



RESOLVE SOLUÇÕES
SERVIÇOS E REPARAÇÕES **24H**

REPARAÇÕES URGENTES
NA HORA

ESPECIALIDADES

- Desentupimentos mecanizados
- Canalização
- Fugas de água
- Bombas de calor e painéis solares
- Reparação e montagem de esquentadores e caldeiras
- Eletricidade

REMODELAÇÕES

- Construção
- Apartamentos
- Vivendas
- Cozinhas
- Casas de banho
- Projetos e design de interiores

CONTACTE-NOS!
211 608 281/964 594 840
resolvesolucoes24@gmail.com




Cheira bem, cheira a mercado da Ajuda

O Mercado da Ajuda, em Lisboa, é muito mais do que um simples mercado. Além de apoiar a economia local, tem um papel essencial como espaço de inclusão social e dinamização comunitária. // P. 4



INFORMAÇÃO REGIONAL | DIRETOR: MÁRIO RODRIGUES
TRIMESTRAL | JULHO 2025 | Nº 25 | 1€ | INCENTIVO À LEITURA

Marchas levaram "Alma de Lisboa" à Av. da Liberdade



Não há um, mas dois bairros vencedores no concurso das marchas populares de Lisboa. Alcântara e Bairro Alto dividiram o primeiro lugar. Em terceiro lugar ficou a marcha da Bica. Alcântara repete a vitória, depois de ter sido a campeã no ano passado. // P. 4 e 13

Licença Atividade de Mediação Imobiliária nº11721



ANDREIA & GUILHERME LOPES
andreiaiguilherme.com

COMPRAR OU VENDER O SEU IMÓVEL?
FALE CONNOSCO
961 697 116

HOMEBOOK

É bom viver no Areeiro

A Freguesia do Areeiro, resultante da agregação de duas freguesias (Alto do Pina e São João de Deus), conta com larga história, com os espaços mais cosmopolitas e cheios de vida, e de gentes que são o coração e a alma da freguesia. E, como dizem os moradores, "é bom viver no Areeiro". // Especial Areeiro P. 5 A 12

Especial AREIRO

Areiro é uma freguesia das famílias



Primeiro as crianças
No Casa do Bairro de Deus os interesses das crianças são sempre a prioridade. A iniciativa "Alto do Pina" oferece atividades para as crianças e promove o contacto com a natureza.

Alto Pina aposta na dignidade e sentimento dos idosos
O Centro de Dia do Alto do Pina tem como objetivo proporcionar aos idosos um espaço de convívio e atividades que promovam a sua qualidade de vida.

Open Night abriu portas ao bairro
O evento "Open Night" reuniu os moradores do bairro e promoveu o contacto com a natureza.

FARMÁCIA CENTRAL DO AREIRO
Av. Paris, 2 - Lisboa | Junto ao Continente



TAKE AWAY ☎ **216 014 164 / 939 365 005**   

Frangos • Espetadas de Peru • Espetadas de Frango • Costeletas de Novilho, Vaca Bife da Vazia • Bitoque • Picanha • Lombo de Vitela e muito mais

CHURRASQUEIRA A CARVÃO DO ZUBIR

LOJA 1 ANJOS: Rua do Zaire, 40B - 1170-399 Lisboa | 212 412 542 | 968 093 903

LOJA 2 AREIRO: Rua Lucinda do Carmo, 21C - 1900-302 Lisboa | 216 014 164 | 939 365 005

No mercado da Ajuda o comércio é “com amor”

O presidente da Junta de Freguesia, Jorge Marques, acredita que o Mercado da Ajuda deve servir de “âncora” de todo comércio local da freguesia, ajudando a promover todo um estilo de vida “de comunidade e de proximidade entre as pessoas”. Os clientes ouvidos pelo OL concordam e dizem que o Mercado da Ajuda “ainda tem alma” e que é isso que o torna único.



No Mercado da Ajuda ainda se ouvem pregões, cantilenas antigas, ainda se escutam as vozes bem colocadas das peixeiras e dos vendedores de frutas e legumes. José Carlos Craveiro terá herdado do avô o à-vontade e carisma para o negócio. O avô era uma figura muito popular entre toda a população da freguesia da Ajuda. Primeiramente, calcorreava as ruas desta zona de Lisboa com um burrico para vender peixe aos habitantes. Posteriormente, montou uma banca de venda de rua para atender os seus fregueses. Ao vê-lo trabalhar, a família terá sido contagiada pelo espírito de mercador dotado do patriarca dos Craveiro e seguir-lhe-ia os passos, mas já sem a necessidade de desempenharem a função como ‘saltimbancos’ da venda ambulante, assentando arraiais no Mercado.

Atualmente, a banca de peixe da família está a cargo do neto do Senhor Craveiro, que estabeleceu o negócio numa banca do Mercado da Ajuda há quase 30 anos. José Carlos, na liderança da banca há dois anos, fala alto e para quem o quiser ouvir. Chama os clientes para verem a “frescura do peixe”, incita-as a levar mais pescado. “Ó amor, só levas um quilinho? Aproveita para levar dois, porque está tudo fresquíssimo”, atira a uma cliente sexagenária, que encolhe os ombros e acaba vencida pela ‘cantata’ do vendedor.

Isabel Vinagre deixou o marido e o neto à porta. Vem acompanhada de outra senhora para escolher as sardinhas para a festejar a noite de Santo António. Sem hesitar, pede a José Carlos que lhe escolha “as melhores sardinhas” para degustar com a família na noite

mais longa de Lisboa. O vendedor mostra, orgulhoso, o peixe à freguesa, que aceita prontamente a escolha de José Carlos.

A moradora assume que “faz questão” de comprar no Mercado e no comércio local. “Não podia ser doutra forma. Não compro nas grandes superfícies. Privilegio, sempre, as compras no sítio onde vivo, no comércio local e no Mercado. As frutas, legumes e peixe são sempre compradas no Mercado. O atendimento é completamente personalizado. Nas grandes superfícies sou só mais um número. Aqui, sou pessoa”, explica.

Mark Smith vive em Lisboa há poucos meses. Optou por habitar na zona da Ajuda por não gostar de “sítios turísticos”. O irlandês diz-se um “apaixonado pela genuinidade dos lisboetas”, dos bairros mais populares. E refere que gosta de frequentar o Mercado da Ajuda por ainda conservar muitas das “tradições portuguesas”, como “a cultura de proximidade, do abraço e do falar alto”.

Confessa que foge como diabo da cruz de sítios “impessoais”, que são “todos idênticos”, onde as trocas comerciais são geradas por máquinas. “Quando tenho de ir a um hipermercado, fico doente. Agora, já há alguns que não têm empregados nas caixas de pagamento. Isto é terrível, desumano, as máquinas estão a tomar conta de tudo, para duplicar o lucro dos de sempre”, assevera.

Mercado: “âncora” do comércio local

O Mercado da Ajuda foi inaugurado em 5 de setembro de 2005, pelo executivo de Pedro Santana Lopes. Hoje, é gerido pela Junta de Freguesia. A autarquia tem tentado variadas iniciativas para dinamizar o espaço comercial. Por isso, deslocou para dentro do Mercado o Espaço Cidadão e um escritório de atendimento do Comércio. Mas quer ir mais longe e, por exemplo, trazer para uma das lojas desocupadas uma delegação da Proteção Civil local.

O presidente da Junta de Freguesia, Jorge Marques, acredita que o Mercado deve servir de “âncora” de todo comércio local da Ajuda, ajudando a promover um estilo de vida “de

comunidade e de proximidade entre as pessoas”. O autarca considera que a abertura das grandes superfícies em Lisboa “veio tirar o predomínio dos mercados como os espaços comerciais” onde antes se faziam as compras. Os hábitos de consumo (e de vida) dos lisboetas mudaram muito nos últimos anos. Jorge Marques tem várias ideias para mudar o rumo descendente de que o comércio local tem sido alvo.

“Precisamos de preservar a qualidade dos frescos, mas também emprendermos um caminho de captação de novas lojas para o Mercado. Queremos também instalar aqui alguns serviços da Junta. Se reparar bem, constata que já temos o Espaço Cidadão e o serviço de atendimento aos comerciantes. Parecendo que não, o facto destes serviços estarem aqui instalados, trazem muito mais gente e movimento ao Mercado. O Espaço Cidadão está aberto aos sábados, que é caso único na cidade de Lisboa, e ajuda a movimentar o Mercado”, explica.

O autarca revela, no mesmo âmbito, que a Junta está a elaborar algumas mudanças “para atrair pessoas que já não vinham ao Mercado”, nomeadamente a realização de aulas de cozinha para crianças. Trata-se de um projeto que pretende “atrair as jovens famílias que nos últimos anos se afastaram da lógica do Mercado”.

Por outro lado, é também objetivo prosseguir com as “galerias” de artes e ofícios ou a exposição “Dar Voz às Coletividades”, onde as associações expõem as suas histórias e criações. Em paralelo, a Junta está também a desenhar os moldes de um próximo concurso público para a exploração de espaços do Mercado que atualmente estão vazios. “Queremos ter outro tipo de operadores. Alguém que tenha peças artísticas ou que faça prestação de serviços pode conviver muito bem ali”, defende o presidente da Junta.

Para Jorge Marques, a principal dificuldade do Mercado “está na capacidade de atrair novos clientes”, mas o autarca refere que a Junta se preocupa genuinamente com os “problemas das pessoas” e que fará “tudo o que estiver ao seu alcance” para converter o Mercado da Ajuda num novo ponto de centralidade comercial de um território que “tem 50 mil pessoas”, contando com a Ajuda e da vizinhança de Alcântara, Belém e Restelo.

Novos tempos, novas medidas

O autarca sublinha, porém, que o objetivo da Junta não passa por converter o Mercado da Ajuda num “espaço descaracterizado” como alguns de Lisboa. “Num fundo, aqueles espaços já não são bem mercados. São espaços turísticos onde a população já não comparece. Só faz sentido termos um Mercado, com a verdadeira alma de mercado. Temos sentido que é isso que os novos frequentadores querem”, aponta. Para trazer uma nova dinâmica ao espaço, Jorge Marques revela que é objetivo construir uma ilha (de 5 por 5 metros quadrados) no centro do Mercado, onde poderão ser organizadas sessões de cozinha ao vivo e outras iniciativas do género.

No fundo, diz o autarca socialista, é objetivo converter o Mercado da Ajuda na “âncora” e no “coração” do comércio de proximidade, pensado para servir as necessidades e os desejos dos novos clientes (e dos mais antigos) deste tipo de comércio de “amor”.

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



Saudamos a Marcha do Bairro Alto, pelo primeiro lugar alcançado no concurso das Marchas de Lisboa 2025, e a Marcha da Bica pelo terceiro lugar conquistado. A Junta de Freguesia da Misericórdia agradece às duas coletividades, Lisboa Clube Rio de Janeiro e Marítimo Lisboa Clube, por continuarem a manter viva a tradição dos nossos bairros.

MISERICÓRDIA
JUNTA DE FREGUESIA

Somos todos Misericórdia. Vivam as nossas Marchas!



Alcântara e Bairro Alto vencem as Marchas Populares de 2025

Alcântara e Bairro Alto venceram ex aequo a edição deste ano do Concurso das Marchas Populares de Lisboa. Em terceiro lugar ficou a Marcha da Bica, vencedor da edição de 2023. Outras 17 marchas estiveram este ano no concurso: Alfama (4.º), Madragoa (5.º), Marvila (6.º), São Vicente (7.º), Alto do Pina (8.º), Mouraria (9.º), Penha de França (10.º), Bela Flor-Campolide (11.º), Carnide (12.º), Bairro da Boavista e Castelo (13.º ex aequo), Benfica (15.º), Olivais (16.º), Beato (17.º), Graça (18.º), Lumiar (19.º) e São Domingos de Benfica (20.º). Em 2024, Alcântara tinha sido a marcha vencedora.



As Marchas de Alcântara e Bairro Alto venceram, ex-aequo, a edição de 2025 das Marchas Populares de Lisboa. vinte marchas competiram pelo título, a que se juntaram as três extra-concurso da Voz do Operário, Mercados e Santa Casa, e ainda as marchas convidadas Macau Street Dance e Infantil das Escolas de Lisboa. Em terceiro lugar ficou a Marcha da Bica.

Sob o mote da 'Alma de Lisboa', 20 marchas desfilaram na noite de Santo António (12/13 de Junho), na Avenida da Liberdade, após as exposições na MEO Arena, que aconteceram no primeiro fim-de-semana de junho. A Marcha de Alcântara e Bairro Alto foram as grandes vencedoras. A primeira apresentou o tema 'Num toque de mestre, Alcântara traz a mística do sete', mostrando que o 7 é mais do que um simples número: é um elo mágico entre o passado e o presente, juntando a tradição e a modernidade. A marcha traz, então, as sete colinas da cidade, as sete saias que rodopiam ao vento e os sete dias que tecem o ritmo da vida.

A Marcha de Alcântara, que já tinha sido vencedora em 2024, foi organizada pela Sociedade Filarmónica Alunos Esperança e tem como responsável Francisco Ferreira. Os ensaiadores são Mafalda Matos e Vítor Kpez e Renato Godinho é o figurinista e cenógrafo. Apadrinhada por Pedro Granger e Ana Sofia Cardoso, teve como mascotes Dânia Duarte e José Tomás Ramos.

As marchas inéditas apresentadas foram 'Alcântara somos todos nós', de David Ferreira e Jorge Ramos (letra) e João Aborim (música e arranjos); e 'Alcântara, bairro místico de Lisboa', com letra de David Ferreira e Jorge Ramos, e música e arranjos de Carlos Dionísio. A terceira marcha apresentada foi 'Alcântara vem cantar', de Silva Nunes (letra), Jorge d'Ávila (música) e Carlos Dionísio (arranjos).

Já o Bairro Alto levou o tema 'Onde o tempo guarda histórias', que representa a passagem das eras e a preservação do conhecimento através do tempo. Cada história, pensamento e criação humana são protegidos por guardiões simbólicos: os alfarrabistas, que guardam a memória nos livros.

A Marcha do Bairro Alto foi organizada pelo Lisboa Clube Rio de Janeiro e teve como responsável Vítor Silva. Os ensaiadores foram Dino Carvalho e Carla Fonseca e o figurinista Paulo de Miranda. A cenografia ficou a cargo de Fábio Carmelo, João Esteves, José Alberto e José Condeça. Os padrinhos foram Sónia Brazão e Luís Borges e os mascotes Denis Santos e Vitória Freitas.



Café Restaurante Tentação

Pastelaria variada | Refeições | Menús

TAKE AWAY

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



Areeiro é uma freguesia das famílias



Pedro Jesus está na liderança da Junta de Freguesia há poucos meses, mas já causou uma impressão bastante positiva com quem com ele lida. Tido como um autarca “humano”, mas dinâmico e atento aos problemas das pessoas e do território, assume que quer criar as condições para que o Areeiro continue a ser uma “freguesia das famílias”. // P 8-9

Primeiro as crianças

Na Casa do Menino Deus os interesses das crianças sobrepõem-se a tudo o resto. A diretora sublinha que o processo educativo acentua os valores da ética e do respeito (e amor) pelo próximo com pilares fundamentais para um crescimento harmonioso. Com uma forte ligação à Igreja Católica, a Casa do Menino Deus, no Areeiro, é uma instituição de ensino pré-escolar com larga tradição, mas que passa despercebida aos olhos dos mais distraídos. // P 6



Alto Pina aposta na dignidade e sentimento dos idosos

Os utentes do Centro de Dia do Alto de Pina fazem parte de uma comunidade que é incentivada a procurar o “lado belo da vida”. Têm aulas de produção artística, ginástica, visitam museus e debatem assuntos de atualidade. // P 10



Open Night abriu portas ao bairro

O comércio local do Areeiro voltou a encher-se de vida com mais uma edição da Open Night! “Queremos que todo o bairro venha para a rua. Que seja uma festa de família, de bem-estar”, diz a Associação de Comerciantes, que promoveu este evento, que passou pela Av. Guerra Junqueiro, Praça de Londres, Av. de Roma, Av. João XXI, Av. de Paris e zonas envolventes. Como vem acontecendo nesta iniciativa, que se realiza desde 2013, as lojas aderentes estenderam tapetes roxos à porta e a festa fez-se tanto no interior como no exterior. // P 7



FARMÁCIA CENTRAL DO AREEIRO

Av. Paris, 2 - Lisboa | Junto ao Continente

Na Casa do Menino Deus pilares assentam no amor e no respeito pelo outro

Na Casa do Menino Deus os interesses das crianças sobrepõem-se a tudo o resto. A diretora sublinha que o processo educativo acentua os valores da ética e do respeito (e amor) pelo próximo com pilares fundamentais para um crescimento harmonioso.

Como uma forte ligação à Igreja Católica, a Casa do Menino Deus, no Areeiro, é uma instituição de ensino pré-escolar com larga tradição, mas que passa despercebida aos olhos dos mais distraídos. Situada numa das ruas laterais da Avenida Gajo Coutinho, está instalada numa casa senhorial num dos pontos da cidade mais movimentados, mas, lá dentro, as crianças aprendem e convivem numa espécie de “bolha” “isolada” do corrúpio da capital portuguesa.

O edifício pertence à Câmara de Lisboa e ganha aos pontos a muitas escolas mais modernas. Oferece condições pouco vistas nesta tipologia de escola. Para além de ter várias salas de aula, antigas, mas perfeitamente funcionais, possibilita o usufruto de um conjunto de espaços exteriores e de equipamentos que permitem que as crianças “sejam mesmo crianças”. Isto é: brinquem na rua, esfolem os joelhos, corram e brinquem livres, observem o céu e as nuvens, sem terem que estar “confinadas” em espaços claustrofóbicos.

Na Casa, os telefones ficam à porta. Esta medida faz parte de uma estratégia educativa que dá primazia às brincadeiras de “rua” e ao convívio dos mais pequenos fora de portas, como forma de potenciarem um crescimento saudável e em contacto com uma realidade em que ser criança implica “sujar a roupa”, explica a diretora da Casa do Menino Deus, Lúcia Maças de Sousa.

A responsável conta que a Casa nasceu há 67 anos, graças a uma benemerita que “tinha pena das crianças do bairro de lata do Areeiro” e as acolhia em sua casa. “A senhora alimentava as crianças e ensinava-lhes alguns ‘lavors’”.

O sucesso da ação da benemerita terá sido tanto que as crianças “começaram a bater à porta da senhora” para receber comida (e atenção). Como os pequenos eram cada vez mais, fazendo fila, a mulher decidiu pedir auxílio à Igreja para, conjuntamente, fazerem face à procura dos seus atos caridosos. Depois de terem encontrado uma casa com potencial, contactaram a Câmara de Lisboa. “Era um espaço que estava devoluto e a Câmara de Lisboa cedeu-lhes o terreno e a casa”. Nascia, assim, a Casa do Menino de Deus, tornando-se numa “referência escolar” para toda a comunidade do Areeiro.

Acolher sem discriminar

A instituição, diz a diretora, existe para “acolher” os mais pequenos, sem importar a raça, o credo ou religião, mas Lúcia de Sousa anota que a educação que define a filosofia da Instituição visa garantir o desenvolvimento do processo educacional, à luz dos princípios éticos e cristãos.

“O nosso objetivo é fazer com que as nossas crianças vejam a instituição como um porto se-

guro, onde podem aprender a ser tolerantes, num mundo de diversidade, de convívio e respeito mútuo, mas tendo sempre em conta a nossa máxima: ‘Amai-vos uns aos outros’, que foram as palavras proferidas por Jesus Cristo e que nós levamos à risca”.

Lúcia de Sousa explica que a instituição leva muito a sério o sentimento de inclusão social “de todas as crianças”, independentemente da religião ou nacionalidade, mas lembra que não tolera a “a intolerância”, seja ela qual for.

“Nós acolhemos todas as crianças, respeitamos todos e todas, se eles nos respeitarem a nós. Se tu me dás, eu também te dou”, até porque à luz dos ensinamentos cristãos nenhum petiz pode ser discriminado, mesmo que professem uma religião minoritária.

“Nós acreditamos que o Deus das outras religiões é o mesmo Deus dos cristãos. Apenas muda o nome”, sustenta. “Nós tratamos todos da mesma forma. Mas levamos muito a sério a intenção do ‘superior interesse da criança’. Por exemplo, se tivermos uma criança testemunha de Jeová, se ocorrer um problema, e tiver que levar uma transfusão de sangue, não temos qualquer problema em levá-la para o hospital e autorizar uma transfusão. A criança está à nossa responsabilidade e pomos sempre o superior interesse da criança acima de tudo o resto”, sublinha.

Hoje em dia, o problema maior sentido pela instituição prende-se com as “dificuldades linguísticas” de alguns educandos provenientes de outras latitudes. Lúcia de Sousa esclarece, porém, que a Casa do Menino Deus incute nas crianças o gosto para eles “aprenderem a língua portuguesa”, como forma de os acolhidos “também acolherem a terra que os recebeu”.

A diretora exemplifica com o caso de uma criança ucraniana, refugiado de guerra, que não sabia uma palavra de português. Em poucos meses, já conseguia comunicar na língua de Camões. “Foram os próprios colegas que o ensinaram a falar português”, frisa.

Parceria com a Junta de Freguesia

Apesar da já longa história na edificação dos princípios morais e éticos dos homens e mulheres de amanhã, a Casa do Menino Deus apresenta algumas “marcas do tempo” nas suas instalações. Lúcia de Sousa revela que já solicitou o apoio da Junta de Freguesia do Areeiro para se proceder a algumas (pequenas) melhorias nas estruturas e nos equipamentos da Casa. Nomeadamente a substituição do piso de alguns espaços exteriores, que estão danificados.

A responsável acredita que está para breve o iniciar de uma parceria com a Junta de Freguesia. “Afirmo sem qualquer reticência que o atual presidente da



Junta (Pedro Jesus) é o melhor autarca que já passou por aquela casa nos últimos mandatos. É uma pessoa muito humana, mas também muito prática. Há um problema? Ele tenta resolver”, aponta.

A Casa do Menino Deus tem um horário alargado, das 7h30 às 20. Recebe crianças da pré-primária, mas tem também Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL).

Promove aulas de judo, dança e natação, e tem serviço de transporte para recolher as crianças que queiram usufruir do espaço e das suas ati-

vidades. Nesse contexto de “ambulatório”, trabalha com crianças e adolescentes até aos 16 anos, porque “os pais acham mais seguro eles virem para a Casa de transporte, para não haver desvios ou outros perigos que ponham a segurança das crianças em risco”, conclui.

Atualmente, frequentam a creche cerca de 200 crianças do Areeiro, quer portuguesas quer estrangeiras. O pagamento não ultrapassa os 250 de mensalidade, sendo que “não temos nenhuma criança a pagar esse valor”.

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 · olharedelisoa@olharedelisoa.pt · Redação Luis Antunes, Rute Fidalgo, Marta Azevedo

Fotografia Fernando Zarcos, Mário Barreira · Publicidade e Marketing Diego Guimarães · Paginação e Arte Gráfica Mário Clemente

Impressão Fig - Indústrias Gráficas SA - Rua Adriano Lucas, 161 - 3020-430 Coimbra

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

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



“Open Night” em força na Av. Guerra Junqueiro

No dia 29 de maio, o comércio local do Areeiro voltou a encher-se de vida com mais uma edição da Open Night! As lojas das zonas da Guerra Junqueiro, Londres, Paris, Roma e João XXI estiveram abertas até às 23h, com descontos incríveis, petiscos surpreendentes, muita música, cor e animação. Tudo isto, para apoiar o comércio local.

No final de maio, a festa voltou às ruas do Areeiro. Mais de 120 estabelecimentos comerciais aderiram à edição deste ano da “Open Night”, que decorreu no eixo Avenida Guerra Junqueiro, Praça de Londres e Avenida de Roma. À semelhança das iniciativas anteriores, a alteração do horário de funcionamento das lojas não foi o único chamariz para se sair à rua neste dia/noite especial que acontece uma vez por ano nesta zona da cidade.

A “Open Night” é uma festa para toda a família e pretende trazer para a rua uma dinâmica de animação que atraia os moradores dos bairros da zona (e de todos os pontos de Lisboa) para desfrutarem de uma programação “fora da caixa”. As lojas aderentes mostraram os seus melhores produtos e artigos, podendo, também, os visitantes provarem os inúmeros acepipes dos bares e restaurantes.

A edição deste ano teve como ponto alto a realização de um desfile de moda, em que vários lojistas tiveram a oportunidade de ver as suas roupas a serem desfiladas por manequins de renome. “A adesão foi muito positiva. Tivemos a presença de Lojas como a Stefanel, a Cortefiel, a Mango, mas também lojas como a Marca de Água, a Voilà, Woman Secret, Springfield, etc. Tivemos lojas de marcas multinacionais e de lojas mais pequenas, do comércio local. A maquilhagem ficou a cargo da Perfumes & Companhia; também colaboram connosco duas cabeleireiras do Bairro, que pentearam os manequins, que calçaram os sapatos da Seaside. A música ficou a cargo de um DJ profissional e o desfile foi apresentado por uma profissional de televisão”, explicou Ana Oliveira, da organização.

Manter o “Bairro vivo”

Ana Oliveira, mentora da iniciativa “Bairro em Movimento”, que tem lutada pela dinamização do comércio da Av. Guerra Junqueiro, bem como da Avenida de Roma e da Praça de Londres há mais de uma década, justifica a iniciativa pela necessidade de haver uma nova dinâmica às referidas artérias da cidade, dinamizando toda uma zona nobre da cidade, mas que tem vindo a perder pujança nos últimos anos.

“Nós achamos que temos de manter o Bairro vivo. Queremos reforçar a mensagem de que Bairro vive, da quantidade de pessoas que aqui vivem e trabalham, que o Bairro tem vida, é dinâmico, saudável. Há também a necessidade de trazer as famílias para a rua”.

Esta foi já a 12ª edição do “Open Night” 2025, que começou em 2013, mas a história deste grande evento comercial de Lisboa tem passado por altos e baixos. Ana Oliveira narra que, no pós-pandemia, e com consequente transformação do tecido comercial, muitos negócios migraram para outros lugares, mas também houve muitas lojas que deixaram de pagar cotas e de poder suportar as despesas com a contabilidade – finalizando, assim, a Associação para dar lugar a um “simples” movimento de comerciantes.

“Ficámos sem meios para dar continuidade à Associação porque não conseguíamos pagar à contabilidade. Voltámos então ao nosso modo

inicial: um movimento e não uma associação”, justifica.

Apesar de todas as dificuldades, não queriam que todo o esforço realizado ao longo dos anos fosse para o ralo, até porque os moradores e os comerciantes “perguntam logo no início do ano se vai haver Open Night, porque é um evento que já está incutido nas pessoas do Bairro. E nós não queríamos perder esta ligação. O Bairro precisa de dinâmica, continua a precisar de iniciativas que promovam a vida do Bairro, porque estas transformações económicas e sociais dos últimos anos fazem com que os negócios tenham a necessidade de se reanimar e reinventar”.

Pese embora a “tristeza” da necessidade de dissolverem a Associação, Ana Oliveira e Rita Ferreira, as almas mater deste projeto, não descansaram até o reativarem. Procuraram auxílio na autarquia local e, desse contacto, renasceu a esperança.

Este ano, “decidimos falar com o novo presidente da Junta e marcámos uma reunião. De facto, o presidente de Junta (Pedro Jesus) abraçou a causa. Ficou muito disponível para nós, reconhece que o Bairro está a precisar de uma dinâmica comercial e também para os residentes. Estamos muito satisfeitos porque o presidente tem colaborado muito connosco e tem sido um grande apoio”.

Nesta edição, o licenciamento da “Open Night” foi pedido através da Junta, que se encarregou de fazer toda a parte logística do evento, como a limpeza das ruas, a iluminação, etc., bem como a contratação das equipas. Ana Oliveira assume que a entrada da Junta de Freguesia do Areeiro na iniciativa acabou por servir de tábuas de salvação ao movimento.

“Pedimos ao Pedro Jesus para nos ajudar na logística e na divulgação. E, de facto, o presidente tem sido inexecelável. A Junta colaborou com a contratação de uma animadora e com a música, que animaram as nossas avenidas. Além do mais, o presidente da Junta teve a ideia de fazermos um desfile de moda, através de uma produtora de moda”, uma agregação ao evento que gerou “muito entusiasmo” entre a comunidade de lojistas e moradores.

Rita Ferreira, proprietária da Merceria Criativa, não poupa nos elogios de Ana Oliveira, a comerciante que, por iniciativa própria, começou a bater às portas dos outros comerciantes, alertando para a urgência dos pequenos empresários da Av. Guerra Junqueiro devolverem a alma a uma zona nobre de Lisboa.

Rita Ferreira explica, por outro lado, que aderiu, desde a primeira hora, ao espírito de iniciativa da sua colega Ana Oliveira, pois era claro que havia a necessidade de promover eventos que “agrupem os moradores e o comércio local, promovendo a proximidade entre as pessoas que trabalham e vivem no Bairro”.

“Vigilantes” do Bairro

“Como disse ao presidente da Junta, os comerciantes são os ‘vigilantes’ da rua e da freguesia, porque somos nós que estamos cá todos os dias e sentimos o pulsar das ruas. É muito importante mantermos o comércio ativo, porque, cada vez mais, a cidade está a perder o comércio local.



O Areeiro tem ruas aprazíveis, ruas largas, com boas esplanadas, aliadas a uma arquitetura histórica. É importante que as pessoas venham para a rua usufruir das boas infraestruturas que temos e que podemos oferecer”.

Quanto ao apoio da autarquia, Rita Ferreira assume que a Junta de Freguesia “é um parceiro essencial para fazer as coisas acontecerem, porque para tudo é preciso licenças, para ter esplanadas, para ocupação do espaço público, licenças de comunicação, entre outras. Não queremos estar a fugir à lei e precisamos de ter a colaboração da autarquia, porque, para os pequenos negócios, é incomportável suportar um evento desta dimensão. Daí ser muito importante termos o apoio da autarquia”.

A grande festa do “Open Night” pretendeu voltar a dar brilho a algumas das avenidas mais emblemáticas da capital. A organização reuniu várias centenas de pessoas num evento que é já uma marca de empreendedorismo na capital e nasceu de a vontade indómita de Ana Oliveira voltar a ver a sua zona de trabalho, há mais de 20 anos, com o brilho e o glamour de outrora.

Balanco “positivo”

Ao fazer o balanço da iniciativa, Ana Oliveira, a grande impulsionadora do projeto Bairro em Movimento, refere que o acontecimento “correu bem”, apesar de ter estado “muito calor” no final da tarde, o que terá dissuadido “algumas pessoas de assistirem ao desfile”. Com a entrada da noite, contudo, as “pessoas vieram para rua” para desfrutarem das múltiplas ofertas recreativas do evento.

“Ficámos muito felizes por constatar que os moradores da freguesia não ficaram em casa e participaram na festa. Um dos objetivos do Open Night é justamente trazer os moradores dos bairros para o evento. O balanço foi positivo”, sublinha a responsável.

Ana Oliveira sustenta que os primeiros eventos “tiveram uma afluência gigantesca de pessoas”, mas que a pandemia de Covid “mudou um pouco” a maneira de estar da população, uma vez que a socialização passou a ser “mais recatada”, em grupos mais pequenos, evitando-se os “ajuntamentos”.

Apesar de tudo, o “grande acontecimento” correspondeu ao desejado. “Ficámos felizes com a participação dos moradores. Só é pena que não tenhamos mais eventos desta natureza, pois o nosso objetivo é que os moradores conheçam o comércio das suas ruas e avenidas”, reitera.

Ana Oliveira afiança que o comércio local continua a oferecer a mais-valia da “proximidade com cliente”. “Aqui cuidamos dos nossos clientes. A maior parte das pessoas que trabalham nestas lojas têm uma atenção personalizada a cada pessoa e trabalham em função das necessidades de cada cliente”.

A responsável aproveita para enaltecer o papel da Junta de Freguesia do Areeiro na realização do Open Night. “Se não fosse a Junta, não teríamos realizado esta edição. Nós deixámos de ser uma associação para voltarmos a ser um movimento. Com este retrocesso, ficámos sem meios (deixou de haver o pagamento de quotas dos sócios) para realizar o evento. O Pedro Jesus foi fundamental para voltarmos a ter o Open Night no Areeiro”, conclui.

Voilà
Lingerie & Underwear
Av. Roma 6 C 1000-264 Lisboa
☎ 218470935
@voila.lingerie.underwer
f voilà Lingerie & Underwer

PEDRO JESUS, PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA

“O Areeiro é uma freguesia das famílias”

Pedro Jesus está na liderança da Junta de Freguesia há poucos meses, mas já causou uma impressão bastante positiva com quem com ele lida. Tido como um autarca “humano”, mas dinâmico e atento aos problemas das pessoas e do território, assume que quer criar as condições para que o Areeiro continue a ser uma “freguesia das famílias”.

O atual presidente da Junta de Freguesia do Areeiro, Pedro Jesus, herdou a liderança da autarquia por renúncia do anterior presidente, Fernando Braamcamp, que alegou problemas de saúde para deixar o cargo. Mas Pedro Jesus não é um principiante nas lides autárquicas. Exvogal da Higiene Urbana na Junta de Freguesia do Areeiro, e o número dois na hierarquia autárquica, já se perfilava para uma futura candidatura às eleições autárquicas deste ano, só que a recusa de Fernando Braamcamp antecipou o assumir de um cargo, para o qual já vinha sendo preparado.

Em entrevista ao “Olhares de Lisboa”, Pedro Jesus revela que a transição da Higiene Urbana para a liderança do Executivo, inicialmente, revelar-se-ia como “uma herança algo pesada”, mas que se sente perfeitamente capaz de continuar a sua “missão” de pôr o Areeiro no caminho certo no sentido da defesa dos interesses (e expectativas) da comunidade.

“Sinto que com a minha motivação e todo empenho da equipa da Junta de Freguesia vamos conseguir continuar na persecução do interesse público”, defende.

Num assumir de um compromisso com a população, o presidente de Junta reitera que, “tal com era apanágio de toda a equipa, podemos afirmar que vamos continuar a servir a comunidade”.

Numa altura em que faltam apenas 4 meses para finalizar mandato – as eleições autárquicas irão ocorrer entre meados de setembro e o início de outubro – Pedro Jesus explica que os seus objetivos até ao final do mandato passam pela conclusão das obras na rede escolar. “Pretendemos finalizar a Creche António José de Almeida, que ainda está em obra, elaborar um protocolo com a Santa Casa da Misericórdia e inaugurar uma creche, no mês de junho”.

Pedro Jesus é tido pelas ‘forças vivas’ da freguesia como uma “pessoa muito humana”, mas também “muito prática”. As palavras são da diretora da Casa do Menino Deus (reportadas nesta edição do OL), mas não são elogios únicos. Ana Oliveira, do projeto Bairro em Movimento, que organiza a Open Night, também não poupa nas palavras para descrever a ação do novo presidente de Junta: “O Pedro (Jesus) tem sido incedível. Se não fosse ele, não teríamos podido organizar a Open



Night deste ano, porque deixámos de ser uma associação e não tínhamos dinheiro para organizar a festa”, diz, ao fazer o balanço da Open Night ao nosso jornal.

Solidariedade e intervenção social

Este modo de ser “humano” do autarca terá estado na origem de um dos projetos de intervenção social que já tem a ‘marca pessoal’ de Pedro Jesus. Trata-se da Loja Solidária, que foi inaugurada no mês de junho, que já é um projeto do novo Executivo.

“Trata-se de uma loja em que se faz a troca de bens não alimentares (vestuário, eletrodomésticos, móveis) a pessoas carenciadas da Freguesia. A Junta faz a triagem das pessoas qualificadas para receberem as doações, que são feitas pela comunidade. No fundo, é um banco de trocas em que as pessoas necessitadas recebem as doações da população. A Loja Solidária vai situar-se na delegação da Junta de Freguesia do Alto de Pina”. De resto, o autarca assume estar “muito atento” aos problemas sociais que existem na freguesia do Areeiro, pois há muitos moradores a passarem por situações de carências várias. “Infelizmente, ainda existem muitas pessoas que precisam de ajuda. Nomeadamente pessoas que têm alguma pobreza encapotada, apesar de viverem em cenário de classe média, classe média alta”, anota. Com as sucessivas crises financeiras que têm ba-

tido à porta das famílias portuguesas, os fios que prendem as pessoas a uma existência digna tendem a ficar laços, a perder a força. No Areeiro, a realidade não é assim tão diferente, apesar das aparências ainda encobrirem a pobreza encapotada.

Pedro Jesus descreve alguns destes cenários: “Trata-se de pessoas que perderam o poder de compra, que vivem na solidão, e outras que, em virtude de algum problema mental, não se conseguem organizar. Temos várias pessoas com problemas, nomeadamente na zona da Avenida de Roma e dos bairros adjacentes, onde existem algumas famílias onde os descendentes acabaram por estar dependentes de familiares (pais) e que, atualmente, não se conseguem organizar”.

O autarca reitera que, muitas vezes, são pessoas com “algum tipo de adição ou que viveram sempre com os pais. Com o falecimento destes, estas pessoas deixam de conseguir organizar o dia a dia, porque viveram sempre em casa dos pais”, não conseguindo organizar-se para ter a autodeterminação necessária para serem independentes. Pedro Jesus clarifica que já foram sinalizadas pela Junta e irão receber os produtos da Loja Social, mas que este grupo de pessoas “são um nicho”, sendo que o universo de ajudas vai ser “bastante mais alargado a muito mais gente”.

O autarca reconhece que a crise económica provocada pela subida das taxas de juro também afetou muitas pessoas na freguesia. “Temos muita gente a viver com esse tipo de problemas, principalmente pessoas que tinham casa arrendada e viram o preço das suas rendas subirem substancialmente. Tiveram que ser integradas noutra tipo de ajudas municipais”. O responsável enumera algumas das iniciativas que estão a ser desenvolvidas no sentido de ajudar essas pessoas.

“A Junta de Freguesia sinaliza os casos. É parceira do projeto Radar e de uma Rede Social Integrada da Freguesia e sinaliza e encaminha os casos para o Fundo de Emergência Social (da Freguesia). No âmbito do Cartão do Medicamento e da ajuda alimentar, apoia essas famílias”.

“Ocupar” do espaço público

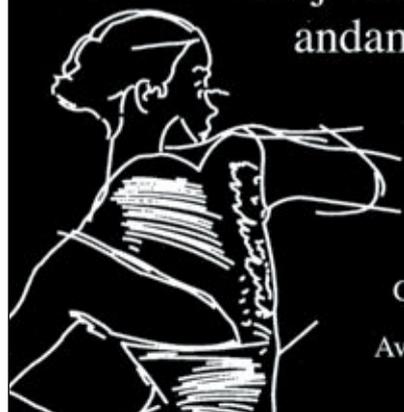
Não obstante o Areeiro ser “uma freguesia segura”, nem tudo é “perfeito”, uma vez que as ruas e avenidas do território fazem parte do ‘coração’ da cidade, recebendo muita gente de passagem, que decidem ‘ocupar’ o espaço público.

“Esta freguesia era bastante tranquila, mas temos tido alguns problemas, que estamos a mitigar. Nomeadamente problemas relacionados com a comunidade romena que aqui pernoita. Já estabelecemos contactos com a Câmara de Lisboa e as autoridades de segurança para criarmos algumas atividades de ocupação de espaço público, com o objetivo de ‘devolver’ as ruas e avenidas ao espaço público”. Isto porque “esta comunidade romena é muito persistente e continua a pernoitar nas nossas artérias, apesar da Junta de Freguesia ter ações de limpeza e de lavagem das ruas, mas, ainda assim, é sempre muito difícil de desocupar o território. Em conjunto com a CML e a polícia vamos agora avançar com outro tipo de intervenções”.

Iluminação e segurança

Pedro Jesus manifesta-se “preocupado” com a iluminação pública da freguesia, ou a falta dela, pois “pode criar um sentimento de insegurança”.

marca d'acqua

A loja onde moda e requinte
andam de mãos dadas

Centro Comercial Acqua ROMA, LOJA 1.11

Av. Roma 15 B 1000-264 Lisboa - © 217967901



na população, mas adianta que a Junta já fez um levantamento de toda a iluminação pública que tenha tido algum tipo de problema para, conjuntamente com a CML, “tentar resolver esses problemas”.

Ainda na área da Segurança, o autarca defende que existe policiamento de proximidade, de patrulhamento de rua, como forma de dissuadir o crime, mas também de manter a crença dos fregueses que a união esforços entre a Junta e a Polícia contribuem para haver uma “sensação de segurança nas ruas”.

O Areiro é servido pela Esquadra das Olaias, com quem a Junta tem estreitado relações, através de protocolos e inclusive a oferta de viaturas. “Há 4 anos oferecemos uma viatura à PSP. E, agora, aprovámos, em reunião de Executivo, cedermos outra viatura para reforçarmos o policiamento de proximidade e aumentarmos o sentimento de segurança da nossa população”, justifica.

Portugal Novo, a luz ao fundo túnel

Apesar de o Areiro não ter problemas de maior na área da Segurança, há algumas bolsas de pobreza que tornam algumas zonas mais problemáticas, como é caso do bairro Portugal Novo, nas Olaias.

Trata-se de um bairro, construído nos anos 1980, por uma cooperativa de habitação com o mesmo nome criada no âmbito dos projetos “SAAL” - o Serviço de Apoio Ambulatório Local, criado 1974 pelo arquiteto Nuno Portas, pai dos políticos Paulo e Miguel Portas, que à data era governante.

O objetivo do SAAL era resolver o problema da falta de habitação decente que, à época, atingia quase 25% da população portuguesa, especialmente na zona de Lisboa, onde pululavam bairros de barra-

cas, e estimular a auto-organização das comunidades carenciadas através da criação de cooperativas. Mas o projeto do Portugal Novo não terminou bem. Foram construídos 221 fogos, tendo o Estado emprestado à cooperativa cerca de 266 milhões de escudos (ou 1,3 milhões de euros) dos quais apenas 20 mil euros terão sido pagos de volta. A cooperativa extinguiu-se e até hoje existe uma indefinição na propriedade dos apartamentos, que não podem ser legalmente comprados.

Cinco décadas volvidas, o Portugal Novo continua envolto numa neblina de indefinição, um sítio mal-afamado à conta de algumas reportagens que o garantiram inseguro e marginalizado.

Pedro Jesus acredita, contudo, na resolução da indefinição do bairro. E sustenta que a Junta já está a organizar um plano para “ajudar os moradores” do Portugal Novo a saltarem do limbo social a que têm estado sujeitos nestas décadas. “A questão do bairro Portugal Novo, a própria CML está a tentar resolver. Já foi feito o recenseamento de toda a população na Cooperativa do bairro, porque é aí que reside o problema. Em conjunto com aquela comunidade, estamos a procurar soluções de reatamento e de integração, naquela ou nas outras comunidades, caso assim se decida”.

Famílias e combate à solidão

O Areiro, diz Pedro Jesus, é uma freguesia de famílias. “A nossa prioridade é a infância, o acompanhamento à infância, política esta que está a ser reforçada com a conclusão da nova creche, e daí termos duas estruturas, que são o Centro Comunitário do Areiro de Apoio à Infância”.

Por outro lado, a Junta de Freguesia põe também o foco da sua intervenção na dignificação da vida da população da terceira idade, através de programas para os mais velhos, como o Centro Intergeracio-

nal do Areiro (CIQ), mas também a Academia Sénior, “que tem sido muito solicitada para o apoio ao ócio. As pessoas ocupam o seu tempo com atividades ligadas à pintura, à literatura, assim como palestras no nosso auditório”, bem como visitas a museus e a outros espaços culturais.

Pedro Jesus reforça a ideia de que o Areiro “é uma freguesia de famílias”, tendo, atualmente, uma população residente que está numa faixa etária que anda entre os 30 e os 60 anos.

O autarca vive “preocupado” com o isolamento social dos mais idosos, mas tem vindo a criar programas de apoio para esta faixa etária. “Na área da Ação Social temos também tido atenção redobrada ao isolamento, que tem sido mitigado com dois projetos: ‘Olá Bom dia’ e ‘Olá Boa Tarde’”.

Trata-se de um acompanhamento telefónico e pessoal de muitas pessoas que vivem na solidão. “E não são pessoas necessariamente com carências económicas; tratam-se de pessoas que, tendo capacidades económicas, vivem sozinhas. O facto de receberem um telefonema, ajuda-nos a perceber outras necessidades. Estes telefonemas são diários, inclusive aos fins de semana. Temos 80 pessoas incluídas neste projeto”, explica.

Pedro Jesus identifica, com clareza, os principais problemas da Freguesia: “solidão, existência das necessidades para o encaminhamento e ajuda das famílias e a iluminação pública”, mas acredita que o Areiro continua a ser uma “excelente freguesia” para se viver.

“Temos outras valências que são muito importantes e que fazem com que seja bom viver no Areiro. O espaço público, porque temos bons espaços verdes, condignos, e parques infantis e campos de jogos, recentemente requalificados. Aliás, ainda há pouco iniciámos a requalificação e melhoramentos dos espaços verdes na Praça de Londres”.

Higiene Urbana sem segredos

Para Pedro Jesus, a área da Higiene Urbana não tem segredos. Foi o responsável pelo pelouro e conhece como a palma das suas mãos aquilo que deve ser feito para manter a Freguesia limpa e bem cuidada. “A Higiene Urbana é uma missão diária. Continuamos a investir muito nesta área, não só em recursos humanos, mas também no alargamento dos horários para mitigarmos a questão da limpeza urbana. Temos 44 pessoas a trabalhar na Higiene Urbana da Junta de Freguesia”, refere.

E acrescenta, contudo, que os novos residentes (comerciantes estrangeiros) já estão a ser informados sobre os direitos e as obrigações para manter as ruas e avenidas limpas. “A Higiene Urbana depende muito da comunidade. A nova população residente, em termos de comércio, é uma população que ainda não se encontra bem informada, mas já lançamos uma campanha de

sensibilização para os novos residentes, assim como aumentámos a fiscalização”.

Sem querer entrar em polémicas, Pedro Jesus admite que estes novos comerciantes não são muito atreitos a cumprir as regras de higiene urbana, mas diz que a Junta tem a situação controlada. “Temos sofrido alguma pressão da parte da comunidade imigrante, mas que, com alguma sensibilização da nossa parte, temos tentado que eles tenham comportamentos que se adequem à nossa realidade”.

O autarca diz, porém, que os novos moradores são ordeiros e “não tem havido conflitos”.

As vias do Areiro estão peçadas de comércio, quer de grandes cadeias de retalho, quer de comércio local, mas Pedro Jesus clarifica que tem a situação está sempre debaixo de olho da Higiene Urbana, que faz um esforço para manter as ruas limpas.

“De uma maneira geral, não há grandes problemas. Embora o avultado volume de produção de resíduos, como grandes cadeias de lojas internacionais, como a Zara, por exemplo, tentamos acompanhar a deposição dos lixos, para tentar evitar que o espaço público fique sujo”.

Voz própria e liderança

Ao fazer o balanço da sua curta experiência como presidente de Junta, Pedro Jesus sustenta que não fará ruturas abruptas com a herança, mas avança que tem uma voz própria e que pretende implementar uma nova dinâmica na freguesia. “O meu objetivo, e o objetivo da minha equipa, é renovar tudo aquilo que foi bem feito, incrementando novas soluções, nomeadamente nestes novos projetos ligados à Loja Solidária, ao cuidado do espaço público e, futuramente, acrescentar novas valências de equipamentos desportivos e culturais. E isso fará com enriqueçamos um projeto que tem sido uma solução vencedora”, conclui.

Em jeito de conclusão, Pedro Jesus assevera aquilo que gostaria de ainda ver projetado para o Areiro até final do mandato. “Gostaria de executar todo aquele trabalho que foi alvo de escrutínio e foi aceite pela população. É essa a minha missão. A minha missão é estar focado na conclusão das obras e projetos que já estão em curso, com toda a motivação que me levou a aceitar o cargo. Depois de setembro, se verá, no momento certo, o futuro, que o próprio Carlos Moedas irá definir”.

A terminar, o autarca reitera que o Areiro é uma freguesia de famílias. “A Junta de Freguesia é sensível a alguns dos pilares da estrutura familiar, nomeadamente a infância, o desenvolvimento da pessoa ativa, acompanhando a promoção do espaço público condigno, com estacionamento e iluminação pública, com espaços verdes, mas também o apoio aos mais idosos. Mas também queremos dinamizar o comércio e apoio à comunidade educativa”.



Pão de Açúcar

PASTELARIA - SNACK BAR

Alameda D. Afonso Henriques, 70 A - 1000-124 LISBOA

Tel. 218 485 260 - Tlm. 925 906 168

e-mail: paodeacucar1953@gmail.com

CENTRO DE DIA DO ALTO DE PINA

Dar dignidade e sentimento de pertença aos idosos

Os utentes do Centro de Dia do Alto de Pina fazem parte de uma comunidade que é incentivada a procurar o “lado belo da vida”. Têm aulas de produção artística, ginástica, visitam museus e debatem assuntos de atualidade. A diretora do Centro sublinha que a sua equipa tem como objetivo maior o respeito pela dignidade dos utentes.

O Centro de Dia do Alto do Pina nasceu de uma parceria entre a Junta de Freguesia do Areiro e a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa com o intuito de oferecer melhores condições e atividades de apoio a toda a população sénior da freguesia.

Este equipamento dispõe de um serviço de apoio domiciliário integrado com um serviço personalizado e atento a cada idoso, cuidados continuados integrados, banco de ajudas técnicas e organização de várias atividades culturais e lúdicas. Sónia Miquelino, diretora do Centro de Dia da Santa Casa, afirma que o Centro de Dia do Alto de Pina, na freguesia do Areiro, desempenha um papel essencial na comunidade, promovendo envelhecimento ativo, saudável e participativo, especialmente no apoio a pessoas idosas, com deficiência ou em situação de vulnerabilidade. É uma estrutura de acolhimento diurno que contribui para a melhoria da qualidade de vida dos utentes e das suas famílias.

Para a diretora, as atividades são ferramentas estratégicas de intervenção social, promovendo dignidade, autonomia, integração e qualidade de vida, tanto na instituição como na comunidade, as atividades são planeadas com base nas “necessidades e os interesses dos participantes”, pois são executadas “respeitando as idiossincrasias” dos utentes e “valorizando a sua participação” e “vontades” em levar a cabo atividades que os motivem.

Grosso modo, diz Sónia Miquelino, o Centro de Dia do Alto de Pina valoriza o espaço próprio de cada utente, para não “infantilizar” o quotidiano das pessoas. Muitas delas tiveram vidas bastante ativas, mas agora vivem sozinhas e merecem um acompanhamento ajustado às suas vontades e necessidades, um acompanhamento em estreita



obediência aos princípios da dignidade e respeito pela pessoa, muitas vezes, em situação de fragilidade física e psicológica.

A responsável refere que a instituição tem como objetivo maior a promoção da autonomia e bem-estar, “estimulando a independência dos utentes, através de atividades adaptadas à sua capacidade física e cognitiva”. Ajudando, também, a organizar rotinas saudáveis e que promovam a autoestima dos utentes.

Ginástica para (quase) todos

A diretora e assistente social acredita na máxima latina de “mente sã em corpo sã” e, por isso, organizam frequentemente as aulas de ginástica – adaptada às capacidades físicas dos idosos – para combater as maleitas da idade e ajudar a manter os índices de atividade física a um nível aceitável.

Não obstante, ninguém é obrigado a “fazer ginástica”, pois há respeito máximo pela vontade da pessoa. “Tivemos uma utente que se negava terminantemente a fazer o que quer que fosse. Tentámos convencê-la da bondade do exercício físico, mas ela dizia que tinha trabalhado a vida

toda e que não queria fazer mais nada. Claro está, que compreendemos e respeitámos a vontade da senhora”, esclarece.

A solidão da terceira idade é um dos problemas sociais mais prementes nas grandes cidades (e nos meios mais pequenos). Muitos dos idosos não têm família ou já perderam os seus entes queridos, vivendo “enclausurados” nas suas casas ou com redes sociais muito reduzidas.

Ao irem ao Centro de Dia, explica Sónia Miquelino, estas pessoas combatem o problema do isolamento social, uma vez que o Centro potencia a “sensação de pertencerem a um grupo”, mas também “convivem e socializam” entre eles e com o mundo fora das quatro paredes das suas casas e da própria instituição.

A participação nas atividades do Centro, contribuem também para a “redução do risco de depressão e solidão, que são problemas comuns em pessoas idosas”

A diretora explica que as visitas a museus e a outras instituições culturais de Lisboa “são uma constante” e que “não deve haver um museu que os nossos utentes não conheçam”.

Incentivar o lado artístico

O “núcleo duro” do Centro é composto por Sónia Miquelino, Ana Cláudia Rogério e Pedro Ramos e Ramos, animador do Centro e arquiteto de formação, que é apontado por Sónia Miquelino e Ana Cláudia Rogério, animadora sociocultural, como uma das pessoas “mais criativas” da direção e um dos responsáveis pelas “palestras” que antecedem as visitas culturais, mas também por toda a produção artística que é gerada pelos monitores em conjunto com os “artistas-utentes” - a equipa promove ainda sessões de debate sobre arte e assuntos de atualidade.

O Centro de Dia está pejado de obras feitas pelas próprias mãos dos idosos, destacando-se uma composição plástica (um quadro) inspirada na vida e obra da artista mexicana Frida Kalo. Também se destaca um Santo António, cujo esboço estava abandonado na rua, cheio de apontamentos cromáticos, que destacam o poder do simbolismo do padroeiro da cidade de Lisboa.

Sónia Miquelino anota que os materiais utilizados nos ateliers artísticos do Centro são, bastas vezes, peças que ficam abandonadas na via e que utentes reciclam o “lixo”, transformando-o em autênticas obras de arte – um Santo António criado no Centro está exposto numa farmácia da freguesia.

Ramos e Ramos e Ana Cláudia Rogério sustentam que a equipa diretiva está em constante procura para “dar um propósito” a toda a intervenção que é feita na instituição. Ramos e Ramos explica que é objetivo “dar significado à vida dos nossos utentes”, buscando no interior de cada um deles o lado criativo que, muitas vezes, até os próprios desconhecem”, explica o arquiteto.

“Tentamos motivar as pessoas para o lado belo das coisas. Ajudamo-las a acreditar nelas próprias, a descobrir a criatividade escondida. Este tipo de descobertas são importantíssimas para a autoestima das pessoas, para que sintam que ainda têm muito a dar à sociedade”, sustenta Ramos e Ramos.

Apoio à famílias

Sónia Miquelino diz, por outro lado, que o Centro tem um papel determinante no apoio aos familiares dos utentes, uma vez que, assim, podem ir para os seus trabalhos, as suas vidas, ficando cientes de que os seus familiares estão ao cuidado de uma estrutura de apoio que respeita a “dignidade dos utentes”.

O Centro “funciona como uma alternativa ao internamento, permitindo que os utentes passem o dia num ambiente seguro e retornem às suas casas. Oferece um alívio temporário aos familiares, permitindo-lhes conciliar o cuidado com o trabalho ou outras responsabilidades”, reitera. Atualmente, o Centro de Dia do Alto de Pina tem capacidade para acolher 70 utentes. Sónia Miquelino revela que as atuais instalações estão datadas, pelo facto de não terem um espaço exterior, mas também por desaproveitar o piso superior, que não tem elevador. A responsável refere que já manifestou um pedido de novas instalações à Santa Casa e à Junta de Freguesia e que não perdeu a fé na mudança de instalações para um novo espaço, que contemple as referidas valências.

OURO Avalia

Comparamos
ouro - prata - jóias - relógios
Avaliações gratuitas

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

Receita do Arraial na Praça para obras do telhado da Paróquia

O Arraial na Praça teve uma motivação solidária. A Paróquia de São João de Deus precisava de reabilitar o telhado da instituição. As receitas da festa reverteram para a obra. Junta e os moradores disseram presente.

O espírito dos Santos Populares tomou conta do Areiro. Assim, entre 29 de maio a 1 de junho, todos os caminhos foram dar à Praça de Londres, junto à Igreja de São João de Deus, para o imperdível Arraial na Praça, que é já um evento com tradição na freguesia. Com entrada livre, o arraial deste ano teve como missão uma ação de solidariedade. Tratou-se de reunir o dinheiro necessário para se iniciarem as obras de reparação do telhado da Paróquia São João de Deus. A receita do arraial reverteu para a reabilitação do telhado desta Igreja do Areiro. O presidente de Junta de Freguesia, Pedro Jesus, esclareceu que a autarquia não podia ficar de braços cruzados face às necessidades da paróquia. “Já apoiávamos esta festa, mas

este ano quisemos ir mais além. Licenciámos em mais um dia a realização do arraial e demos um apoio financeiro para a contratação dos serviços de palco e na contratação dos artistas”. Pedro Jesus acredita que, no final de contas, com o apoio a autarquia e a participação solidários da população, a Paróquia de São João de Deus “irá conseguir reunir a verba necessária para reabilitar o telhado”, ficando “todos a ganhar” com a reparação de um edifício religioso que serve toda a população, que tem uma forte ligação à Igreja. Para além dos tradicionais petiscos, os dois dias de arraial foram abrilhantados pelas atuações de Sérgio Rossi, Sónia Costa, Ana Ritta e Xana Carvalho.



OS SABORES AUTÊNTICOS
DA COZINHA PORTUGUESA

Terça a Sábado:
12h às 22h

Contacto:
930 945 125

Admite-se comercial

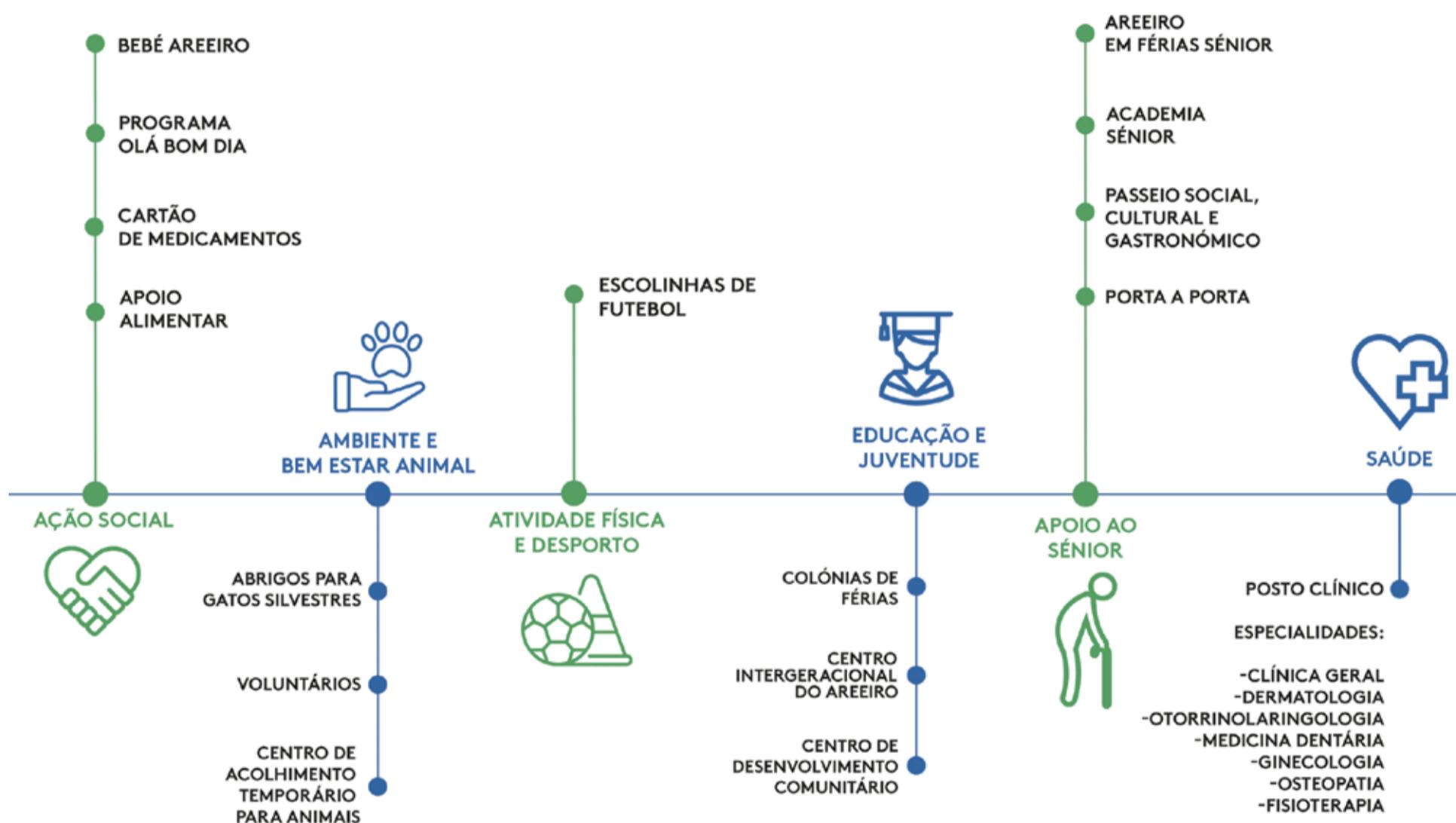
Apresentação de publicações
Venda de espaço publicitário

Vencimento base
Prémios por objetivos
Subsidio refeição e transporte

Candidatura com CV para: comercial@olharesdelisboa.pt

Lisboa - Loures - Oeiras

ATIVIDADES JUNTA DE FREGUESIA DO AREEIRO



CONTACTOS:

SEDE:
RUA JOÃO VILLARET N° 9
1000-182 LISBOA
TEL: +351218400253
E-MAIL: GERAL@JF-AREEIRO.PT



DELEGAÇÃO:
RUA ABADE FARIA N°37 RC/DTO
1900-004 LISBOA
TEL: +351218485130
E-MAIL: DELEGACAO@JF-AREEIRO.PT



As marchas inéditas apresentadas foram 'Passa o tempo, troca o passo', de Joana Dionísio (letra) e Carlos Dionísio (música e arranjo); e 'Conta lá como é que é?', de José Condeça (letra) e Carlos Pinto (música e arranjo).

Por sua vez, a Bica trouxe o tema 'Um coração em cada porto', que recorda o sítio do Carvalho, que foi também dos Remolares, dos primeiros cafés, hotéis e casas de pasto, mas também a vida boémia, do jogo do bicho e das mulheres "de meia porta". A Bica tem como responsável Pedro Duarte, e ensaiador Marco Mercier. Dino Alves é o figurinista e a cenografia ficou a cargo de Brandão & Barros, Carlos Ferreira e João Frizza. Os padrinhos são a socialite Lili Caneças e o modelo Ricardo Guedes e os mascotes Francisco Diniz e Luz Duarte.

Categorias especiais

As marchas inéditas apresentadas foram 'Não chores, Bica!', com letra e música de Fernando Fernandes (FF) e arranjo de Luís Moreira da Silva; e 'Meia porta, porta e meia', com letra de Dino Alves, música de FF e arranjo de Luís Moreira da Silva. A terceira marcha apresentada foi 'Bica de alma e coração', com letra de João Frizza, música de João Frizza e Miguel Amorim e arranjo de Luís Moreira da Silva.

Nas categorias especiais, o melhor figurino foi para as Marchas de São Vicente (Melhor Coreografia) e de Alcântara (Melhor Cenografia). Alcântara venceu também a Melhor Letra e a Melhor Musicalidade, esta última a par com o Bairro Alto, Bica e Marvila.

O tema 'Meia porta, porta e meia', da Marcha da Bica, conquistou a Melhor Composição Original, e o Melhor Desfile na Avenida foi atribuído às Marchas do Bairro Alto, Bica e Madragoa.

Entre marchantes, padrinhos e madrinhas, porta-estandartes, mascotes, aguadeiros, músicos (cavalinho), ensaiadores, responsáveis pelas coletividades e a organização, o evento juntou este ano mais de 1800 participantes. As 20 marchas em competição foram avaliadas por um júri presidido por Vítor Agostinho e composto por Bruno Cochat (Apreciação da Coreografia), Daniela Cardane (Apreciação da Cenografia), Catarina Vasques Rito (Apreciação do Figurino), Sofia Hoffmann (Apreciação da Letra), Osvaldo Ferreira (Apreciação da Música) e Leonor Padinha (representante da EGEC).

Marchas extraconcurso

Para além das marchas a concurso, participaram ainda as marchas extraconcurso da Voz

do Operário, com o tema 'A Paz', que traz ao concurso uma manifestação simbólica, que pede que Portugal e Lisboa continuem a ser espaços democráticos, de liberdade e respeito pelo outro, num momento em que valores fundamentais como a liberdade, a segurança e o direito a uma vida digna estão a ser postos em causa pela intolerância, a violência e a guerra, colocando em risco a vida de milhões de pessoas.

A responsável e ensaiadora da marcha, organizada pela Sociedade de Instrução e Beneficência A Voz do Operário, foi Sofia Cruz e o figurinista Nuno Lopes. Os padrinhos foram os atores Custódia Gallego e José Raposo e os mascotes Álvaro Cruz e Madalena Miranda.

As marchas inéditas apresentadas foram 'Aos poucos tantos', de Ricardo Dias Gonçalves (letra), Carlos Alberto Vidal (música) e Francisco Santos (arranjo); 'Ser outra vez criança', de Tiago Torres da Silva (letra), Carlos Alberto Moniz (música) e Carlos Alberto Moniz (arranjo musical); 'Queremos um sol', de José Jorge Letria (letra), de Carlos Alberto Moniz (música) e Braga Santos e Carlos Alberto Moniz (arranjo musical). A segunda marcha extraconcurso foi a dos Mercados, com o tema 'Do Tejo à Ribeira, para Lisboa Inteira!', inspirada na cultura avieira do Tejo, muito presente em Lisboa nos séculos XIX e XX.

Foi no rio Tejo que muitos pescadores e varinas da zona de Aveiro encontraram solução, tendo-se fixado na Lezíria do Tejo, desenvolvendo uma cultura local com características próprias, cujo resultado deste trabalho era depois vendido nos Mercados de Lisboa.

Noivos de S. António desceram a Avenida

A Marcha dos Mercados foi organizada pela Associação dos Comerciantes dos Mercados de Lisboa, tendo como responsável Jorge Nuno Sá e cenografia de Jorge Nuno e Rui Alfaro. Sandro Canossa foi o figurinista, tendo também colaborado como ensaiador, a par com Vera Gromicho. Os padrinhos foram Hélia Caneira e João de Carvalho. Os mascotes foram Rita Gromicho Correia e Telmo Alfaro.

As marchas inéditas apresentadas foram 'E Aveiro Sou' e 'Do Tejo à Ribeira', ambas de Paulo Colaço (letra) e Nuno Feist (música e arranjos). A terceira marcha apresentada foi 'É nos mercados que Lisboa tem mais vida', de José Condeça (letra) e Carlos Pinto (música e arranjos).

A Santa Casa foi a terceira marcha extraconcurso a participar neste desfile, e levou à Avenida da Liberdade o tema 'Santa Casa é o manto que cobre a cidade', numa homenagem a todas as marchas da cidade.

A responsável foi Luna Marques, o ensaiador Paulo Jesus e Nuno Lopes o responsável pelos figurinos e cenografia. Os padrinhos foram Liliana Santos e Pedro Crispim e as marchas apresentadas foram 'Esta Marcha é sempre tua', 'Tantos bairros tens, Lisboa', e 'O amor da Santa Casa', todas de Ricardo Gonçalves Dias (letra) e Carlos Dionísio (música e arranjos). Para além das marchas extraconcurso, desceram ainda a Avenida as marchas convidadas Macau Street Dance, que apresentou a Dança da Lanterna do Peixe Dourado (dança tradicional chinesa) e Infantil das Escolas de Lisboa



**Restaurante
Paraíso Violeta**
Cozinha tradicional portuguesa
**Festas de Grupo
Aniversários
Batizados**
Tel: 917463512
Calçada da Ajuda nº 79/81
1300-007 Lisboa

– apadrinhada pela vereadora com o pelouro da Educação da Câmara Municipal de Lisboa (CML), Sofia Athayde, e pelo ator e músico Francisco Rebelo de Andrade; bem como os 16 casais que, na tarde desta quinta-feira, disseram o 'sim' nos tradicionais Casamentos de Santo António.

"O dia mais bonito da cidade"

Carlos Moedas, presidente da CML, referiu que este "foi um dia incrível, cheio de emoção, os casamentos foram lindos, todos chorámos de alegria, porque é uma cidade linda, Lisboa é incrível".

"Esta é a nossa identidade, e é impossível não nos comovermos durante este dia", acrescentou o autarca, em declarações à RTP. "Estamos aqui com uma energia incrível e é esta energia que define a Alma de Lisboa, a nossa alma é esta gente toda". "É o dia mais bonito da cidade, e que sentimos por dentro aquilo que somos e é o dia que estamos unidos e quem são as verdadeiras estrelas são os que aqui desfilam, as nossas gentes e é isso que é incrível. Estou aqui para lhes dar apoio, dia após dia".

Já o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, destacou o "peso fundamental" dos bairros em noite de Marchas Populares de Lisboa, uma tradição que descreveu como "única e cada vez mais viva". Em declarações à RTP, Marcelo considerou que os bairros "são essenciais". "As pessoas não vivem sozinhas, não são ilhas, vivem em comunidades. Os bairros são comunidades com um peso fundamental", destacou. O chefe de Estado frisou ainda que as marchas populares são "uma tradição única". "E está cada vez mais viva. A certa altura caiu, recuperou e agora cresce", acrescentou.



Junta de Freguesia da Ajuda

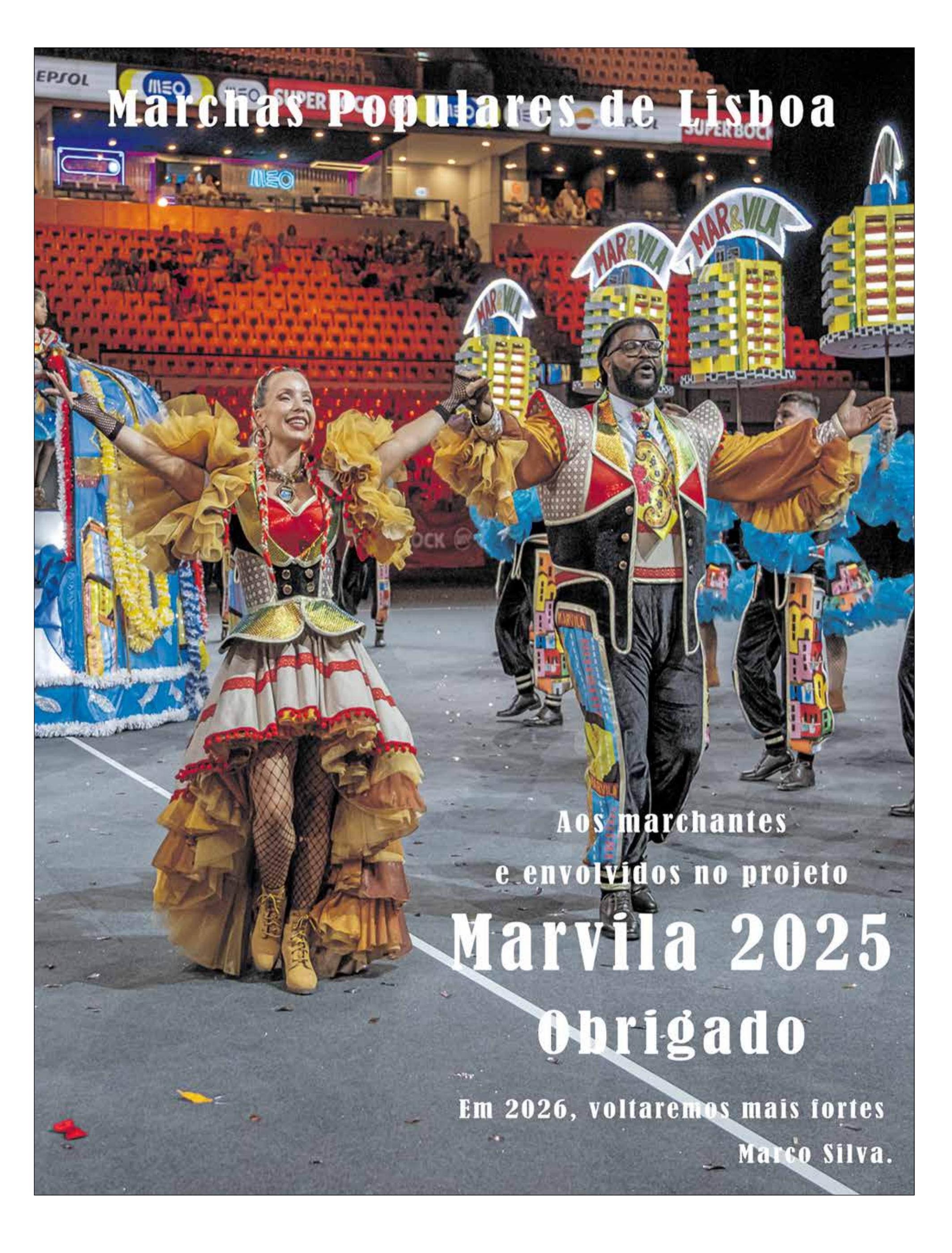
MERCADO D'AJUDA

Não vá mais longe!

- Terça a sábado | das 8h00 às 19h00
- Inclui espaço cidadão e muito mais!
- Uma hora e meia de estacionamento grátis para clientes

MERCADO DA AJUDA

Travessa da Boa-Hora à Ajuda | 1300-278 Lisboa | www.jf-ajuda.pt



Marchas Populares de Lisboa

Aos marchantes
e envolvidos no projeto

Marvila 2025

Obrigado

Em 2026, voltaremos mais fortes

Marco Silva.

BICAMPEÕES

MARCHAS POPULARES DE LISBOA 2025

PRÉMIOS NAS CATEGORIAS:
MELHOR CENOGRAFIA
MELHOR FIGURINO
MELHOR MUSICALIDADE
MELHOR LETRA