

DIRECTOR: MÁRIO RODRIGUES

PREÇO: 0.11 EUROS

TRIMESTRAL

Olhares
de CARNAXIDE
e QUEIJAS

ABRIL
2025 Nº23

120 MINUTOS DE ESTACIONAMENTO GRÁTIS

EM TODO O CONCELHO



REGISTE-SE JÁ!
Saiba mais em parquesteja.pt

MELHOR DOS PRAZERES
RESTAURANTE

☎ 216 044 663

📍 Praceta Eugénio de Castro, Loja 1
2790-063 Carnaxide

📷 [melhor_dos_prazeres](https://www.instagram.com/melhor_dos_prazeres)

“Serviço de take away disponível para levar e saborear em casa (sem opção de entrega)”

ERA
IMOBILIÁRIA
CARNAXIDE
QUEIJAS



+100
DE
CASAS VENDIDAS
NO ÚLTIMO ANO!

**SOMOS OS VERDADEIROS
ESPECIALISTAS DE ZONA**

214 241 260

WWW.ERA.PT/CARNAXIDE

FALE CONNOSCO!

📷 [@eracarnaxide](https://www.instagram.com/eracarnaxide)



Faça parte da nossa equipa!

+ Crescimento
+ Oportunidades

- *Horários Flexíveis;*
- *Rendimento com produtividade;*
- *Progressão na carreira.*



Família Global apoia 600 famílias



Com 27 anos, o Projeto Família Global (PMG) é uma das instituições de apoio social mais antigas de Oeiras. Na sua génese estiveram as graves lacunas socioeconómicas que afligiam grande parte da população dos bairros de barracas. Hoje, é um dos alicerces sociais do bairro de Outurela e um parceiro fundamental para retirar da marginalização social muitos dos moradores que continuam a 'bater à porta' do projeto, prestando apoio alimentar a quase 600 pessoas. **Pág. 4**

RESPEITO~HUMANISMO~CONFIANÇA

ATENDIMENTO 24H

AGÊNCIA FUNERÁRIA

RUA OEIRAS DO PIAUÍ Nº2 - OEIRAS

GERAL@FUNERARIAANAEIFILHO.PT

917 209 634 / 211 338 096

RESP. TÉCNICA-ANA FONTE



Isaltino esteve em Carnaxide a acompanhar obras em curso

O Presidente da Câmara Municipal de Oeiras, Isaltino Morais, realizou mais uma visita de trabalho à União de Freguesias de Carnaxide e Queijas. O objetivo foi verificar o progresso de obras em curso, avaliar intervenções já concluídas e analisar projetos futuros, reforçando o compromisso com o desenvolvimento urbano e a qualidade de vida dos munícipes. **Pág. 6**

Casas do "Alto da Montanha" são as primeiras entregues no âmbito do PRR

Foi no passado dia 13 de Março, que ocorreu a entrega das chaves das habitações do Alto da Montanha, em Carnaxide, um momento marcante por se tratar das primeiras casas financiadas pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) a serem disponibilizadas no país. Este evento reafirma a posição de Oeiras como um concelho de referência na implementação de políticas públicas, evidenciando a sua capacidade de concretizar projetos de forma eficiente e inovadora. **Págs. 2-3**



TACO A TACO

atelierdegolf

Taco Verde Golf Unip. Lda

Reparações e perfilagem de tacos de golfe
Material de golfe usado
Tacos para jovens e crianças
Reparação de trolleys eléctricos

Avenida Tomás Ribeiro, 81A
Armazém 2 - 2790-464 Carnaxide
Tel. 309 874 749 - Tlm. 916 282 764 / 919 666 202

Clubes de Carnaxide e Queijas distinguidos



Dois clubes desportivos da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas (Primeiro Dezembro Queijas e Linda-a-Pastora Sporting Clube), foram distinguidos na edição de 2025 da Gala do Desporto de Oeiras que, mais uma vez, celebrou não só as conquistas, mas também a dedicação, o talento e o espírito de equipa que fazem do concelho uma referência no panorama desportivo nacional. **Pág. 11**

Desporto ajuda a reduzir criminalidade

A prática desportiva serve como instrumento de integração de pessoas e comunidades, incentiva à participação, combate às desigualdades sociais e raciais e outros benefícios, sendo usado como meio para o resgate de crianças e jovens da marginalização e uso de drogas. Na União de Freguesias de Carnaxide e Queijas existem várias associações, nomeadamente a Academia dos Champs, no Bairro 18 de Maio, que oferece aos seus alunos "um novo projeto de vida através do ténis", e a António Ramalho Boxing Spirit, na Outurela, "desvia" os seus atletas dos "maus caminhos" e ajuda-os a construírem um percurso de retidão e ascensão pessoal. **Págs. 9-10**

OFERTA

Apresente este cupão na nossa loja e usufrua de **20% DE DESCONTO** na sua compra.

ÓPTICA PORTUGUESA
CARNAXIDE

Morar no Alto da Montanha representa “um sonho de vida”

Oeiras entregou as primeiras casas financiadas ao abrigo do PRR

Oeiras entregou as chaves dos primeiros apartamentos em Portugal construídos com o apoio do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR). Localizado no Alto da Montanha, o edifício de nove andares enquadra-se no regime de arrendamento acessível e na atual estratégia de habitação do concelho, definida no Plano Municipal de Habitação de Oeiras 20/30 e pretende responder à carência habitacional da população identificada. As 64 casas destinam-se, assim, a pessoas ou agregados habitacionais das classes média e média/baixa, que cumpram os critérios de elegibilidade. A cerimónia da entrega das chaves contou com a presença do primeiro-ministro, Luís Montenegro, do ministro das Infraestruturas e Habitação, Miguel Pinto Luz, e o presidente da Câmara de Oeiras, Isaltino Morais.

Foi inaugurado, na manhã do dia 13 de março, em Carnaxide, no concelho de Oeiras, o primeiro edifício de apartamentos do país totalmente financiado com verbas do PRR e destinado a habitação acessível. O empreendimento, que resultou de um investimento de 12,8 milhões de euros, conta com 64 casas, 32 de tipologia T2 e outras 32 de tipologia T3. Na cerimónia da entrega das chaves das casas do Alto da Montanha ficou marcada pelas críticas de Isaltino Morais ao impasse na lei dos solos. O autarca considerou que foi essa lei que precipitou a queda do Governo de Montenegro. O primeiro-ministro e o autarca concordaram que a cristali-

zação da lei dos solos vai prejudicar o acesso dos mais necessitados ao direito de terem uma habitação condigna.

Foi em ambiente de festa que a cerimónia ocorreu. Antes do evento começar, várias dezenas de pessoas, entre moradores anónimos e entidades oficiais, trocavam opiniões e abraços de felicidade pelo momento que estaria prestes a acontecer.

O morador Daniel Pinto, por seu turno, manteve-se discreto, mas com um esboço de sorriso no rosto durante largos minutos, à margem do centro nevrálgico do acontecimento. Com admiração, observava o empreendimento que passará a ser



a sua nova casa. Faz parte do grupo de 64 famílias que irão habitar num dos apartamentos, e não podia “estar mais feliz” por, finalmente, poder ir morar com a sua mãe “para uma casa condigna”, que representa “um sonho de vida”.

Daniel Pinto revela, em exclusivo ao Olhares de Oeiras, que há muito que ele e mãe aguardavam por este momento. “Hoje é um dia muito feliz, é um dia de festa. Ao preço que estão as casas hoje, temos muita sorte por termos conseguido vir morar para uma destas casas, que são excelentes, e ombreiam com empreendimentos de luxo”, confidencia.

Para o morador, sem o investimento do Estado neste tipo de habitações, “era impossível sonhar” em ter uma casa nova. E faz questão de enaltecer o papel do Município de Oeiras, que “está muito à frente” nas políticas de habitação nível nacional e “é um claro exemplo” de que é “possível acudir às necessidades das pessoas”.

“Se não fosse a ajuda do Governo e do presidente Isaltino Morais, não seria possível estarmos a viver este sonho”, reitera o técnico administrativo.

Obra do “bloco central”

Isaltino Morais, por sua vez, aguardou pacientemente entre a multidão pela chegada do primeiro-ministro, que compareceu dentro do horário previsto. Depois dos cumprimentos protocolares, o autarca fez-se acompanhar de Luís Montenegro para descerrar a placa alusiva à inauguração, atirando: “Sr. primeiro-ministro, vamos inaugurar uma obra do ‘bloco central’...”, o que provocou uma gargalhada entre os assistentes. Durante o discurso oficial, já dentro do empreendimento, que foi recebido com uma ovação pelos presentes, explicou aquilo que queria dizer com o condomínio do Alto da Montanha ser uma “obra do ‘bloco central’”.

“Conforme prevê a Constituição da República Portuguesa, a habitação é um direito fundamental. Quer com isto dizer que se trata de um alicerce para uma vida digna, à qual todos cidadãos têm direito. Saliento o óbvio porque este processo de construção de habitação pública começou com um governo de uma cor, e tem continuado com um governo de uma outra cor política. Refiro-me ao PS e PSD, respetivamente. Esta aposta na habitação pública, enquanto garante da dignidade humana, alicerça-se na ação governativa de ambos os partidos que representam o centro. Os únicos

que representam o conceito de moderação e democraticidade no nosso país”, explicou.

O autarca aproveitou o momento para lembrar um dos seus cavalos de batalha: a necessidade de Portugal aumentar substancialmente a construção de habitação pública. “Por diversas ocasiões, tenho salientado a discrepância gritante entre os fogos de habitação pública existentes em Portugal e os existentes nos países mais ricos e desenvolvidos do continente europeu. Sabendo que não somos ricos, algo de errado aconteceu no acesso à habitação neste país. Relembro que ainda recentemente, num relatório da OCDE, Portugal surgia em 1º lugar no que respeita às dificuldades de acesso à habitação”, sublinhou.

10% da habitação pública

E na sequência da sua luta pelo crescimento da habitação pública em Portugal, lançou o repto aos partidos do arco da governação para que “efetivamente, nasça, hoje, entre esses dois grandes partidos, um verdadeiro pacto de regime, que permita alcançarmos em Portugal, um mínimo de 10% de habitação pública nos próximos 10 anos. E só esta referência a 10 anos é já determinante para a necessidade de um pacto de regime entre os dois partidos democráticos do nosso país”, uma vez que, “reconhecida, por PS e PSD, a necessidade de resolver as dificuldades de acesso à habitação, não podemos desistir desse objetivo pelo facto dessa tarefa ultrapassar o horizonte do mandato de um governo”.

Pois, a missão de devolver aos portugueses “o direito à habitação é uma tarefa para vários mandatos, por certo para vários governos, e naturalmente para diferentes partidos”, concretizou, acrescentando: “Chamo a atenção para a grandeza deste dia. Importa que nos foquemos nos interesses das pessoas, nos seus direitos e na sua dignidade. Este desafio, que lanço desde Oeiras, o 1º município português a erradicar as barracas, incide, não sobre um capricho ou um desejo, mas sobre algo que a todos nos une”.

Para Isaltino Morais, os desafios que o sistema democrático contemporâneo atualmente enfrenta, “implica que os grandes partidos sejam capazes de gerar e encontrar os consensos que são o chão comum da democracia. E é por isso que chamo a atenção para a magnitude e para a importância deste dia, que marca claramente o recenrar das políticas governativas do país nos interesses das

USC QAL
UNIVERSIDADE SÉNIOR
DE CARNAXIDE E QUEIJAS
APRENDIZAGEM E LAZER

INSCRIÇÕES ABERTAS
ANO LETIVO 24/25

SOMOS UMA ESCOLA COM A MISSÃO
DE PROMOVER O ENVELHECIMENTO
ATIVO E SAUDÁVEL DA POPULAÇÃO
MAIOR DE 50 ANOS

uscqal@ufcq.pt | Rua Cesário Verde Edifício Centro Cívico 2790-047 Carnaxide | 214 173 090

“pessoas”, nos verdadeiros interesses dos cidadãos, nos seus direitos, e na sua dignidade: “sobrevivência, segurança, saúde, educação e os demais direitos sociais e económicos. É esta a pirâmide de direitos que defendemos”, proclamou.

Para muitos, o edifício é somente um novo prédio construído por uma autarquia para a sua população, mas “aos meus olhos, pelos olhos de quem sempre defendeu o direito à habitação, o foco não está somente na excelência da construção, mas, hoje, o foco dos meus olhos são as centenas de rostos. São estas 64 famílias que aqui viverão e que por agora recebem as chaves para uma vida nova. São muitas vidas que preencherão estas paredes com os seus sonhos, com as suas alegrias, e que a partir de hoje podem dizer que têm futuro. Hoje, enquanto sociedade, entregamos a estas famílias a possibilidade de terem uma vida digna”, reiterou o edil.

“Impacto nefasto da cristalização da lei dos solos”

Por outro lado, o discurso de Isaltino Morais, que se assumiu como “social democrata”, terá deixado as orelhas a arder dos líderes dos partidos mais radicais (à esquerda e à direita). Atirou várias farpas para aqueles que criticaram a alteração da lei dos solos, que é uma reivindicação antiga de Isaltino Morais.

“O Alto da Montanha, este prédio onde estamos, é o muro que defende o humanismo do populismo, da propaganda radical, dos idealismos contrários ao bem-estar das pessoas. Este prédio é um símbolo de combate às desigualdades, um marco na defesa de uma sociedade mais igual. Ao mesmo tempo, a inauguração deste prédio é a prova de que as políticas assumidas em 2014 pelo governo da época estavam erradas”, assumiu, explicando que, se a lei 31 de 2014 não estivesse errada, “não teríamos chegado ao estado a que chegámos, nem estaríamos perante a realidade de ao fim de uma década existirem milhares de pessoas vedadas de um direito fundamental: a habitação. Se o impacto nefasto da cristalização de solos, provocada pela lei do Governo de Passos Coelho, não tivesse resultado numa crise habitacional sem precedentes... Se, fruto dessa manobra, o preço dos terrenos para construção não tivesse quadruplicado, e se o acesso à habitação não tivesse sido negado a milhares de agregados, talvez, hoje, esta inauguração não tivesse o peso e a importância que tem.

E esclareceu que a impossibilidade de construção de habitação “não protegeu o País de coisa nenhuma. Pelo contrário, tirou a milhares e milhares de pessoas o acesso a um direito constitucional fundamental: o direito à habitação”.

Depois de apontar o dedo à inércia do governo de Passos Coelho, que foi manietado pela “pressão populista da extrema-esquerda que lançou o país para a crise habitacional que hoje vivemos”, a coberto de “ideias erradas e propagandistas” de defesa do ambiente, o Governo cedeu e “lançou para a pobreza milhares de famílias, criando o paraíso de ricos que alguma esquerda tanto deseja”. De acordo com o autarca, a diminuição de terrenos urbanos para construção de habitação “tornou certamente muita gente feliz”, mas “não foram os trabalhadores portugueses, nem os cidadãos de classe média ou baixa que se alegraram. Alegraram-se, em especial, os proprietários dos poucos terrenos urbanos existentes que, agradecendo à esquerda Proto ambientalista, usufruíram da ação especulativa do Estado, e ficaram ricos da noite para o dia”, porque, segundo o edil, esses proprietários tinham na mão os últimos terrenos para construção disponíveis no país.

Montenegro em sintonia com Isaltino

O primeiro-ministro demissionário, por seu turno, ouviu e respondeu, questionando que interesses



serviu quem criticou a lei dos solos. E defendeu que não foram os cidadãos da classe média ou das famílias mais carenciadas, e afirmou que a legislação serve para travar a especulação.

Segundo o (ainda) primeiro ministro, “só quem não sabe do que está a falar” é que pode argumentar que a lei dos solos foi feita “para alimentar a especulação imobiliária”.

Depois de lembrar que, ao abrigo desta lei, um terreno rústico só pode ser convertido em urbano quando esteja “ligado a núcleos urbanos consolidados”, Montenegro sublinhou que esse espaço seria destinado para habitação “com uma limitação de preço” e que isso representa “tudo menos especular, é fazer o contrário, é travar a especulação”, defendeu, após o discurso Isaltino Morais elogiar a lei dos solos e alegar que a atual crise política começou precisamente porque o Governo quis alterar essa legislação.

“Porque, quando nós vemos tantas vozes a levantar o seu temor, a contaminar o debate com equívocos, com a manipulação da informação e dos objetivos, de facto nós perguntamos: que interesse é que aqueles que o fazem estão a querer servir? Há uma coisa que eu tenho a certeza: não é o interesse das famílias com mais dificuldade e das famílias da classe média que precisam de resposta”, defendeu.

Montenegro assegurou que o seu Governo, “desde a primeira hora”, considerou que o “problema da habitação” tem de se resolver “utilizando a capacidade pública, dos investimentos públicos, e também dos investimentos privados”.

Recordando que o anterior Governo tinha previsto construir 26 mil habitações através de financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), Montenegro referiu que, “curiosamente”, o seu executivo foi acusado “de ter um alinhamento político contrário a esse caminho de investimento público e, portanto, houve até o temor de que essas 26 mil casas podiam não ver a luz do dia”.

“E a decisão que o Governo tomou foi modificar o objetivo e passar de 26 mil novas casas públicas para 59 mil novas casas públicas: nós mais do que duplicámos o objetivo”, sublinhou.

Luís Montenegro defendeu que é possível, através de políticas públicas, “condicionar o mercado e os promotores imobiliários”, considerando que o Estado deve “dar incentivos àqueles que são capazes de construir e colocar no merca-

do habitação a custos mais acessíveis”, porque, levando a cabo estas medidas, “não estamos a ter uma intervenção excessiva no mercado e na economia. Nós estamos a fazer a intervenção que é necessária para modelar os preços”, sustentou.

Montenegro reforçou ainda que as medidas de respostas à crise na habitação permitem criar mais coesão social e competitividade económica.

As casas do Alto da Montanha são as primeiras em Portugal construídas com o apoio do PRR, fruto de uma parceria com o Município de Oeiras.

Rendas entre 650-780 euros

As rendas a aplicar no âmbito do programa estão definidas com limites específicos, variando consoante a tipologia dos imóveis. Para as tipologias T3, o limite máximo será de 780 euros e o limite mínimo de 624 euros, enquanto para as tipologias T2, o limite máximo será de 650 euros e o limite mínimo de 520 euros.

O valor da renda será calculado aplicando diretamente uma taxa de 35% ao rendimento mensal bruto do agregado familiar, garantindo que o valor apurado não ultrapasse os limites máximos estabelecidos.

Os contratos de arrendamento celebrados ao abrigo deste programa têm uma duração míni-

ma de cinco anos, assegurando estabilidade habitacional para os beneficiários. O procedimento de atribuição destas 64 casas será efetuado através de concurso por classificação, tendo as candidaturas sido selecionadas através de dois programas: o programa 1º Direito – Programa de Apoio ao Acesso à Habitação, promovido pelo Governo central e que se destina a apoiar pessoas e famílias em situação de carência financeira e que residam em condições indignas; e o Programa de Renda Acessível de Oeiras, promovido pelo Município, que visa disponibilizar habitação com valores de renda ajustados e que respeitem uma taxa de esforço máxima, garantindo acessibilidade económica para os agregados familiares.

A ordenação da lista classificativa resultou da pontuação alcançada por cada família em função da soma dos pontos obtidos em cada um dos critérios, onde se incluem o valor da taxa de esforço no pagamento do limite mínimo de renda definido, o número de ascendentes ou descendentes que integram o agregado familiar, e ainda o valor da taxa de esforço no pagamento da renda da habitação onde reside à data da candidatura.



pinto & relvas

Remodelações • Pinturas
Eletricidade • Carpintarias

961 484 884 • geral@pintoerelvas.pt • www.pintoerelvas.pt

Família Global uma âncora no combate à exclusão social

O Projeto Família Global (PMG) é umas das instituições de apoio social mais antigas do concelho de Oeiras. Constituído no dia 18 de abril de 1998, teve na sua génese a constatação no terreno das graves lacunas socioeconómicas que grande parte da população dos bairros de barracas de Outurela/Carnaxide ainda registava no final do século XX.



Nascido no seio das associações de pais, cresceu no epicentro de um quadro social alarmante para inverter o abismo de pobreza que grassava no bairro, em que se registavam inúmeras situações de crianças que nunca tinham frequentado a escola, em que o insucesso escolar era “norma”, nomeadamente com uma elevada taxa de repetências no 1º, 2º e 3º ciclos, mas também

com elevadas taxas de abandono escolar dos jovens com idade igual ou superior a 15 anos (sem diploma ou habilitação escolar), crianças que provinham de famílias destruturadas, sem habilitação de base ou formação profissional e em exclusão social, em que se registava um preocupante “aumento da delinquência juvenil e marginalidade”.

E foi então que as associações de pais resolveram intervir ativamente. Decidiram não se limitarem a serem parceiros educativos na escola, mas a ultrapassarem essa fronteira.

“O desenvolvimento e a implementação de parcerias informais através do envolvimento de mães, pais e grupos de moradores, permitiram o levantamento e estudo de casos de famílias, suas crianças, jovens e idosos que viviam em condições de exclusão. Este trabalho foi a base do nosso Projeto integrador de prevenção comunitária, explica a secretária e porta-voz do projeto, Isabel Ribeiro.

Antes da sua constituição, percorreu um longo caminho que lhe permitiu conhecer as realidades sociais que se impunha apoiar e criar alicerces sólidos para a prossecução dos seus objetivos de combate à pobreza e exclusão social em que, grande parte população, então, se encontrava.

À data da sua formação, o local escolhido para o desenvolvimento do projeto abrangeu as famílias localizadas nos núcleos de barracas dos Bairros de Alto do Montijo, Alto dos Barronhos, Pedreira dos Húngaros, Quinta dos Sales, Salregos e os Bairros de realojamento social de São Marçal e Moinho da Portela, integrando-se no terreno, desde o início, na dura realidade social do bairro, começou por ter como instalações um contentor, localizado no meio do bairro de barracas que existia onde hoje é o pavilhão Carlos Queiroz, passando a ocupar, numa segunda fase, um moinho recuperado pela Câmara Municipal de Oeiras.

Isabel Ribeiro, engenheira civil de formação, assume que o PMG tem sido edificado graças à “versatilidade” dos seus dirigentes e revela que não raras vezes é a própria equipa a realizar as obras e os melhoramentos nas várias valências de que a associação dispõe (loja solidária, creche, clínica social, entre outras), uma vez que o orçamento não dá margem de manobra para “esticar” com “extravagâncias” como a contratação de um pedreiro ou um electricista, por exemplo.

“Somos nós que deitamos mãos à obra e fazemos as coisas acontecerem. Levantamos paredes, pintamos, tratamos da eletricidade, enfim, fazemos quase de tudo para evitar gastar dinheiro que depois pode fazer falta para ajudar quem mais precisa”, afirma.

Apoio social

O PMG é hoje um dos alicerces sociais dos moradores do bairro de Outurela e um parceiro fundamental para retirar da marginalização social muitos dos moradores que continuam a bater à porta do projeto. Presta apoio alimentar a quase 600 pessoas, 191 crianças, mas vai mais além e é também a porta a que muitos moradores recorrem para resolver problemas do dia a dia e com as quais não conseguem lidar.

O Gabinete de Apoio à Família ajuda “no preenchimento de documentos”, na elaboração de currículos, dos pedidos de pensão de reforma, no pagamento de contas, entre muitos outros, mas Isabel Ribeiro acredita que, com o avançar dos anos, os moradores consigam fazer face a este tipo de contrariedades mediante os aumentos de literacia da população local pretendido pela PMG. Atualmente, encontra-se instalado em vários espaços comerciais que foram adaptados aos diferentes serviços, aguardando-se, desde 2011, a conclusão das novas instalações do Centro Comunitário da Portela, responsabilidade da C.M. de Oeiras, onde passará a funcionar.

Depois de fazer uma visita guiada ao Olhares de Carnaxide e Queijas pelas instalações do projeto, Isabel Ribeiro mostrou, com orgulho, as várias valências do PMG, mas lamentou que a Clínica Social, que tem tudo do melhor em termos de equipamentos médicos e uma instalações de fazer corar de vergonha muitas clínicas privadas, esteja a funcionar apenas a “meio gás”, já que apenas o serviço de optometria (onde são prestadas consultas gratuitas e onde se providenciam óculos gratuitamente) recebe a visita de um profissional de saúde.

“Este consultório de dentista foi construído por nós. Tem equipamentos muitos bons (oferecidos por várias empresas), mas tem um grande problema: não tem um médico dentista. Já batemos a muitas portas e ainda não conseguimos angariar um voluntário. Aproveito para pedir a ajuda de algum médico dentista que nos queira ajudar”, conclui.

Universidade Sénior abre-se à comunidade

A Universidade Sénior de Carnaxide e Queijas está em plena mudança. A atual comissão executiva da USCQ tem batalhado para que o estabelecimento “se abra à comunidade”, tendo previstas várias iniciativas para consolidar este espírito de integração desta instituição de ensino no espaço público de Carnaxide.



A Universidade Sénior de Carnaxide e Queijas tem em curso um programa intergeracional que “está a ser um sucesso”, reunindo avós e netos em várias atividades dentro da universidade e que tem sido exemplo de abertura à comunidade.

O porta-voz da comissão executiva, Armando Mota, revela, porém, que esta universidade “passou por alguns problemas” no pós-pandemia, uma vez que os alunos, devido aos problemas de locomoção, agravados pelo confinamento, “perderam o hábito de se deslocarem à universidade”.

“Fomos a primeira universidade sénior do país a fazer as aulas on-line, porque entendemos que, se parássemos, iríamos deixar os nossos alunos muito sozinhos nas suas casas. Mas, nestas faixas etárias, foi complicado voltar a convencer as pessoas a frequentar as aulas presencialmente. As pessoas ficaram confinadas muito tempo e ganharam novos problemas de saúde, pelo que sentimos algumas dificuldades”, explica o professor e responsável na USCQ, Armando Mota.

Pese embora o afastamento temporário dos alunos durante e no pós-covid, “felizmente”, e graças ao

apoio e novo impulso da junta de freguesia, “conseguimos dar a volta à situação” e a universidade está hoje com uma “nova força” para levar por diante a sua missão de promover o envelhecimento ativo da comunidade e a luta contra a solidão dos mais idosos, afiança Armando Mota.

Combate à solidão

Maria de Lurdes Polaina, que integra a nova comissão executiva, afirma que a situação social da comunidade sénior em Carnaxide e Queijas “não é preocupante”, uma vez que não há muitos casos de dificuldades económicas gritantes, mas o problema do isolamento social e a sequente solidão marcam o quotidiano de “muitas pessoas”. E é justamente nesse campo de ação que a universidade “pode e deve atuar”.

A responsável acredita que a USCQ joga um papel “crucial”, pois funciona como ponto de encontro de muitas pessoas, que, de outra forma, estariam “em isolamento social”, um dos males que afeta a comunidade idosa do país.

“A universidade sénior não é uma alternativa ao centro de dia. Promovemos o envelhecimento ativo dos nossos alunos. Organizamos palestras, que reúnem muitas pessoas. Ainda há tempos tivemos cá uma palestra sobre geometria sagrada que foi um sucesso. Esta iniciativa, pela sua complexidade, mostra bem que os nossos alunos gostam de aprender coisas novas e que estão interessados em exercitar novas competências”, refere.

Também as aulas de pintura são já um caso de sucesso entre os alunos, que inclusivamente já expuseram os seus trabalhos na Galeria Municipal Vernay, em Oeiras. As aulas são dadas pelo presidente da Associação Portuguesa de Aquarelistas, o pintor António Bártolo, e são das mais concorridas na universidade. Maria de Lurdes Polaina assegura que o objetivo maior da USCQ é a integração ativa dos alunos na vida da comunidade e que nunca é tarde para se apreenderem novos conhecimentos. “Fazemos questão de promover encontros com os nossos alunos, organizamos sessões de poesia, vamos com eles ao café, a ver exposições, visitamos museus e vamos ao teatro”, anota.

É também objetivo a promoção das relações interpessoais, por forma a que os alunos criem laços entre si e façam novas amizades, até porque está provado que o contacto humano e as relações de amizade ativam zonas do cérebro que são importantes para manter a saúde.

“Há dias, fui almoçar com meu marido a um restaurante e encontrei um grupo de alunos no local. Fiquei radiante de ver a alegria e boa disposição daquele grupo de pessoas. Se não fossem alunos da universidade, é provável que momentos como aqueles não acontecessem, porque as pessoas não se teriam conhecido e estariam cada uma delas sozinha em casa”.

“Linhas com Amor”

A responsável adianta que esse ambiente de partilha de conhecimentos é também o ponto de partida para a partilha de afetos, quer internamente quer com a comunidade exterior. E exemplifica com um projeto que tem causado “grande impacto”. Trata-se do “Linhas com Amor”, em que as alunas concebem enxovais completos para bebés e que, posteriormente, são entregues a instituições de apoio a mães carentes.

“As nossas alunas fazem peças de roupa extraordinárias para quem necessita – se estivessem à venda em lojas seriam peças muito caras. Fazem tudo com muito amor e para ajudar pessoas que não conhecem. Fico muito emocionada ao constatar a alegria com que as nossas ‘tias’ trabalham nas peças de roupa. Reúnem-se e trabalham numa sala da universidade, mas há algumas que trabalham em casa porque já não conseguem vir cá. E isso é um verdadeiro ato de amor para com o próximo”, sublinha.

Degradação das instalações

Mas nem tudo é positivo no dia a dia da USCQ. Ambos os responsáveis fazem questão de elogiar “o apoio inextinguível” do presidente da junta de freguesia de Carnaxide e Queijas, Inigo Pereira, mas Armando Mota lamenta a “degradação das instalações”. “Como pode ver, chove cá dentro. Temos de pôr baldes no chão para isto não ficar tudo molhado”, assinala.

O responsável diz que a Junta e a Câmara Municipal de Oeiras “estão a par da situação”, mas os anos passam e nada é feito para resolver a “necessária mudança de instalações”.

“A Câmara tem um projeto, mas ainda não avançou. Recentemente, apoiaram a Universidade Sénior de Linda-a-Velha e pode ser que a seguir sejamos nós”, conclui.

A USCQ conta com mais de 300 alunos e leciona 60 disciplinas, que vão desde as línguas (inglês, francês, espanhol ou alemão), ciência e tecnologia, alimentação e saúde, direitos e deveres dos cidadãos, história da arte e história de Portugal, informática, música, costura, artes manuais, entre muitas outras.

No entanto, e para além da atividade regular, há ainda, durante o ano letivo, várias iniciativas extracurriculares, tais como passeios culturais a vários locais do país, feiras, workshops, festas de Natal, Carnaval ou de Agosto, bailes, entre outras atividades.

Maria de Lurdes Polaina sublinha que há muitos alunos que “passam os dias dentro da instituição” e narra a história de uma aluna com 90 anos que vinha “todos os dias” a pé até à Universidade para assistir às suas aulas e rever as amigas criadas dentro da universidade. Hoje, com 93 anos, já não pode deslocar-se, mas continua a assistir às aulas pela internet.

Carnaxide já tem Rua dos Afetos

Carnaxide ganhou “Rua dos Afetos” em celebração à empatia e solidariedade. O evento contou com a presença do presidente da Câmara, Isaltino Morais, que refletiu sobre a forma como os afetos são enfrentados pela sociedade. “Há quem vê a afetividade como algo essencial para a saúde e o bem-estar, enquanto outros fazem ironia e projeções de carinho como algo piegas. Mas a verdade é que tudo isso está diretamente ligado à saúde”, ressaltou.

Foi ao som de duas violinistas que foi “aberta” a Rua dos Afetos em Carnaxide. O presidente da Câmara, Isaltino Morais, que inaugurou esta nova Rua, abriu as luzes principais deste novo espaço. Isaltino Morais explicou que, no ano passado, em Oeiras foi inaugurada “A Rua dos Afetos”, tendo dissertado acerca do que significam para ele próprio, os afetos. No entanto, salientou que a forma como tudo se faz é importante para se perceber as iniciativas que a autarquia desenvolve.

“Agora é a altura de Carnaxide também ter uma “Rua dos Afetos” para todos os que passem nesta freguesia que faz parte de Oeiras”, acrescentou. Para Isaltino Morais, “quando se fala de afetos, certas pessoas levam o assunto muito a sério e falam da sensibilidade, do relacionamento e da interação entre uns e outros, seja através de beijos, abraços ou outros atos de carinho que consideram ser de extrema importância. No entanto, há outras pessoas que fazem ironia acerca deste assunto, e dizem que quem manifesta afetos, são lamechas. Então é necessário ser duro acerca desta posição. Na verdade, tudo isto tem a ver com saúde”.

Na perspetiva de Isaltino Morais, os afetos estão ligados “à saúde e ao bem-estar dos munícipes de Oeiras e constitui uma das prioridades centrais da missão e intervenção camarária. No entanto, a saúde não se cinge só aos cuidados de saúde, vejo essa saúde numa perspetiva mais lata e intersectorial assumindo que a ação e a inter-relação entre diferentes variáveis têm reper-

cuções no estado de saúde, percecionado como físico, mental e social.

A expressão “afeto” não tem só a ver de atos que se tenham de uns para os outros. Nos tempos que correm, em que parece que tudo pouco vale, é muito importante fazer vir ao de cima os nossos valores”.

Para o presidente, o facto de as pessoas estarem presentes nesta inauguração, em comunidade, é importante e o estarem em comunhão também. Como seres humanos vivemos em função da afetividade, sendo a importância desta ação inevitavelmente inegável.

Com o propósito de chamar a atenção de toda a comunidade local e para a importância da comunidade local, da empatia e da solidariedade, o Município de Oeiras aderiu formalmente ao Movimento “Cidade dos Afetos” em 2020, reforçando o compromisso de reforçar anualmente, ações que ajudem a devolver os afetos à Comunidade”. A “Rua dos Afetos” fica localizada, na Rua Manuel dos Santos Mónica, localizada no Centro Histórico de Carnaxide e encheu-se de corações com a inauguração desta rua.

De relembrar que em 2024 foi a Rua Febus Moniz, em Oeiras, que ganhou uma decoração especial para celebrar o poder dos afetos que unem esta autarquia.

No decorrer da apresentação, houve mais alguns momentos de música e dança pela mão dos “Boadway Kids”.



OLHARES DE CARNAXIDE E QUEIJAS



OlharesdeCarnaxideeQueijas

www.olharesdelisboa.pt
ocq@olharesdelisboa.pt

Proprietário e Editor Avalanche de Sonhos Unipessoal, Lda. | Conselho de Administração M.R.S. Oliveira
Detentor de Capital Social M.R.S. Oliveira (100%) | NIF 514 355 034
Sede Social / Sede Editor / Sede Redação Av. Eng. Arantes de Oliveira, 3 R/C - 1900-221 Lisboa
Tel 211934140 • Tm 967734378 | avalanchedesonhos@sapo.pt | Diretor Mário Rodrigues | ocq@olharesdelisboa.pt
Redação Rute Fidalgo, Luis H. Antunes, Marta Azevedo | Fotografia Fernando Zarcos
Publicidade e Marketing Marcelo Duarte - Diego Guimarães | Paginação e Arte Gráfica Mário Clemente
Impressão Fig - Indústrias Gráficas SA - Rua Adriano Lucas, 161 - 3020-430 Coimbra
Estatuto Editorial www.olharesdelisboa.pt/estatutoeditorialolharesdecarnaxideequeijas2/
Depósito Legal 455061/19 | N.º Registo na ERC: 127312 | Tiragem deste número 17 000 ex.º

Câmara continua a investir em Carnaxide

Verificar o progresso de obras em curso, avaliar intervenções já concluídas e analisar projetos futuros, reforçando o compromisso com o desenvolvimento urbano e a qualidade de vida dos munícipes, foi o principal objetivo da visita do presidente da Câmara Municipal de Oeiras (CMO), Isaltino Morais, a obras em curso em Carnaxide, nomeadamente, Pólo de formação profissional, na Outurela, e requalificação do Centro Cívico de Carnaxide.



Isaltino Morais realizou mais uma visita de trabalho a Carnaxide. O objetivo foi verificar o progresso de obras em curso, avaliar intervenções já concluídas e analisar projetos futuros, reforçando o compromisso com o desenvolvimento urbano e a qualidade de vida dos munícipes.

A primeira paragem do itinerário foi o parque de estacionamento da Misericórdia, em Oeiras, onde decorrem obras para aumentar a capacidade do estacionamento de cerca de 170 para 400 lugares. Esta intervenção representa um investimento de aproximadamente 400.000 euros e tem como objetivo proporcionar maior conforto urbano, libertar os passeios dos automóveis e devolver o espaço aos peões.

Uma outra obra visitada foi o pólo de formação profissional, na Outurela, um investimento

de cerca de três milhões de euros que resulta de um acordo entre a CMO e o Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP). O objetivo deste espaço será promover a qualificação profissional dos munícipes. “Faseadamente, estamos a recuperar tudo isto, e vamos ter salas com muita luz”, disse o autarca, durante a visita, salientando que este equipamento contará ainda com uma creche e um complexo desportivo dedicado ao judo e ao boxe, representando um investimento total de cerca de sete milhões de euros.

“O judo e o boxe são muito importantes nesta comunidade, porque a captação de jovens para a prática destas duas modalidades os retira de outro tipo de caminhos que não serão os melhores”, referiu ainda o autarca durante o périplo por Carnaxide, que incluiu também uma visita às

obras de requalificação da Quinta da Casa Branca, que irá albergar habitação jovem, um restaurante, uma academia de música e uma escola de dança.

O projeto da Quinta da Casa Branca integra-se numa estratégia da CMO em recuperar edifícios históricos do concelho e convertê-los em espaços funcionais e modernos. “Este espaço era propriedade do Colégio Americano, que, entretanto, saiu daqui e deixou o espaço ao abandono. Entretanto, a autarquia fez uma permuta com os terrenos do outro lado, e tornou-se proprietária de todos estes terrenos”, recordou.

O espaço, que nas palavras do autarca de Oeiras, irá ser “um complexo muito interessante, e que vai corresponder às necessidades da população de Carnaxide, do ponto de

vista cultural”, contará ainda com um jardim, que deverá abrir ao público “lá para agosto ou setembro”.

Outra das obras em curso visitadas por Isaltino Morais e a sua comitiva foi a de modernização do Quintal Desportivo, um espaço criado nos anos 80 e que permite a prática de diversas modalidades. O local está a ser revitalizado para incentivar a prática desportiva ao ar livre. Para além da instalação de equipamentos fitness, para todas as idades, está prevista a construção de um parque de estacionamento subterrâneo com 400 lugares, permitindo requalificar toda a zona envolvente e facilitar futuras intervenções urbanísticas na Avenida de Portugal.

Outro projeto em curso é a requalificação do Centro Cívico de Carnaxide, que inclui a substituição dos pavimentos, a impermeabilização das garagens e, numa segunda fase, a instalação de uma cobertura para melhorar as condições climáticas do espaço. A requalificação estende-se à Avenida de Portugal, que será transformada numa artéria mais segura e acessível para peões e condutores, que vai passar a contar com uma faixa central separadora. No total, este conjunto de intervenções representa um investimento de 1.000.000 euros.

“O Centro Cívico data de meados dos anos 90 e realmente foi um sucesso, mas agora está a precisar de manutenção. O concurso para a primeira fase já está aberto e, portanto, a empreitada ainda deverá começar neste ano, provavelmente, com as obras do pavimento e da impermeabilização das garagens. Posteriormente, será iniciada a construção da cobertura, que tem como propósito criar melhores condições de climatização, quer no verão, quer no inverno. A seguir, haverá uma segunda fase, com intervenções em toda a área adjacente do Centro Cívico”, esclareceu o presidente da CMO.

O edil de Oeiras ressaltou ainda que todas estas intervenções serão feitas “de modo a causar o mínimo de transtorno aos cidadãos”. “A última fase da intervenção, diz respeito à intervenção na Avenida de Portugal”. “Estas obras em Carnaxide vão trazer, mais qualidade e mais conforto urbano para os cidadãos. Queremos que as pessoas se sintam confortáveis e seguras”, disse ainda Isaltino Morais.

**CLÍNICAS MÉDICAS
DR. OLÍVIO DIAS**

**CIRURGIA GERAL · CIRURGIA PLÁSTICA
CLÍNICA GERAL · DERMATOLOGIA · OFTALMOLOGIA
NUTRIÇÃO · PSICOLOGIA · MEDICINA DENTÁRIA
ESTÉTICA DENTÁRIA · FACETAS · IMPLANTOLOGIA
BRANQUEAMENTO DENTÁRIO · CORREÇÃO DE DENTES**



www.clinicasmédicasoliviodias.pt

LISBOA TEL: 217995180 / 962078579 · ALGÉS TEL: 214103815 / 962078578 · CASCAIS – BIRRE TEL: 214860306 / 926392198

Unidade Local de Proteção Civil vai avançar em Carnaxide e Queijas

A proximidade com as populações continua a ser a grande linha mestre das políticas de Inigo Pereira em prol do desenvolvimento socioeconómico de Carnaxide e Queijas. O presidente da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas admite, até ao fim deste mandato, criar uma Unidade Local de Proteção Civil, que trabalhará com os restantes agentes da Proteção Civil, destinada a reduzir o impacto de futuras situações de emergência ou de catástrofes, bem como a ajuda prestada às populações necessitadas face a uma catástrofe natural ou de origem humana.

A Junta de Freguesia da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas (UFCQ) tem em curso uma série de intervenções que visam a melhoria geral de ambas as freguesias. Em entrevista ao nosso jornal, Inigo Pereira sustenta que é seu objetivo maior manter a proximidade com a população. Para além da manutenção das oito escolas do território, em que os trabalhadores da UFCQ fazem um trabalho diário de pequenas reparações e gestão das necessidades operativas, a Junta assegura a limpeza e manutenção dos espaços verdes e a gestão e manutenção dos Mercados Municipais de Carnaxide e Queijas.

Fruto da gestão nestes espaços comerciais, o Mercado de Carnaxide foi alvo de uma intervenção recente que contemplou a pintura do equipamento, mas também a criação de esplanadas.

O presidente da UFCQ adianta que, até junho, estão já previstas “intervenções de alguma dimensão”, como obras de melhoria do Polidesportivo de Queijas, o caminho contíguo ao cemitério de Carnaxide, onde serão colocadas lajetas “para melhorar a acessibilidade” no local, mas também a colocação de pavimentação na Avenida de Portugal, em Carnaxide. Junto à Escola Camilo Castelo Branco, será aplicado piso antiderrapante “para evitar quedas” dos transeuntes no lugar do piso de vidraça que hoje está na mesma via.

Em paralelo, as equipas de intervenção da UFCQ, diz Inigo Pereira, estiveram deslocadas para os serviços de prevenção nas freguesias, realizando trabalhos de limpeza de sargetas e terrenos, através da Unidade Local de Proteção Civil (ULPC) de Carnaxide e Queijas, que, formalmente, ainda só está no plano das intenções, mas que, na prática, já realiza o trabalho no terreno como se de uma autêntica equipa de proteção civil se tratasse.

O autarca revela que a criação desta brigada rápida só foi possível “porque temos a vantagem de ter equipas próprias” ao contrário de outras freguesias onde “apenas se trabalha com empreitadas”, isto é, tem de ser feita a contratualização de empresas externas.

“Na altura do covid, por exemplo, houve juntas de freguesia que pararam completamente, mas nós, como tínhamos equipas de administração direta, conseguimos dar apoio à nossa população. As gentes do nosso território não ficaram sozinhas”, sublinha.

A este propósito, o autarca refere que foi graças às intervenções da Unidade Local de Proteção Civil que as freguesias por si administradas, nas alturas do registo de acontecimentos climatéricos adversos, como o ocorrido neste mês, Carnaxide e Queijas foram poupadas a situações mais trágicas, como grandes cheias ou inundações, até porque a autarquia “tem identificadas as zonas mais sensíveis” onde possam ocorrer maiores estragos.

Por isso, Inigo Pereira adianta que a UFCQ está a arquitetar o modelo de funcionamento efetivo da Unidade Local de Proteção Civil, que trabalha em articulação com os bombeiros e a Proteção Civil regional, como forma de garantir a segurança quer dos equipamentos quer das populações, ao abrigo de um protocolo assinado com a Câmara de Oeiras, em maio de 2024, que prevê a criação das ULPC em todo território.

Inigo Pereira elege como a “grande estratégia”, ou seja, como objetivo principal para o que resta deste mandato “continuar a estar em contacto com a população”, pois a ação social e atenção aos problemas reais das pessoas “estão sempre no centro desta autarquia”.



“Para além das visitas que realizo a pedido da população, as nossas equipas estão sempre atentas aos problemas que ocorrem no território e comunicam connosco aquilo que é preciso resolver. Temos abertura total para que as pessoas venham ter connosco e nos apresentem as suas sugestões ou mesmo reclamações, seja através dos nossos serviços de atendimento, seja através do site Cidadão Ativo, para podermos estabelecer um diálogo frutífero e, conjuntamente, melhorarmos o território”, sublinha o Inigo Pereira.

Para o autarca, este género de proximidade “está no centro” do trabalho desenvolvido e das ações futuras da autarquia.

O presidente da autarquia refere, no entanto, que a maior parte das reclamações da população estão relacionadas com a iluminação pública, mas descarta responsabilidades e atribui o ónus do problema à EDP. “A EDP não dá resposta às solicitações enviadas e está a prestar um serviço muito lento. Nos últimos tempos, tem vindo a piorar, porque demoram muito tempo a dar respostas”, justifica.

eBug
Serviços Informáticos

reparação especializada de portáteis
deslocações ao domicílio
assistência a empresas
orçamentos gratuitos

Centro Comercial Solátia
Lote 9 • Loja 12
Carnaxide

tlf: 96 238 49 34
tlf: 21 406 37 78
email: geral@ebug.pt
site: www.ebug.pt

ORTOPEDIA

Boutique
ORTOPÉDICA

Palmilhas
Meias de compressão
Collants de descanso
Produtos para incontinência, enfermagem e higiene pessoal

Camas hospitalares
Colchões
Andarilhos
Cadeiras de Rodas
Sapatos ortopédicos

De 2ª a 6ª das 10h às 13h / 14.30h às 19h
Sábado das 10.30h às 13h

AV. DE PORTUGAL LT 7 - LJ 16
CENTRO CÍVICO - 2790-129 CARNAXIDE
TEL. 932 787 000 - www.boutiqueortopedica.pt

As causas e as lutas do bairro 18 de Maio

A Associação de Moradores 18 de Maio tem nos seus pergaminhos uma vitória de uma batalha hercúlea, que se arrastou por décadas, pela melhoria das condições de vida dos moradores deste bairro municipal de Carnaxide. Nascida para lutar pela dignidade de vida dos seus moradores, é hoje um exemplo na promoção dos valores da solidariedade e da retidão de carácter.

Os moradores do bairro 18 de Maio, em Carnaxide, lutam incansavelmente há quatro décadas pela possibilidade de adquirirem os terrenos das suas habitações camarárias. Por detrás desta batalha, está a Associação de Moradores 18 de Maio, uma instituição que nasceu há 50 anos e que tem dado voz às reivindicações dos habitantes do Bairro.

Nascida ainda no tempo em que o Bairro era um amontado de barracas, a AM 18 de Maio forjou-se pela necessidade de dar dignidade à vida de todos aqueles que, nas décadas de 70/80, vieram à procura de um futuro melhor na “grande cidade”. O Bairro foi, na altura, o ponto de encontro dos milhares de migrantes, tanto nacionais como estrangeiros, que “ocuparam” os subúrbios da Grande Lisboa e o lugar possível onde aquelas pessoas conseguiriam viver.

Com os alvares do 25 de Abril, vieram então as promessas de construção de casas dignas para as franjas da população que viviam marginalizadas em autênticos bairros da lata que circundavam a capital, como os habitantes do 18 de Maio. Mas os processos burocráticos fizeram arrastar a resolução (e avanço efetivo) dos problemas da habitação precária em Oeiras.

Ainda assim, os moradores do Bairro persistiram e nunca baixaram os braços, recorda, com orgulho, Fernando Jorge, presidente da AM 18 de Maio, em entrevista ao “Olhares de Carnaxide e Queijas”.

Luz ao fundo túnel

Mas esses tempos de dificuldades já terão ficado como “apenas” um registo traumático na memória dos habitantes, pois a situação é hoje bem distinta dos tempos em que as “casas” não tinham as condições mínimas de habitabilidade.

Aliás, o dirigente associativo afirma que a “maioria das habitações” já está na posse dos moradores, graças a um acordo com o Município, e que, dentro em breve, todos eles terão a possibilidade de comparar as suas habitações – a preços simbólicos – e, enfim, poderem dormir descansados. “É curioso, falei há tempos com um dos moradores mais antigos do bairro, que tem quase 90 anos, e ele me disse que ‘já poderia morrer descansado’ porque sabia que a sua casa ficaria, finalmente, na posse da sua família”, relata Fernando Jorge, que explica que a assinatura dos protocolos com a CMO prevê que as habitações transitam para os descendentes diretos dos primeiros moradores do Bairro, que ficam com possibilidade de usufruto.

Talvez por essa razão, Fernando Jorge não se cansa de elogiar o trabalho “pioneiro e vanguardista” do presidente do Município, Isaltino Moraes, que tem estado na linha da frente da resolução dos “problemas reais” das pessoas, com a habitação à cabeça. “O presidente, Dr. Isaltino, tem sido excelente e sem ele não tínhamos conseguido resolver o nosso problema”, atira.



Desporto e ação social

Mas nem só de lutas pela melhoria das condições gerais da habitação vive a AM 18 de Maio. O incentivo à prática desportiva e aos valores da sã camaradagem proporcionada pelo desporto são outras das bandeiras que a Associação tem erguido bem alto. Tem tradição no atletismo associativo, mas também na formação de várias equipas de futsal.

“Já tivemos aqui equipas de futsal em todos os escalões, mas agora não conseguimos manter os miúdos porque somos um clube formador e não temos capacidade financeira para reter os atletas. Houve um ano que tínhamos uma equipa de benjamins, mas, passadas algumas semanas, os ‘tubarões’ da modalidade vieram cá e lavaram-nos quase todos os miúdos, ficámos apenas com dois atletas e fomos obrigados a desistir...”, lamenta, acrescentando que já ocorreu, bastas vezes, os miúdos que engrossavam as fileiras

das equipas da Associação virem de realidades sociais “muito preocupantes”, onde a única “refeição” era consumida dentro das portas da 18 de Maio.

A ação social é, por isso, outra das razões de ser da 18 de Maio, que não deixa ninguém para trás e consegue manter a miudagem do Bairro nos “bons caminhos”, ao invés de enveredarem pela marginalidade.

“Já tivemos muitos pais de famílias normais, de classe média, que trazem os seus filhos para as nossas atividades desportivas e nos pedem para pormos os filhos ‘na linha’, porque não conseguem fazer nada deles. Não toleramos faltas de respeito ou maus comportamentos e acho que os pais nos agradecem”, conta o dirigente, admitindo que a 18 de Maio é também uma “escola de valores”.

De resto, não é em vão que a AM 18 de Maio é hoje conhecida por todos como sendo uma Associação que pugna pelos valores da solidariedade, igualdade e fraternidade.

UNião dos Fregueseses
CARNAXIDE QUEIJAS

O REGISTO E LICENCIAMENTO DE
CÃES E GATOS
É OBRIGATÓRIO POR LEI

RENOVE ONLINE
A LICENÇA DO SEU ANIMAL
WWW.UFCQ.PT

✉ animal@ufcq.pt ☎ 21 417 3090 🌐 uf-carnaxide-queijas.pt 📱 UF-Carnaxide-Queijas

António Ramalho Boxing Spirit: Uma escola de vida

O Boxe é um desporto duro e exigente. Mas há uma escola de pugilismo em Carnaxide que vai mais além e mostra os caminhos da retidão e da nobreza de caráter associados a este desporto. “Desvia” os seus atletas dos “maus caminhos” e ajuda-os a construir um percurso de retidão e ascensão pessoal e profissional até à idade adulta.

Os amantes do Boxe mais românticos consideram este desporto como a “nobre arte”, em que nobreza dos pugilistas é realçada no final de cada combate, com um cumprimento de respeito pelo opositor, um esquecer das incidências ocorridas em cada combate.

A Escola António Ramalho Boxing Spirit, na União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, personifica justamente os valores de lealdade e nobreza de caráter deste desporto. É liderada pelo mestre que dá nome à instituição há mais de vinte anos e tem sido, muito mais, do que apenas um simples ginásio onde “se vão dar uns murros” para espantar os males interiores ou o stress do dia a dia.

Com um notável trabalho social nesta freguesia, é um projeto de integração social para jovens, adultos e seniores, principalmente em vulnerabilidade social ou em situações de perigosa aproximação à marginalidade. O objetivo, explica António Ramalho, é fazer com que os atletas sejam resgatados das garras (e dos perigos) da “vida de rua” e adotem uma filosofia de vida ligada ao desporto e ao Boxe, mas também ao gosto pelo estudo, pela arte, pela criatividade.

O mestre Ramalho acredita que o trabalho social da instituição que ajudou a fundar vai muito mais além da mera prática desportiva. O fundador do projeto reconhece que é visto como uma espécie de “segundo pai” por muitas das crianças e jovens que frequentam a Escola Boxing Spirit, dado o grau e proximidade e cumplicidade que existe entre António Ramalho e seus pupilos.

“Os meus alunos sabem que, antes de tudo, de querer que sejam pugilistas, quero que sejam boas pessoas, leais e respeitadoras do próximo. Aqui, somos todos iguais. Não temos estigmas ou ideias preconcebidas sobre aquilo que é ‘ser do bairro’, até porque trato toda a gente da mesma maneira: com respeito e empatia, sejam eles do bairro ou de outro sítio qualquer. O bairro (18 de Maio) tem muita gente boa e muitas dessas pessoas passaram pela nossa escola”, vinca mestre Ramalho.

Regresso dos filhos pródigos

O treinador, que está à frente de uma equipa de sete técnicos de pugilismo, explica que, não raras vezes, é visitado por antigos alunos para recordarem os “bons tempos” passados dentro daquela escola “de virtudes”.

“Ainda há tempos tivemos a visita de um rapaz, que hoje é um homem de família, que veio acompanhado pelos filhos e esposa porque queria mostrar à sua família o sítio onde aprendeu a ser homem, a esquivar os problemas da vida. Está a viver na Holanda, mas não se esqueceu de nós. Costumo dizer que são os meus filhos”, aponta o mestre.

De resto, de acordo com António Ramalho, a Escola Boxing Spirit pode ser considerada como uma “escola de vida”, baseada na ética, onde se aprendem os truques do pugilismo, mas, acima de tudo, se formam cidadãos de pleno direito, com perspetivas de futuro, visto que muitos deles provêm de um contexto social desfavorável. É para galgar etapas nesse quadro social que o responsável tem vindo a investir, procurando que os seus alunos, que são acompanhados por equipas de professores do ensino secundário (cujo salário é pago integralmente pela

escola de Boxe), aprendam uma profissão e sejam integrados no “difícil mercado de trabalho português”, através de protocolos de cooperação entre a Escola e várias empresas que se associaram ao projeto. “O nosso objetivo é que os atletas treinem Boxe e arranjem emprego”, confidencia.

Estes miúdos serão “filhos do Boxe”, mas com o fito no “combate” pela vida fora de portas da instituição. Até que o processo de formação de homens e mulheres seja finalizada dentro da academia, o dia a dia dos atletas passa não só pela prática desportiva, mas também pelo incentivo pela criatividade e o gosto pela belas-arts, que incluem visitas aos grandes museus de Lisboa e de outros locais com interesse cultural.

António Ramalho sublinha que é seu propósito “mostrar que a vida não é só desporto”, que há mais vida para além do foco no pugilismo e da (dura) realidade do bairro.

Boxe em todas as escolas do concelho

António Ramalho considera-se um homem realizado, mas não dorme sobre os louros alcançados. Num futuro próximo, pretende deslocar a sua Escola para umas instalações que permitam conciliar os estudos com o Boxe, alargando o seu grau de influência a outros bairros e mais crianças do concelho de Oeiras.

O mestre confia plenamente no acordo feito com a Câmara Municipal de Oeiras, que já lhe prometeu a cedência de uma nova sede. “O presidente Isaltino Morais é um grande entusiasta do nosso projeto. Tem sido ele o nosso principal apoio e estou convicto que não vai defraudar as nossas expectativas”, até porque o trabalho de integração social dos jovens pugilistas “está à vista de todos” e “é motivo de grande orgulho para a nossa equipa”.

Para além disso, tem como objetivo transformar o Boxe num dos desportos “oficiais” do concelho de Oeiras, levando este desporto para dentro dos estabelecimentos de ensino do município. Para já, este trabalho está a ser feito de forma espaçada e ainda sem grande margem de manobra, apenas em duas ou três escolas, mas o responsável acredita que, com os apoios certos, este objetivo será realidade e poderá mudar o panorama do desporto em Oeiras.

Mestre Ramalho aproveita para enaltecer ainda o patrocínio da empresa Joaquim Chaves, que investe na aquisição de equipamentos para a Escola, mas faz um apelo para que outras companhias adiram ao mecenato para poderem ajudar no crescimento desta escola de valores, escola de vida.

Boxe para executivos

A pressão faz parte da vida de todos aqueles têm responsabilidades acrescidas nos seus trabalhos, como executivos de empresas, diretores gerais, responsáveis de grandes empresas de engenharia, entre outros. Pois é justamente para estes profissionais que a Escola criou a modalidade de “Boxe para executivos”, que são aulas de pugilismo onde os inscritos podem descarregar a pressão do trabalho.

“Temos aqui executivos de grandes empresas, pessoas com muita responsabilidade, mas também pessoas que já tiveram de tudo na vida e que, por diversas circunstâncias, como um



divórcio, a perda de um cargo importante, ficaram numa situação complicada. A nossa casa serve de porto de abrigo a todas estas pessoas”, mas também como uma alavanca para aqueles

que caíram em desgraça se reerguerem e encararem a vida de frente, porque no boxe não há fuga possível, o adversário é encarado olhos nos olhos.

A DECO ESTÁ AQUI!

A União de Freguesias oferece, nós fazemos por si:



Informação sobre os seus direitos



Resolução das suas reclamações



Apoio na gestão do orçamento



Renegociação das suas dívidas







Contacte-nos:

☎ 214 173 090 | 912 619 661 (CARNAXIDE)

☎ 214 174 833 | 969 821 112 (QUEIJAS)

📅 1ª Sexta-feira de cada mês

✉ social@ufcq.pt



deco.pt

Um projecto de vida através do ténis

A Academia dos Champs que 'abriu as suas portas' há 16 anos no bairro 18 de Maio, em Carnaxide, nasceu "da motivação e vontade dos seus fundadores em partilhar a sua experiência pessoal para motivar jovens em situação de vulnerabilidade social a adotarem desde cedo uma filosofia de vida com uma forte ligação à prática desportiva – que, por sua vez, levará ao sucesso, tanto a nível pessoal como a nível profissional."

Fundada em 2009, no coração do bairro 18 de Maio, em Carnaxide, a Academia dos Champs é um projeto de integração social destinado a crianças e jovens entre os 5 e os 18 anos. Através da prática do ténis, o principal objetivo passa por demonstrar todos os benefícios de se encarar o desporto como filosofia de vida fundamental na superação das circunstâncias sociais adversas. O diretor geral da Academia Champs, Pedro Carvalho, diz que este projeto de integração social pela via desportiva "é muito mais" que um simples projeto de ocupação de tempos livres de carácter lúdico, uma vez que pretende proporcionar aos seus alunos uma possibilidade real e concreta de superação em relação aos seus próprios limites, abrindo os seus horizontes para novas, melhores e estruturadas perspetivas de vida. Oferecendo às crianças e jovens do projeto o acesso à prática regular de uma modalidade desportiva, a Academia dos Champs está, em simultâneo, a dotar os seus alunos de instrumentos que os ajudarão a evitar comportamentos desviantes, criando uma vida melhor, de horizontes diferentes e com ambições que mais facilmente se poderão tornar uma realidade. Pedro Carvalho afiança, por outro lado, que as crianças portuguesas deixaram de brincar na rua

e de se movimentar como noutros tempos. Por isso, é também objetivo da Academia "combater a epidemia da obesidade" que assola as crianças e jovens do país (1 em cada 3 crianças portuguesas apresentam excesso de peso) através da prática regular de um desporto "muito exigente" e com notáveis ganhos na prevenção de doenças associadas à obesidade e na melhoria geral da saúde dos praticantes.

Um elevador social

Num plano mais lato, o responsável explica que o ténis poderá funcionar como um elevador social e ter um impacto de "longo prazo" na integração ativa na sociedade dos jovens tenistas. Pedro Carvalho acredita que é possível "integrar socialmente, utilizando o desporto como ferramenta de capacitação e de acompanhamento de crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social".

O responsável salienta que a Academia Champs "está de porta aberta para todos", mas o propósito maior está na captação de crianças e jovens provenientes de um contexto social carenciado – o foco da Academia assenta no recrutamento de crianças que recebam ação escolar social.



"Na Academia dos Champs, fazemos com que os valores que tentamos passar aos nossos alunos sejam encarados como uma mais-valia para o seu futuro pessoal e profissional – acreditando que a abertura a novos horizontes e oportunidades pode fomentar-se através da educação", sustenta Pedro Carvalho.

Mudar comportamentos

O líder deste projeto de integração social sublinha que, a longo prazo, a Academia "ambiciona mudanças comportamentais" que pretendem alavancar o crescimento pessoal e profissional dos tenistas, algo que tem vindo a ser conseguido ao fim dos dez anos de atividade.

Nos courts da Academia Champs de Carnaxide, revela Pedro Carvalho, nasceram dois profissionais de padel, "dois rapazes que tinham muita dificuldade em comunicar", mas que se tornaram em "casos de sucesso" depois de terem feito o seu caminho de aprendizagem e integração social através do ténis. Pedro Carvalho revela um outro caso de um ex-tenista, que hoje é um quadro na Eurest, empresa do ramo alimentar que conta com largas centenas de trabalhadores, bem como o exemplo de um outro ex-praticante que conseguiu integrar-se no mercado de trabalho e gere uma loja da Padaria Portuguesa.

Democratizar o ténis

O diretor geral mostra-se "orgulhoso" dos feitos profissionais e pessoais dos alunos que conseguiram quebrar as barreiras sociais impostas pelas amarras do destino, mas avança que nem só de grandes vitórias se faz o caminho da Academia. "Temos alunos que nem dizem 'bom dia' no início do ano letivo. Se no final do ano, conseguirmos arrancar-lhe essa saudação é já uma pequena vitória. É nosso objetivo dar mais oportunidades de vida aos jovens. Acreditamos que o desporto pode mudar a vida das pessoas".

É ideia comum dizer-se que o ténis é um desporto "de elites", mas Pedro Carvalho diz que esse

"preconceito" não corresponde à realidade. "Fica mais caro uma criança entrar para uma equipa de futebol do que praticar ténis. No futebol, os pais têm que comparar equipamentos, pagar a mensalidade, etc. Para praticar ténis só se precisa de uma raquete e nós aqui disponibilizamos os equipamentos e as raquetes aos nossos tenistas, que não precisam de comparar nada". "A ideia do fundador (António Champalimaud) desta associação foi precisamente a de democratizar o ténis.

Formador de carácter

A Academia dos Champs alia à prática do ténis a uma forte componente pedagógica, através da qual se procura dar ênfase aos aspetos formativos do carácter e personalidade dos alunos, tomando particular atenção a dois aspetos fundamentais: Desenvolvimento pessoal, mediante a atribuição de ferramentas que permitam aos alunos potenciar a sua autoestima, e confiança nas suas próprias capacidades enquanto desportista, e consequentemente, como indivíduo. Aos alunos são dadas ferramentas que permitam desenvolver as suas capacidades de interação e integração em grupo, fomentando o trabalho em equipa.

Através dos valores de trabalho de equipa, da competição saudável e de respeito pelo próximo, o desporto tem a capacidade de incutir nas crianças e jovens linhas orientadoras de ação e conduta que podem ter aplicação prática ao longo da sua vida, nas mais variadas vertentes, afiançam os seus responsáveis.

A prática desportiva e a identificação clara de objetivos que são alcançados por via do treino, com disciplina, persistência e dedicação, potenciam a autoestima, o amor-próprio e a confiança – permitindo alargar horizontes e fazer face aos diversos desafios e contrariedades que surgem ao longo da vida.

Do ponto de vista desta academia, o desporto não distingue classes sociais, origens ou circunstâncias de vida. Premeia sim o esforço, os bons atletas e a excelência na performance.

PROJECTO Família Global

Necessidade de Educador/a para Creche em Carnaxide
Oferece-se remuneração de acordo com CCT aplicável às IPSS

Dinâmico(a), criativo(a) com boa capacidade de comunicação e relacionamento humano

projectofamiliaglobal@gmail.com - 214 183 770 / 967 267 616

GRAVAÇÃO A LASER NO INTERIOR DO CRISTAL

PRÉMIOS PARA EVENTOS
TROFÉUS DESPORTIVOS
BRINDES PUBLICITÁRIOS
PEÇAS DE PRESTÍGIO
CRISTAL COM FOTO 2D & 3D

CORRISIEL
IMOBILIÁRIA IMPORTAÇÃO EXPORTAÇÃO, LDA

Av. Tomás Ribeiro 81-A, Armazém 3
2790-464, Carnaxide
Tlf: +(351) 214 174 356
Tlm: +(351) 960 022 256
E-mail: comercial@contento.com.pt
www.contento.com.pt

Clubes de Carnaxide e Queijas distinguidos na Gala de Desporto de Oeiras

Dois clubes desportivos da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, o Primeiro Dezembro Queijas e o Linda-a-Pastora Sporting Clube, foram distinguidos na edição de 2025 da Gala do Desporto de Oeiras que, mais uma vez, celebrou não só as conquistas, mas também a dedicação, o talento e o espírito de equipa que fazem do concelho uma referência no panorama desportivo nacional.

No dia 26 de março, o Município de Oeiras celebrou o desporto, os seus atletas e equipas na Gala do Desporto, um evento de reconhecimento e homenagem, dedicado a todos aqueles que fazem do desporto uma forma de vida e contribuem para a construção de uma comunidade mais unida e dinâmica.

Durante a gala, foram distinguidos os atletas e clubes das coletividades do concelho que se destacaram ao longo de 2024, tendo sido atribuídos prémios nas seguintes categorias: Prémio de Mérito Desportivo; Prémio Espírito Desportivo; Prémio Excelência Desportiva; Prémio de Carreira Desportiva; Prémio Prestígio Desportivo; e Prémio Excelência Associativa.

Nesta cerimónia, foram atribuídos prémios nas categorias de Mérito Desportivo a duas associações da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas: Grupo Musical 1º Dezembro de Queijas e Linda-a-Pastora Sporting Clube.

Já na categoria Excelência Associativa, foi distinguido o dirigente do Linda-a-Pastora Sporting Clube (LPSC), José Manuel Isidoro, que referiu que, “este prémio deve-se a todos os que têm trabalhado comigo e a todos os que têm passado por aqui. Espero continuar mais anos à frente deste clube, se a saúde o permitir”.

Destaque também para os prémios individuais: José Manuel Isidoro, na categoria Excelência Associativa, Sandra Teixeira, na categoria Excelência Desportiva, Maria do Céu Ralha, na categoria Carreira Desportiva, e Carlos Neto, na categoria Prestígio Desportivo.

Segundo Isaltino Morais, presidente da Câmara Municipal de Oeiras (CMO), “o Desporto é, sem dúvida, um dos pilares que fortalecem o tecido social de qualquer comunidade. Promove a união, a solidariedade, os hábitos de vida saudáveis e a coesão social. Em Oeiras temos razões para sentir um orgulho extraordinário do que temos conseguido fazer enquanto comunidade, pois vocês representam um dos tecidos associativos mais fortes e dinâmicos deste país”.

Atualmente, referiu o autarca, “são já 82 os clubes desportivos registados na base de dados da Câmara Municipal, que são, por sua vez, dinamizados por 850 dirigentes que diariamente dão o seu melhor de forma voluntária na gestão destas coletividades. Aí trabalham, atualmente, cerca de 750 técnicos que coordenam uma oferta desportiva ímpar, composta por 71 modalidades desportivas diferentes. Este incrível trabalho mobiliza, semanalmente, cerca de 24 mil praticantes, 60% dos quais com idade



igual ou inferior a 18 anos. Em conjunto, os clubes de Oeiras geram uma receita superior a 15 milhões de euros, face a uma despesa total de 14,7 milhões. Estes dados evidenciam bem o mérito da gestão desportiva em Oeiras, ainda para mais, voluntária”.

Isaltino Morais referiu ainda, no mesmo discurso, que, é graças a “esta dinâmica imparável, que o município de Oeiras tem aumentado, anualmente, os apoios ao associativismo desportivo. Desde 2018, registamos um aumento médio dos apoios financeiros destinados aos clubes na ordem dos 11%. Acabámos de aprovar, em março, o maior apoio financeiro de sempre para os clubes, em cerca de 2,5 milhões de euros, um valor sem paralelo na Área Metropolitana de Lisboa e no país. Temos vindo a investir, cada vez mais, em infraestruturas, em programas desportivos e no apoio a atletas, com o objetivo de proporcionar as

melhores condições para que todos, os jovens e os menos jovens, possam praticar desporto e desenvolver o seu potencial”. Um dos objetivos da autarquia é ter “a população mais ativa de Portugal”, sendo que, para alcançar este objetivo, é necessário apostar na promoção da atividade física.

Nova carta desportiva de Oeiras

O autarca revelou, por outro lado, que a câmara iniciou, recentemente, “os procedimentos necessários com vista à preparação da nova Carta Desportiva de Oeiras. Contamos apresentar este documento já no próximo ano e vai conter um ambicioso plano de alargamento da nossa rede de equipamentos desportivos. Precisamos de mais espaços, sobretudo cobertos, para sustentar a taxa de crescimento dos projetos desportivos do nosso concelho”.

Sobre a cerimónia, Isaltino Morais referiu que esta pretende “agradecer e homenagear todos os atletas, treinadores, dirigentes, famílias e voluntários que, com a sua dedicação e trabalho incansáveis, contribuem para que o desporto de Oeiras seja uma referência a nível nacional e internacional.

Desde 2019, foram homenageados mais de 900 atletas de 30 modalidades que se destacaram ao nível nacional ou internacional.

“Hoje, foram homenageados 255 atletas, pertencentes a 24 clubes do nosso concelho. Hoje celebramos convosco as vossas conquistas, na esperança de que o vosso extraordinário exemplo inspire a nossa comunidade e motive outros a darem o seu melhor. A nossa comunidade, tal como o nosso país, precisa de exemplos assim, de quem não desiste, de quem se esforça e, em todas as dimensões da vida, dá o seu melhor”, afirmou o autarca.

O Forno de Carnaxide

O FORNO I: Rua Antero de Quental, 13 C
2790-085 CARNAXIDE - Tel.: 21 418 53 52

O FORNO II: Rua Inácio Duarte, 19 B
2790-225 CARNAXIDE - Tel.: 21 418 20 67



Bolos para: **CASAMENTOS**
BATIZADOS - ANIVERSÁRIOS

geral.fornodecarnaxide@gmail.com
www.fornodecarnaxide.pt



OEIRAS VALLEY SCIENCE FESTIVAL

21 a 25 maio 2025

Taguspark
Entrada Livre

oeirasvalleysciencefestival.com

ORGANIZADOR



MUNICÍPIO OEIRAS

CO-ORGANIZADOR



TAGUSPARK
CIDADE DO CONHECIMENTO

PROMOTOR



THE SCIENCE
PROJECT
THE BOOK COMPANY

À procura de aprovação no Crédito Habitação?

Consigo, em cada
etapa do seu sonho.

Aqui, o seu crédito tem mais
oportunidades para ser aprovado.
Com acompanhamento personalizado
e soluções à sua medida.

Visite-nos:

Praceta António Feliciano de
Castilho 6A, Carnaxide.

214 241 260

WWW.ERA.PT/CARNAXIDE

simplefy.



Novo Empreendimento - Neudel T2 e T3 com garagem e terraço.



Sobre o Empreendimento

Situa-se na Amadora. Apartamentos com terraços de 30m², garagens e arrecadação.

Características

Com áreas de 135m² | Acabamentos modernos | Espaços verdes | Próximo à IC19 | Terraço | Garagem

Novo Empreendimento - Casas do Lago T2 e T3 com garagem e terraço.



Sobre o Empreendimento

Situa-se na zona de Serra de Carnaxide. Apartamentos com terraços de 30m², garagens.

Características

Com áreas de 140m² | Acabamentos modernos | Espaços verdes | Próximo à IC19 | Terraço | Garagem

Novo Empreendimento - Mar da Palha V4/V5 com piscina, a 15 min de Lisboa.



Sobre o Empreendimento

Situa-se em Alverca, com 23 moradias em construção, com piscina privada.

Características

Lotes desde desde 300m² a 435m² | Acabamentos modernos | Espaços verdes | Vista para o Tejo | Piscina | Garagem



ERA
IMOBILIÁRIA

CARNAXIDE
QUEIJAS

**AGENDE
VISITA
CONNOSCO!
214 241 260**