apesar de nunca se ter filiado em nenhum partido, Carlos do Carmo era apoiante do PCP. O cantor despediu-se dos palcos em 09 de novembro de 2019, com um concerto no Coliseu dos Recreios, em Lisboa.

EL DOURADO COMÉRCIO E FABRICO DE TOLDOS, LDA.

TOLDOS BRAÇOS - TOLDO VERTICAL - ESTRUTURAS
TOLDO CONCHA - TOLDO COFRE

ORÇAMENTOS GRÁTIS

TEL.: 21 080 35 36 | TLM.: 96 295 34 70 | e-mail: geral@eldourado.pt

Rua da Velga, 4 - Bairro da Vista Alegre - Vale de Figueira - 2695-868 São da Talha

**Café
Restaurante
Tentação**

Pastelaria variada
Refeições | Menús
TAKE AWAY

Rua João Dias nº 35 A | 1400-218 Lisboa
211 960 330 | 931 699 497

OURO *Avalia*

Comparamos
ouro - prata - jóias - relógios
Avaliações gratuitas

Av João XXI 9 C | 1000-298 Lisboa
www.ouroavalia.pt | Tel. 211932525 | Tlm. 963504642

**Restaurante
Paraíso Violeta**

Cozinha tradicional portuguesa

Festas de Grupo
Aniversários
Batizados

Tel: 917463512
Calçada da Ajuda nº 79/81
1300-007 Lisboa

Gebalis promove programa de literacia financeira e energética nos bairros

Já começou a edição de 2022 do programa 'Rock the House', promovido pela Gebalis, empresa municipal que faz a gestão dos bairros sociais de Lisboa. Até ao final do ano, são esperadas 33 edições desta iniciativa, que pretende ajudar os moradores a gerirem melhor o seu dinheiro e ainda os recursos energéticos.

Neste ano, o programa Rock The House, promovido pela Gebalis para desenvolver competências de gestão doméstica, vai incidir sobre a literacia financeira e energética. Para isso, vai contar, até ao final do ano, com dezenas de ações nos 66 bairros municipais, incluindo sessões direcionadas ao público infantil.

A Gebalis – Gestão do Arrendamento da Habitação Municipal de Lisboa, que gere 66 bairros municipais, vai dinamizar, pela primeira vez em parceria com a Lisboa eNova, 33 ações de promoção da literacia ambiental e financeira. As sessões deste programa de intervenção, lançado inicialmente em 2019, irão decorrer até ao final do ano junto à população residente dos 66 bairros, são realizadas à medida que forem solicitadas pelos moradores. No entanto, e apesar de se focar nas questões da poupança, cada ação será feita de acordo com as necessidades e problemas de cada família.

Em comunicado, a Gebalis explica que o objetivo desta nova edição do 'Rock The House', lançado em 2019, está relacionado com a necessidade de "reforçar as competências no campo da gestão doméstica e ao nível habitacional dos residentes dos 66 bairros municipais geridos" por esta empresa.

Esta iniciativa pretende, assim, ser um programa de intervenção nas áreas da sustentabilidade social e ambiental,

e é realizada em parceria com a Lisboa eNova. Para já, a organização espera realizar 33 ações (ou seja, duas em cada bairro) até ao final de 2022. A edição deste ano conta ainda, pela primeira vez, com uma versão Kids, composta por 10 sessões. Aqui, jovens até aos 12 anos irão assistir a conteúdos criados especificamente para a sua idade e que abordam temas como a preservação do ambiente e a poupança energética.

Com estas iniciativas, a Gebalis espera alavancar os níveis de literacia energética e de consciencialização ambiental de cada família, abordando temas como a compreensão das faturas de serviços energéticos, a escolha de equipamentos de acordo com a sua etiqueta energética ou soluções para tornar casas mais eficientes e com maior conforto térmico, entre outros.

Para Mikaella Sena de Andrade, responsável da Direção de Intervenção Local da Gebalis, e citada na mesma nota, o compromisso assumido nesta nova edição do 'Rock the House' representa, para esta empresa, "uma forte e consistente ambição, no sentido de, em conjunto com parceiros de referência, criarmos ferramentas que possam acompanhar as novas alterações sociais relacionadas com aspetos socioeconómicos dos seus residentes".



ROCK the HOUSE TOUR 2022

POUPAR

- MAIS CONFORTO TÉRMICO POR MENOS DINHEIRO?
- ENTENDER AS CONTAS DA ÁGUA E DA LUZ?
- ESCOLHER ELECTRODOMÉSTICOS MAIS EFICIENTES?

As respostas mais económicas para estas e outras perguntas no Gabinete GEBALIS perto de si!

Gebalis LISBOA e-NOVA



**SANTOGAL
BMW ESTEFÂNIA.**

OLÁ BMW! ESTOU NO MEIO DE LISBOA E PRECISO DE MARCAR A TUA REVISÃO.

BMW Service

Faça a sua marcação pelo 213 165 020 ou para www.bmw.santogal.pt.



**SANTOGAL
MINI ESTEFÂNIA.**

Uma nova casa para o teu MINI.
Faz a tua marcação pelo 213 165 020.

SANTOGAL **MINI SERVICE**