

o Sambrasense
Mensário Regional de Defesa dos Valores do Barrocal e Serra Algarvios

Fundador **Jacinto Duarte** | Director **Joaquim Gonçalves** | Sub-Director **Pedro Conceição** | Chefe de Redacção **Isa Vicente**

BSC PROJECTOS

Já tem o Certificado Energético do seu imóvel?

ENERGIA | ECO-BUILD

963772661 | bscprojectos@gmail.com
Av. Liberdade Nº148 | São Brás de Alportel
www.bscprojectos.com

Homenagem às vítimas mortais de Covid-19 em São Brás de Alportel



ASSOCIATIVISMO

JSF e a homenagem a Beatriz Alexandre

10

REPORTAGEM

Professora da minha vida: Paula Frazão

14

ATIVIDADES UDRS

Apresentação das Equipas de Futsal

05

ENTREVISTA

Madalena Martins: O rosto da catequese em São Brás

29

Vítor Guerreiro
Considera que São Brás vive uma das maiores injustiças ao ser considerado concelho de risco

Hélder Pedro
A história de uma das figuras mais emblemáticas da nossa terra

A ABRIR

Editorial

Está a ser um ano difícil para todos nós, quer nas nossas vidas profissionais, quer no campo desportivo, cultural e até nas horas de lazer.

Cada vez mais as nossas atividades estão a ser mais controladas pela pandemia que nos assola a todos sem exceção.

No caso do nosso clube, União Sambrasense, está muito difícil de controlar todas as atividades desportivas, depois dois meses e meio a preparar uma equipa de seniores, juniores e futsal, com treinos, jogos amigáveis, exames médicos, inscrições e seguros e eis que dois dias antes do Campeonato, no dia 31 de Outubro, foi

cancelado o primeiro jogo do Campeonato de Futebol Sénior.

Tudo isto desgasta uma direção, uma equipa técnica, o staff, os jogadores, num dia treina-se, no outro já não se pode, num fim-de-semana temos jogo, no outro já não sabemos se temos.

Na minha opinião, para que tudo isto acabe de vez, tem que haver uma mão forte e uma mão forte passa por pôr a tropa, a proteção civil, a GNR e a PSP nas ruas a controlar a população e apelando ao civismo, de outra maneira, não me parece que cheguemos lá.

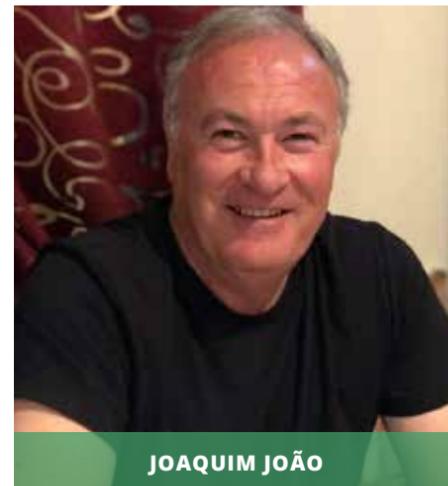
A vida normal tem que continuar com alguém a controlar as regras e a sancionar quem não cumpre e nós temos forças de segurança que o podem fazer de forma airosa e eficaz.

Temos que interiorizar nas pessoas que só com regras e com civismo é que vamos conseguir vencer este flagelo. Não é com as restrições como as que nos impuseram agora que vamos lá.

Nós, sambrasenses, até somos uma comunidade cumpridora o quanto baste das regras que nos são impostas, raro algumas exceções, como em todo o lado.

Não é justo o que se está a passar no nosso concelho só por sermos um concelho pequeno. Todos precisamos de trabalhar e de governar as nossas vidas. Temos que governar para o povo e não para os grandes grupos económicos.

A restauração, o comércio local, o desporto, a cultura, as feiras e mercados, não podem fechar, há contas para pagar e filhos para criar.



JOAQUIM JOÃO



MOMENTO DO MÊS

A ribeira já leva enxurro!

Partilhamos com os nossos leitores uma fotografia do dia 20 de outubro, quando a nossa ribeira transbordou de água, após uns dias de chuva, fazendo a alegria de todos os sambrasenses que há muito que não viam correr água na ribeira da Fonte.

Para quem não conhece a Fonte Férrea, deixamos aqui o convite, para visitar este Parque a norte de São Brás, uma zona com terrenos vastamente arborizados, junto às margens da ribeira do Alportel, com uma fonte de água férrea. Uma característica única num local muito agradável para lazer, contacto com a natureza, petiscar no Café Avalanche e realizar atividades lúdicas.

"A ribeira já leva enxurro! Nã vais ver?" Quem se lembra deste provérbio do antigamente? Venha conhecer a Fonte Férrea.

BREVES



SÃO BRÁS EM DESTAQUE NA EDIÇÃO DA FORBES

Foi ao dia 9 de novembro que a Revista Risco da Sapo partilhava uma notícia sobre a lista de melhores locais para os norteamericanos viverem e investirem segundo a Forbes de novembro de 2020.

Qual não é a surpresa quando São Brás é um dos destinos incluídos. Um top 20 elaborado a partir de uma primeira seleção de 120 cidades ou regiões, entram três destinos portugueses: Braga, Algarve e Açores.

Sobre o Algarve, a Forbes começa por destacar a baixa densidade populacional desta região, sendo que a EBD recomenda São Brás de Alportel, Aljezur e Lagos. O Algarve é recomendado, no geral, para nómadas digitais e famílias, mas é melhor que verifiquem primeiro as condições de internet nas zonas mais remotas.

Pode-se ler ainda na Forbes: **"São Brás de Alportel (...) with its hills planted with orange trees and its spectacular sea views."**

SÃO BRÁS SENSIBILIZA OS JOVENS PARA A PREVENÇÃO DO COVID-19

São Brás de Alportel sensibiliza os jovens para a prevenção do contágio pelo Coronavírus COVID-19.

No contexto atual, o Município de São Brás de Alportel reforça o combate na prevenção, nas diversas frentes.

Com este objetivo e no âmbito da estratégia definida no seio da Subcomissão de Proteção Civil, o Serviço Municipal de Proteção Civil, com a colaboração da GNR e do Corpo de Bombeiros, realizou uma ação de informação e sensibilização dirigida ao público juvenil, na Escola Secundária José Belchior Viegas.

"...pode ser o teu avô...um familiar teu, um amigo...pode ser um jovem como tu".

Percorrendo turma a turma, sala a sala, foi possível sensibilizar 15 turmas e cerca de 250 jovens alunos do ensino secundário, transmitindo uma mensagem simples e direta, que pretende tornar os jovens mais conscientes da ameaça da pandemia e mais ativos na prevenção.

FICHA TÉCNICA

O SAMBRASENSE

Mensário de Defesa dos Valores do Barrocal e Serra Algarvios

Proprietário: Jornal O Sambrasense - União Desportiva e Recreativa Sambrasense
Sede Editor: Rua Luís Bivar Nº13
8150-156 São Brás de Alportel - Algarve
Morada Editor: Rua Luís Bivar Nº 13
8150-156 São Brás De Alportel - Algarve
Sede Impressor: LUSOIBÉRIA
Morada Impressão: Av. da República N.º 6,
1.º Esq. 1050-191 Lisboa
Telf.: +351 914 605 117
Email: comercial@lusoiberia.com
NRº ERC: 110646
N.º de depósito legal: União Desportiva e Recreativa Sambrasense
NIPC: 501302026
Fundador: Dr. Jacinto Duarte
Director: Joaquim João Gonçalves
Sub-Director: Pedro Conceição
Chefe de Redação: Isa Vicente

Redação: Isa Vicente, Adriana Urbano
Colaboradores/Colunistas: David Mendes, Sílvia Revés, Rita Guapo, Alain Guerreiro, Gilmar Brito, Vânia Mendonça, Paulo Bernardo, Celso Brito, Diogo Duarte, Joaquim Mendoza, Bruno Costa, Susana Lourenço, Graça Passos, Sílvia Viegas, Carmen Macedo, Hugo Barros, Marisa Belchior, Henrique Dentinho, Armando Ventura, Gonçalo D. Gomes.
Fotografia: Alexandre Morais, Isa Vicente, André Nunes
Design e projecto Gráfico: UDRS
Direitos de imagem capa: notícias magazine
Triagem Média: 1500 exemplares
Expedição e distribuição: LUSOIBÉRIA e CTT (Assinantes), União Desportiva e Recreativa Sambrasense (Bancas e Postos de Venda)
Redação e Administração: Tel/fax: 289 841 439
Email: redacao.jornal.osambrasense@gmail.com
Morada Redação/Administração: Rua Luís Bivar

Nº 13, 8150-156 São Brás de Alportel - Algarve
Membro: AIND
Os artigos e notícias publicadas em "O Sambrasense" quando assinados, ainda que por simples iniciais ou pseudónimos - devidamente identificados, são da exclusiva responsabilidade dos seus autores. As opiniões expressas nos artigos ou colunas, não são nem reflectem necessariamente, as opiniões dos responsáveis pelo jornal. Do mesmo modo, não nos consideramos obrigados a publicar os originais que nos enviem sem serem solicitados, salvo nos casos que a Lei de Imprensa o impõe. Mais informamos que não devolvemos os originais que nos enviem e que por qualquer motivo, não sejam publicados, assim como, os artigos e notícias que forem enviados a este Jornal sob a forma de anonimato não serão publicados
Assinatura do Jornal: Para Portugal: 12,00€, para a Europa: 15,00€ e para o resto do mundo: 20,00€

Modo de pagamento: Pagamento na Secretaria do Clube - Rua Luis Bivar Nº 11 - São Brás de Alportel. Pagamento através de Vale Postal, mencionando sempre o nº ou nome de Assinante. Pagamento através de Cheque à ordem de União Desportiva e Recreativa Sambrasense, e enviar para a seguinte morada, mencionando sempre, o nº ou o nome de Assinante. União Desportiva e Recreativa Sambrasense, Apartado 79, Rua Luis Bivar Nº 11/13 - 8150-156 - São Brás de Alportel. Pagamento por transferência Bancária, mencionando sempre, o nº ou o nome de Assinante.
NIB: 0045 7212 4026853301429
IBAN: PT50 0007 0000 0083 4670 0632 3
SWIFT/BIC: BESCPPTL

PATRIMÓNIO

Por vales da memória...à descoberta das lojas, empresas e casas com história

Cantinho dos Cereais...e os ecos da Casa dos Passarinhos...



Prosseguimos o nosso caminho, por Vales da Memória... Nesta edição fomos até ao n.º 71 da Rua João de Deus para conhecer a história do espaço que atualmente acolhe o “Cantinho dos Cereais”, mas que só há três anos deixou de acolher a “Casa dos Passarinhos”, que serviu a comunidade são-brasense durante quase 40 anos.

...Tudo começou em 1979 quando os jovens são-brasenses recém-casados, Luís e Hermínia Horta, decidiram abrir um espaço comercial onde iriam vender rações para animais, sementes, pesticidas e plantas para cultivo agrícola. Entretanto, começaram a vender pintos para criação e pássaros (canários, papagaios, caturras, mandarins, periquitos, entre outros) assim como as suas gaiolas e restantes acessórios.

“Foram os clientes que puseram o nome à casa (Casa dos Passarinhos)” explica Hermínia lembrando que até ela foi batizada pela clientela de “Hermínia dos Passarinhos”.

Hermínia conta-nos que durante 10 anos não tiveram concorrência na Casa e tinham muita clientela. A quarta-feira era o dia em que recebiam os clientes da zona serrana que vinham à vila de autocarro. Ao sábado também tinham muito movimento, clientes de outras zonas.

Além do espaço comercial este era um espaço de convívio e Hermínia que diz que durante os 37 anos em que teve a loja a funcionar passou muito mais tempo ali do que em casa, diz que apesar de este não ter sido um negócio com o qual tivesse sonhado acabou por ser o ideal porque lhe permitia fazer atendimento ao público e ter contacto com muitas pessoas.

“Trabalhámos muito, mas fui muito feliz. Fiz o que gostava, que era estar com pessoas”, confessa admitindo que guarda muito boas memórias. Aliás, a filha Sónia e o casal de netos, ainda que não se viessem a dedicar ao negócio, foram ali criados com Luís e Hermínia Horta. Um negócio que diz que permitiu que esta família prosperasse sem dificuldades.

Não se pode falar da Casa dos Passarinhos sem falar do “Xico”, uma personagem inesquecível para todos que o conheceram. Falamos de um simpático papagaio que fez sucesso na loja durante 25 anos! É que o Xico, apesar de estar solto, estava sempre no poleiro preparado para a aguardar pela clientela. Quando se entrava na loja tanto

se podia ouvir um “bom dia”, como algum palavrão ou até um “já pagaste?! Hermínia admite que esta última frase se tornava mais constrangedora quando se tratava de clientes que tinham contas por pagar!-

Aos poucos, as pessoas que trabalhavam a terra e a criar animais para consumo caseiro começaram a diminuir, a venda de pesticidas foi proibida e controlada de forma mais apertada e surgiu concorrência local e também das grandes superfícies para alguns produtos.

Entretanto, Hermínia ficou viúva e ainda manteve o espaço durante cinco anos, mas em 2017 decidiu que tinha chegado o momento de fechar aquele capítulo da sua vida.

Uma decisão que coincidiu com o fim do ensino secundário de Adriana Dias que não querendo prosseguir estudos aceitou a sugestão do pai Eleutério para experimentar a lançar-se por conta própria num negócio seu.

Assim nasceu em fevereiro de 2018 o “Cantinho dos Cereais”.

Hermínia Horta diz estar contente com o sucesso que Adriana está a alcançar naquele local que ainda visita para matar saudades.

Adriana contou-nos que começou por vender cereais, rações para animais e sementes. Aos poucos, foi percebendo as necessidades do mercado e começou a adaptar o espaço com alguns produtos de mercearia, frescos e produtos que os clientes procuravam.

Produtos da horta familiar e de produtores locais são privilegiados porque os clientes procuram e porque Adriana defende que é uma forma de entreejuda entre produtores e o Cantinho dos Cereais.

Com a pandemia houve um aumento de clientes que procuram locais com menos movimento e houve necessidade de começar um serviço de entregas ao domicílio que Adriana diz que será para manter até porque se tem revelado importante para os clientes seniores.



Na perca esta rota e descubra estes espaços tradicionais que fazem parte da nossa História! Pode descobrir mais no sítio do município em www.cm-sbras.pt

Espaço da responsabilidade do Município de São Brás de Alportel – Pelouro do Património.

Textos: Sofia Silva – Gabinete de Comunicação

Sugira-nos lojas e empresas com histórias e também conversas com memória. Entre em contacto connosco: 289 840 019 municipe@cm-sbras.pt

ATIVIDADES UDRS | FUTSAL - PLANTEL

José Costa

Quer levar equipa do Futsal para a 1ª Divisão



José António Ricardo Costa, 46 anos natural de São Sebastião da Pedreira Lisboa, é pelo segundo ano consecutivo, o treinador principal da equipa de futsal sénior masculina da União Samsbrasense.

Há mais de 20 anos que anda no mundo do futsal, tendo sido treinador em 2000, na equipa de Mem Martins Sport Clube nas categorias de iniciados e Seniores de 2000 a 2004, posteriormente, mudou-se para o Algarve e desde aí até novembro de 2019, conta-nos que deixou esta paixão de lado até surgir o convite da UDRS para ajudar a equipa.

“Como o futsal sempre foi a minha paixão desde o início da modalidade nos anos 90 onde se deu a mudança do futebol de salão para o futsal, ponderei se passados tantos anos e com uma evolução do jogo se estava preparado para o desafio, aceitei mas como todos os desafios tive de me reinventar como treinador para não defraudar a equipa.” José Costa

A época passada terminou de forma precoce, dada a situação atípica que vivemos, mas foi essencial para criar bases para esta época, os jogadores tiveram tempo para evoluir a nível técnico e tático, fazendo ajustes para os resultados começaram a aparecer, segundo o treinador.

“Esta época com todas as suas

condicionantes começamos por finalizar uma parceria com o Professor Ricardo Ferro que trata da preparar a equipa a nível físico, através do seu Modelo Desenvolvimento Atlético que consiste: ensinamento dos padrões movimentos básicos, coordenação, treino da força, potência, técnica de corrida, velocidade e associar várias direções na execução de movimentos com e sem bola, também temos connosco o Daniel Machado como treinador adjunto que junta ao Luís Correia que transita da época passada. É uma grande mais-valia para a nossa equipa!”

José Costa

Quando questionado sobre o principal objetivo, José Costa é assertivo na resposta, a consolidação do modelo de jogo, ser mais regular em termos de resultados para conseguir a subida de divisão.

“Temos um plantel bastante equilibrado que nos dá garantias de uma boa época. Nesta fase complicada devido a todas as restrições os jogadores têm sido fantásticos, para eles que são os verdadeiros heróis vai a minha admiração pois tem sido incedível na sua entrega a este projeto, a cada treino que passa somos mais equipa e menos um grupo de jogadores.” José Costa

Futsal

Perspetivas para 2021

José, que balanço fazes dos últimos anos do Futsal na UDRS?

Desde que agarrei este desafio que as mudanças foram muitas a todos os níveis, foi necessário alterar diversos “hábitos” que estavam enraizados no nosso grupo, como por exemplo falta de comparência de alguns jogadores, de espírito de grupo e a falta de respeito pelo clube que carregavam ao peito.

No meu primeiro ano encontrei-me com um grande défice de treinadores, de jogadores, de patrocinadores e de apoiantes, talvez a meu ver o nosso maior défice. Isto tudo culminou devido à falta de um projeto sólido e vencedor.

Quem é que te incentivou a agarrar nesta modalidade?

O saudoso Delfim Madeira, a quem quero deixar aqui explícito, o meu agradecimento, foi ele um dos grandes impulsionadores do nosso futsal. Posso dizer que é graças a ele que neste momento estou como diretor do futsal. Ele conseguiu criar as bases para nós agora conseguirmos continuar o seu caminho que tanto era desejado por ele e de certeza que este está a torcer por todos nós.

Como correu a última época?

Fizemos uma época passada muito mais regular, com algum défice de atletas, mas este ano apostamos numa equipa diferente onde se

conseguiu captar novos atletas para integrar o plantel.

Como está a correr esta época dada a situação atípica que vivemos?

Vários atletas por vontade própria decidiram integrar o plantel depois de ouvirem e verem o objetivo que idealizamos, é de louvar a atitude e vontade de todo o grupo em participar nos treinos e estarem sempre prontos a ajudar o clube, mesmo com todas as adversidades que vivemos.

O treinador que acabou a época connosco, renovou, conseguimos fazer uma parceria muito importante com o Professor Ricardo Ferro (ONE ONILEXERCISE) onde é ele que trata da preparação física de todos os jogadores, desenvolvendo o seu Modelo Desenvolvimento Atlético.

Esta época devido à pandemia que estamos a viver, com as dificuldades que estamos a atravessar é de louvar a ajuda que temos tido por parte dos patrocinadores, não é fácil nestes tempos conseguir atrair pessoas para ajudar, felizmente temos tido uma resposta muito positiva.

É verdade que receberam um convite para subir à 1ª Distrital?

Sim, tivemos um convite da Associação de Futebol do Algarve para disputarmos a 1ª

divisão distrital, no entanto, decidimos recusar. Essa subida irá acontecer sim, mas quando a estrutura estiver sólida e que possamos garantir uma ou mais épocas na 1ª distrital sem percalços.

Perspetivas para 2021?

A UDRS espera fazer uma época bastante positiva.

O grupo está criado, os resultados acabaram por aparecer e quem sabe dar muitas alegrias aos nossos adeptos do Futsal e aos sócios do Samsbrasense.

É com grande orgulho que deixo este testemunho, como vice-presidente e responsável do Futsal, por ver esta equipa a evoluir tanto a nível de grupo como a nível de estrutura técnica. Ainda temos uma grande caminhada pela frente, mas espero no final desta época um pouco atordoados devido a esta pandemia, puder com todos vós festejarmos a nossa vitória que será o nosso grande objetivo.

Um muito obrigado a todos aqueles que estão connosco desde o início e aos mais recentes que decidiram agarrar este projeto e viram nele um grande futuro.

José Bento
Vice-Presidente UDRS
Diretor Desportivo Futsal



GRELHADOS NO CARVÃO - "FRANGO SEMPRE A SAIR"

ENCOMENDAS PELO
Tel.: 289 845 679
Tlm. 925 663 543
São Brás de Alportel

ABERTO
TODOS OS
DIAS

11:45 às 14:45
e das
18:30 às 22:00

Brasa Frango
churrasqueira+take-away

TALHO JORGE
DE:
HORACIO & MADALENA VIEGAS, LDA
MERCADO MUNICIPAL SÃO BRÁS DE ALPORTEL LOJAS 1-4

Cell: 917287075
Tel./Fax: 289842759
Email: talhojorge@sapo.pt
Facebook/talhojorge.charcutaria

Talho Damásio
De: Damásio Martinho Viegas

Comércio e Produção de Gado

S. Brás de Alportel
TEL. 289 842 419 AV. DA LIBERDADE, 76

ATIVIDADES UDRS | FUTSAL



HUGO SILVA



BRUNO



IVAN



ROBERTO



CHICO



CASIMIRO



LIDY



DIOGO



RUBEN



TIAGO



PEDRAS



GEORGINO



RUFINO



FANCONY



LUIS



VICE PRESIDENTE
JOSE BENTO



DELEGADA
ALEXANDRA BENTO



DELEGADO
DANIEL MACHADO



DELEGADO
LUIS CORREIA



DELEGADA
FÁTIMA BENTO

Flores Da Idália
Cartão de Cliente
Venda de Plantas
Arranjos Florais
+351 913 310 767
+351 963 803 865
Mercado Municipal
de São Brás de Alportel

aa
Luisa Assunção
TOC nº 48074
Assunção e Assunção
Contabilidade, Lda
R. Bernardo Rodrigues Passos
Loja 13, R/C
8150-120 S. Brás de Alportel
Tel.: 289842449
Fax: 289841293
np47lh@sapo.pt

Pronto a Vestir
Tininha
Facebook.com/tininhaprontoavestir
S. Brás de Alportel • Tel. 289 842 954

ATIVIDADES UDRS | FUTSAL

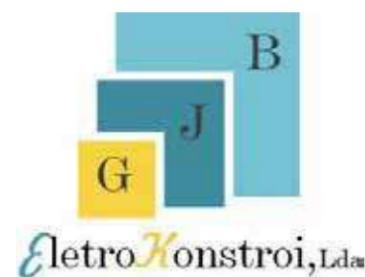
PATROCINADORES
2020/2021

CARDOSO, LDA



Patrocinador Oficial - Limpeza e desentupimentos de esgotos em todo o Algarve - Sempre com o objetivo de satisfazer os nossos clientes com a máxima qualidade e profissionalismo quer seja a nível doméstico ou industrial

GJB ELETRONKONSTROI, LDA



Construção Civil, instalações eléctricas, canalizações e serviço de mini-giratórias

CERTITEL



A sua empresa certificadora de instalações eléctricas, redes de gás, redes e ITED no Algarve. Uma empresa do Grupo Telecert

PROCONDOMÍNIO, LDA



Administração de imóveis, manutenção, limpeza, administração financeira e contabilística

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL



Sempre a apoiar o desporto

JUNTA DE FREGUESIA DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL



Sempre apoiando o desporto local

CLÍNICA SIIPEMOR



A sua clínica em São Brás de Alportel, sempre a apoiar o desporto

TECOFIX, SA



Técnica de equipamento e fixação

INOVALIGHT



Comércio de iluminação tecnológica

INFOROMBA, LDA



Empresa no ramo de Software de faturação e gestão, serviços de assistência técnica

ZLAR



Gestão e administração de Condomínios

COPRAX



Produção e comercialização de tubagens e sistemas para o transporte de água quente e fria

ONE ONLINEXERCISE



Procura melhorar a condição física e desenvolver o potencial de cada atleta de diversas modalidades

LUÍS URBANO, LDA



Serviço de serralharia civil, em todo o tipo de INOX e ferro

CONTA 06



Qualidade e Rigor nos seus serviços de contabilidade

EFAPEL



Empresa portuguesa fabricante de produtos de instalações eléctricas, telecomunicações, som ambiente e calhas

RECLALGARVE



A sua empresa de publicidade e design do algarve

OPINIÃO

Coisas chatas de se dizer

Que Portugal Digital?

A tecnologia digital enraizou-se como pilar fundamental na vida das sociedades. As alterações que provocou são de tal magnitude que parte dos atuais empregos, não existiam sequer há 15 ou 20 anos atrás. Mesmo os empregos e negócios que sempre conhecemos sofreram profundas mudanças, numa adaptação nem sempre fácil ou pacífica. Porém, torna-se inequívoco concluir que a tecnologia digital é talvez, desde a descoberta do fogo, um dos mais significativos marcos da História da Humanidade. Engana-se quem pensa que as novas tecnologias representam somente um novo capítulo na História das revoluções industriais. Muito embora possamos procurar nas revoluções industriais dos últimos séculos idênticos pontos em comum, a presente revolução digital apresenta características *suis generis* que tornam uma tal comparação redondamente supérflua.

Fruto do rápido desenvolvimento tecnológico, que a cada dia se desdobra em novas etapas, a União Europeia sentiu a necessidade de desenvolver uma Estratégia Digital Europeia, assente no reforço da soberania digital europeia e na criação de standards europeus que reflitam os seus valores e princípios. Com foco na informação, na tecnologia e na infraestrutura, a Estratégia Digital Europeia, promete traçar o seu próprio caminho, "ao invés de seguir os outros". Ciente de que as novas tecnologias apresentam, simultaneamente, novas oportunidades e novos desafios, a União Europeia estabeleceu uma estratégia para a nova década, assente em oito pilares, a saber: Inteligência Artificial; Estratégia para a Informação; Estratégia Europeia para os Dados; Estratégia para a Indústria; Computação de Alto Desempenho (HPC); Plataformas online (Cloud Computing); Ciber-segurança; Competências Digitais; e Conectividade.

Na sequência dos escândalos Wikileaks e

dos programas de vigilância massiva da NSA, aos quais se seguiram os ciber-ataques e os múltiplos casos de ciber-espionagem por parte da Rússia e da China, a União Europeia compreendeu, com um alto grau de lucidez, ter de traçar e desenvolver o seu próprio plano de soberania digital, reduzindo a sua dependência tecnológica do exterior. Assim, a grande aposta europeia, num sistema misto e híbrido, centra-se na defesa dos seus interesses estratégicos, mas também na defesa e promoção dos seus valores, o que inevitavelmente significa uma intenção de produzir uma intensa regulação destes sectores, alinhando-os com os princípios da União e com a promoção dos direitos e liberdades individuais.

Pese embora as boas intenções da União Europeia, o Mercado Único Digital não é passível de ser concretizado sem que os Estados-Membros atuem em sentido concêntrico. À semelhança dos restantes 27 Estados-Membros, Portugal foi igualmente chamado a prestar o seu contributo neste sentido. À parte daquele que é o contributo em temáticas específicas, Portugal desenvolveu um plano de 68 páginas para a transição digital, intitulado "Portugal Digital". O plano, cujo horizonte temporal igualmente se fixa em 2030, constrói um meio termo entre declarações de vontade e uma lista de desejos, sem que dele se possa retirar uma conclusão clara e inequívoca sobre o posicionamento português acerca das discussões e debates mais prementes sobre as atuais tecnologias e que muito importam aos direitos, liberdades e garantias individuais. No mesmo tom totalmente abstrato, Portugal fixa como áreas prioritárias de intervenção e de ação, a inclusão digital; a transformação do tecido empresarial; e a digitalização do Estado. Este triplo E - Educação, Economia e Estado - tantas vezes repetido no âmbito dos Fundos Europeus é aqui, reflexo de uma fórmula Estafada, Esgotada e Enfraquecida - o revés do triplo E.

Com frequência, o discurso mostra-se distante da realidade, revelando uma desorientação tantas vezes característica de um Estado que se habituou a viver à base do "desenrascanço". **Portugal Digital é uma aspiração sem adesão à plano prático, e que a cada oportunidade de se desenvolver, opta por recuar.**

Neste sentido, relembremos algumas das palavras da anterior Ministra da Administração Interna, Constança Urbano de Sousa, quando, perante a maior e mais ambiciosa reforma legal europeia dos últimos vinte anos em matéria de proteção de dados - e que culminou com a adoção do Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD) - afirmou que o Regulamento somente seria aplicável às grandes empresas, negligenciando a sua aplicabilidade no sector público e nas pequenas e médias empresas.

Muito embora o RGPD se aplique transversalmente ao sector público, privado e cooperativo - e porventura, cria até mais obrigações para o sector público -, a verdade é que a mensagem da anterior Ministra disseminou-se como um vírus, fazendo com que uma das maiores reformas legais europeias passasse praticamente despercebida em Portugal. Facto é que por via do RGPD, as grandes empresas europeias não podem contratar com empresas portuguesas que não tenham implementado o regulamento na sua organização. Isto significa não só uma perda de competitividade direta dentro do mercado único, mas também um recuo frontal naquela que foi a reforma legislativa mais importante das últimas décadas e que Portugal decidiu fazer tábula rasa. De igual forma, ainda hoje é possível aferir que a grande maioria das entidades públicas não iniciou qualquer processo de conformidade com o RGPD, e dentro dessa grande maioria, boa parte, desconhece ainda quais as obrigações jurídicas que sobre si recaem. O Portugal Digital é, assim, uma utopia.

Falta-lhe as bases e as premissas. Falta-lhe a vontade de estabelecer uma autonomia própria. Falta-lhe um plano que não seja colocar-se a reboque da União Europeia. Falta-lhe, enfim, expressão.

Também no caminho da Educação para a Economia faltam pontes. Por muita qualidade que se reconheça ao ensino português - e para bem da verdade, diga-se que Portugal têm excelentes profissionais -, o certo é que a incapacidade do tecido económico em reter os talentos portugueses continua a ser o calcanhar de Aquiles. De igual forma, é preciso compreender que a Educação vai além do plano formal do ensino básico e superior. De pouco vale ao Estado procurar a sua transição digital, quando a nível nacional, os níveis de iliteracia digital permanecem elevados, colocando-se, neste âmbito a questão: transição digital para quê e para quem?

Como tal, e a menos que Portugal dedica prestar-se a uma verdadeira reflexão sobre a transformação digital e sobre o posicionamento que, estrategicamente, importa adotar durante a próxima década, concedo que se torne uma coisa chata de se dizer, mas a transição para um Portugal Digital somente ocorrerá a reboque da União Europeia e com um atraso significativo em relação aos demais Estados-Membros, o que inevitavelmente, terá reflexo na Educação, na Economia e no Estado.



DIOGO DUARTE

Uma pequena crónica sobre a crença alheia

As pessoas perderam a racionalidade ou simplesmente numa época de máscaras deixaram as suas cair?

Acho incrível e fico deveras surpreendida com a incapacidade que o ser humano tem de aprender com as suas vivências. Como ignora os sinais e como o individualismo continua a ser muito mais apetecível que a bondade.

O olhar para e pelo outro deixou de ser uma prioridade e confunde-se muito amor próprio com individualismo. A facilidade com que se magoa o próximo tornou-se tão acessível como um simples mudar de roupa.

Num momento mundial, onde se esperava que a entreatjada e o humanitarismo fossem lemas, assistimos a um crescente desequilíbrio e a uma cada vez maior divisão

ideológica.

Sendo eu defensora da liberdade individual de cada um, não posso no entanto compactuar com um progressivo aumento de posições de extrema direita, aí já entramos na tão conhecida frase "a minha liberdade acaba quando termina a liberdade do outro".

Não confundamos defesa de ideais com inibição de formas de viver.

Posso não querer para mim o aborto, a homossexualidade, a eutanásia, a PMA por casais do mesmo sexo (etc. etc. etc.), porém não sou ninguém para inibir o meu vizinho de avançar!

Olhem que estou dentro de todos os assuntos fracturantes da sociedade e de todos os que causam discórdia, pode

até parecer aversão minha para com quem tenha uma forma diferente de ver a vida, mas garanto que a única coisa que me faz não conseguir aprovar essas inibições que tentam implementar-se deve a um único facto. Não apresentarem argumentos válidos! Aliás, não apresentarem argumentos de todo... Até hoje ainda ninguém anti-liberdade do próximo conseguiu apresentar-me um argumento que se fundasse em palavras ou pensamentos que não remetessem à Bíblia ou a ideais religiosos.

Perdoem-me a minha posição, mas acho que a vida humana não devia ser decidida com base em algo que facilmente pode ser diferentemente interpretado perante quem lê. Sim, não serei injusta, não só esse é o

argumento de apoio, também oiço muitas vezes a celebre frase "Porque sim! Porque assim acho!" Então e onde estão as provas e os estudos dessa defesa?

Por aqui continuarei, à espera de bons debates, onde os argumentos válidos serão base e quiçá eu até mude certas crenças...



CATARINA EVARISTO
(a que espera)

CLEANING SERVICES SOTAVENTO
+351 935 492 147
CLEANINGSERVICESSOTAVENTO

ALGARVE SERVICES
HYGIENE OF SOFAS
MATTRESS CLEANING
CARPET CLEANING
ROOF CLEANING
FOREST CLEANING
CLEANING AND SANITIZING AREAS
CLEANING.SERVICES.SOTAVENTO@GMAIL.COM

ALGARVE SERVICES
HIGIENIZAÇÃO DE SOFÁS
HIGIENIZAÇÃO DE COLCHÕES
LIMPEZA DE SOFÁS E CARPETES
LIMPEZA VIDROS
LIMPEZA DE TELHADOS
LIMPEZA FLORESTAL
LIMPEZA ÁREAS EXTERIORES
LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE ÁREAS

OPINIÃO

Pés na lua*A vida pode sempre ser bela*

Disse-me num choro compulsivo e quase angustiante: **"Não quero estar infetada porque depois vou morrer!"**

Tem 12 anos. Tem 12 anos e não precisava do medo e da (des)informação que a atropela todos os dias, pela voz de tantos de nós, pela verdade das notícias que lhe entram casa adentro, ditas por gente séria e bem vestida, sem saber ela que a forma como a verdade das coisas é integrada, depende acima de tudo da forma com que a queremos contar.

Acho que andamos todos ainda um bocadinho distraídos em relação aos efeitos colaterais deste vírus. Acho que estamos ainda a esquecer-nos da nossa responsabilidade enquanto educadores e do papel que cada um de nós tem de assumir para que este vírus não nos devore a todos e sobretudo, não devore a infância e a transforme para sempre num lugar menos bonito e até menos seguro. E quando falo de segurança não falo das medidas de higienização da infância, até porque essas têm sido alvo de um olhar atento desde o início, falo das medidas de PROTEÇÃO da infância. Falo da segurança emocional, da responsabilidade, da confiança, da coragem, e falo também da criatividade e da vontade de a descobrir.

Não será preciso ser-se especialista em desenvolvimento infantil para se imaginar que o isolamento e as medidas de restrição social prolongados deixam impactos relevantes no crescimento de uma criança, impactos estes que em muito poderão ser minimizados mediante a atitude e a responsabilidade dos adultos e dos contextos que a ajudam a crescer. É nisto que eu acredito, é na certeza de que é missão

que cada um de nós, proteger a infância e atenuar os riscos associados ao desafio de uma epidemia à escala mundial. Como perguntam vocês?

Primeiro com um amor imenso, daqueles que ajuda a suportar todas as batalhas, depois, com algumas ideias que poderão ajudar um bocadinho a que os dias sejam um bocadinho mais felizes, e sobretudo não corram ao sabor de um bicho esquisito chamado COVID:

- **Desligar a televisão, sempre que o assunto seja a infeção por corona vírus.** Não obstante a informação que transmitem (e que tantas vezes nos chega de forma manipulada), os media têm como principal função alarmar, apenas e só, porque é isso que vende. Uma criança que assista constantemente ao tipo de discurso que lhe chega por esta via, é uma criança que não será capaz de filtrar a informação e de a relativizar da mesma forma que um adulto e que por isso ficará assustada e sem capacidade de se tranquilizar face aos recursos internos de que dispõe.

- **Falar com as crianças de uma forma concisa, segura e informada** acerca das medidas de prevenção: máscara em espaços fechados ou com muita gente e lavagem das mãos mais frequente. É apenas isto na verdade que precisamos de saber, é apenas isto que todos podemos controlar e é a forma como o comunicamos e a nossa capacidade de transmitir à criança, que farão com não tenha de se preocupar com o resto, o que fará toda a diferença.

- **Honrar a família e os espaços comuns.** Rotinas, tradições, rituais familiares devem manter-se o mais possível. Jogos em família, sessões de cinema, lanches

divertidos... tudo o que possa contribuir para um sentido de normalidade, tornar-se-á ainda mais protetor no contexto em que vivemos.

- **Aproveitar o ar livre o máximo de tempo possível.** As restrições no contexto escolar significaram, na maioria das situações, a alteração das rotinas de recreio e a limitação do usufruto dos espaços. As crianças precisam de correr, de trepar, de pular, de explorar, e essa é uma necessidade vital que às vezes parecemos ignorar. Se tal não pode acontecer na escola, então é preciso procurar outros lugares que o permitam. A praia, o campo, o jardim continuam a ser espaços onde é possível esta liberdade e esta conexão com a natureza, tão essenciais à saúde física e mental.

- **Falar sobre a forma como nos sentimos e pensar em conjunto naquilo que cada um pode fazer para se sentir melhor,** sempre que os dias pareçam mais difíceis. Pode ser interessante criar uma "caixa de ferramentas emocionais" da família, na qual cada um coloca uma ideia para pôr em prática sempre que se sintam mais triste, ou ansioso, ou até zangado: ler um livro, conversar, "dançar à maluca" na sala, ouvir música, passear na natureza, jogar um jogo, fazer biscoitos, contar uma história...

- **Cuidarmos de nós.** Quando os adultos estão conscientes das suas próprias emoções e sentem confiança na sua capacidade para lidar com os desafios, as crianças aprendem a fazê-lo também, sendo este um dos maiores preditores da saúde mental de crianças e adolescentes. Cuidarmos de nós implica que sejamos capazes de nos regular emocionalmente, que tenhamos espaços ao longo da

semana para nós, para praticar atividade física, para nos alimentarmos e dormirmos bem, para nos relacionarmos com outros adultos que nos fazem bem e para nos oferecermos pequeninos mimos que funcionam como verdadeiros balões de oxigénio. E isto é talvez aquilo que de mais importante podemos fazer para proteger os nossos filhos.

Ainda que existam coisas que não estão ao nosso alcance e que, curiosamente, são precisamente aquelas com que nos bombardeiam todos os dias, existem muitas outras em que podemos realmente significar a diferença, tais como a confiança, a contenção emocional, a capacidade de estimular e aceitar a livre expressão emocional dos nossos filhos e depois, muito, a capacidade de manter a calma e privilegiar todos os momentos que sirvam para honrar a infância, tais como a brincadeira, o sentido de humor, a fantasia.

Acredito que é esta a nossa missão de adultos num contexto difícil como o que vivemos e que é também isto que podemos fazer perdurar para que um dia, ao falarmos dos tempos estranhos que todos vivemos, falemos sobretudo da forma corajosa e bonita como juntos soubemos enfrentá-los...



RITA GUAPO

Pontos nos ii*O que mais nos preocupa neste final de 2020 é a pandemia.*

Estamos no meio de algo que nunca vivemos e que nos afeta totalmente nas nossas vidas e muito mais aqueles mais frágeis do ponto de vista da saúde, da idade, da situação económica e social e as consequências traumáticas que vão ficar por muito tempo.

A angústia de perder o emprego e desde logo significa falta de recursos para alimentar a família é algo devastador, a infeção dos utentes dos lares é a maior injustiça e todas aquelas situações que não vêm nas notícias nem nos debates sobre o vírus.

É claro que ninguém estava preparado ou sabia minimamente como seria, como combater sem medicamentos, vacina etc. - apenas o afastamento físico, uso de máscara e não permanecer em ajuntamentos de pessoas. Mas tudo isto é contra todos os comportamentos sociais por natureza em que o homem é um ser eminentemente social e o vírus não se vê a olho nu nem faz

ruído e "olhos que não vêm pulmões não sentem" só depois quando o "dito cujo" se instala já o mal está feito.

O mais dramático passa-se com aqueles que têm que sair todos os dias para trabalhar, tomando transportes públicos a abarrotar de pessoas e naturalmente todos receosos de todos e já lá vamos há muitos meses. Para além desta situação aqueles que trabalham na linha da frente na saúde: médicos, enfermeiros e todos os outros técnicos que compõem a máquina da saúde (não quero ser injusto para ninguém se não cito especificamente).

Vivemos em democracia e por isso todos têm o direito de emitir opinião mais ou menos informada mas é uma opinião e que deve contar, mas todos têm o dever de se informar e ser responsável na sua medida, pois se a minha liberdade vai até à liberdade do outro também a minha responsabilidade vai até à responsabilidade do outro. Aqui é que por vezes a coisa

não funciona bem porque nem sempre há essa compreensão, há pessoas que não entendem que têm responsabilidade, mas apenas liberdade. A cada passos verificam-se situações em que há pessoas que não cumprem esse princípio, por exemplo: na rua quando passam parece que não reparam que há outras pessoas e não fazem nenhum esforço para manter a distância física podendo.

Do ponto de vista institucional naturalmente desde o Presidente da República ao Presidente da Junta de Freguesia (em abstrato), passando por todas as instituições de apoio social ninguém estava preparado para isto. No entanto vamos ter que continuar ainda por muito tempo vamos conviver com esta por isso temos que nos adaptar para além as dificuldades económicas e sociais porque não há alternativa enquanto não houver vacina ou medicamento específico, temos que ser resilientes os poderes públicos têm

que mais do que nunca mostrar os líderes que temos para o momento que vivemos, não há lugar para demagogia "nem sacudir a água do capote", reações a quente perante factos que vão acontecendo. Não digo que todos estamos no mesmo barco pois há barcos nos quais o vírus não vai entrar mas outros já entrou pela sua fragilidade e mais do que nunca têm que ser assistidos.

Para terminar não são relevantes fugas para a frente ou jogos de palavras! Precisamos de verdade e humildade!



ARMANDO FILIPE VENTURA

ÓPTICA
Graciete
1954
Faro: R. Ivens, 24-26 8000-364 - Telf 289823270
S. Brás de Alportel: Av. da Liberdade, 43-F 8150-101 - 289841159
opticagraciete@gmail.com

G.J.B. Lda
Construção civil /Instalações elétricas
Canalizações /Serviço de mini-giratória
Alvará nº 59105
Calçada 199C – 8150-021 São Brás de Alportel
Tel/Fax 289422324 – 966863430 – 914711444 - 912265790

AJG
Abílio J. Gonçalves
MEDIÇÃO SEGUROS, LDA
Telef. 289 845 987 Fax 289 845 984
Rua Luís Bivar, 22 8150-156 S. Brás de Alportel
E-mail: seguros.abilio@gmail.com

OPINIÃO

A importância de ser do campo

"(...) já que ser concelho de risco pouco mais implica do que má publicidade (se é que tal existe)."

Com a publicação da Resolução do Conselho de Ministros n.º 92-A/2020, no passado dia 2 de Novembro, o concelho de São Brás de Alportel viu-se integrado numa espécie de lista negra (no caso vermelha) de Municípios pestíferos, por força da pandemia da Covid-19, que ficam sujeitos a constrangimentos e restrições adicionais, face aos restantes.

Na base da decisão está um critério estatístico do Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças, aplicado em toda a União Europeia. Sendo certo que há muita coisa discutível e duvidosa nesta pandemia e na gestão que dela é feita, esta não parece ser uma delas. Um critério que é igual para qualquer município, em qualquer região, de qualquer país da EU... retira qualquer sentido a discursos de injustiça – ainda que esse sentimento possa existir.

Quer dizer, o critério não é bem igual para todos. Por não ser cega, a aplicação desta métrica exclui da ominosa classificação os concelhos que, mesmo cumprindo a matemática dos casos por habitante, são de baixa densidade e têm um foco epidemiologicamente bem determinado,

sem cadeias de contágio activas na comunidade em geral.

Como é o caso de S. Brás de Alportel. Mas S. Brás de Alportel, por força de outros critérios estatísticos (uma análise paramétrica, que envolve densidade populacional, demografia, povoamento, características físicas do território, características sócio-económicas e acessibilidades, procurando identificar um carácter predominantemente rural), não é considerado território de baixa densidade.

Mas era, e é, fundamental que seja. Não tanto pela Covid-19, já que ser concelho de risco pouco mais implica do que má publicidade (se é que tal existe) e algum transtorno social, excepto para o sector da restauração, esse sim altamente penalizado. Curiosamente, as medidas que se revelam de mão pesada para o pequeno comércio, são mão de apoio para as grandes superfícies. Logo havia o vírus de preferir o comércio local, e deixar as multidões que se amontoam nos super e hipermercados em paz...

A grande vantagem da classificação como território de baixa densidade decorre do

tratamento diferenciado de que beneficiam estas zonas, principalmente através de financiamentos e apoios específicos, critérios de bonificação na apreciação de candidaturas e majoração de taxas de apoio. É portanto uma coisa aparentemente simples, mas que pode fazer grande diferença, principalmente para as empresas e projectos empresariais que por cá queiram ficar ou fixar-se, no acesso a financiamento – a In Loco há muito que chama a atenção para este facto. Face à tarefa hercúlea que se adivinha vir a ser a recuperação do já de si frágil tecido económico concelhio na futura ressaca da pandemia, mais se agiganta essa diferença.

Os municípios podem reclamar e solicitar alterações ao mapa dos concelhos e freguesias integrados nos territórios de baixa densidade, recorrendo a outros parâmetros e/ou densificando aqueles que são utilizados. Pouco antes da pandemia, o executivo camarário de São Brás manifestou-se informalmente junto da Comunidade Intermunicipal do Algarve (AMAL) nesse sentido, contestando a injustiça que esta exclusão representa

para cerca de dois terços do território do concelho. E também informalmente recebeu alguma solidariedade.

Mas de informalidades está o Inferno cheio. É de coesão territorial que precisamos – não apenas S. Brás mas todo o Algarve e, já agora, o país – e é para reforço da coesão territorial que a ideia dos territórios de baixa densidade serve. Palmadas nas costas não servem para nada, pelo que esta é uma reivindicação que importa levar até ao fim.

Logicamente, alcançar esse objectivo garante nada. Mas reforçam-se as ferramentas para procurar soluções para todos aqueles problemas que, ao contrário da Covid-19, não passarão.



GONÇALO DUARTE GOMES

Por vontade expressa do autor, o presente texto segue a grafia anterior ao Acordo Ortográfico

COVID-19 e os conselhos da boca do povo

Hoje em dia existe um grande problema na política. Por medo de não ferir a sensibilidade optamos por seguir caminhos muito estreitos, dos quais não conseguimos sair facilmente. Becos sem saída.

Em torno da pandemia o mesmo se aplica. O governo central tem medo de introduzir novas medidas caso que o povo se revolte e se queixe que os seus direitos estão a ser violados. Pois, foi por isso que demoraram (de novo) a declarar um Estado de Emergência.

"Não vou usar máscara porque é uma violação dos nossos direitos!" ou então "Não nos podem mandar ficar em casa - não vivemos numa ditadura!"

Pois eu não sei quanto vocês mas eu cá preferia confiar nas medidas do governo e não nos conselhos "da boca do povo" e nos vídeos de conspiração, que me enchem a caixa de correio do Facebook toda a hora. Eu tenho seguido esta pandemia desde que

foi apenas uma notícia na China que 'não nos iria afetar aqui', e ver o espectáculo que tem acompanhado. Mesmo hoje falei com um senhor na Itália cuja mãe está a morrer com COVID e estou a ouvir cada vez mais histórias de gente que conheço.

Se tivéssemos fechado as fronteiras logo em Janeiro, talvez tenhamos evitado esta trapalhada toda e esta história já estava por trás de nós. Mas estamos aqui e não existem soluções fáceis. Temos todos a obrigação de colaborar, na melhor maneira que pudermos.

E então...

"Não pergunte o que teu país pode fazer por ti. Pergunte o que tu podes fazer pelo teu país."

JFK

These days, there is a big problem in politics. For fear of hurting feelings, very narrow paths are taken, ones that we cannot

easily get out of. Dead ends.

The same applies to the pandemic. The central government is afraid to introduce new measures in case the people revolt and complain that their rights are being violated. That is why they took their time (again) to declare a State of Emergency.

"I will not wear a mask because it is a violation of our rights!" or "We can't be told to stay at home - we don't live in a dictatorship!"

Well, I don't know about you, but I would rather rely on government measures and not on the 'advice' some people are dishing out and the conspiracy videos, which constantly fill my inbox.

I have been following this pandemic since it was just news in China that 'wouldn't affect us here', and have seen the ongoing spectacle (sigh). Just today I spoke to a man in Italy whose mother is dying with COVID and I am hearing more stories that are affecting people I actually know.

If we had closed the borders as early as January, we might have avoided this whole mess and this story would be behind us. But we are here and there are no easy solutions. We all have an obligation to collaborate in the best way that we can.

So...

"Don't ask what your country can do for you. Ask what you can do for your country."

JFK



AMANDA LOUISE GLEAVES

281

Não! Não é nenhum indicativo telefónico, nem nenhuma terminação de lotaria, nem mesmo uma secreta combinação numérica que permita abrir um cofre.

É tão só, um número que não me sai da cabeça e que me deixa a remoer sobre os contornos humanos e sociais que conduziram a tão fatídico resultado.

Grudo de novo o ouvido na telefonia, não fora eu ter ouvido mal o resultado do somatório que a locutora comunicava com voz grave e pausada; como se nos anunciasse a morte de um familiar.

Daí a pouco, a voz feminina que dirigia o programa volta a mencionar o número

duzentos e oitenta e uma. Sim! No feminino.

Sim! São duzentas e oitenta e uma, as aldeias portuguesas que nas últimas décadas perderam a totalidade dos seus habitantes.

Sim! Zero habitantes. Apenas silêncio. O ensurdecedor silêncio dos que partiram mais o de quem nada fez para parar esta assustadora debandada.

Ao que parece, algumas delas estão a ser recuperadas para a prática do turismo. Do mal o menos. Pode ser que a moda pegue e, de repente, esses lugarejos perdidos voltem a ter corações a bater pelo empedrado das suas ruas.

Ao ouvir este programa, dei comigo a

pensar na minha terra, Entradas.

No ano em que nasci, 1956, éramos cerca de duas mil almas. Sessenta anos passados, pouco mais de quinhentos seremos. E deste quinhão, 70% terão mais de 65 anos. As crianças nascem a conta gotas, numa proporção que equaciono de um nascimento para vinte óbitos.

Nunca pensei poder assistir a tão decrépito espectáculo. Mas, fazendo uma rápida conta, somando esperanças de vida com desesperanças de futuro, chego à conclusão que em vinte anos estaremos reduzidos à condição de monte.

Tudo isto numa terra que já foi sede de concelho e tem todas as condições para

oferecer a quem ali quiser viver uma qualidade de vida que reputo da melhor que há.

O que estaremos nós a fazer de errado?



NAPOLEÃO MIRA

ESTATUTO EDITORIAL

São Brás de Alportel é uma Vila do interior, com todos os custos da interioridade e com todas as características inerentes. Por isso, este jornal tem como principal preocupação a defesa dos interesses do Concelho e das suas gentes, levando-os ao conhecimento das entidades centrais, para que se lembrem deles. Este é um jornal de crítica construtiva e independente do poder político ou económico, mas aberto a todas as correntes de opinião, desde que os articulistas sejam objectivos, não ataquem ninguém sem provas e não queiram apenas denegrir por denegrir.

A informação contida neste Jornal visa noticiar principalmente os acontecimentos de âmbito Local, bem como os de incidência Regional. Compromete-se pois, esta publicação a respeitar os princípios deontológicos da imprensa e a ética profissional, de modo a não poder prosseguir apenas fins comerciais, nem abusar da boa-fé dos leitores, encobrindo ou deturpando a informação. Este Jornal, assim o cremos, um porta-voz dos Sambrasenses, o paladino da defesa do Concelho e dos que nele vivem ou nasceram.

ASSOCIATIVISMO

Jovens Sem Fronteiras

Entrevista com Beatriz Pereira



“Estar perto dos que estão longe, sem estar longe dos que estão perto”

ENTREVISTA

Quem são os Jovens Sem Fronteiras?

Os Jovens Sem Fronteiras são um movimento missionário de jovens católicos que pretendem fazer missão por onde passarem. Trabalham para levar amor, bondade, solidariedade, ajuda e fraternidade até onde conseguirem chegar.

A nível de membros, o movimento destina-se a todos os jovens que tiverem fé e vontade de partilhar os seus valores tanto com a comunidade, tanto com os restantes membros.

A nível de Comunidade, o movimento pretende chegar onde for possível tanto nacional como internacionalmente.

Qual é a principal missão dos Jovens Sem Fronteiras?

O lema dos Jovens sem Fronteiras é **“Estar perto dos que estão longe, sem estar longe dos que estão perto”**, como o próprio lema indica aquilo que pretendemos é ajudar onde formos necessitados, mesmo que tal seja na outra ponta do país. Não nos podemos esquecer no entanto que missão não é só ajudar fora pois muitas vezes a nossa própria comunidade precisa de nós e é exatamente aqui, no nosso caso em São Brás de Alportel, que a nossa missão começa.

Que tipos de atividades desenvolvem a nível Regional e Nacional?

Uma vez por mês realiza-se uma oração em grupo, neste momento via zoom, a nível regional é hábito realizarem-se retiros de Quaresma ou Advento, consistindo num fim-de-semana em que costumamos fazer orações, momentos de reflexão, de silêncio e alguns jogos e atividades. Realizamos também normalmente uma atividade como “Churrasco Missionário” ou “Semeando Sorrisos”, que nos permita angariar algum dinheiro para o grupo ou ajuda na atividade Ponte.

A nível nacional realizam-se todos os anos numa semana do mês de agosto a “Semana Missionária”. A Semana Missionária consiste em 10 dias em que um grupo de jovens de vários pontos do país, que só sabe para onde vai poucos dias antes, se dirige a uma zona mais remota, despovoada e solitária do país de forma a animar a eucaristia, ajudar as crianças, idosos, ouvir histórias e espalhar um pouco de amor e conforto por estes lugares.

Ainda a nível internacional realiza-se todos

os anos no mês de agosto uma atividade chamada de “Ponte”. Realiza-se num país lusófono, em desenvolvimento e em condições precárias. As malas levam medicamentos, material escolar e religioso. Os corações levam medo, amor e muita muita esperança. Temos relatos surpreendentes de membros que ingressaram nesta jornada, relatos esses que apertam o coração de qualquer um mas também o enchem de amor. A mensagem mais importante que se traz destes países é sem dúvida a de que com pouco se pode fazer muito, pois lá eles não têm catecismos, muitas vezes bíblias e tão pouco igrejas como as nossas. Mas a sua vontade e gratidão de Deus é incrível, a sua fé é inabalável e o seu carinho é enorme por pessoas que não conhecem mas sabem que estão lá por eles e para eles.

“Muitas vezes dizemos que deus não olha para aqui, mas somos nós que não olhamos pois Deus está aqui.”

Há pouco tempo perderam um dos vossos membros. Como caracterizam a participação de Beatriz Alexandre nos JSF?

Como um antigo membro do grupo que conhecia a Bia desde os 6 anos dizia **“ela sempre foi JSF porque desde os seus 6 anos que via nela a verdadeira personificação do que é o amor ao próximo, a bondade, a pureza e a fé. Era mais do que o sonho dela, era quem ela realmente era.”**

A Bia era aquele tipo de pessoa que queremos sempre perto de nós porque nos diz a coisa certa sempre que precisamos. Uma menina sem maldade e amor puro. Tinha vontade de mudar o mundo e sofria com a maldade que via no ser humano em cada acontecimento internacional, nas nossas orações pedia sempre para rezarmos pelos fogos, pessoas desfavorecidas e necessitadas, desastres naturais, etc.

Pode não ter conseguido mudar o mundo mas com certeza mudou cada uma das pessoas que conheceu, deixou a cada um de nós os seus valores, a sua paz e exemplo. Com 16 anos ela era um exemplo e todos a valorizávamos como tal.

Ela foi uma JSF desde que nasceu porque toda a vida seguiu exatamente tudo aquilo que representamos e apesar de ser uma perda incalculável sabemos agora que temos uma estrela guia no nosso grupo, e que sortudos nós somos.

Homenagem a Beatriz Alexandre

Carta de Carlota Conceição

“(…) descobri que eras um anjo que lutou durante muitos dias numa cama do hospital pela vida e pela missão que tinhas que ainda não estava terminada, há uns anos atrás, mas bem, não vamos falar de coisas tristes porque o que realmente importa agora é recordar os bons momentos que temos juntas, ou melhor recordar tudo o que vivemos juntas porque contigo não houveram piores momentos! Em ti encontrei uma pessoa que nem consigo exprimir, uma pessoa que perdoa tudo e todos, que ama o próximo tal como Deus nos ensinou, que onde há ódio, inveja e guerra leva a paz e o amor, onde há fraqueza, leva a força porque nada é um motivo para desistir, em ti encontrei todas as peças que completam cada um de nós! Como a Bia te definiu ontem “eras luz e nem sabias, eras anjo e nem sonhavas”, mas todos sabíamos e todos te

sentíamos, a tua companhia era agradável, as tuas palavras eram as certas e hoje não sabemos o que te dizer, ensinaste-me a amar o próximo, a ser positiva, ter piedade e a saber perdoar. (...) Também me consolei ontem quando a nossa amiga Milene me disse “A Bia era um anjo com uma missão muito especial, e as lutas dos anjos e das estrelas nós não conseguimos entender, mas é certo que eles andam aí” quando ouvi isto só agradei a Deus o facto de te ter posto no meu caminho, na minha vida, e tudo aquilo que tu me ensinaste sem saberes que o estavas a fazer!

Agora, descansa meu anjo, e continua a brilhar aí como brilhaste aqui!

Despeço-me com um abraço bem apertado como o que te queria dar!

Podia despedir-me com um ADEUS, mas digo-te apenas “até já!”



“(…) eras luz e nem sabias, eras anjo e nem sonhavas, mas todos sabíamos.”

ASSOCIATIVISMO

Urban Xpression

Inauguração da sede em São Brás de Alportel



Susana Ferreira, 20 anos, natural de São Brás, é a representante da Urban Xpression na nossa terra, que ganhou um espaço próprio, com a inauguração da sede no passado dia 11 de outubro.

ENTREVISTA

Como surgiu a oportunidade de criar uma Sede em São Brás?

Tudo surgiu em setembro, quando abrimos as inscrições (este ano foram feitas online) e tivemos uma adesão enorme.

As nossas aulas foram realizadas durante 7 anos nos Bombeiros de São Brás, mas este ano com as medidas novas precisávamos de mais horários para conseguirmos ter mais turmas e então começamos à procura de espaços em São Brás.

A sede foi inaugurada em plena Pandemia, que adesão tiveram por parte dos vossos alunos?

Ao início, estávamos um pouco receosas, pois devido à situação que vivemos, ou corria muito mal ou muito bem! Felizmente está a correr muito bem. As nossas turmas estão a crescer, muitas delas que já fecharam porque já atingiram o número limite de alunos. Sentimos que se não fosse este ano a abrir uma sede em São Brás, não o faríamos noutra altura. Este foi o ano para o fazermos.

Como descreves a experiência de ter passado mais de 3 meses a dar aulas de dança online?

Não considero que a minha experiência tenha sido muito boa, porque fiquei um pouco desmotivada. Os alunos começam a desmotivar também e não retribuem da maneira que pretendemos. Mas é normal, estavam em casa, alguns sozinhos em que os pais continuaram a trabalhar. O facto de também estarem longe dos amigos e a ausência do convívio também não ajudou! Espero que isso não volte a acontecer!

Quais foram as faixas etárias mais complicadas de dar aulas nessa altura?

Os mais pequeninos, sem dúvida. Entre os 4 até aos 7 anos! Por a razão de não estarem com os amigos e não nos terem lá com eles a insistir e a ajudá-los. Mas com a ajuda dos pais e com cuidado, tudo se fez!

Os vossos espetáculos de Natal são realizados no Pavilhão Municipal de São Brás há 7 anos. Qual vai ser a alternativa deste ano?

Este ano optamos por fazer um vídeo, gravado com os nossos alunos. Vamos apresentar num formato diferente! Ainda não podemos revelar, mas em breve teremos novidades!

Quantas turmas têm atualmente em São Brás?

Temos 7 turmas! Os Super-mini - dos 4 anos aos 6 anos, Mini A - dos 7 anos aos 8 anos, Mini B - 8 anos, Junior A - 9/11 anos, Junior B - 12/14 anos. Senior - a partir dos 15 anos e os Old school - a partir dos 25 anos. A partir dos 8 anos também há turmas de dancehall.

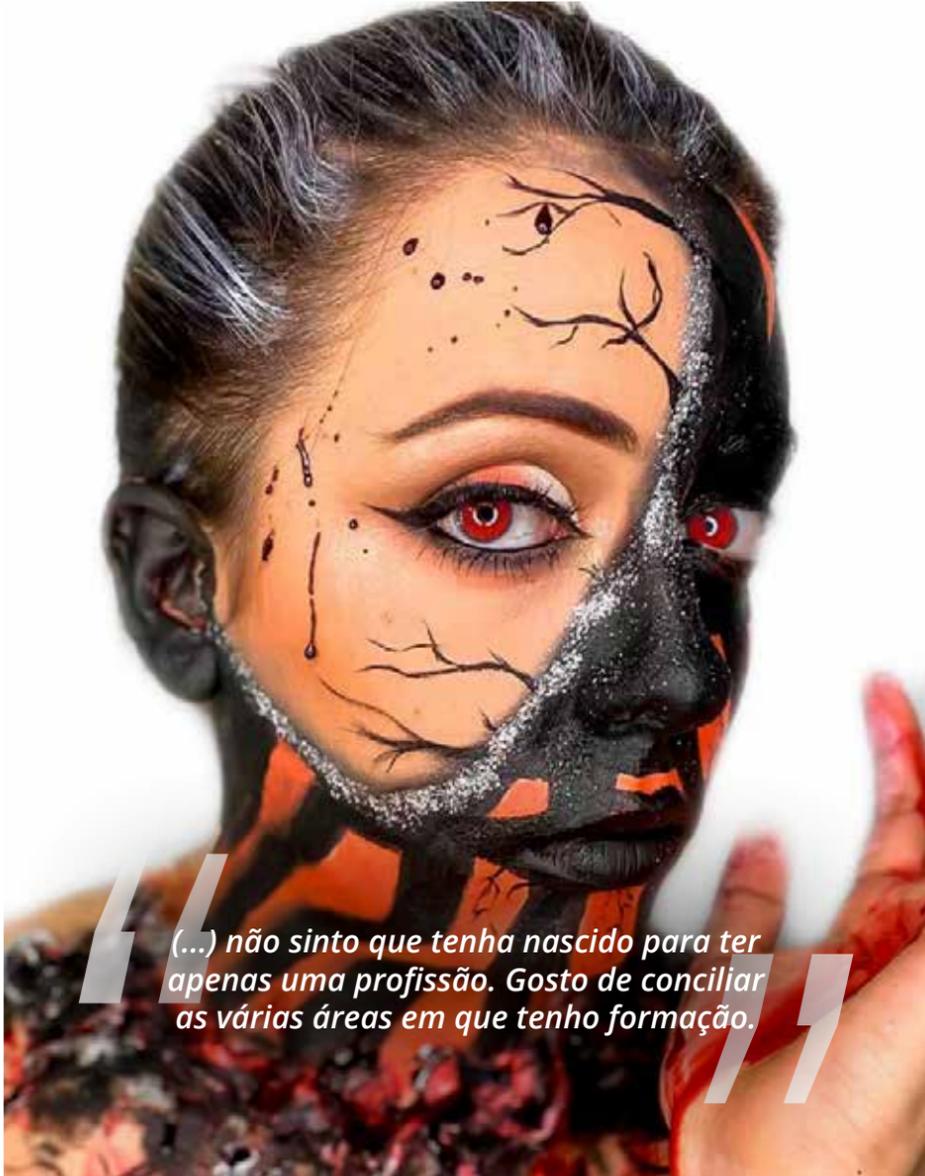
Quais são as expectativas para o futuro?

Quero continuar a dar aulas e a fazer o que gosto! Espero que os sambrasenses continuem a apoiar-nos a crescer como tem sido feito ao longo dos últimos anos!

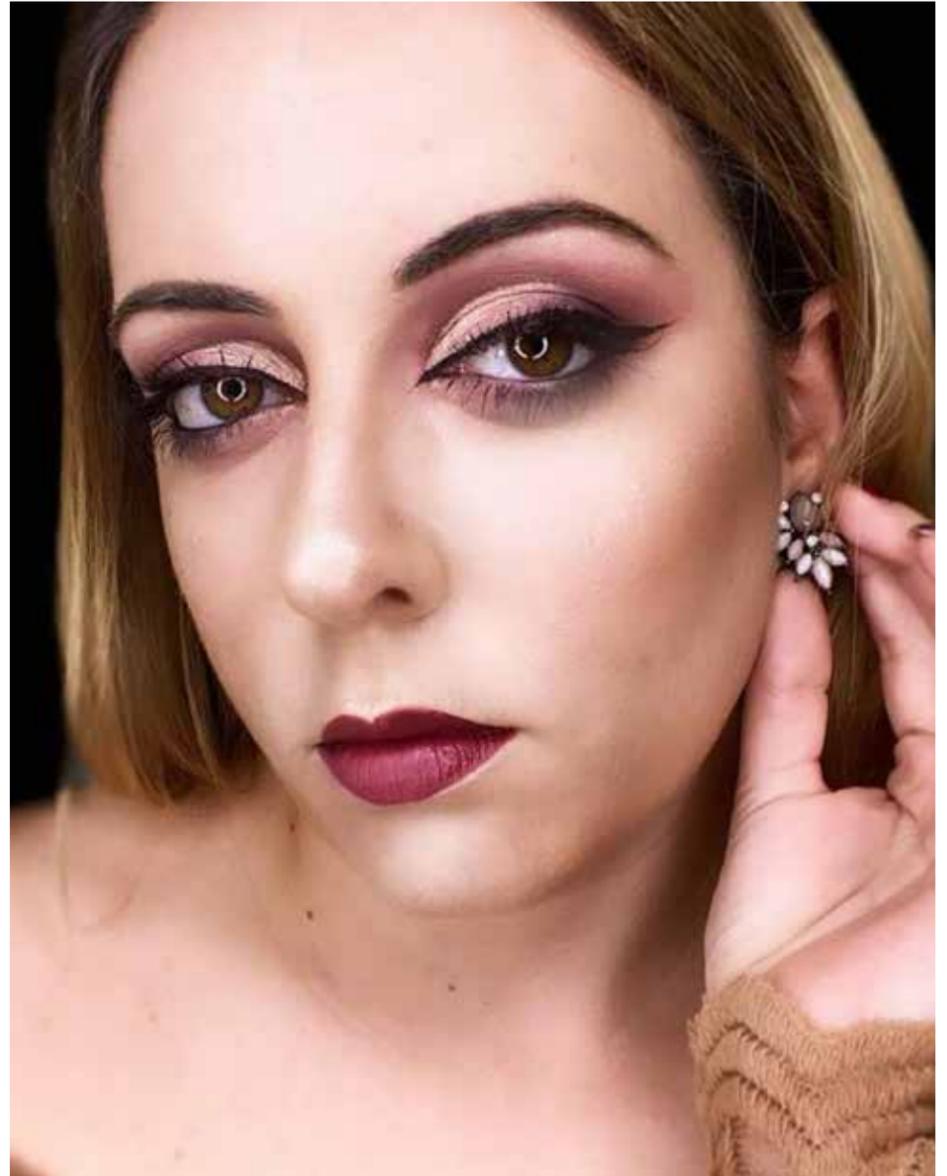
Aproveito para fazer um agradecimento à minha família, aos meus amigos e à Catarina Fernandes, por ser o meu braço direito nesta aventura e me ajudar a ser melhor pessoa tanto a nível profissional como pessoal!



JOVEM EMPREENDEDOR

Melissa Carneiro*Os seus projetos Byndi, Maya e Alportefolio*

(...) não sinto que tenha nascido para ter apenas uma profissão. Gosto de conciliar as várias áreas em que tenho formação.



Melissa Carneiro, 27 anos, natural de São Brás, jovem sambrasense, fez parte da Associação Jovem Sambrasense, durante 7 anos, foi uma das grandes impulsionadoras do Festival do Caracol e é atualmente o rosto do projeto "Byndi". Do mundo das feiras ao curso de Radiologia, Melissa Carneiro, é uma jovem dinâmica, sem medo de aceitar novos desafios, dando cartas na área da maquilhagem e do laser, mas também em vários projetos locais como o espaço de estética "Maya" e mais recentemente ingressou numa ideia de três amigos com o projeto "Alportefolio".

ENTREVISTA

Melissa, conta-nos o que tens feito nos últimos anos...

Os últimos anos têm sido de trabalho, comecei em cafés e feiras, porque a minha família tem um café e sempre tive experiência nessa área, posteriormente, fui para a Universidade. Tirei o curso de Imagem Médica e Radioterapia, na altura, Radiologia, mas continuei sempre a fazer feiras.

Decorria o ano de 2018, tinha acabado o curso, enviei currículos sem parar, sempre à procura de uma oportunidade em radiologia,

mas não encontrava nada. Continuei sempre nas feiras e no café. Entretanto, uma amiga apresentou-me à Oriflame, incentivando-me ao mundo da estética, comecei a vender e a ganhar paixão por esta área.

Mais tarde, inscrevi-me num curso de maquilhagem, e na altura quando o fiz pensei que fosse para mim, para aprender e poder vender aos outros. Mas o curso era um "curso mais para os outros" e quando o terminei gostava mais de maquilhar pessoas do que maquilhar-me a mim. Tirei o curso

de maquilhagem em março de 2019 e em setembro de 2019 fui trabalhar para o IPO em Lisboa.

Trabalhei lá 5 meses, andei nas carrinhas do rastreio do cancro da mama, contrataram-me para fazer o baixo Alentejo e eu aceitei, mas já no fim do ano iam mudar-me para Tomar. Acabei por desistir e dedicar-me só ao mundo da maquilhagem.

Foi daí que surgiu o meu primeiro projeto, Byndi, motivado pela minha viagem à Índia, as pinturas, a cultura e a importância dos acessórios inspiraram-me para este nome.

Como geres o teu conteúdo digital na página Byndi?

Quem começou e me ajudou no início de tudo foi a Inês Mendonça. É das minhas melhores amigas e a pessoa que mais insiste com tudo desde do início, é com ela que também tenho o projeto das feiras. Ela começou a criar o conteúdo das minhas páginas digitais. Para mim, o nome feed ou fazer uma história no Instagram, eu não percebia como utilizar isso como ferramenta de trabalho. Agora já

estou responsável por essa gestão, embora ela me ajude na mesma, e faço conteúdo para lançar 3 vezes por semana. A minha base de conteúdo, fora as fotos de maquilhagem e de fotos artísticas, o que costumo publicar é conteúdo sobre laser, dermocosmética, maquilhagem e produtos de maquilhagens.

O mundo digital é uma grande ferramenta de publicidade, é de onde tenho mais público e tenho mais clientes.

Como é que encaras o mundo da estética sendo uma profissional de saúde?

Às vezes é benéfico e outras não. Uma parte são aquelas pessoas que me dizem: "andaste a queimar pestanas, para estar a arrancar pêlos?", Sendo que se referem à estética como arrancar pêlos, mas um simples "arrancar pêlos" pode queimar/fazer uma alergia a uma pessoa. Quando tive no IPO tirei uma formação em Lisboa de dermocosmética para complementar a parte da maquilhagem, o que me fez agarrar ainda mais a este mundo. O que sinto na parte estética, apesar de ter



JOVEM EMPREENDEDOR



aqueles comentários menos felizes, tenho outras pessoas que olham para o facto de ser uma profissional de saúde como uma “segurança”, perguntando onde é que pode complementar nos serviços que apresento.

No espaço onde estou agora, Maya, trabalho com uma fisioterapeuta, o que se tornou uma grande mais-valia, pois pode auxiliar em alguns relatórios e exames que os clientes trazem.

A minha outra parte, é no mundo dos lasers, muita gente no mundo da estética entra por tudo, e não estou a desvalorizar nem a aceitar se é correto ou não, mas eu decidi focar-me em dermocosmética, laser, e o apoio na parte da saúde. E na parte dos lasers em que são a base da radiologia (a base do laser é a mesma base física que a radiologia tem, que é física pura), dando mais credibilidade ao que estou a fazer. A forma como encaro a nível profissional e também sinto que faz diferença, mas eu dou todos os cuidados como se tivesse numa clínica de hospital. Pelo menos tento, nem que seja só para arrancar umas simples sobrancelhas.

Porquê investir num projeto de estética em São Brás, sendo que a concorrência é grande?

Não era de um todo suposto, ainda mais na situação em que estamos. Sempre fiz maquilhagens por fora, era freelancer, e quando comecei no Threading igual. Apesar de ter uma formação em dermocosmética, nunca investi nesse ramo. Em casa criei um espaço, onde fazia os trabalhos que surgiam. Na altura, ficámos de quarentena, e “joguei-me” a tudo. Ajudei o meu namorado na confeção dos folares onde vendemos muito! E o irmão do meu namorado sugeriu abrir o meu espaço, mas achei que não fazia sentido pois teria de estar a investir e estava bem com o espaço que tinha em casa. Na quarentena, também trabalhei no café! Houve um dia que vim a pé ver o espaço onde estou atualmente e achei mais interessante do que pensava. Mas sozinha não o iria fazer. Já tinha pensado com a minha

colega Andreia, pois ela trabalhava numa clínica em Loulé e fazia alguns serviços em São Brás. Na altura, questioneei-lhe se queria criar um projeto em conjunto, em que eu mantinha o meu “Byndi” e ela criava o gabinete dela de Fisioterapia. Decidimos arriscar. Abrimos pós confinamento, dia 14 de Junho.

Como tem sido a adesão dos sambrasenses?

Nós não nos podemos queixar! Abrimos dia 14 de junho, e sou sincera, as duas primeiras semanas lembro-me de estar aqui com a Andreia a pensar que ia dar errado, mas também o máximo que podia acontecer, era voltarmos para casa, mas continuamos e começamos a sentir uma maior adesão.

Sentimos que foi benéfico foi termos aberto no Verão, ou seja, pós Junho. E foi bom, claro!

O que consideras importante para te destacares no mundo da estética?

O nosso maior peso é ter uma profissão de saúde por trás, e sinto que isso tem valor para nós. Aprendi muito na licenciatura que tirei. E a forma como se diferencia é a forma como abordamos o cliente! Não estou a referir-me aos cuidados de higiene que temos sempre, mas sim o acompanhamento que damos ao longo do processo. Uma coisa que nunca gostei foi de impingir tanto na saúde como na estética e como em qualquer trabalho. Devemos explicar às pessoas o porquê de ela precisar de tal serviço e manter um acompanhamento presencial e pós presencial. À distância de uma mensagem podemos manter esse contacto de preocupação! Gostava imenso de manter este perfil a longo prazo.

Consideras que a tua experiência ao longo dos anos fez de ti uma jovem dinâmica e polivalente?

Sim, sem dúvida. Há pessoas que nasceram para ser dentista, por exemplo, eu não sinto que nasci só para fazer uma coisa só. Talvez por ter crescido no mundo dos cafés!

Na altura, antes da quarentena, ponderei duas coisas: ou dedicava-me ao mundo da estética, ou dedicava-me ao mundo das feiras. Ainda bem que optei por o mundo da estética, pois o mundo das feiras devido à pandemia foi fortemente afetado. Mas continuo a fazer e não vou deixar por trabalhar na estética! É uma coisa que gosto de fazer, agora com o setor um bocado parado tenho feito menos, mas quando há oportunidade vou.

Não gosto que desvalorizem um trabalho porque faço outro, ou os faça “em simultâneo”, eu sou eu em qualquer trabalho que faça, apenas me adapto a cada um!

Fazer parte da AJS também marcou o teu percurso?

Sim, sempre organizei alguns eventos na Associação Jovem Sambrasense, tive lá 7 anos com o mesmo grupo de pessoas. Criámos o Festival do Caracol.

Hoje em dia temos o Festival como nosso, apesar de este ano não o termos realizado devido à pandemia. Este é um evento que vai fazer parte da minha vida. Um dia posso estar a fazer estética, como no outro estou na receção do Festival do Caracol. Para mim faz-me sentido ser assim!



ESTALAGEM SEQUEIRA
★★★

QUARTOS C/ CASA DE BANHO PRIVATIVA
E AR CONDICIONADO - ZONA CENTRAL
ABERTOS TODO O ANO

ROOMS WITH PRIVATE TOILETTE
AND CONDITIONED AIR
CENTRAL AREA - OPEN ALL YEAR

PARQUE DE ESTACIONAMENTO PRIVADO

CAFETARIA - PASTELARIA

Rua Dr. Evaristo Sousa Gago, 9
Tel.: 289 843444 - Fax: 289 841457
8150-139 S. BRÁS DE ALPORTEL
estalagem-sequeira@sapo.pt

REPORTAGEM

Professor da minha vida

Paula Frazão



“ (...) tenho consciência e sem falsa modéstia, que fui o porto de abrigo de muitas crianças e adolescentes que precisaram de mim em vários momentos das suas vidas. ”



professora! Um dia comuniquei aos meus pais que queria voltar a estudar!

O problema do transporte persistia, mas foi resolvido com a contratação de um táxi, por parte da junta de freguesia, para quem quisesse continuar a estudar. Tinha 16 anos e iria começar o 5º ano de escolaridade no regime já referido. Com 18 anos terminei o 6º ano e foi de tal forma produtivo que a minha professora da área das Ciências e Matemáticas, a D. Conceição, me elogiou perante os meus pais fazendo-lhes ver que seria uma pena eu não prosseguir estudos.

A aceitação por parte dos meus pais, acredito que por preocupação e algumas dificuldades financeiras também, fizeram com que não fosse fácil convencê-los a permitir que eu prosseguisse estudos, pois isso implicava deixar de trabalhar e estar todo o dia fora, e por isso, gastar e não ganhar, mas eu estava determinada e a D. Conceição também, e sem eu saber foi preparando o terreno, deixando-o “lavrado” para plantar a semente.

Iniciei então um ciclo de 3 anos em Alcanena, 7º, 8º e 9º ano, que terminei com 21 anos e embora a minha vida tivesse sofrido uma alteração no verão de 1990, já que tinha começado a namorar, sei hoje que tudo aconteceu como era suposto acontecer, sem coincidências, já estava matriculada em Santarém, na Escola Secundária Dr. Ginestal Machado, onde viria a entrar no curso Técnico-profissional de Secretariado, e desistir não era opção. Terminei com distinção em 1993.

Em dezembro de 1993 casei e vim viver para o Algarve em janeiro de 1994. Nessa Páscoa, numa visita pastoral do D. Manuel Madureira Dias a S. Brás de Alportel, falei com este grande senhor e, em setembro de 1994, iniciei a minha profissão de professora, algo que eu sempre me imaginei a fazer.

Como surgiu a paixão pela profissão de professora?

A Professora Alzira Santos foi uma das grandes responsáveis por eu querer ser professora e, de EMRC em particular. Queria que os meus alunos sentissem nas minhas aulas, aquilo que eu senti quando estava nas aulas dela, acolhimento, desabafo, partilha, vontade da próxima aula. Como sempre estive na liderança de grupos de jovens de cariz cristão, passar para a frente das turmas, a partilhar as minhas vivências, sob a forma de conteúdos temáticos, não foi um processo difícil, ingenuamente, para mim foi um processo natural, dava-me bem com os alunos, falava com eles como amiga mais velha e rapidamente passei de 6h letivas semanais, para no ano letivo seguinte ter 18

h letivas, num limite de 22h, que rapidamente conquistei. Ainda hoje estou para saber como alcancei este feito?!...Seguramente, com a ajuda do Espírito Santo. Estava no 2º ano de abertura da Escola Poeta Bernardo de Passos, que abriu no ano letivo anterior, quando cheguei a S. Brás de Alportel, sob a presidência da Professora Violantina Hilário, Maria Eugénia Narra, entre outras. O dia em que me fui apresentar na escola por si só dava uma história que não tem fim...

Que balanço faz dos 24 anos que esteve em São Brás?

Estive em S. Brás de Alportel 24 anos, ao longo dos quais fui crescendo como pessoa, envolvi-me pessoalmente em muitos dos problemas dos meus alunos, ouvi muitos dos seus problemas, e dos seus pais/encarregados de Educação. Fui muitas vezes chamada por eles, a casa, para se abrirem comigo e pedirem a minha intervenção em muitas questões familiares, mas também tenho consciência e sem falsa modéstia, que fui o porto de abrigo de muitas crianças e adolescentes que precisaram de mim em vários momentos das suas vidas. Poderia dar centenas de exemplos, que tenho guardados no meu coração e na minha memória, mas não o farei, por respeito à confiança que tiveram em mim. E, porque muitos deles, muitos mesmo continuam a pedir-me conselhos, ajuda, um ombro, ou dois ouvidos. Também cresci muito profissionalmente, mas falarei disso mais adiante.

Que memórias tem dos tempos de professora na nossa terra?

Para além das que já fui revelando ao longo desta reflexão, acima de tudo, os muitos alunos que foram passando pelas minhas aulas, pais e filhos, em muitos casos acompanhei a geração dos pais e também dos filhos, foram milhares de alunos, aqueles que ao longo de 24 anos eu acompanhei, vi crescer, vi singrarem profissionalmente, vi tornarem-se homens e mulheres de família, vi alcançarem cargos de relevo público. Não posso deixar de referir alguns adolescentes e também crianças que partiram para uma outra dimensão, que Deus quis consigo, e foram alguns e, continuam a ser, uns de doença, outros de acidente, outros que não conseguiram suportar tanta dor...

Lembro também todas as atividades que organizei com os alunos para angariarem fundos para poderem realizar visitas de estudo em Portugal e no estrangeiro, “S. Brás Fashion”, primeiro no 1º andar do Restaurante Zé Dias, depois no cineteatro, Noite de Estrelas, durante vários anos, Noite dos Namorados, também

Paula Frazão, 51 anos, natural de Alcanede, Santarém, veio morar para São Brás, em 1994, com apenas 24 anos, por amor!

Um nome que marcou muitas gerações de alunos em São Brás pela sua empatia, carinho e acessibilidade com que sempre tratou cada aluno de forma individual.

Começou a trabalhar como professora de Educação Moral e Religiosa Católica, no ano letivo de 1994/1995, após o incentivo do Sr. Bispo do Algarve, D. António Dias e esteve a lecionar em São Brás durante mais de 24 anos.

Com uma história de vida arrebatadora, esta foi uma professora que marcou a vila de São Brás, prova disso foi ter sido, o nome mais mencionado na nossa rúbrica online.

ENTREVISTA

Como é que São Brás surge na sua vida?

Vim morar para os Almargens, com 24 anos, em 1994, por via do casamento. O meu marido trabalhava cá. Comecei a trabalhar como professora de EMRC no ano letivo de 1994/1995, depois do Sr. Bispo do Algarve, D. António Madureira Dias, me ter apelado para que o fizesse, vim mais tarde a saber que o Pároco da minha freguesia lhe havia ligado, para que me colocasse a dar aulas, apesar de eu só ter o 12º ano, conseguido a muito custo e depois de muito esforço, e uma vez que eu tinha vivência cristã como catequista e líder de grupos de jovens, e segundo ele, o Pe. Diogo, perfil para poder lecionar as aulas de Educação Moral e Religiosa Católica, antigamente Religião e Moral.

E como era a vida antes de ser professora?

Não foi fácil. Aos 10 anos deixei de estudar, na altura não era obrigatório e eu viva numa aldeia muito pequena e não havia transportes públicos, a minha família não tinha situação financeira para ter um carro, por isso, fui

trabalhar, inicialmente num matadouro de perus, durante 2 anos, levantando-me às 4h, e chegando a casa perto da 00.00h, naquela época um trabalho rudimentar, manual, sujo, difícil e muito agressivo para a saúde respiratória e física de uma criança de 10/11 anos.

Por motivos de saúde deixei de lá trabalhar.

Mas como a vida era um pouco difícil, fui trabalhar novamente para uma fábrica de fabrico artesanal de ceiras/alcofas de junco e verga.

Posteriormente, o tear foi montado numa garagem dos meus pais, onde trabalhei mais uns anos. Estas peças eram de várias medidas e tamanhos e passado algum tempo, juntou-se a mim a minha mãe que produzia os topos. Trabalhei em casa neste registo até aos 17 anos.

Contudo, o último ano foi a trabalhar de manhã e a estudar à tarde; sim porque quando fiz 16 anos, e depois de muito pensar, equacionar, percebi que aquilo não era o que queria fazer para o resto dos meus dias, tendo em conta as opções. Eu gostava de ser

REPORTAGEM



O Jornal O Sambrasense estreia nova rúbrica mensal com uma homenagem a todos os professores que marcaram a nossa vida. Em pleno mês de outubro, mês em que se celebra o Dia Mundial do Professor, ao dia 5, pretendemos lembrar alguns nomes que contribuíram e continuam a contribuir para o ensino e para a educação da sociedade em São Brás de Alportel.

Um professor é um pilar na sociedade, é um profissional que escolhe o ensino como forma de vida e dedicam o seu quotidiano a instruir crianças, jovens e adultos. Dada à importância que os professores tiveram na nossa vida como construtores de cidadãos, resolvemos iniciar esta rubrica, dignificando alguns nomes que os nossos leitores nos sugeriram.

durante vários anos, a participação em campanhas de solidariedade, com cabazes de Natal, de Páscoa, recolha de bens alimentares na escola, participação nas campanhas do Banco Alimentar contra Fome, o Dia dos Avós, anos e anos seguidos, sempre com um número crescente de participantes, organizar palestras, lecionar Formação Cívica a Adultos, sob a Orientação da Maria Afonso, Lecionar Formação Cívica e mais tarde Teologia na Universidade Sénior, sob a coordenação da Junta de Freguesia. Devo realçar que em todas as atividades em que me envolvi com os meus alunos sempre tive a colaboração das entidades públicas, CMSA, Junta de Freguesia de S. Brás e Alportel, Centro de Saúde, GNR, Escola Segura, CPCJ, comerciantes da vila, entre outras entidades.

A memória mais vívida, pessoal é que ao longo desses 24 anos como professora de EMRC em S. Brás de Alportel, era e sou conhecida por toda a comunidade e sinto sinceramente que me respeitam, não tenho a veleidade de achar que agradei, ou agrado a todas as pessoas, isso é impossível, mas são os meus alunos que sempre me preocuparam, e que sempre quis o melhor para eles e por isso, sempre estive em formação.

Considera EMRC uma disciplina fundamental para o caminho dos alunos enquanto cidadãos?

Considero sem sombra de dúvida esta disciplina, como uma pedra basilar na educação e formação dos alunos de forma plena. Os conteúdos abordados e propostos pelo Secretariado Nacional da Educação Cristã, que o professor pode gerir consoante a turma e o perfil de alunos que a constitui, acompanha o desenvolvimento desde o 1º ciclo até ao Ensino Secundário. É transversal a todas as disciplinas e aos conteúdos por estas lecionados, sendo que muitos dos conteúdos de EMRC são lecionados em interdisciplinaridade e permitem ao aluno ter várias perspetivas do mesmo tema, permite-lhes ainda treinar uma valência tão essencial ao seu desenvolvimento integral; a capacidade de reflexão, a capacidade de se questionarem, de serem críticos, fazerem a introspeção que lhes permite conhecerem-se

melhor e aos outros também, um tempo que lhes permite abordarem temas que não fazem noutros contextos, respeitando as diferenças e pensarem por si próprios, decidirem por si próprios.

Considera que esta disciplina deveria ser obrigatória?

Não! Esta disciplina deve continuar de oferta obrigatória, mas de frequência facultativa, cada Encarregado de Educação ou o próprio aluno, se se empenharem na educação e formação dos seus educandos ou se quiserem crescer harmoniosamente devem procurar saber um pouco mais sobre a disciplina e primeiro que tudo perceber a diferença entre a catequese e a EMRC, uma não substitui a outra, muito pelo contrário, cada uma tem o seu lugar e cumpre o seu papel particular, o único ponto onde se encontram é na defesa dos Valores Cristãos, e dado que somos uma civilização oriunda dos valores judaico-cristãos, devemos ter a noção que, o nosso lugar e a nossa identidade enquanto povo está bem definida e, segundo porque, como se trata de uma disciplina de orientação católica cristã, não fazia sentido que alunos de outras confissões religiosas fossem obrigados a frequentar uma disciplina que não corresponde à sua matriz religiosa. Embora, a prática me tenha já colocado na sala de aula, alunos de outras confissões religiosas que inicialmente vão por curiosidade ou, porque os colegas dizem que é "Fixe", e depois prossigam o seu percurso escolar, optando pela matrícula na disciplina, falo de outras vertentes do cristianismo, como de crianças muçulmanas, entre outras.

Antes de terminar quero agradecer do fundo do coração e com uma lágrima no canto do olho, o facto de me terem mencionado tantas vezes, como "o professor da tua vida". Obrigada!! Quero acreditar que estas indicações foram feitas porque, em algum momento das vossas vidas toquei o vosso coração.

Quero agradecer também a todos quantos tornaram o meu percurso profissional e pessoal em S. Brás de Alportel, como uma parte da minha vida, inesquecível e memorável,

fiz amizades para a vida, entre colegas e alunos, e não foi uma UTOPIA aquilo que vocês me deram, sei que aqueles que foram meus alunos, ou aqueles que apenas me iam visitar à sala, serão daqui a 100 anos, homens e mulheres de princípios e valores que farão deste concelho um concelho de relevo no panorama Algarvio, nacional e internacional, porque vocês andam por aí. E estão a marcar pela positiva, os locais e as pessoas por onde passam. Aos que a vida tem sido uma má "madrasta", não desistam, é sempre possível corrigir o caminho que parece

ser o predestinado, mas nós, vocês, têm uma palavra a dizer, no futuro das vossas vidas, não desistam da vida, não desistam de vocês!! Eu não fiz nem faço tudo bem, mas no final do dia faço a minha introspeção e tento todos os dias fazer melhor! Porque, desistir nunca foi o meu lema!

Um abraço no coração de todos e cada um de vocês, alunos, miúdos e graúdos, pais, avós, comunidade em geral!!!

A professora e amiga Paula Frazão.



SAÚDE E BEM-ESTAR

Nutrição

Porque é que alguém que está a tentar perder peso, não o está a conseguir perder.

Já aqui falamos anteriormente sobre este tema, mas ainda assim existe muita coisa para dizer sobre ele. Este é um dos assuntos tabu da nutrição, a questão que muita gente não consegue responder e que muitas vezes acaba na frustração das pessoas que querem perder peso, que por fim desistem do processo. Poderá ser algo genético, a nível do metabolismo? Possivelmente estes aspetos podem ter algum peso, no entanto a fatia mais pesada é com certeza o que irá ser explicado de seguida.

Déficé energético.

Como já foi explicado na primeira publicação aqui no jornal, este é o fator chave para perder peso (gordura). Isto é, ingerir menos calorias, do que aquelas que são gastas num dia. Este é requisito principal para haver realmente perda de peso, **sem cumprir isto, é impossível fazê-lo.** Vamos usar um exemplo para perceberem melhor. O senhor José está a consumir por dia 2000 calorias e nas suas atividades diárias gasta 2500 calorias, logo o senhor José desta forma irá perder peso!

Subestimar a quantidade de gordura que consome.

A gordura é o nutriente que fornece mais calorias (9kcal por 1g) em comparação aos restantes (hidratos carbono e proteínas 4kcal por 1g). Assim sendo, é expectável que para uma pessoa que quer perder peso, os alimentos que vamos consumir com mais moderação, são os ricos em gordura. No entanto, isto na maioria das vezes não acontece, especialmente na população portuguesa que utiliza (e bem) o azeite como principal fonte de gordura,

só que utiliza quantidades muito acima do que é necessário. Quantas vezes não vimos alguém a temperar (regar) a salada, o peixe ou inundar uma frigideira para refogar ou um tabuleiro para assar os alimentos. Nestes casos, é a diferença entre colocar 10g e 50g, passando de 90 calorias, para 450 calorias. Outro grande problema são as correntes/modas que agora estão na ribalta, como toda a gente colocar manteiga de amendoim em tudo, toda a gente come frutos secos porque são saudáveis ou até existem casos que chegam a passar o ridículo, como colocar óleo de coco no café porque ajuda a emagrecer, quando é exatamente o contrário. Moral da história, a gordura é essencial, mas deve ser muito bem gerida e contabilizada pelo seu nutricionista.

No fim de semana, como é dia do lixo/ asneira como tudo o que lhe apetece.

Não adianta seguir tudo à risca durante a semana, se depois chega ao fim de semana e deita todo o seu esforço por água abaixo. Normalmente, quando se utilizam as estratégias tipo "dia do lixo ou dia da asneira" existe um consumo muito exagerado de calorias acima do que era previsto. Desta forma, o déficé energético criado durante a semana vai ser anulado e consequentemente não vai conseguir perder peso e a motivação vai ficar afetada, visto que na maioria dos dias cumpriu o plano e ainda assim não teve resultados. A melhor forma de lidar com este problema, será deixar de adotar dietas restritivas e incluir alguns "alimentos menos saudáveis" no seu plano, com quantidades controladas pelo seu nutricionista em conjunto com outros

alimentos saudáveis. Desta forma, além de continuar em déficé energético, vai ter uma maior adesão e sentir-se mais satisfeito com o seu plano.

Não é persistente e quer resultados da noite para o dia.**"Petiscar ao longo do dia".**

Um dos grandes problemas para muita gente. Existem pessoas que têm medo de comer ao jantar/almoço, porque engordam, não ficando convenientemente saciadas, evitam consumir hidratos de carbono porque "engordam", o mínimo de carne/peixe (ricos em proteínas, nutriente importante para aumentar a saciedade) e depois quando a fome "aperta" vão petiscando alimentos ao longo do dia.

Mesmo que sejam alimentos "saudáveis" podem anular o déficé energético necessário.

Mais um exemplo poderá ser alguém que entre refeições, consumiu 4 nozes, 2 bolachas de arroz com 1 colher de sobremesa de manteiga de amendoim porque dizem que é muito saudável e ainda comeu 2 bolachinhas de aveia caseiras, porque são mais saudáveis do que as de compra. No final, esta pessoa consumiu mais 463 calorias do que as que estavam previstas e não conseguiu estar em déficé energético naquele dia, mas eram alimentos saudáveis... Saudável não quer dizer que não tenha calorias, quer que são mais ricos a nível nutricional, mais nutrientes (vitaminas, minerais, mais fibra etc.) mas pensar que têm menos calorias do que os "menos saudáveis" é na maioria das vezes errado.

Não pesar os alimentos que o nutricionista coloca no plano.

Especialmente numa primeira fase, a



pesagem dos alimentos é de extrema importância, isto com o objetivo de o capacitar para não o ter de fazer no futuro, é quase como "treinar o olho". No entanto, para alguém que queira realmente resultados, pesar os alimentos é sem dúvida a maneira mais eficaz de o fazer. Existem imensas medidas caseiras que podem ser utilizadas, no entanto, a margem de erro é muito grande, porque nem todas as colheres, chávenas, conchas, canecas são iguais, vai sempre haver erros de medição, às vezes menores, outras vezes maiores. Se formos contabilizar a quantidade de alimento que é ingerido a mais, devido a erros de quantificação, por utilizar medidas caseiras, no final do dia, esses "pequenos" erros todos somados, vão sem dúvida ter um peso grande no déficé energético, podendo mesmo este, ser anulado!



JOÃO PEDRO MARTINS

O Adeus em tempo de Pandemia

"Não conseguir acolher a plenitude da morte pode levar a alterações comportamentais, emocionais, cognitivas. É importante passar pelos rituais de despedida e retomar a vida."

Segundo John Bowlby, o luto é um processo natural que ocorre como reação a um rompimento de vínculo. Se este é um processo doloroso, em tempos de pandemia é particularmente mais complexo. Estamos vivenciando dias em que muitos são os que perdem entes queridos, perda esta que se torna muito mais dura quando não se pode atravessar, como até então, pelos rituais da despedida. A morte de um familiar por COVID19 cria situações particularmente difíceis quando o controle do vírus implica que os membros da família sejam impossibilitados, pelos motivos que todos conhecemos, do momento da despedida. Não é fácil quando não nos é possível acompanhar aqueles que amamos nos seus últimos momentos, não é fácil deixar os que fazem parte de nós aos cuidados daqueles, que ainda que tenhamos que confiar, não fizeram parte da sua vida. Os funerais têm um papel decisivo permitindo tornar a morte num processo muito mais real, oferecendo a possibilidade de exprimir e partilhar sentimentos e dizer adeus de forma formal, não sendo por isso difícil perceber o quanto se torna complexo todas as mudanças que se têm verificado ao longo destes tempos. A impossibilidade de amigos e familiares na despedida, uma urna lacrada e o distanciamento entre os que partilham a dor são uma realidade destes novos tempos, que se esperam passageiros.

Experienciar o luto em condições hostis como aquelas em que vivemos na actualidade pode tornar o processo de adaptação à perda mais demorado e muito

mais penoso. O luto é uma vivência única e cada um de nós levará o seu próprio tempo, ter uma rede de suporte familiar e amigos é decisivo. Aquele abraço e aquele beijo tão importantes também estão comprometidos. À dor da perda teremos que aliar a capacidade de perceber que não poderemos ser consolados com o mais puro acto de amor... um abraço. O isolamento dificulta a elaboração do luto, não ter a presença daqueles que são os amigos de uma vida num processo de dor, que precisa ser partilhado, torna tudo tão mais complicado. A morte por Covid deixa-nos um sabor amargo de solidão, um morrer solitário que mais não é que um sentimento de abandono, que deixará em cada um de nós a dor de mais não termos feito por aqueles que tudo por nós fizeram. Serão muito os momentos em nos iremos julgar pelo muito pouco fizemos naqueles momentos finais, mesmo sabendo que mais não foi que uma imposição de uma maldita pandemia que teima em não nos largar.



SÍLVIA REVÉS

Motricidade Orofacial nos Respiradores Oraís

A função respiratória deve ocorrer por via nasal. Quando a passagem do ar é feita pelo nariz possibilita a realização de três funções importantes: humidificação, aquecimento do ar inspirado e proteção das vias aéreas superiores. No entanto, alguns obstáculos podem impedir que essa função ocorra corretamente, originando a respiração oral.

Algumas das causas mais comuns são:

- Rinite
- Sinusite
- Desvio do septo,
- Hipertrofia de algumas estruturas nasais,
- Tipo de oclusão dentária.

A respiração oral pode apresentar consequências prejudiciais tais como:

- Alterações de sono;
- Dificuldades de aprendizagem;
- Alterações craniofaciais e dentárias;
- Alterações posturais;
- Dificuldades na mastigação, fala e deglutição;

No respirador oral é fundamental uma intervenção precoce e uma abordagem multidisciplinar: Otorrinolaringologista,

Ortodontista, Alergologista, Fisioterapeuta, Terapeuta da Fala.

O Terapeuta da Fala é o profissional responsável pela atuação na área da Motricidade Orofacial e tem como principal objetivo o equilíbrio das funções estomatognáticas, promovendo o equilíbrio Miofuncional e a respetiva reeducação da musculatura oral.



ANDREIA NEVES MARTINS



SAÚDE E BEM-ESTAR

O Vírus da Hepatite C

O prémio Nobel da Medicina deste ano foi entregue a três cientistas, Harvey J. Alter, Michael Houghton e Charles M. Rice, cujos trabalhos de investigação contribuíram para a descoberta do vírus que provoca a hepatite C. A hepatite C é uma inflamação do fígado provocada pelo Vírus da Hepatite C (VHC), que quando se torna crónica pode conduzir à cirrose, insuficiência hepática e cancro do fígado. O vírus da hepatite C foi descoberto depois de se terem verificado casos de hepatite crónica que nada tinham que ver com a hepatite A ou com a hepatite B. Com a descoberta deste novo vírus foi possível explicar muitos casos de hepatite transmitida pelo sangue (principalmente transfusões sanguíneas) e possibilitou a inclusão de novos exames de

sangue e novos medicamentos que salvaram milhões de vidas. Calcula-se que atualmente existam 170 milhões de pessoas em todo o mundo infetadas com hepatite C, e destes, 9 milhões são europeus o que faz com que o VHC seja um vírus muito mais comum do que o HIV. Em Portugal estima-se que existam 150 mil pessoas infetadas, embora a maioria não esteja diagnosticada.

Atualmente não existe vacina contra a hepatite C, mas existe tratamento 100% eficaz e seguro se a doença for diagnosticada antes de se desenvolver cirrose ou cancro. A OMS acredita ser possível erradicar esta doença em 10 anos com os atuais avanços científicos, mas até lá é fundamental que se aposte na prevenção. O vírus é transmitido por via

sanguínea, através do contacto com feridas/ cortes ou através da partilha de seringas. A transmissão por via sexual é pouco frequente, mas possível, por isso deve-se usar preservativo nas relações sexuais, principalmente se existirem múltiplos parceiros; não se deve partilhar escovas de dentes, seringas, lâminas, tesouras ou outros objetos cortantes de uso pessoal; e as feridas devem ser cobertas com pensos ou ligaduras. Geralmente a pessoa infetada não apresenta qualquer sintoma da doença, no entanto cerca de 30% dos infetados pode sentir cansaço, febre, falta de apetite, dor na zona do fígado, mal-estar geral, e icterícia. A única forma de saber se se está infetado é através da realização de uma análise de sangue.



MARISA BELCHIOR

A Palavra do Médico Veterinário



Chegou o mês dos magustos e de S. Martinho, *quando se mata o porquinho, semeia o cebolinho e se prova o novo vinho!*

E a palavra do Médico Veterinário volta para reforçar a necessidade das campanhas de sensibilização para as esterilizações de cães e gatos tanto do sexo masculino como feminino! Pois, esterilizar é também cuidar! E esqueçam esses mitos que se espalham por vezes injustamente, contra estas intervenções cirúrgicas, pois tanto as cadelas

como as gatas, ou os cães e os gatos, não perdem a vontade de brincar e assim evitam-se fugas, escapadelas ou gravidezes indesejáveis, ao mesmo tempo que se podem reduzir doenças e outras infeções, aumentando sem qualquer sombra de dúvida a esperança de poderem viver mais tempo e com outra qualidade de vida, até no relacionamento com outros animais e até com os próprios donos e tratadores que com eles coabitam.

Neste mês celebrou-se no seu dia 3, o Dia Mundial de "Uma Só Saúde" que muito mais do que um "Slogan" foi e é uma abordagem que temos que adotar, interiorizar e procurar formas eficazes de concretizar, pois a nossa Saúde Humana, Animal e Ambiental disso depende, uma vez que estão relacionadas e interligadas para poderem coexistir. Assim neste mundo global torna-se necessário adotar abordagens multidisciplinares e uma colaboração intersectorial entre entidades, cuja missão passa pela garantia da saúde humana, da saúde animal, da fitossanidade

e da saúde ambiental.

Neste mês continua ainda a decorrer a campanha de **vacinação antirrábica e de identificação eletrónica nos restantes sítios do concelho desde Machados, Calçada, Almargens, Tareja, João Cavaleiro, Peral, Mealhas, Mesquita Alta e Baixa, Barracha, Bengado, Tesoureiro e S. Romão** além das realizadas na Vila, às 2as, 4as e 6as. feiras no Consultório Veterinário Municipal situado no Largo do Mercado, em frente ao Moto-club de S. Brás, conhecido pela Barreira dos Porcos, ao lado da Casa do Artesão e Centro de Artes e Ofícios, antiga escola primária junto ao Jardim da Verbena. Recordar-se que este ano todos os canídeos identificados com o microchip pela primeira vez, estão dispensados de licenciamento na Junta de Freguesia durante um ano, e todos os outros canídeos seja de guarda, de companhia ou de caça, deverão os seus donos ou detentores renovar a sua licença por mais um ano, uma vez que foi reposta essa competência às Juntas de Freguesia pelo

Orçamento Geral do Estado deste ano.

Fazendo votos que tudo melhore em relação a esta pandemia, continuemos a proteger-nos e a cumprir todas as recomendações da Autarquia e da Direção-Geral de Saúde.



JOAQUIM GAGO MENDOZA

Dicas de Saúde Animal

Parvovirose Canina

Caros leitores, este mês decidi abordar um tema que tenho visto suceder com bastante frequência nas últimas semanas. Talvez muitos de vós conheçam ou já ouviram falar sobre a Parvovirose Canina ou CPV (Canine Parvovirus).

A Parvovirose é uma doença infeto-contagiosa, provocada por um vírus que causa alterações gastrointestinais e imunológicas. Afeta principalmente cães entre as 6 a 16 semanas e cães mais velhos (geriátricos) por possuírem um sistema imunitário mais debilitado. É transmitido principalmente por via feco-oral: vírus é libertado nas fezes e entra em contato com um animal saudável ingestão dessas fezes ou partículas da mesma. Este vírus pode permanecer no meio ambiente durante longos meses, daí ser tão perigoso para os nossos animais.

Após a infeção do animal pelo vírus, este replica-se no tecido linfático e atinge a corrente sanguínea, migrando para outros órgãos como o intestino. No intestino vai destruir as vilosidades que o intestino possui para absorver os produtos da digestão. Os sinais clínicos mais evidentes são diarreia líquida e com sangue, vômitos, febre, anorexia e prostração. Laboratorialmente, pode verificar-se leucopenia (diminuição dos glóbulos brancos).

A Parvovirose tem uma taxa de mortalidade e morbilidade muito alta por

isso o meu conselho é vacinarem sempre os vossos animais. Se adquirirem um cachorro, informem-se das vacinas necessárias.

Não façam passeios em áreas com acesso a vários animais se o vosso animal não estiver vacinado, aguardem até terem o plano vacinal concluído de modo a não o colocarem em risco. Mantenham sempre o plano vacinal do vosso animal atualizado e tentem não falhar as datas das vacinações. Se tiverem dúvidas relativas à vacinação, falem sempre com o médico/médica que segue o vosso animal, não há melhor pessoa para vos esclarecer.



DANIELA JACINTO



Fisio S. Brás

Clínica de Medicina Física e Reabilitação







ESPECIALIDADES

Consultas médicas de Fisiatria e Neurologia

Enfermagem

Fisioterapia

Medicina Tradicional Chinesa

Naturopatia

Nutrição Funcional

Osteopatia

Podoposturologia

Psicologia

Psicomotricidade

Terapia Ocupacional

Terapia da Fala

Com consultas especializadas em Gaguez e Voz

Marque a sua consulta!  **(+351) 289 845 131**

 fisio.sbras@gmail.com
 www.fisiosbras.com
 /fisiosbras

Rua Dr. Evaristo Sousa Gago nº5 r/c A São Brás de Alportel

NECROLOGIA



AGRADECIMENTO
MARIA TEREZA
27/12/1924 - 12/10/2020
POÇO DOS FERREIROS

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
JOÃO JOSÉ CAIADO CALAPEZ
22/10/1930 - 23/10/2020
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
AMARO GONÇALVES RAMOS
15/02/1928 - 30/10/2020
LAJES

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
VIRGÍLIO FERNANDES BENTO
10/09/1933 - 31/10/2020
MEALHAS

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
ANTÓNIO FRANCISCO DOS BARROS
10/09/1932 - 05/11/2020
SSÍTIO DO DESBARATO

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
JOSÉ RAMOS SOARES PINTO
18/11/1952 - 06/11/2020
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



AGRADECIMENTO
BELCHIOR DOS REIS MARCELINO
01/03/1930 - 08/11/2020
SÍTIO DOS BARRABÉS

A família na impossibilidade de o fazer pessoalmente vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram a acompanhar este seu ente querido até à sua última morada, ou que de qualquer outro modo lhes manifestaram o seu pesar.

Descanse em Paz!



2 ANOS DE ETERNA SAUDADE
SOTERO COELHO DE SOUSA
30/11/2018 - 30/11/2020

Os seus familiares recordam com muita saudade a sua ente querida pela passagem do 2º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em Paz!



3 ANOS DE ETERNA SAUDADE
MARIA VIVELINDA HORTA NEVES
19/11/2016 - 19/11/2020

Os seus familiares recordam com muita saudade a sua ente querida pela passagem do 3º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em Paz!



3 ANOS DE ETERNA SAUDADE
DOMINGOS RODRIGUES MARTA
20-12-2017 - 20-12-2020

Os seus familiares recordam com muita saudade o seu ente querido pela passagem do 3º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em Paz!

DROGARIA GAGO

ENTREGA GRÁTIS!

MARCAS DE CONFIANÇA

Dentro do Município de São Brás de Alportel

Faça as suas compras ligando ao **919 717 600**
Receba a sua encomenda em casa ou levante-a na loja

Avenida da Liberdade 80 | São Brás de Alportel | Tf. 289 842 793

mais próximo de si!

Orçamento Participativo 2021

São Brás de Alportel

Mais participação! Mais democracia!



Em cada ano a elaboração do Orçamento Municipal é um exercício de planeamento da maior importância!

Desde 2006, através do Orçamento Participativo, convidamos a comunidade a participar deste exercício de gestão participada!

Queremos continuar a contar consigo!

E para o Orçamento Municipal de 2021 trazemos-lhe um desafio: **70.000€ para dar Futuro à sua Ideia!**



De 2 a 20 de novembro
Apresentação das suas ideias/propostas de investimento

De 23 a 30 de novembro
Avaliação técnica das propostas

De 9 a 21 de dezembro
Votação das propostas selecionadas

Final de dezembro 2020: apresentação da proposta vencedora, a incluir no Orçamento Municipal de 2021

As suas ideias são Futuro!

Envie-nos a sua proposta de investimento, com pequena descrição e estimativa de orçamento nos formulários de participação, que pode encontrar na Câmara Municipal e serviços municipais ou no sítio do município em www.cm-sbras.pt

Pode também enviar por email: orcamento.participativo@cm-sbras.pt



CONSTRUIR O FUTURO COM TODOS

PRÉMIOS '20 JUVENTUDE

São Brás de Alportel

Jovens de Mérito são Jovens de Futuro



PARTICIPE!

FASE de NOMEAÇÃO

De 8 a 30 outubro

Participe e sugira jovens são-brasenses, dos 15 aos 35 anos, que se têm destacado em diversas áreas.

Para participar dirija-se ao Gabinete do Município na Câmara Municipal, envie email para juventude@cm-sbras.pt ou aceda em www.cm-sbras.pt

FASE de VOTAÇÃO

De 2 a 26 novembro

Gala Prémios Juventude 2020

28 novembro | 21h30 | Cine-teatro

Evento adaptado ao Plano de Contingência do Município - COVID19 com cumprimento das regras de segurança para prevenção da propagação do novo coronavírus.



Os Prémios Juventude são uma iniciativa da Câmara Municipal, com a colaboração do Agrupamento de Escolas José Belchior Viegas, associações locais e comunicação social local.

Antecipe as compras de Natal!

Cuide dos seus! Apoie a economia Local!



sorteios de VALES DE NATAL

Comércio Local e Restauração

11 Nov > 6 Jan

7 Sorteios
500€ /semana

HABILITE-SE AOS 7 SORTEIOS DE VALES DE NATAL

Habilite-se aos sorteios de VALES de Compras e Refeições, no valor semanal de 500€!

Para participar nestes desafios, basta efetuar 1 compra/consumo, de 11 de Novembro a 6 de Janeiro, numa loja ou restaurante aderente, de valor igual ou superior a 15€.

Os sorteios decorrerão nos dias 23 e 30 de Novembro, 7, 14, 21 e 28 de dezembro e 7 de janeiro, pelas 10h00, no Mercado Municipal.



www.cm-sbras.pt

Procura um presente original?

Vá à

Feira da Serra

São Brás de Alportel

online!



especial de Natal

FEIRADASERRA.CM-SBRAS.PT

Manuel Martins Negrão Júnior Lda.

PACHARRA

Construções



rua 1.º de Maio • São Brás de Alportel

MORADIAS T4
c/ Garagem



APARTAMENTOS T2 e T3
c/ Estacionamento Privado



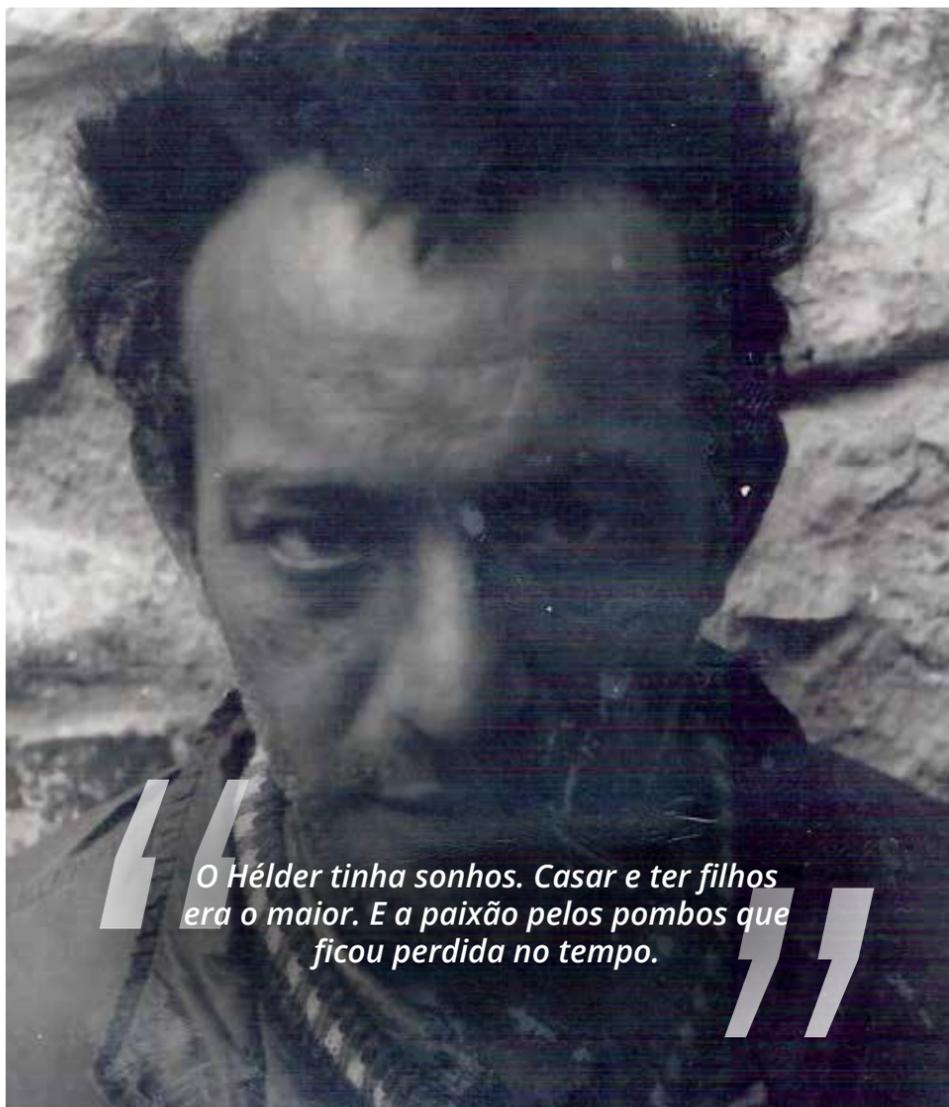
📞 **910 001 809**

titonegrao@gmail.com

EXCLUSIVO

Hélder Pedro

A história de uma das figuras emblemáticas da nossa terra



“O Hélder tinha sonhos. Casar e ter filhos era o maior. E a paixão pelos pombos que ficou perdida no tempo.”



Hélder Vicente Gago Pedro, natural de São Brás, nascido a 15 de setembro de 1964, 56 anos, é uma das figuras emblemáticas da nossa terra, conhecido por “Heldinho”, mas poucos sabem a sua história de vida.

O Jornal O Sambrasense falou com o Hélder e com a sua cuidadora, a irmã, Cláudia Pedro, que numa conversa sincera e frontal, nos contou como é o seu papel de tutora, as dificuldades, o amor pelo irmão, o medo que algo lhe aconteça e a falta de apoios para o aceitarem nas instituições.

ENTREVISTA

Qual é a história de vida do Hélder?

Cláudia: O Hélder teve uma vida, normal, foi à escola e mais tarde começou a trabalhar, era servente de pedreiro. Mas aos 25 anos foi lhe diagnosticado a doença de esquizofrenia, um transtorno mental muito grave, que junto à oligofrenia (detetado em criança) também veio piorar tudo até aos dias de hoje do Hélder.

A verdade é que na juventude, o Hélder começou a consumir cannabis e eu acredito que isso tenha ativado a doença, juntamente com os outros problemas que tinha, acabou por provocar isto tudo.

Porque o meu irmão era um jovem normal,

com algum atraso, notava-se em algumas atitudes, mas conseguia ser independente, trabalhar e viver sozinho.

Gostava muito de ir às matinês da União Sambrasense e dançar, mas saltava muito e tinha uma energia fora do normal, era aí que se notava que algo já se passava com o Hélder.

Quais eram os sonhos do Hélder?

Hélder: Casar e ter filhos...

Cláudia: Sim, casar, construir uma família, eram os sonhos do Hélder, que nunca chegou a casar. Foi sempre solteiro. Mas os pombos também era algo que ele gostava muito!

Chegou a fazer corridas. Mas com o agravar da doença tivemos que nos desfazer dos 40 e tal pombos que tinha e sinto que isso sempre foi um desgosto para ele.

É a Cláudia a sua tutora e cuidadora. Como é o dia-a-dia com o Hélder?

Sim, apesar de o meu irmão não viver comigo, pois eu vivo no Bengado e já o tentei levar, mas ele foge sempre para São Brás. O Hélder não vive sozinho, vive com o antigo cunhado que o conhece desde os 17 anos.

E eu todos os dias venho a São Brás cuidar dele e da casa. Faço a limpeza da casa, dou-lhe banho, deixo-lhe a roupa tratada, faço-lhe a barba, deixo-lhe um maço de tabaco para ele não chatear as pessoas, tento orientar a vida dele o melhor que consigo. Sou também cuidadora da nossa mãe que vive comigo e tem Alzheimer. Não é fácil. Não há muitos apoios para os cuidadores.

Como é a vossa relação e de irmãos?

Hélder: É a maninha.

Cláudia: É um bom irmão, gosta muito de mim. Sempre foi assim. A primeira televisão e

bicicleta que tive foi o Hélder que me deu. Não tenho nada a dizer, ele reconhece tudo o que faço e chama sempre por mim. Sabe o meu número de telefone de cor e liga para mim sempre que precisa de algo.

Ele não faz mal a ninguém. É boa pessoa.

Já o tentaram inscrever em alguma instituição?

Sim, ele está em lista de espera há mais de 20 anos!

Já tentei de tudo. Fui a Lisboa e à Madeira, mas também não sei até que ponto seria bom tira-lo daqui. Ele adora São Brás. Não vive sem esta terra.

Quero deixar aqui saliente que o Hélder está no centro de dia do Lar da Santa Casa, que lhe vem trazer as refeições a casa, antes também faziam a higiene, mas por causa do covid-19, a situação alterou-se. O Hélder só não está no lar, como por exemplo, o Zé barroca ou o Terinho, porque ainda não tem idade!

Mas quero agradecer ao lar por toda a ajuda!

O PARAFUSO
Comércio de Ferragens e Ferramentas, Lda.

Somos uma loja de referência, abertos há 30 anos e conhecidos pela disponibilização de uma alargada gama de produtos e com um atendimento personalizado para o cliente. Venha-nos visitar na Rua Dr. José Dias Sancho, 140 em São Brás de Alportel

TLM: 963094090 TEL: 289840520
email: oparafusoida@gmail.com
www.facebook.com/oparafuso.lda

**Agência Funerária
Rosa & Rosa, Lda.**

E-mail: agrosarosa@sapo.pt
Telef. Fax: 289 842 237
Telms. 967 052 549 • 969 032 750
Rua João de Deus, 12/14
8150-152 São Brás de Alportel

Cantinho dos Cereais
Frutas e Cereais



Adriana Filipa da Conceição Dias

Telemóvel: 914 097 059
Rua João de Deus, N.º 65 - 8150-152 S. Brás de Alportel

PROJETOS E NEGÓCIOS

A reabertura do Restaurante Horta

Após caso de covid-19 na cozinha



Hélio Gonçalves e Ana Catarina, atuais gerentes do Restaurante Horta, falaram em exclusivo com o Sambrasense sobre a história do restaurante, a gastronomia, o caso de covid-19 na cozinha e a reabertura ao público.

ENTREVISTA

Como surge então este negócio de família?

Este restaurante é o sonho da minha mãe! Os nossos pais foram emigrantes em França, como tantos portugueses, nos anos 60 e 70, foram à procura de uma vida melhor.

Quando voltaram para Portugal, compraram este terreno e construíram umas estufas para produção agrícola, mas já aí a minha mãe queria fazer o restaurante! É daqui que surge o nome "Horta". Aliás, tem duplo significado, Horta por ser uma homenagem ao meu avô e por outro lado, por o que isto era antes de ser um restaurante.

A ideia de abrir o restaurante ficou sempre no ar e após um ano de muita geada que destruiu toda a agricultura, decidiram então, no ano de 2000, há 20 anos, abrir este espaço.

Não foi fácil ao início, não tínhamos experiência, chegámos a ouvir que não íamos durar nem 1 ano abertos! Mas felizmente, e graças ao esforço de todos que por aqui têm passado, tem corrido bem. A minha mãe por gostar tanto, acabou por tomar as rédeas da cozinha até hoje. Quero agradecer a todas as pessoas que por aqui passaram e nos ajudaram a inovar e a melhorar.

O Restaurante Horta é a história da nossa família, atualmente, trabalhamos cá todos.

Ao dia 3/11 informaram nas redes sociais que o restaurante estava fechado por um funcionário ter testado positivo ao covid. Como lidaram com esta situação?

Lidámos com calma, mas com alguma angústia, contactámos logo a autoridade de saúde local, acionámos todo o processo e encerrámos logo as nossas instalações.

Soubemos do caso que testou positivo dia 1 de novembro, fechámos logo nessa noite, dia 2 fomos fazer os testes e no dia 3 soubemos que todos os restantes funcionários estavam negativos. Foi aplicada a medida de isolamento ao pessoal que trabalhava diretamente com a funcionária que trabalhava na cozinha e testou positivo.

As autoridades de saúde libertaram o pessoal da sala e conseqüentemente o pessoal da cozinha e já voltámos todos a trabalhar. A colega que tinha positivo já teve alta médica.

Sendo um espaço com muitos clientes, alguma vez, temeram ter colocado em

risco a saúde dos vossos clientes?

Não, porque há uma preocupação constante em manter a higienização, também colocando as mesas à distância e mantemos todos os procedimentos de limpeza. Os nossos funcionários trabalham todos de máscara e desinfetam as mãos frequentemente. Portanto, esta parte de afetar os clientes, não passou pela cabeça pois colocámos em prática as normas, mais ninguém testou positivo e isso deixou-nos descansados, e ainda bem!

Os clientes são a nossa preocupação, nós existimos porque eles gostam de cá vir, é lógico que com uma situação destas que aconteceu aqui, como já deve ter acontecido noutros lados, optámos por seguir uma estratégia que é recomendável.

Tratámos de tudo certinho e direitinho, e não abafámos nada.

Estamos sempre sujeitos ao que as pessoas possam dizer ou inventar, mas em relação a isso a nossa consciência está tranquila e os nossos clientes sabem que podem estar em segurança quando vêm cá e é para isso que trabalhamos.

Reabriram ao dia 11/11. Como correu?

Correu bem! Também um pouco conturbado, no sentido que tínhamos publicitado que íamos reabrir sexta-feira, no dia 13, mas fomos apanhados de surpresa com as novas regras de termos de fechar às 13h aos sábados e aos domingos, e então tivemos de reabrir um bocadinho antes. E como já estávamos autorizados a sair, optámos por abrir mais

cedo. Tivemos reações muito positivas por parte dos nossos clientes tanto pessoalmente como nas redes sociais e isso foi muito bom. Já tinham saudades nossas e da nossa comidinha!

Que últimas inovações tiveram no restaurante, sem ser no menu?

Para além da paixão pela gastronomia nesta casa, também há um grande amor por animais! E foi neste sentido que recentemente integramos mais três membros a este espaço. Os burros Jeremias, o Boneco e a égua Mimosa!

Após a pandemia, a primeira vez que fui ao barbeiro estava lá o João Paulo e numa conversa informal disse-me que já estava um pouco cansado dos seus burrinhos, que o João Pedro já não ligava muito aos animais e que se ia desfazer deles.

Aquilo abriu em mim uma paixão inabalável, pois para mim, aqueles burros são um património de São Brás de Alportel. Eu não sei há quantos anos aqueles animais fazem parte da feira da serra e que alegrem as crianças! Há crianças que já vêm aqui de propósito para ver os animais e deixo-as completamente à vontade.

Falei com a minha família e decidimos ficar com os burros, preparámos tudo! Agora o Boneco e o Jeremias fazem parte da família e se tudo correr bem, até ao fim da vida deles. São muito meiguinhos! Também temos outros animais, por exemplo, os gansos, que os nossos clientes estrangeiros adoram pela sua irreverência!

Eleutéria Pires
Consultora imobiliária

+351 912 576 456
eleutéria.pires@iadportugal.pt
São Brás de Alportel

iadportugal iadportugal.pt

Carigen

+351 919 174 002
+351 961 533 764
www.carigen.com.pt
carigen@sapo.pt

Cecilia Amador
Diretora Comercial

Prestação de Serviços
Mediadora Imobiliária: Compra, venda e arrendamento de imóveis | Mediação de Seguros: Automóvel, moto, acidentes de trabalho, dental, saúde, responsabilidade civil | Mediação de Obras: Isolamentos, impermeabilização, construção civil geral, limpeza de terrenos, piscinas, habitações e escritórios, pintura, carpintaria, caixilharia, projectos de arquitectura, certificados energéticos, levantamento topográfico, etc. | Financiamentos: Créditos para empresas e particulares | Segurança e Higiene no trabalho | Outros serviços: Limpezas em lojas, particulares e condomínios, desinfeções, gestão de condomínios, gestão de propriedades, formações, serviços administrativos, etc.

Sede: Pólo dos Ferrinhos 158C | 8150-054 - São Brás de Alportel
Escritório: R. Bombeiros Voluntários Loja 1, 1/C Esq. | 8150-137 - São Brás de Alportel

Carigen

+351 919 174 002
+351 961 533 764
www.carigen.com.pt
carigen@sapo.pt

Cecilia Amador
Comercial Director

Provision of Services
Estate Agent: Purchase, sale and lease of real estate | Insurance Mediation: Automobile, motorcycle, occupational accidents, dental, health, civil responsibility | Mediation of Works: Insulation, waterproofing, general civil construction, cleaning of grounds, swimming pools, homes and offices, painting, carpentry, frames, architectural projects, energy certificates, topographic survey, etc. | Financing: Credits for companies and individuals | Safety and Hygiene at Work | Other services: Cleaning in stores, private and condominiums, disinfections, condominium management, property management, training, administrative services, etc.

Sede: Pólo dos Ferrinhos 158C | 8150-054 - São Brás de Alportel
Office: R. Bombeiros Voluntários Loja 1, 1/C Esq. | 8150-137 - São Brás de Alportel

POLÍTICA

Sobre a inclusão de São Brás de Alportel na "lista de municípios de alto risco de contágio por covid-19"

No passado dia 30 de Outubro, o Conselho de Ministros aprovou a resolução que renova a situação de calamidade em todo o território nacional continental, até às 23h59 do dia 15 de novembro de 2020, e alargou a outros concelhos as medidas especiais que tinham sido estabelecidas, introduzindo-se ainda algumas alterações adicionais. As medidas especiais passaram assim a abranger novos concelhos tendo em consideração os seguintes critérios: em primeiro lugar, um critério quantitativo, em função do número de casos por cada 100.000 habitantes; um segundo critério, qualitativo, em função da proximidade com um outro concelho que preencha o critério quantitativo.

Terá sido em virtude da aplicação do primeiro critério que vimos São Brás de Alportel ser incluído na lista de 121 concelhos de "alto risco de contágio" onde se aplicarão, a partir de dia 4 de Novembro, um

conjunto de medidas restritivas.

O PCP considera que as medidas impostas são desproporcionais, indo para além do estritamente necessário no combate de saúde pública contra a epidemia de Covid-19. Como o PCP tem reiterado ao longo dos meses, este surto epidémico coloca problemas sanitários, económicos e sociais que não são resolvidos pela limitação de direitos e a criação de climas de medo.

As medidas de regulação que a situação sanitária exige, a cada momento, devem ser sempre fundamentadas, de aplicação clara e sem margem para arbitrariedades e abusos de poder sob pena de não só não serem compreendidas e aceites como, pelo contrário, serem rejeitadas pelas populações.

No conjunto das medidas agora a aplicar destacava-se, por exemplo, a penalização pelo Governo dos feirantes com a decisão de encerrar feiras e mercados

no exterior mantendo por outro lado as grandes superfícies em actividade, o que apenas contribuiria para agravar não só as dificuldades, mas o sentimento de desespero no seio deste sector. Tendo, aparentemente, o Governo voltado parcialmente atrás nessa decisão, deixando agora a decisão na mão das autarquias, consideramos que não haverá motivos para que em São Brás de Alportel se penalize este sector, garantindo-se sempre o cumprimento das indicações da DGS.

Queremos aqui reafirmar a posição do Partido Comunista Português: face à epidemia o que se impõe é reforçar o SNS, assegurar a protecção individual, fazer a pedagogia da protecção; dinamizar as actividades económicas, sociais, culturais, desportivas; exercer os direitos políticos e sociais e combater o medo e os seus propagandistas.

Para o PCP aquilo que é essencial é que



sejam adoptadas as medidas necessárias e adequadas a enfrentar os problemas, incluindo os de saúde pública, porque não basta invocar a gravidade da situação, como o Governo faz, é preciso fazer corresponder as palavras aos actos.

Para o PCP, a prioridade no combate à Covid-19 é o reforço do Serviço Nacional de Saúde, com o reforço urgente dos profissionais em falta, o aumento do número de camas hospitalares, nomeadamente camas de cuidados intensivos, normalizar o funcionamento dos cuidados de saúde primários através do recrutamento de meios e enfermeiros de família e o alargamento da estrutura de saúde pública, instrumento fundamental para a detecção dos surtos e interrupção das cadeias de contágio.

*São Brás de Alportel, 2 de Novembro de 2020
A Comissão Concelhia de São Brás de Alportel
do PCP*



Bruno Costa quer "retirada imediata de São Brás de Alportel dos Municípios de Risco Elevado de Contágio"

Caro(a)s São-Brasenses,
A nossa população ficou na noite (7/11) a saber que lhe será imposto mais um conjunto de medidas severas e restritivas, por estar a ser considerado como um concelho de "risco elevado".

Estas medidas entraram em vigor, dia 9 de novembro às 0h00, com o decretado Estado de Emergência, e passam pela limitação de circulação entre as 23h e as 5h nos dias de semana, e entre as 13h de sábado até às 5h de domingo e das 13h de domingo até às 5h de segunda-feira.

Estas restrições terão inevitavelmente consequências graves, quer ao nível sociológico como económico, com especial impacto na restauração e no comércio local. Este não é um momento para politizações

ou vitimizações, mas de respeito e de proatividade, assim o exige a nossa comunidade.

É o momento para reunirmos ainda mais esforços e estarmos ainda mais atentos para que, aquando da próxima reavaliação, que decorrerá dentro de uma semana, o nosso concelho tenha um número de infetados inferior a 24.

É o momento para antecipar e definir desde já medidas que visem auxiliar e incentivar os empresários e comerciantes locais que verão os seus negócios fortemente afetados.

É o momento de reavaliar os erros de 2015, que levaram a que São Brás de Alportel não fosse considerado território de *baixa densidade* e exigir ao governo a sua retificação urgente e consequentemente

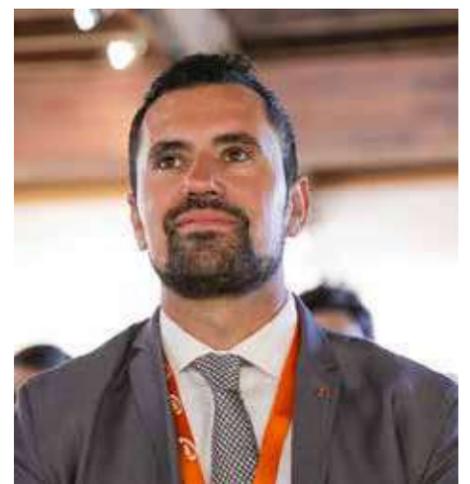
a retirada imediata dos *Municípios de Risco Elevado de Contágio*.

O momento impõe que sejamos responsáveis e cuidadosos, que trabalheemos juntos nas melhores soluções para o nosso concelho, que sejamos solidários na partilha das dificuldades.

O espírito de entreajuda nunca foi tão importante como agora, não é o momento para criticar fórmulas, mas de olharmos para quem está ao nosso lado, ver como o podemos ajudar, mostrar a grandeza que está dentro de cada um de nós.

*Um abraço solidário para todos,
Bruno Sousa Costa.*

*(Presidente da Comissão Política do PSD de
São Brás de Alportel)*
São Brás de Alportel, 9 de novembro de 2020



Uma mensagem de Solidariedade e de Esperança

Neste Estado de Emergência, no Mapa de Concelhos de risco elevado de contágio

É com um sentimento de injustiça que o PS São Brás de Alportel vê na resolução do conselho de ministros a decisão de deixar o nosso município continuar integrado no grupo de concelhos considerados de risco elevado de contágio.

Olhando ao esforço, dedicação e cumprimento das medidas impostas que os são-brasenses têm levado a cabo de forma exemplar, juntamente aos esforços incansáveis do executivo municipal, sentimos que o Município de São Brás de Alportel está a ser injustiçado.

Não deve uma fórmula matemática ser a única ferramenta de decisão, em assuntos tão delicados como uma pandemia e quando estão em causa tão gravosos prejuízos para uma economia local quase asfixiada em muitos dos seus setores. Sem atender à dimensão, densidade e localização geográfica dos municípios, e no caso específico de São Brás de Alportel, sem atender ao facto de termos a maioria do somatório de casos contidos, num dos pisos da Santa Casa da Misericórdia, o que não

acarreta perigo elevado à comunidade.

Estamos conscientes do momento que vivemos e obviamente concordamos com endurecimento do combate à pandemia, mas com medidas ajustadas à realidade dos territórios e à real evolução epidemiológica, que assim possam ser verdadeiramente eficazes.

Desta forma manifestamos total apoio ao executivo municipal que não se resignou nem por um momento, empenhando todos os esforços, junto das entidades competentes, para retirar São Brás de Alportel deste mapa e sobretudo, lutando incansavelmente, desde março, para proteger a comunidade desta pandemia e para defender a economia local.

Liderando pelo exemplo, saudamos também o dinamismo da Câmara Municipal na suas estratégias de promoção, em prol da preferência da economia local, que tem sido resiliente a enfrentar esta pandemia.

Esta iniciativa leva vitalidade aos comerciantes e às empresas e tende a mostrar a todos os munícipes que "o que é

são-brasense é bom, e nesta altura é ainda melhor".

Neste contexto tão difícil, o Partido Socialista de São Brás de Alportel está ciente das dificuldades por que passam as famílias, as instituições e as empresas são-brasenses que tudo têm feito para combater o avanço esta pandemia e para sobreviver à dura crise. Manifestamos a nossa total solidariedade para com a comunidade são-brasense e deixamos uma mensagem de reconhecimento a todos quantos têm estado na linha frente deste combate, muito especialmente à nossa Autoridade Local de Saúde, à Administração Regional de Saúde, às nossas entidades locais, em particular à Santa Casa da Misericórdia, que tem enfrentado de forma exemplar este duro desafio.

Deixamos ainda votos e melhoras para todos os doentes e as nossas condolências às famílias enlutadas, não apenas vítimas do COVID mas todas as vítimas destes tempos cinzentos que nem nos permitam a dignidade de um adeus

aos nossos entes queridos.

Reafirmamos a nossa total disponibilidade, através dos nossos autarcas e de todos nós, para continuarmos a contribuir para procurar as melhores medidas e soluções.

Vivemos um momento de dúvida e incerteza em relação ao futuro. Resta-nos continuar unidos e responsáveis, como até aqui. E se é verdade que os vírus não conhece barreiras geográficas ou sociais, potencialmente infetando a todos de igual modo, o exemplar comportamento de todos os são-brasenses só mostra que todos os esforços têm valido a pena e que juntos poderemos vencer!

SEGUIMOS JUNTOS, com esta responsabilidade que nos mantém sempre alerta aos desafios da nossa terra e da nossa gente, sempre com o compromisso de procurar as melhores soluções para todos.

*A Concelhia do Partido Socialista de São Brás
de Alportel*
13 de novembro de 2020



LOCAL

Balanço autárquico positivo dos últimos três anos de mandato em ano difícil e atípico



No passado dia 29 de outubro, no Parque das Amendoeiras, foi apresentado o balanço de três anos de mandato, pelo edil sambrasense, em conferência de imprensa, sublinha-se um balanço positivo da atividade autárquica evidenciando 15 conquistas alcançadas e fez o ponto de situação da Estratégia Municipal de Combate à COVID 19, transversal a todas as áreas de intervenção.

O Presidente da Câmara Municipal, Vítor Guerreiro, começou por fazer o ponto da situação epidemiológica do concelho, dando conta do trabalho que é desenvolvido pelo executivo em estreita articulação com as restantes entidades e instituições locais, de forma a garantir o cumprimento de todas as medidas preventivas e de contenção da COVID 19, em prol da segurança e bem-estar da comunidade.

No âmbito do Plano de Contingência - Infecção pelo COVID 19, a autarquia criou o Fundo Municipal de Emergência, dotado de meio milhão de euros, para implementação da Estratégia Municipal de Combate à COVID 19, composta já por mais de 50 medidas distribuídas por três eixos de ação: Prioridade à prevenção; Solidariedade - Apoio às Famílias e à Comunidade e Defesa da Economia.

A aposta numa estratégia de comunicação rigorosa e transparente sobre a prevenção e evolução epidemiológica no concelho; a criação do Programa de Recuperação Económica e Social de São Brás de Alportel (PRESSA); a criação e adaptação de novas respostas sociais com reforço no apoio alimentar a famílias carenciadas; a aquisição de equipamentos informáticos e de acesso à internet para apoiar alunos do concelho durante o período de ensino digital, o reforço da Loja e do Armazém Social; a implementação da Estratégia Municipal de Combate ao Desemprego; o apoio à economia local com a criação de novos serviços especializados de apoio a empresas,

a isenção de pagamento de espaços comerciais e bancas de espaços municipais e de taxas de ocupação de espaços público e de publicidade para todos os estabelecimentos, a promoção da campanha turística "Vá para fora cá dentro, mesmo!" ou a campanha "Compre cá dentro" são algumas das muitas medidas desenvolvidas ao longo de vários meses e que têm como missão comum: ajudar a comunidade a ultrapassar a atual crise sanitária, económica e social.

Executivo municipal partilhou aquelas que considera as 6 maiores conquistas

Findo este ponto da situação, o edil partilhou aquelas que considera as 6 maiores conquistas destes 3 anos de mandato, manifestando a sua mais profunda satisfação por abrir o novo ano letivo com o Parque Escolar 100% livre de fibrocimento. Uma conquista resultante das obras de eficiência energética e remoção de fibrocimento nas Escolas EB 1 n.º1 e EB 1 n.º2, um investimento superior a 150.000,00€ cofinanciado pelo CRES Algarve 2020 - Medida de Eficiência Energética nas Infraestruturas Públicas da Administração Local, que teve continuidade com a remoção das telhas de fibrocimento na Escola EB 2,3 Poeta Bernardo de Passos e na Escola Secundária José Belchior Viegas obras financiadas a 100% pelo Programa Nacional de Remoção de Fibrocimento com amianto, num investimento de 200.000,00€ tendo sido São Brás de Alportel, um dos primeiros concelhos a executar este programa.

Na mesma área referiu a ampliação do Vale + Educação até ao ensino secundário, uma medida do Plano de Apoio à Família Vale +, iniciada gradualmente em 2015/2016. A atribuição do Vale + Educação consiste na atribuição de vales de 25 euros a cada jovem estudante, de uso exclusivo nas papelarias do concelho. Uma medida que cativou nestes últimos 3 anos um investimento superior a 70.000,00€ e que visa nesta

edição reforçar o apoio às famílias em contexto de crise, bem como o comércio local.

A concretização do Plano "São Brás de Alportel Acessível para Todos" com a Ampliação da Rede de Passeios Acessíveis, a atingir perto de 10Km é outra das maiores conquistas referidas pelo autarca, a par da conclusão da requalificação do Troço Sul da Av. da Liberdade, que veio concluir o projeto global de requalificação do Largo de São Sebastião e ruas adjacentes e que tem continuidade nas obras a decorrer no troço central da Avenida.

Na área da Proteção Civil, Vítor Guerreiro destaca outra das grandes conquistas com a realização nos últimos anos dos maiores investimentos na criação de faixas de limpeza e gestão de combustível, investimentos que reforçam uma vasta estratégia de ação desenvolvida em conjunto com as entidades locais, regionais e âmbito nacional, o que possibilita uma otimização dos recursos. A criação de um ponto de água, o apoio a uma nova equipa de intervenção permanente dos Bombeiros e o protocolo de vigilância com o Exército são algumas parcerias decisivas para melhorar a capacidade de resposta e prontidão perante situações de risco.

Para encerrar a sua intervenção, Vítor Guerreiro, reservou a Via Verde para o Desenvolvimento, uma medida que alcançou a sua plenitude e consiste na articulação plena dos vários setores da autarquia que podem ajudar à fixação de novas iniciativas empresariais no concelho de uma forma mais célere. Neste âmbito, o município tem vindo a desenvolver medidas, serviços e parcerias de apoio ao empreendedorismo no concelho, entre as quais se incluem o Espaço de Coworking de São Brás de Alportel, recentemente inaugurado e o futuro ninho de incubação de empresas previsto inaugurar em novembro.

Seguidamente, a Vice-Presidente Marlene Guerreiro deu continuidade ao desafio de síntese e destacou 3 conquistas em algumas áreas da sua responsabilidade

A criação do Programa de Apoio ao Arrendamento, que já está a ajudar 20 famílias a pagar a sua renda e o Programa de Apoio ao Arrendamento Jovem cujas candidaturas decorreram até 6 de novembro, constituem a mais importante conquista referida pela autarca "que farão certamente diferença na vida das jovens famílias do concelho", afirmou.

A abertura do Espaço de Coworking no passado dia 12 de agosto e a abertura, para muito breve, do novo Ninho de Empreendedorismo, uma aposta na Rede de Espaços de Incubação como um dos maiores reforços da Estratégia Municipal de Combate ao Desemprego são a segunda conquista partilhada por Marlene Guerreiro.

A abertura da Casa Memória da Nacional 2, no dia 22 de agosto que em apenas 2 meses já recebeu 1.500 visitantes, marcando um ponto de viragem na atividade turística do concelho é a terceira conquista assinalada pela vereadora que é também responsável pelos pelouros do turismo e património. Um projeto que veio consolidar a Rota da Memória, que em breve integrará também o Núcleo Interpretativo da Serra do Caldeirão, tendo por estratégia valorizar o património

local, na promoção territorial e turística do concelho.

Seguiu-se a intervenção do Vereador Acácio Martins:

A grande aposta na mobilidade, com a concretização, a bom ritmo, do novo Terminal Rodoviário e todo um conjunto de investimentos que estão a mudar a imagem urbana e a dinâmica do núcleo urbano foi a primeira conquista que quis destacar.

O vereador referiu também a criação do Geoportal, uma ferramenta fundamental na área do planeamento e ordenamento do território que facilita o acesso à informação e incentiva o investimento no concelho.

Foi na área do desporto que o Acácio Martins encontrou a terceira conquista a assinalar, descrevendo o empenhado e avultado investimento que o município tem desenvolvido no plano de manutenção do Parque Desportivo do concelho, que se mede também no crescimento consistente de praticantes de diferentes modalidades.

Por fim, o Vereador David Gonçalves também respondeu ao desafio com 3 conquistas nas suas áreas de missão.

Ciente da importância da adaptação do Município ao combate às alterações climáticas, o Município tem vindo a desenvolver e a implementar o Plano Municipal de Poupança de Água. Um trabalho contínuo e que requer um empenho contínuo e alargado às suas múltiplas vertentes como explicou o vereador David Gonçalves que destacou os resultados já alcançados com um conjunto de medidas, como o programa de monitorização e controlo ativo de perdas e adoção de sistemas de rega urbana inteligentes e eficientes, o sistema de telegestão, a substituição de contadores, a instalação de contadores na zona serrana assim como de medidores de caudal e de válvulas reductoras de pressão. A recente aprovação de uma candidatura nesta área e "Selo de Qualidade Exemplar da Água para Consumo Humano", emitido pela Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos são a primeira conquista que refere.

O pioneirismo do concelho na aplicação do Cheque Veterinário, através do qual o município já investiu mais de 20.000,00 euros na esterilização de animais, ação fundamental para erradicar o drama dos animais abandonados é outra das conquistas referidas pelo vereador, responsável pelo pelouro do Bem-estar animal, no âmbito do qual tem também em marcha o projeto "CED" - capturar, esterilizar e devolver - que tem sido determinante no controlo das colónias de felinos.

A redução da sinistralidade do concelho é a terceira grande conquista, alcançada com um esforço contínuo na execução do plano de segurança rodoviária.

O vereador referiu ainda, o nível do Plano Municipal de Eficiência Energética, as conquistas importantes com as obras realizadas nas escolas básicas EB1 n.º1 e EB1 n.º2 e a instalação de baterias de condensação de energia num conjunto alargado de equipamentos municipais, assim como a candidatura recente que visa, em breve ter todas as lâmpadas das principais vias em LED.

Olho Aberto

Juventude sambrasense apela à manutenção do Skate Park

A pedido dos jovens sambrasenses que frequentam o Skate Park, apelamos para a manutenção deste espaço que já se torna perigoso para quem o visita, tal como,

a iluminação no holofote disposto, também seria útil. Este foi um projeto sonhado pela juventude sambrasense já há muitos anos e que se veio a realizar pela Câmara Municipal no ano de 2016.



LOCAL



Atropelamento e fuga em São Brás de Alportel

Manuel Francisco da Palma Guerreiro, 76 anos, ia a fazer a sua marcha matinal ao dia 30 de outubro, no sítio da Calçada, quando passou um carro a uma velocidade tremenda, apanhando o seu braço com o espelho do carro **"O homem que ia a conduzir não tinha nada à frente! Nada para se distrair, simplesmente não ligou. Até já pensei que tenha feito de propósito!"**

– Manuel Guerreiro.
Foi tudo tão rápido que Manuel Guerreiro conta-nos que não viu ninguém, nem os seus colegas de marcha viram, nem o condutor, nem a matrícula: **"(...) ficámos todos chocados. Até agora ninguém conseguiu testemunhar, e acho que não vão dar com a pessoa que o fez. A única coisa que conseguiram ver é que era um carro escuro."** MG

O INEM foi logo chamado e Manuel foi transferido para o Hospital de Faro onde foi submetido a um raio x e prontamente se percebeu que o braço esquerdo estava partido. O prognóstico era de ficar internado, mas sendo um hospital público, a

previsão era de ficar uma semana à espera, num corredor, pois dada a situação atual, era muito complicado ter acesso a outras condições. Manuel decide então ir para Loulé (hospital privado) onde já foi operado e tem estado a ter uma boa recuperação.

"Não tenho má experiência com o Hospital de Faro, pois já tenho ido lá e tenho sido muito bem tratado. Mas desta vez, as coisas foram diferentes. Talvez seja com a confusão do Covid!" MG

Quando questionado sobre as despesas, Manuel conta-nos: **"Ninguém se responsabilizou pelas despesas! Tenho sido eu a pagar, pois não há culpados! Mas o que importa é recuperar e ficar bem! Acho que o caso não vai ficar resolvido, pois é muito difícil descobrir."**

Uma situação de lamentar a acontecer no nosso concelho.

Se sabe de mais informações sobre o que aconteceu neste dia e pode nos ajudar, envie e-mail, se preferir, em anónimo, para a nossa redação:

redacao.jornal.osambresense@gmail.com

Cruzeiro Seixas

Morreu o último surrealista que viveu em São Brás

Cruzeiro Seixas nasceu na Amadora, cresceu em Lisboa, viveu 14 anos em África, ao serviço da Marinha Portuguesa e, durante 7 anos, em São Brás de Alportel.

Pintor e poeta. Referência maior do surrealismo, era hoje o único testemunho vivo deste importante movimento artístico em Portugal. Dizia que o surrealismo lhe **"abriu a porta para a visão do mundo e para construir a sua própria sensibilidade"**.

Cruzeiro Seixas escolheu São Brás de Alportel para se fixar em 1982, no lugar de Calçada, onde viveu na proximidade de amigos e outros nomes da cultura portuguesa. Em testemunho escrito, para a publicação da Região de Turismo do Algarve "40 Anos 40 Olhares" fica claro o seu gosto, a importância e a saudade pelo lugar escolhido.

Desse período e dessa pequena casa disse que, **"esses foram anos de grande reconhecimento, de uma totalidade inesquecível, mas aquela casa continua a ser a MINHA CASA"**. E foi nessa casa que desenhou

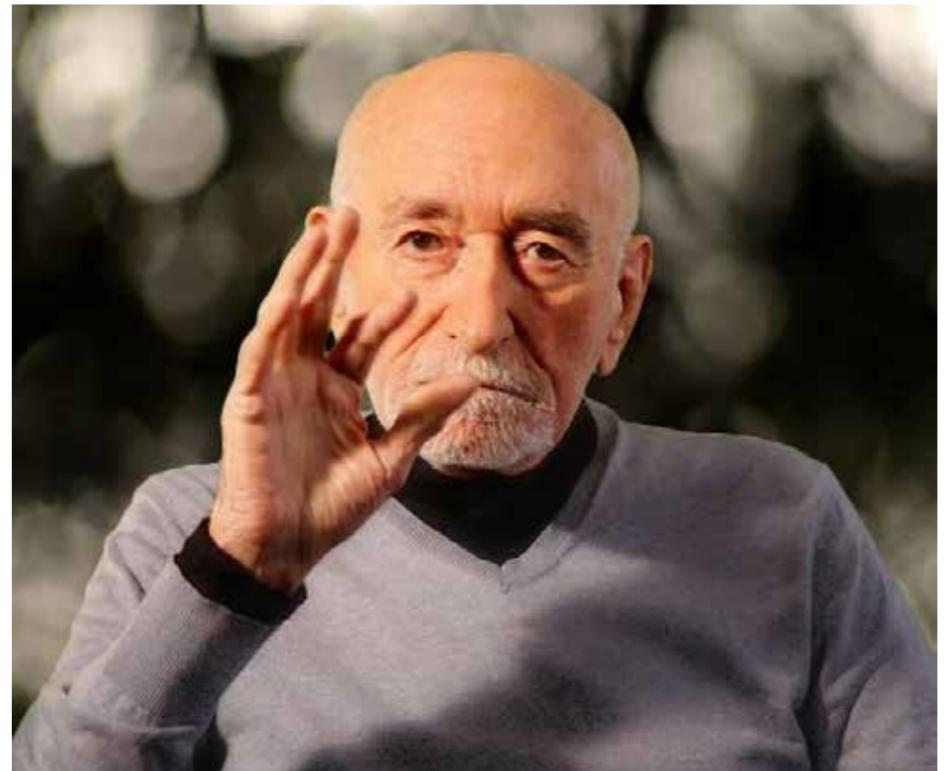
e pintou o que hoje está em muitos museus e coleções privadas.

Nos anos vividos em São Brás de Alportel, foi organizada uma exposição pelo Ministério da Cultura e Câmara Municipal, patente no mês de junho de 1985 no Quartel os Bombeiros Voluntários.

Mais tarde, em 2010, integrada no programa de Comemorações do Centenário da República Portuguesa e em colaboração com o Museu da Manufatura de Tapeçarias de Portalegre, o Município promoveu com o apoio a Galeria/Casa de Chá "Zem Arte" uma exposição que contou com a visita do pintor **"Cruzeiro Seixas - Tapeçaria e Desenho: o regresso a São Brás de Alportel 25 anos depois"**.

O Município de São Brás presta assim a sua homenagem a Cruzeiro Seixas, com a aprovação de um voto de pesar pelo seu falecimento, à beira de alcançar um século de vida.

Créditos Fotográficos: sul informação



José d'Encarnação

São-Brasense recebe galardão internacional



É com grande orgulho que divulgamos a informação de que José d'Encarnação, Professor Catedrático da Universidade de Coimbra, foi galardoado com o prémio ARTECOM-onlus per la Cultura – 2020, VIII edição.

O Prémio, de carácter exclusivamente honorário, é atribuído de dois em dois anos a **"Personalidades do mundo da Cultura e da Arte que enriqueceram, valorizaram e protegeram o património cultural"**.

Recebeu o prémio em seu nome, por impossibilidade de estar em Roma, Sua Ex.ª o Embaixador Cortese.

Segundo o júri: **JOSÉ D'ENCARNAÇÃO, Professor da Universidade de Coimbra, é um historiador das antiguidades romanas, que examinou sobretudo com o exame escrupuloso da documentação epigráfica, lançando luz sobre a administração e a sociedade**

romanas na Lusitânia e na Península Ibérica. Combinou também o seu trabalho de investigação com a divulgação da bibliografia sobre antiguidades acessível via web, com um trabalho incansável de atualização contínua.

Se para o quotidiano São-brasense o nome de José d'Encarnação pode apenas simbolizar mais uma personalidade, entre tantas outras, que, fora da sua terra, se distinguiram e afirmaram ao mais alto nível académico, para aqueles que se relacionam com as questões de do mundo intelectual, a nível nacional, ele ocupa uma singular posição, quer pela sua vasta obra de referência, quer pela sua brilhante investigação, pela aguda sensibilidade como historiador e detentor de uma incedível investigação, especialmente da antiguidade clássica romana.

O galardão com que foi agora distinguido premeia o Historiador das Antiguidades Romanas, que de forma escrupulosa e cuidada tem apresentado incedível documentação epigráfica, especialmente na Península Ibérica.

Homem de ação, sempre disponível para ajudar quem o solicita em múltiplas competências, exigente na análise, é, um

mui digno representante da Escola Clássica Coimbrã onde apenas menos de meia dúzia de algarvios se afirmaram. Relembro o seu último encontro com o falecido Professor Joaquim Romero Magalhães, numa "aula" tão atentamente escutada que só quem tem alguma coisa para ensinar, e o sabe fazer, pode cativar uma assistência plural, de interesses diversificados e pouco preparada para um contraditório entre gigantes da cultura.

Professor que continua a ensinar a centenas de companheiros de investigação, a espalhar conhecimentos através das novas tecnologias, que continua a publicar de forma inédita, é um exemplo que quebra as regras clássicas de alguns, defensores do divórcio entre o especial estatuto adquirido e a distância dos aprendizes.

NOTA: Para uma informação biobibliográfica do Senhor Professor José d'Encarnação sugerimos consulta a **Subsídios para uma Biobibliografia São-brasense**, José do Carmo Correia Martins, Edição da Câmara Municipal de São Brás de Alportel, 2017, p. 82/88.

São Brás de Alportel, novembro de 2020
José do Carmo Correia Martins

DESTAQUE

Homenagem às vítimas mortais de Covid-19 em São Brás de Alportel



O Presidente da República, decretou no passado dia 2 de novembro, o Dia de Luto Nacional em Homenagem às vítimas da Covid-19, o Jornal O Sambrasense associa-se a esta homenagem, dando a conhecer a história das 4 vítimas mortais deste vírus na nossa terra.

Estas homenagens foram realizadas com o testemunho de familiares e amigos que quiseram relembrar os seus entes queridos.

MARIA LUÍSA | 89 ANOS | ALMARGENS

A pedido da família não será divulgada a imagem da Sra. Maria Luísa.

E apenas nos foi informado que faleceu no dia 11 de abril no Hospital de Faro após ter sido internada com uma fratura na perna.

Maria Luísa foi a 1ª vítima de Covid-19 em São Brás de Alportel.



JOÃO CALAPEZ | 90 ANOS | SÃO BRÁS DE ALPORTEL

João Calapez, conhecido dos sambrasenses, pela sua irreverente personalidade, partiu um dia após ter feito os 90 anos, ao dia 21 de outubro, já estava hospitalizado há alguns meses, associado a outras patologias, mas acabou por falecer vítima de Covid-19.

Presença assídua na secretaria da União

Sambrasense, onde vincava a sua opinião, contava as histórias entre os Unidos e o Desportivo, as memórias da vida nos Estados Unidos, o ofício de barbeiro, as saudades da esposa e as aventuras nos jogos das Machadinhas.

Partilhamos o testemunho do amigo Ricardo Neves.



Homenagem a João Calapez

Testemunho de Ricardo Neves

Amigo do seu amigo, por muitos carinhosamente apelidado de "avô Calapez", gostava de conviver com os mais novos, recordando com orgulho a sua vida nos EUA, recordando com saudade a sua mocidade em Portugal.

Barbeiro de profissão, orgulhosamente lembrava ter tido como seus clientes as mais ilustres personalidades de Washington D.C.

Fervoroso adepto do Sporting Clube de

Portugal, João Calapez adorava futebol, assistindo sempre que podia aos jogos da U.D. Sambrasense e F.C. Machadinhas.

Senhor de uma personalidade forte e inconfundível, João Calapez, deixa saudades a todos aqueles que tiveram o privilégio de conviver consigo e escutar os sábios concelhos que tinha para dar.

Até qualquer dia amigo Calapez.

DESTAQUE



MARCELINA NASCIMENTO | 94 ANOS | MACHADOS

Marcelina Nascimento, foi a primeira vítima mortal, proveniente do Lar da Santa Casa da Misericórdia, ao dia 29 de outubro e a 3ª vítima deste vírus na nossa terra. Doméstica toda a vida, tinha na

costura a sua paixão, mas cuidar da família sempre foi a sua prioridade.

Partilhamos consigo o testemunho das netas Ana André e Sara Teixeira Marques para dar a conhecer a realidade em que aconteceu esta fatalidade.

Homenagem a Marcelina Nascimento

Testemunho de Ana André

Sempre me lembrei como assobiavas quando eu passava no caminho frente a casa, de como me chamavas de teu "Tirititi", achava piada de me trocares o nome, e de me chamares o nome de todas as outras netas até chegares ao meu e de fazeres o mesmo com elas.

Mas hoje lembro-me e recordo-me de forma diferente.

Hoje tenho todos os momentos na memória, tal como todos estes anos tive, e há 3 semanas quando te vi pela última

vez, pensei mesmo que este mês voltaria a poder olhar para ti, nem que fosse com aquele acrílico a separar-nos...

Agora que estás aí em cima, brilha, brilha para iluminares o caminho dos que ca estão, e olha por nós porque aí de cima a vista é mais ampla e da pra apanhares toda a gente, assim não há desculpas!

Adeus, Marcelina...

Adeus, avó!

ENTREVISTA COM SARA TEIXEIRA MARQUES (NETA)

Como era a sua avó?

A minha avó era das pessoas mais prestáveis que se pode imaginar. Estava sempre pronta para ajudar o próximo, adorava ter a casa cheia de crianças, todos os primos iam para a sua casa ao fim-de-semana.

Mesmo agora ela adorava crianças. Era indescritível mesmo.

Foi uma senhora que eu nunca ouvi dizer um palavrão. Para ela estava sempre tudo bem. E sempre foi muito prestável.

Como souberam que estava infetada com covid?

A minha avó estava no lar e quando foi para o Hospital, o lar teve que avisar os familiares e foi assim que ficamos a saber. Tenho a sorte de ter uma amiga a trabalhar nas urgências que me pôs em contacto diário com os médicos responsáveis pelo internamento do covid e, portanto, eu todos os dias ligava e tinha um relatório de como a minha avó estava.

Infelizmente, foi-me dito logo no primeiro dia, para me preparar para o pior. A minha avó tinha 94 anos, tinha senilidade, outra série de outras patologias, estava mesmo muito fragilizada.

Qual foi a vossa reação?

A nossa reação foi obviamente de tristeza. O desfecho eu já estava à espera. Todos os dias eu ligava e já estava sempre receosa do que ia acontecer.

O que é que pode ter corrido menos bem?

A minha avó apanhou o vírus no Lar de São Brás, pronto, foi no Lar.

Mas eu quero aqui deixar claro que eu acredito que a pessoa, funcionária ou funcionário, que sem querer levou o vírus para o lar, deve se estar a sentir a pior pessoa do mundo. Eu gostava muito que lhe dissessem que em altura alguma a culpabilizámos por isto! Porque ninguém tem culpa de ficar infetado! Peço a essa pessoa que não sinta culpa porque podia acontecer a qualquer pessoa. A minha família não a culpabiliza pelo facto de isto ter acontecido.

Quando foi a última vez que viu a sua avó?

A última vez que vi a minha avó foi bem antes do confinamento, eu ia muito poucas vezes ao lar, porque eu tenho uma maneira muito particular de lidar com as coisas e custava-me muito vê-la nesta situação.

Mas a minha mãe tinha-a visto antes dela adoecer porque a minha mãe ia lá todos os dias e via pelo acrílico. De tal maneira, que a minha mãe sempre lhe levou uma banana, porque a minha avó adorava bananas e agora quando começou esta história de desconfinar e se via a minha avó através do vidro, a minha avó dizia que estava cheia de fome, só para pedir uma banana, mas por causa do covid, infelizmente, nem uma banana se podia levar.



DESTAQUE



AMARO GONÇALVES | 93 ANOS | LAJES

Amaro Ramos, foi a 4ª vítima de covid-19, um dos casos do Lar da Santa Casa da Misericórdia, perdeu a vida ao dia 30 de outubro, uma figura incontornável desta instituição, não sabia ler nem escrever, mas emigrou para França e para a Alemanha à procura de melhores condições de vida.

O seu filho seguiu o seu exemplo emigrando, mas para os Estados Unidos, onde reside atualmente.

“O Senhor Amaro recordava com nostalgia o quanto a esposa trabalhou na sua ausência, pois a vida na serra e naquela época não era fácil. Todo o seu discurso deixava transparecer um misto de emoções. O seu olhar brilhava quando se referia ao neto dizendo que é um moço muito orientado. Era um exemplo de envelhecimento ativo.”

Testemunho de Anabela Conceição

ENTREVISTA COM DESIDÉRIO RAMOS (NETO)

Como era o seu avô?

O meu avô era uma pessoa muito ativa, foi sempre independente, apesar de estar no lar, ia todos os dias à vila, conversar com amigos, visitar os cafés perto da praça e muitas vezes almoçava na União e só depois ia para o lar.

Até ao banco ia sozinho!

Eu ia busca-lo muitas vezes para irmos passear ao fim-de-semana, levava-o à serra, pois era de lá que ele era e tinha muitas saudades do convívio. Mas era muito feliz no lar! Adorava a funcionária Ângela.

Como souberam que estava infetado com covid?

Foi num domingo. Eu tinha ido à caça e quando voltei tinha uma chamada da Dra. Anabela que me informou que haviam 5 infetados no lar e um deles era o meu avô. Passados 3 ou 4 dias, salvo erro, é que foi hospitalizado. Até aí os sintomas que teve foi apenas baixa de oxigénio.

Qual foi a vossa reação ao saber que o seu avô testou positivo?

Fiquei muito preocupado derivado à idade dele, mas depois foram sempre me dizendo que ele estava bem e estável e eu ganhei esperança que ia tudo correr bem. Mas quando foi hospitalizado, apercebi-me que era mais grave e comecei a perceber o que podia

acontecer.

O meu avô estava bem antes de contrair o vírus. Estava completamente consciente e bom de memória, tinha o juizinho todo. Quero acreditar que se não fosse este maldito vírus que ainda o teria por mais uns anos comigo!

O que é que pode ter corrido menos bem?

Eu não sei o que aconteceu, mas algo não correu bem para isto ter acontecido, pois eles estavam em confinamento desde março e nada aconteceu e depois despoletou-se esta situação.

Apesar de nunca ter sido dada uma explicação, eu quero deixar aqui explícito que sempre trataram muito bem o meu avô e ele adorava estar ali.

Quando foi a última vez que viu o seu avô?

Salvo erro, foi no dia 21 de outubro, vi-o na varanda do Lar, quando eu estava a passar num funeral de um senhor da serra.

E falei com ele, dois dias antes de falecer, ao dia 28 de outubro, tivemos uma conversa normal, ele estava consciente, perguntou-me pela família todo e se ia à caça no domingo. Passados dois dias recebi a terrível notícia que tinha falecido.

Homenagem a Amaro Gonçalves

Testemunho de Henrique Cruz

O parente Amaro morreu. Derrotado pelo lento afogamento na inexorável doença do vírus invisível. Discretamente, na simplicidade da sua vida, esconde-se a heroicidade do homem invisível que existe em todos as suas gentes. Viveu no amago do Caldeirão, lá onde a estrada acaba, nas Lages. Vida de luta e sem sentimento de derrotado e sem tempo para lamentos.

Venceu o isolamento na distância e nos maus acessos, venceu a inclinação das ladeiras dos corgos ao longo da vida. Tirou o pão da terra a golpes de enxada e de arado. Descadeirou a vinha á mão, combateu os oídios malignos. Ultrapassou o estio do verão, e as geadas do inverno. Venceu as cheias da ribeira que levaram o batatal e o motor para a rega.

Venceu a carestia dos tempos. Com os companheiros da comunidade, para “ganharem algum para poder calçar os filhos e comprar os livros da escola”, calcorreavam até ao Barranco do Velho, na beira da Estrada Nacional nº2, e apanhavam a carreira para as herdades do Alentejo, desciam em Castro Verde, Entradas ou Albernoa e trabalhavam na jorna da ceifa ou da monda; sol a sol, com uma gamela de grão com vinagrada, fatia de pão e taça de vinho e água com fartura. Dormião pelos palheiros, perto das bestas, e quando acabavam a empreitada regressavam com os tostões no

bolso que dava para os gastos necessários da vida.

Insatisfeito e não resignado com o parco destino que se repetia, emigrou. Além dos Pirenéus, parou em Bordéus, trabalhou nas vinhas. Na altura existiu uma perseguição à emigração clandestina de Portugal, escasseava mão de obra e mancebos, e o presidente de França repatriava os jovens portugueses que encontrava. Foi para mais longe, para a estiva no porto de Hamburgo. Com esta aventura juntou o resultado de muitos anos de jornas do Alentejo ou da venda de excedentes da sua lavra e poder governar melhor a sua vida.

Regressou para a serra, para junto dos seus, para sentir o cheiro da urze e da esteva, e amanhar o dorido chão com o pão de cada dia.

Veio o tempo e esgotaram-se as energias nas cearas. Veio o fogo e levou as sombras dos sobreiros onde espairecia, o fogo levou o vigor da natureza e da vontade.

Veio a viuvez e ficou a solidão do monte. Encontrou o respaldo no Lar de São Braz onde era pessoa estimada pela simplicidade e pela alegria de viver apesar dos seus 93 anos.

Esta é a pequena história do meu parente Amaro, símbolo dos homens invisíveis que persistem nesse interior, sem elegias que os glorifiquem, apenas “a imagem derradeira de um Portugal bárbaro e forte de padece lentamente.”



ENTREVISTA

Madalena Martins

O rosto da catequese em São Brás



“ (...) em 40 anos não mudava nada, tornava-o a fazer com o mesmo amor que o fiz até aqui. ”

Madalena Horta Martins Tomé, 82 anos, catequista na Paróquia de São Brás há mais de 40 anos, é o rosto desta passagem de fé na igreja católica na nossa terra.

Durante quantos anos foi catequista?

Sou catequista há mais de 40 anos. Ainda não desisti, tenho um grupo de jovens para crismar, que seria neste ano catequético se não tivesse aparecido esta terrível pandemia que nos fez parar. Mas tenho fé que ainda os ei -de acompanhar até esse dia chegar, depois é que paro.

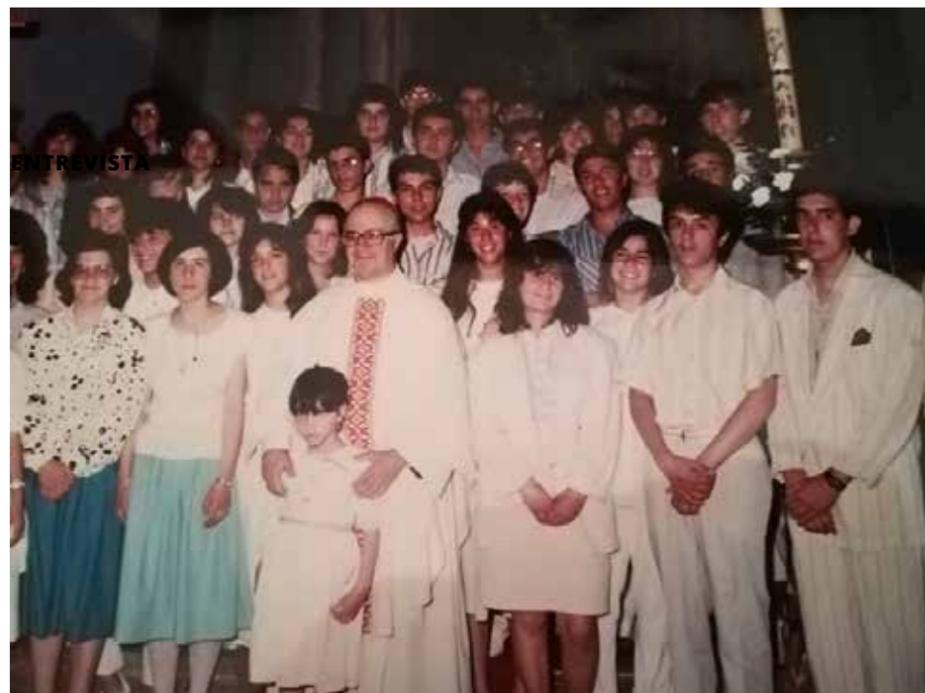
Porque seguiu este caminho de fé e dedicação aos outros?

Nasci de uma mãe verdadeiramente cristã que desde sempre me transmitiu fé, caridade e amor a Deus e ao próximo. Frequentava a Igreja e era muito religiosa, mas também tratava o próximo como a si mesma. Não me lembro nem de uma só vez a minha mãe negar

esmola aos pobres que lhe batiam a porta, e nesse tempo eram bastantes os mendigos que andavam de portagem porta. Todos os velinhos e crianças que conheci, familiares ou não sempre foram acarinhados por ela. Foi ela que me preparou para seguir o seu exemplo. Depois na escola tive como felicidade ter como professora e catequista alguém que me deu continuação ao que eu já trazia do berço então foi fácil continuar a manter a fé e dedicação aos outros.

O que fez ao longo da vida para além da catequese?

Nunca exerci qualquer profissão tudo o que fiz na vida foi voluntariado. Enquanto jovem andei na costura e nas horas vagas havia



sempre alguém que precisava da minha ajuda, ou vizinhas ou crianças. Enquanto tive avós, que viviam no Bico Alto e Tareja, sempre me disponibilizei para ir para junto deles para ajudar no que era necessário. Depois de adulta para além da catequese pertencia a acção missionária era animadora do grupo da Liam (liga intensificadora da acção missionária) e participava em toda e qualquer movimento e evento que existisse na igreja. Depois de casada continuei com todas essas coisas e mais a família, filhas, netos, sobrinhos, afilhados, sem nunca deixar para trás quem quer que fosse que precisasse de mim.

Ser catequista é uma vocação e missão. Concorda? Porquê?

Concordo que ser catequista é vocação e missão. Na minha maneira de ser, se não houver vocação para ser catequista não se consegue ser e se não aceitarmos como missão também se torna impossível. Temos que sentir que é uma missão, um dever nosso transmitir a palavra de Deus aos nossos catequizandos. Jesus mandou os seus discípulos em missão ide e ensinaí a todos os povos a amar a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a si mesmo. Amar como Jesus nos amou, damo-nos aos outros como Ele se deu ao Pai por nós. Se se sentir isso não custa nada ser catequista toda a vida.

Como se vive a catequese em São Brás?

Em São Brás como em toda a parte há demasiada indiferença pela catequese. O que é um erro muito grave porque a catequese faz parte da cultura do ser humano. Se hoje há mais ou menos crianças?! O número de crianças talvez não seja menos mas em comparação com o crescimento da população de iram ser muitos mais.

Quais as principais diferenças entre a catequese há 40 anos atrás e agora?

A catequese de há 40 anos atrás era igual a de hoje, a finalidade é sempre a mesma, transmitir fé, esperança e caridade, amor a Deus é ao próximo, ajudar a formar homens e mulheres de bem, bons cristãos e bons cidadãos, ligar a vida material a vida espiritual, fazer sentir que em todos nós há o divino e o humano é que os dois têm que andar de mãos dadas. Hoje é mais difícil ser catequista e mais difícil transmitir estes valores às crianças e jovens porque eles estão muito cheios de coisas materiais.

Mudava alguma coisa deste percurso de 40 anos?

Não, não mudava nada, tornava-o a fazer com o mesmo amor que o fiz até aqui.

SERVIÇOS
UNHAS DE GEL
ACRYLICO
POLYGEL
VERNIZ GEL
MANICURE NORMAL
PEDICURE
PEDICURE +VERNIZ GEL
EXTENSÕES PESTANAS
LIFTING DE PESTANAS
DEPILAÇÃO A LASER
LINHA E A CERA
MASSAGENS
CAVITAÇÃO
RADIOFREQUÊNCIA
TRATAMENTOS DE ROSTO
MICROPIGMENTAÇÃO

ESTÉTICA CABELEIREIRO

UNHAS TATOOS

TERAPIAS HOLÍSTICAS

TERAPIAS REIKI
MEDICINA ORTHOMOLÉCULAR
MULTIDIMENSIONAL
MESA RADIÓNICA
LEITURA DA AURA
NUMEROLOGIA
COACHING
NUTRIÇÃO
ASTROLOGIA
TAROT
HIPNOTERAPIA
LEITURA DE RUNAS
BARRAS DE ACCESS
CURA RECONNECTIVA

natura STUDIO

Contacto: 917426313
e-mail: Naturastudiosb@gmail.com

ENTREVISTA

Entrevista a Vítor Guerreiro*Presidente da Câmara Municipal, sobre covid-19 em São Brás*

(...) entendemos desadequada e ineficaz a inclusão do nosso concelho no mapa de Risco Elevado de Contágio, sendo esta uma classificação injusta e bastante lesiva para toda a comunidade.

ENTREVISTA

São Brás foi considerado o único concelho do Algarve com elevado risco de incidência do covid-19. Fomos injustamente selecionados por contas matemáticas ou estas medidas são justificáveis para o nosso concelho?

Antes de mais gostaria de agradecer a oportunidade de poder informar, uma vez mais, todos os são-brasenses, bem como todos os leitores do Sambrasense, aqui e no mundo, sobre a situação pandémica que estamos a viver neste momento no nosso concelho, assim como sobre as ações que estamos a desenvolver para mitigar os impactos desta crise.

À data atual, a 12 de novembro, temos no concelho 27 casos positivos, 14 dos quais pertencentes ao surto que ocorreu no Lar de Terceira Idade da Misericórdia. Estamos a falar de um número de casos relativamente baixo, e sobretudo, de casos perfeitamente controlados e devidamente monitorizados e acompanhados pela Autoridade Local de Saúde com o apoio fundamental da Administração Regional de Saúde, das instituições e da Câmara Municipal.

Nesta circunstância e atendendo à realidade e especificidade do nosso concelho, entendemos desadequada e ineficaz a inclusão do nosso concelho no mapa de Risco Elevado de Contágio, sendo esta uma classificação injusta e bastante lesiva para toda a comunidade e muito concretamente para a nossa economia local, que já está a viver dias muito difíceis.

Compreendemos naturalmente que a situação atual da pandemia no país e no mundo carece de uma ação firme, mas

entendemos que não é adequado aplicar restrições que vêm prejudicar tanto a já tão débil situação das populações, com a simples aplicação de uma fórmula matemática sem qualquer ponderação, nomeadamente a real situação da pandemia e do risco de contágio na comunidade. Mas infelizmente e apesar de todas as diligências efetuadas junto do Governo, continuamos a integrar o mapa, sem ter sido excecionados a contagem os números relativos ao surto circunscrito ao Lar de Terceira Idade.

A bem da verdade, importa dizer que temos sido um dos concelhos da região e do país com menor número de casos, onde os são-brasenses têm desde março, feito um esforço enorme para conter o contágio e onde os casos ativos que têm surgido estão perfeitamente identificados e controlados.

Importa ainda reconhecer o excelente trabalho de todas as entidades locais e regionais, na área da saúde, no controlo desta pandemia e a atitude preventiva e responsável adotada pela maior parte da população e pelo tecido empresarial são-brasense, incansáveis no cumprimento das regras emitidas pela Direção Geral de Saúde. O empenho de todos tem sido fundamental para combater e controlar a pandemia.

Em apenas três semanas, o panorama epidemiológico em São Brás, mudou drasticamente, passando de zero casos para 40 ativos. O que pode ter provocado este aumento significativo?

Recordo que na data atual só se encontram ativos no concelho 27 casos positivos. Mas

a facilidade de propagação desta pandemia é realmente assustadora, mas transversal a todo o mundo e São Brás de Alportel não é exceção. A nossa localização, central no Algarve, circundados por núcleos urbanos muito populosos potencia a circulação, nomeadamente pela entrada e saída de muitos munícipes que trabalham ou estudam em concelhos limítrofes. Na verdade, os casos identificados na comunidade têm sido quase sempre resultado de contactos externos, e devido a todos os esforços no seu controlo, as redes de contágio têm ficado, na maior parte das vezes, reduzidas, aos familiares mais diretos.

O maior crescimento no número de casos de contágio ficou contido a dever-se ao surto identificado e circunscrito a um dos pisos do Lar de Terceira Idade da Santa Casa da Misericórdia, apesar de terem sido exemplares as medidas implementadas por esta instituição, desde o início da pandemia, o que aliás evitou que este surto tivesse consequências mais desastrosas como temos assistido pelo país.

As situações identificadas foram sempre monitorizadas e acompanhadas, de forma séria e rigorosa, pela Autoridade Local de Saúde e pela Administração Regional de Saúde, em estreita articulação com as instituições e com a Câmara Municipal, com as diligências necessárias para agilizar procedimentos e minimizar o impacto junto da comunidade.

Contudo, não podemos baixar a guarda, temos que continuar vigilantes e unidos nesta missão comum de salvaguarda da nossa saúde.

Como está a situação dos casos ativos no Lar da Santa Casa da Misericórdia? O que pode ter corrido menos bem para acontecer este surto?

Devido à forma séria e exemplar como a Santa Casa da Misericórdia investiu todos os esforços na prevenção desde o início da pandemia, tendo sido implementadas todas as medidas definidas no Plano de Contingência para prevenir este tipo de situações, o surto está controlado e não chegou sequer a ser necessário solicitar reforços fora da instituição como infelizmente aconteceu noutros equipamentos similares. Neste momento, felizmente, o surto está a abrandar com uma redução de casos ativos e crescente número de recuperados.

Aproveito para endereçar uma vez mais ao senhor Provedor que manifestou desde sempre grande preocupação com os utentes da Santa Casa da Misericórdia e a toda a sua esforçada equipa, que tem manifestado um elevado altruísmo e sentido de missão, um justo reconhecimento com toda a nossa solidariedade, que estendemos a todas as famílias.

Estaremos sempre disponíveis para apoiar as entidades responsáveis em tudo o que estiver ao nosso alcance para minimizar o impacto desta doença nos utentes e profissionais da Santa Casa da Misericórdia.

A autarquia de São Brás tem apostado na partilha de informação diária através de um boletim epidemiológico. Esta é uma forma de informar e evitar o alarmismo?

ENTREVISTA

Manter a nossa população informada é uma preocupação constante que temos nas diferentes áreas. Por isso, no início da pandemia, preocupados com a nossa população, para que se pudesse sentir melhor informada e apoiada nesta situação, decidimos dar início à elaboração de um boletim epidemiológico que mantemos há 216 dias.

Progressivamente, integrámos na Estratégia Municipal de combate à COVID 19, um conjunto de medidas ao nível da informação dirigidas a toda a comunidade, que é fundamental para uma gestão mais transparente e eficiente da pandemia. É uma questão de transparência, verdade e dever cívico de informação face à difícil realidade que estamos a viver e é nossa obrigação contribuir para uma maior consciencialização da população em relação ao real estado pandémico, reforçando assim a necessidade de cumprimento das orientações da Direção Geral de Saúde.

Pretendemos dar continuidade a estas medidas, adaptando-as à evolução da pandemia, com um olhar atento ao panorama nacional, mas de foco local, pois entendemos que é premente investir em novas sinergias e iniciativas de impulso e apoio à economia local.

Que projetos foram desenvolvidos para dar resposta às consequências do covid-19, nomeadamente, na economia local?

A defesa da economia local foi desde logo o foco da nossa preocupação e por isso constitui um dos eixos de ação do Plano e Ação do Fundo Municipal de Emergência, criado para o combate à pandemia e à crise que trouxe consigo, com meio milhão de euros, que resultaram de um enorme desafio, para lançar o mais rapidamente possível as 50 medidas na área da economia, solidariedade e apoio às famílias e à comunidade, às quais fomos somando mais algumas.

Desde o início da pandemia que a economia

local, enquanto garante da comunidade, está no centro das nossas atenções e temos vindo a adaptar os serviços da Câmara Municipal a esta nova realidade para reforçar ainda mais o apoio às empresas e ao empreendedorismo local. O programa Via Verde para o Desenvolvimento é um exemplo desta estratégia municipal que visa acolher da melhor forma possível empresas e investidores no concelho e consequentemente criar novos postos de trabalho. Este apoio reflete o esforço da autarquia em harmonizar diferentes serviços municipais e agilizar procedimentos com as entidades da região, um apoio decisivo na escolha e fixação de novas empresas em território são-brasense.

Nesta área o Gabinete do Empreendedor da Câmara Municipal tem sido um importante de proximidade, que além de todo o apoio e disponibilidade, mesmo durante o período de confinamento, criou o novo Serviço de Apoio especializado para empresários e agentes da economia local, destinado a informar sobre o acesso a apoios, contribuir para a recuperação ou reconversão dos negócios e dos novos projetos.

O novo Espaço de Coworking, em plena Avenida da Liberdade, faz igualmente parte desta estratégia de apoio ao empreendedorismo, mediante a criação de espaços de incubação municipais, que terá continuidade num futuro próximo com o Ninho de Empreendedorismo.

Após o período de confinamento total, para apoiar as empresas aos novos desafios da pandemia foi também criado o Programa de Recuperação Económica e Social de São Brás de Alportel – PRESSA centrado no apoio acompanhamento às empresas de todas as áreas.

A Câmara Municipal lançou desde o início a pandemia um conjunto de medidas de apoio às empresas, tais como a isenção do pagamento de rendas de espaços comerciais municipais, no período; faturas de água, saneamento e resíduos e taxas de

ocupação do espaço público e publicidade, a todos os estabelecimentos que tiveram que fechar portas para proteção de todos. Seguiram-se todo um conjunto de medidas, entre a quais a oferta de um avultado número de vales de compras no comércio e restauração local e a realização de iniciativas num formato alternativo, com o objetivo de apoiar a economia local.

Começámos, inicialmente, por atribuir vales de compras no comércio local a cerca de 80 artesãos, costureiras e alfaiates integrados na rede de produção de máscaras sociais, o que permitiu fazer circular cerca de 6000€ na economia local. Seguiu-se a campanha “Verão Prata” com distribuição de vales no valor de 1600€ e a oferta de uma larga quantidade de outros vales no âmbito de iniciativa que tiveram lugar ao longo dos meses. Levámos a cabo uma versão alternativa e segura do São Brás Fashion, montra digital do nosso comércio local.

Aproxima-se a celebração de um natal diferente, possivelmente com restrições que afetam as famílias e também o comércio local. Existe algum apoio específico para esta época?

O estímulo ao consumo interno tem sido um objetivo prioritário, tendo sido criado desde o início da pandemia o Programa de incentivo ao consumo local “Compre Cá Dentro” revestido de um conjunto de ações.

No contexto atual, com o constante agravamento da crise que ameaça grande parte dos setores da nossa economia, lançámos um conjunto de medidas suplementares, no seio das quais criámos a Campanha de Natal “Antecipamos o natal para apoiar o Comércio local”.

A oferta de vales de natal para comércio, serviços e restauração local; com sorteios no valor global de 3500,00€, alargados a 7 semanas; o lançamento de um catálogo de natal; para incentivo ao consumo, e a realização de campanhas para apoio às empresas e também aos artesãos e

produtores locais, até com o lançamento de uma Feira da Serra on line de Natal.

A colocação de iluminação de natal, nas principais artérias comerciais é outra das medidas que compõem esta estratégia, com um significativo investimento da autarquia, que representa um voto de confiança na qualidade e no espírito de resiliência da nossa economia local.

A pandemia despoletou uma crise económica e social sem precedentes. Que medidas têm sido tomadas pela Câmara Municipal nessa área?

As pessoas estão sempre no centro das decisões autárquicas. E neste contexto tão difícil, a resposta social foi naturalmente a nossa primeira prioridade, para a qual criámos o Fundo Municipal de Emergência, que reforçou medidas existentes e criou novas respostas sociais para fazer face às necessidades das famílias são-brasenses.

O lançamento recente de dois Programas de Apoio ao Arrendamento é um exemplo destas medidas, da maior importância para apoiar a nossa população.

Todos os serviços e respostas sociais foram adaptados e reforçados através dos projetos de intervenção comunitária, assim como muitos outros serviços que se mantiveram em atendimento telefónico ou via e-mail, tal como, a título de exemplo, o apoio às vítimas de violência doméstica.

A par do combate ao isolamento e à solidão, o crescente número de famílias com necessidade de apoio alimentar foi outra área de intervenção prioritária com reforço de parcerias e verbas para aquisição de bens alimentares de primeira necessidade. A criação do novo Serviço de entrega de refeições fomentou a distribuição de refeições, a crianças e jovens, oriundos de famílias com maiores dificuldades económicas e sociais e ainda a famílias referenciadas e acompanhadas pelos serviços sociais e entidades parceiras, bem como o reforço da Plataforma Local de Ajuda Alimentar



“ Manter a nossa população informada é uma preocupação constante que temos nas diferentes áreas. ”

ENTREVISTA



distribuidora de cabazes de bens essenciais.

Na área da educação e face às dificuldades de acesso a equipamentos adequados para ensino digital a crianças e jovens alunos do concelho oriundos de famílias com menores recursos económicos, a Câmara Municipal adquiriu uma centena de equipamentos informáticos com acesso à internet, garantindo assim o ensino a todos os alunos do 3.º ciclo e do ensino secundário, num investimento superior a 22.000,00€.

O apoio à população sénior, a alimentação, o acesso à educação, o apoio ao arrendamento de uma habitação condigna, foram algumas das 20 ações desta estratégia global, que se mantém até aos dias de hoje e que continuará de mãos dadas com quem mais precisa.

Esta dimensão social é reflexo do aumento do desemprego? Quais as medidas adotadas para minimizar esse impacto?

Sem dúvida, direta ou indiretamente, muitas foram as famílias que viram os seus rendimentos reduzidos ou que ficaram mesmo sem rendimentos. Preocupa-nos de sobremaneira o crescimento do desemprego, pelo que reforçamos recentemente a Estratégia Municipal de Combate ao

Desemprego, constituída por três eixos de ação, nomeadamente: apoio à população desempregada; apoio aos jovens e a empresas do concelho.

A criação de um novo grupo nas redes sociais para divulgação de ofertas de emprego ou formação, a criação de um serviço de apoio à inserção profissional dos jovens e a criação do Prémio de Empreendedorismo Jovem, para apoio às empresas que fomentem a criação de emprego são exemplos destas medidas, implementadas num trabalho em rede que tem sido fundamental.

Apesar da pandemia, São Brás foi um concelho visitado por muitos turistas durante o verão, será que esta realidade de concelho de risco vai afastar o turismo?

Felizmente, durante os meses de verão e apesar do difícil contexto, foi possível acolher um número significativo de turistas em resultado da crescente consolidação do destino São Brás de Alportel associado a um turismo de qualidade, que é já referência no segmento natureza, cultura e com forte expressão ao nível do turismo residencial, que constitui aliás motor fundamental do desenvolvimento económico do concelho.

No entanto, esta pandemia, sentida a nível mundial, limitou a livre circulação de pessoas entre os vários países, o que veio estagnar os mercados, levando a uma crise sem precedentes no setor turístico, e São Brás de Alportel naturalmente não lhe foi imune.

Face a este difícil contexto temos procurado lançar medidas e fortalecer sinergias, para ajudar as empresas ligadas ao setor turístico. É com este objetivo que temos trabalhado e continuaremos a trabalhar todos os dias. A Câmara Municipal tentou desde logo minorar os impactos da crise no setor, mediante apoio diretos do Gabinete de Apoio ao Empreendedor como já referi anteriormente, seguindo-se o lançamento da Campanha de Promoção Turística "Vá para fora cá dentro mesmo", com aposta na promoção e na emissão de vales para utilização em estabelecimentos de alojamento e restauração.

Proseguiram-se outras medidas de complemento a esta estratégia, bem como a abertura de novos pólos de atração turística no concelho: a recém-inaugurada Casa Memória da EN 2, que acolheu 1200 visitantes nos primeiros dois meses de funcionamento, seguindo-se para breve abertura do Pólo Interpretativo "Casa da Serra do Caldeirão".

Nestes tempos difíceis, precisamos ajudar

este setor fundamental da nossa economia a renovar a sua esperança, a convicção de que esta será apenas uma fase menos boa da nossa história, mas que ainda há muitas outras páginas por escrever.

Permita-me ainda dizer, com orgulho, que os **são-brasenses têm sido um exemplo no país e na região, dando provas do seu espírito solidário e de dever cívico cumprindo, na sua maioria, todas as orientações de higiene e segurança da Direção Geral de Saúde.**

A todas/os vós, o meu muito obrigado, e também em nome do executivo municipal e de toda a nossa comunidade! Que continuemos assim, unidos e sem dar tréguas a este inimigo comum que se combate na prevenção mediante: uso de máscara, distanciamento social, higiene regular das mãos e etiqueta respiratória e na solidariedade, cuidando da nossa economia local.

São Brás de Alportel, 13 e novembro de 2020

CULTURA

Contos in pandemia

A Oficina - Parte II

(...) Um mundo à parte, era o desconhecido e vem bater-te à porta. Como entrega especial.

Novas formas de aceitar a vida. Não há muitas regras. É tentar sobreviver todos os dias.

Não há mãos dadas, por vezes olhares cúmplices, discretos e conhecedores que se cruzam a roda da mesa e num rasgo de segundo, tudo se vê...tudo se diz...tudo se sabe, e pronto passou...ninguém viu, ninguém ouviu...ninguém soube.

O manto da noite é ideal, esconde os amantes que se querem ver, que não se querem saber, antes ocultos pela rede social em mensagens privada. A brincadeira saltou para fora do ecrã do telemóvel, ganhou vida própria para além da conversa na rede.

-Há um problema com o meu carro. Sabe indicar-me uma oficina?

-Sei, eu sou um bom mecânico.

-Olha que interessante, não tínhamos



BETH MELETI

falado sobre este teu lado.

-Ah, pois é! Tenho é que agendar com alguma antecedência...

-Então a tua oficina tem muita procura?

-Não é bem isso, preciso saber qual o problema no seu carro, de forma a poder garantir que o trabalho seja bem executado para que não haja depois reclamações.

-Mas então a sua oficina não oferece garantias do trabalho que efetua?

-Pois este tipo de reparações não costumam ficar com defeitos.

-Então o senhor tem uma oficina completa com todos os tipos de ferramentas que capacitam os vários arranjos.

Continua na próxima edição...

Campo dos Machados

Hoje passei por aqui
E fiquei apenas olhando
Não sei bem o que senti
Algo me estava chamando



RUI AFONSO

Olhei para o campo vazio
Balneários, balizas e bancadas
Algo que agora é sombrio
Outrora, tardes, noites apaixonadas

Várias gerações aqui passaram
Partilhando o gosto do futebol
Muitos jogavam e treinavam
Fazendo chuva, frio ou sol

Recordo com alguma saudade
Muitos desses momentos
Não só futebol, mas fraternidade
E muitos outros sentimentos

Também convívios aqui se faziam
O encontro solteiros e casados
No 25 de abril muitos iam
Ao campo de futebol dos Machados

Agora um lugar esquecido
Ficam no tempo as histórias
Para muitos o que foi aqui vivido
Ficará para sempre nas memórias

Observando tudo aqui em redor
Lembro-me por um segundo
Que aqui também jogou o melhor
Sim, o melhor do mundo

Mas agora vou sair daqui
Como muitos, esperançado
Que possa no futuro voltar aqui
E isto... tenha mudado...

A vida do emigrante

A vida do emigrante
Deixar a sua terra Natal
Parte para outra nação distante
Mas nunca esqueci Portugal



JOSÉ SANCHO

Noutra nação começa nova vida
Trabalhando duro para arranjar dinheiro
Deixou pai e mãe na sua terra querida
Partindo com esperança para o estrangeiro

Por muitos anos foi trabalhando
Para mais tarde já cansado se reformar
A sua terra Natal algumas vezes visitando
Para alguns familiares e amigos visitar

Noutra terra começou a sua família
E os anos se foram passando
Trabalhando dia a dia
Para os filhos ir criando

Estarei louca?

Do canto do olho
Uma lágrima teima em cair.
Deslizando suavemente pelo rosto.
Será desgosto?
Quem sabe!



HORTENSE INÁCIO

Pelo caminho encontra o sorriso.
Mas que sorriso?
Sorriso amargo?
Sorriso de dor?
Sorriso de Amor ?

É neste momento que eu entendo
Como é duro o sofrimento
De quem por ironia do destino

Aquela teimosa lágrima
outra se juntou, e ainda mais outra.
E penso :
Estarei louca?

A voz um dia falhou,
Mas a poesia.....AH a poesia
essa não acabou, e nem a lágrima a secou.

Loucura de Ternura!
Loucura de Amargura!
Mas o sorriso, teima em voltar
Que a lágrima logo vai apagar.

Do pensamento à escrita

Cada um de nós tem um propósito
E é tempo de começar a fazer mais do
que aquilo que se tem feito...
O nosso propósito com o Pai dos Céus
aqui na terra é um projecto para o
honrar com a nossa vida, todos dias
enquanto vivermos...
Um projecto entre nós e Ele pelos
outros a nossa volta.
Não conseguiremos agradar e ajudar a
todos, mas podemos fazer diferença e
melhorar o que há a nossa volta.
O propósito deve fazer parte do nosso
dia a dia.



CECÍLIA AMADOR

Com fé na palavra e praticando.
Não tem de ser dentro de um edifício
ao que chamam igreja, tem de ser
cá fora, mas congregando na igreja
sempre que seja possível.
E acreditando que nossa vida não é por
acaso que existe.

Acorda povo português

Roubaram as armas em Tancos
Por guardas e militares
Os banqueiros, roubam os bancos
E os idosos morrem no lar



FERNANDO BARRIGA

Que mais vai acontecer?
Neste triste, mundo cão
Não quero morrer sem ver
Certos bandidos na prisão

Acorda povo português
Quarenta e cinco anos se passaram
Fazemos justiça a quem fez
Que a ditadura derrubaram

Neste cantinho à beira-mar
Bonito como um jardim
Muito me faz pensar
Como há tanta gente ruim?

São Martinho

Vem da colheita o vinho
A nossa mesa vai alegrar
A tomar mais um copinho
Para todos vir contentar
Vai te chuva já embora
Pra chegar o São Martinho
O calor que está lá fora
Até pede outro copinho
As castanhas assadinhas
No carvão ou na panela
Estão de veras quentinhas
Vou comê-las com cautela



ELEUTÉRIA PIRES

A tradição é já velhinha
Em dia de São Martinho
A castanha está prontinha
Pra provar o novo vinho

O Poeta Louco

Ninguém cala a boca ao mundo.
Há até quem passa meia vida
Distraído com outras vidas
Sem olhar pra sua um segundo.



JOÃO SILVA

Não caias no erro profundo
De desperdiçar parte da tua
Com partes que não são tuas

LOCAL

Fábio Miguel

E a paixão pelo desporto e associativismo



Fábio Miguel, 33 anos, natural de São Brás, é conhecido da comunidade pelo seu papel ativo em várias associações desportivas.

Jogador de darts há 6 anos, participou nas últimas semanas em torneios e provas, onde deu mais uma vez, a conhecer o seu talento. **"O que me fascina mais neste desporto é o convívio e o desafio de estar concentrado na hora de jogar."**

Em relação a esta modalidade, Fábio, já tem se apurado todos os anos para as Finais do Open Internacional em Porches, normalmente, realizado em Outubro, onde vem os melhores jogadores de todo o mundo: **"(...)jogo contra esses jogadores sem medo de ninguém e onde até já tenho ganho, faço sempre boas prestações, tendo chegado sempre ao quartos finais da competição."** FM

O tiro com arco é outra modalidade que este jovem sambrasense pratica já há 10 anos, no Monte dos Marafados, com o Marco Pedro. **"Este desporto ensinou-me muita coisa e onde tenho ido melhorando de ano para ano. Saliento o convívio entre os clube do algarve e ainda hoje aprendo muita coisa com eles."** FM

Fábio conta-nos que fez um bom

investimento este ano em material para ter um arco com mais qualidade e que o vai ajudar a obter melhores resultados.

Quando questionado sobre a valorização a estes desportos, Fábio é rápido na intervenção: **"Ao darts talvez não dêem muito valor porque apenas no Sport Cafe se pratica este desporto. Mas o tiro com arco, sim!"** FM

Estes são os desportos que pratica enquanto jogador, mas Fábio também faz parte do staff da Casa Benfica de São Brás de Alportel, onde está há três anos, a convite do Presidente Rui Caetano e do Mister André Guerreiro: **"Sinto-me muito bem na Casa Benfica, todos me receberam bem e não tenho razões de queixa de ninguém. É a minha segunda casa."** FM

Em termos de Futebol, Fábio já ingressou em vários projetos, desde a Sociedade 1 de Janeiro de São Brás de Alportel e também o 1 de Janeiro mas de Santa Catarina e a União Sambrasense.

"Quero agradecer a várias pessoas de todos os clubes por onde passei por me terem ajudado. Tenho feito parte de bons convívios e vou sempre aprendendo todos os anos. Obrigado a todos" FM

OPINIÃO PÚBLICA

COVID-19

São Brás foi decretado como um concelho de risco pelo nosso Governo. Considera que as medidas aplicadas são justas ou fomos vítimas da matemática por ser um concelho de baixa densidade?



SÍLVIA ROCHA

Como sambrasense de nascença, a viver e trabalhar nesta vila, acho injusto ser aplicado o estado de emergência com confinamento nos próximos dois fins de semana. Somos um povo humilde e temo-nos portado "bem". Um surto no lar terá sido uma consequência que mais dia menos dia iria acontecer pois a idade dos utentes é uma desvantagem nesta epidemia. No meu trabalho, nota-se o cuidado dos clientes e nós próprios também nos adaptámos ao pedido feito pela DGS, desinfetando frequentemente todas as superfícies, limitando a entrada de clientes e acrílicos de proteção. Penso que estamos a fazer tudo o que é possível e fechar o comércio não será a melhor maneira para travar o surto... vamos mostrar que somos um povo respeitador e que vamos dar a volta. Temos um clima e um ar puro que nos favorece. Votos de rápidas melhoras aos infetados e pensamento positivo.



TÂNIA CARMO

Quanto a esta situação, quando da saúde se trata, só posso dizer que devemos abraçar estas medidas para nosso bem e proteção. A Matemática é uma ciência exata e se o resultado dentro dos parâmetros para esta situação decreta que somos um concelho de risco, não há que reclamar mas sim colaborar. A economia precisa de ser fomentada nesta grande pandemia para evitar o colapso. Contudo considero que as restrições impostas apenas se tornam mais notórias no fim de semana em que o recolher obrigatório se deverá fazer a partir das 13 h, fora isso durante a semana com um recolher entre as 23h e as 05h da manhã, não vejo um impacto de maior, se é pelo zelo da nossa vida.



TIAGO PARREIRA

Sinceramente, fomos vítimas de um cálculo estatístico que não olha às características de cada concelho, até porque a grande maioria dos casos está circunscrito a um piso do Lar da Santa Casa. Contudo, com exceção da vertente económica para a restauração e comércio local que é deveras lamentável, a ser implementado teria de ser para todos e não só afetar, como sempre, os mais pequenos, não sinto que as medidas sejam tão limitativas quanto se quis parecer... são mais as exceções do que as interdições.



CATARINA FAÍSCA

Na minha opinião, sermos alvos de algoritmos é algo a que já nós devíamos ter habituado, porque é assim em tudo. Mas dada a maneira como a população tem agido, os cuidados de todos os estabelecimentos, a maneira como usamos as máscaras (bem mais e melhor que a maioria dos concelhos vizinhos)... acho injusto e é de certeza que é por uma fórmula matemática e não pela realidade sentida.

Foram contados os números dos casos do lar e sinceramente não sei se assim foi no resto dos concelhos. Porque o lar é um foco fechado, não entendo.



XANNABUX - CARTOON

Não é tempo para brincar!

CRISTIANA GUERREIRO



PROJETOS E NEGÓCIOS

Rafael Guerreiro

E o mundo do Design



(...) quero ter uma linguagem própria. E agora estou a conseguir. Na quarentena, estava a receber muito bom feedback e gostei dos posts que fiz (...)

Rafael Guerreiro, 24 anos, natural de São Brás, a terminar o mestrado em Design de Comunicação na Faculdade de Arquitetura, trabalha como Designer Freelancer há cerca de dois anos e meio, falou com o Sambrasense sobre o seu percurso e os seus projetos nas redes sociais.

ENTREVISTA

Em que projetos estás envolvido atualmente?

Estou a trabalhar com uma marca há cerca de 2 anos, como designer freelancer, e através dessa vão surgindo outras oportunidades.

Há meses que trabalho mais, outros menos, mas é sempre compensador. As redes sociais ajudam imenso a divulgar o meu trabalho e tenho tido sempre procura.

Falaste que trabalhas para algumas marcas. Queres mencionar algum trabalho maior que tenhas feito?

Trabalho para a Cachaça 51, mensalmente crio o conteúdo das redes sociais deles, ou seja, recebo um plano mensal com as ideias da equipa de marketing da empresa e depois tenho de transformar as ideias na linguagem deles e no que pretendem.

É um trabalho interessante e abriu-me portas para fazer o mesmo para outras marcas, isto pois, no mundo da publicidade, do marketing e do design o que acontece é que as empresas contratam uma agência de comunicação e essa agência é que trata de tudo.

No fundo eu sou contratado por essa agência que tem uma carteira de designers, e sempre que surge um trabalho novo, fazem propostas. Foi daí que surgiram os clientes que tenho mensais, tal como a Cachaça, a Mercantina

que é um conjunto de restaurantes em Lisboa, e dentro dessa agência de comunicação estão sempre a surgir trabalhos. E vou conciliando com a minha página @orafadesigner.

Fala-nos um pouco sobre a tua página @orafadesigner

A página não é nova, aliás, já a tenho há algum tempo, mas decidi renovar a imagem e apostar noutro tipo de abordagem. Aproveitei a altura da quarentena, pois achei que todos estávamos a passar momentos mais complicados, desafiei-me a mim próprio e tive durante um mês a fazer publicações nesse instagram.

Antes utilizava esse perfil para partilhar trabalhos que tinha feito e comecei a ter um grande feedback, mas como sempre gostei de fazer trocadilhos e abordar assuntos importantes na sociedade, questioneei o porquê de não utilizar o design para passar essas mensagens.

Tento sempre abordar temas do mais atual possível, a maior parte das vezes coloco um pouco de humor, outras vezes não e são assuntos mais sensíveis.

Qual é o teu processo criativo, sendo que publicas conteúdo diariamente?

Ainda não considero a minha página como



um trabalho. Quando crio conteúdo é quando estou inspirado.

Como trabalho como designer, praticamente de manhã à noite, não quero olhar para a minha página como uma obrigação nem sentir pressão por parte da mesma. Há alturas em que não publico tanto, e outras que publico mais. O que acontece é, normalmente tenho picos de criatividade e nesses picos, faço 8/9 posts. Acabo sempre por ter conteúdo para pôr.

Que feedback tens tido da tua página?

Na minha conta pessoal não tenho a preocupação de ver quem colocou gosto ou de ver quem me segue porque não me interessa. Mas na minha página de designer, quando vejo que um post tem sucesso gosto de ver o número de partilhas e de gostos, porque é muito giro ver pessoas que não me conhecem e estão a partilhar o meu trabalho porque gostaram e se identificam é gratificante. Às vezes torna-se um bocado viciante verificar se está a correr bem ou mal.

De todas as publicações que já pus, a que mais teve feedback foi na altura da quarentena, em que o anúncio da Mariza estava sempre a dar e tornou-se um bocado exaustivo! Estava em casa com a minha família, e comentei com o meu irmão e resolvi criar algo sobre isso. Pensei que estava engraçado, mas nunca pensei que tivesse aquele feedback, foi incrível.

Espero que a página venha a ter mais sucesso, porque é uma coisa que gosto e me deixa muito contente. Acabo por "fugir" um pouco às regras que tenho para as outras marcas, e onde consigo ser totalmente eu.

Essa página é a que dedico mais tempo e apesar de não ter um cliente direto para a página, acabo por ter clientes. Sei quem é o meu público-alvo e sei que tipo de conteúdo é que tenho de fazer para agradar as pessoas que me seguem.

O que mais te fascina nesta profissão?

Há muita coisa que me fascina em ser designer, e o quão polivalente pode ser o meu trabalho, diariamente crio coisas completamente diferentes. Na minha página mantenho sempre o mesmo registo, porque

faz sentido as pessoas saberem que fui eu que fiz. Até há cerca de um mês, estava com um bocado com dificuldade nesse aspeto, ou seja, quero ter uma linguagem própria. E agora estou a conseguir. Na quarentena, estava a receber muito bom feedback e gostei dos posts que fiz, mas visto todos juntos, achei que não havia coerência, e agora encontrei a linguagem que queria comunicar.

Sou uma pessoa bastante crítica, em relação a problemas e a assuntos que devem ser falados no nosso grupo de amigos, na nossa família, e acho que, tal como um escritor usa as palavras para expressar a sua opinião, eu como designer consigo fazê-lo de uma forma que, muitas das vezes, capto a atenção das pessoas e faço-o de forma espontânea. Muitas das vezes, sinto que escolhi a profissão certa quando tenho um dia de trabalho das 9h às 19h, e depois de jantar ainda vou para o computador criar conteúdo para a minha página simplesmente porque gosto. E gosto muito daquilo que faço.

Como é que a geração dos nossos avós encara a tua profissão?

Muitas das vezes têm dificuldades em perceber, na prática o que é um designer e o que faz. Quando digo designer, digo outras profissões que tenham surgido mais recentemente.

Não têm noção o que é um Designer e que faz muitas das coisas que veem diariamente, por exemplo, o rótulo das bolachas, do pacote de lixívia, tudo o que vêem na televisão que não seja gravado, todo o software que aparece no telemóvel, a capa de jornais, revistas, teve de estar lá um designer por trás.

No outro dia estava a explicar à minha avó que posso trabalhar numa empresa do que quer que seja porque todas as empresas precisam de um designer.

Há empresas que não têm orçamento para contratar um designer, mas idealmente isto seria um designer em cada equipa, e acho que no caso da minha avó com o tempo percebe, mas entendo que seja um pouco difícil de encaixar.

Há uns anos não existia os termos que existem hoje em dia, mas as profissões estavam lá e o objetivo era o mesmo.

PROJETOS E NEGÓCIOS

Os amigos (não) são para as ocasiões
Afago de Célia Sousa

“Eu acreditei, porque as pessoas acreditaram em mim, porque sozinha não chegava lá!”

Célia Sousa, natural de Olhão, mas a viver em São Brás há mais de 20 anos, é a criadora da marca Afago, um projeto de cosméticos 100% naturais. Todos os produtos são feitos de forma artesanal com muito rigor e cuidado e claro com muito afago!

ENTREVISTA

Como surgiu a paixão por este tipo de artesanato?

Já há mais de 40 anos, por influência do meu cunhado, médico de Medicina Alternativa, foi me incentivando a esta área. Na altura, já consumíamos soja, já fazíamos óleos manualmente para ver como saiam! Também fazíamos alguns sabões e já tínhamos muita vocação e vontade de explorar esta área de coisas naturais. Lembro-me tão bem de fazer óleo de espinafres!

Entretanto, casei e a minha vida mudou, comecei a trabalhar e essa paixão ficou meio apagada. Desde de muito jovem que sempre trabalhei por conta própria, e houve uma altura em que as coisas não começaram a correr muito bem, tinha lojas em Faro, mas senti a necessidade de trespassar para São Brás, mas nessa altura estava a instalar-se a crise em Portugal e fiquei quase um ano sem trabalho.

Pensei várias vezes no que poderia fazer, entretanto, fui para os produtos naturais! Já estava lá o bichinho. Com o apoio do meu cunhado, fui tirar várias formações e comecei no sítio onde trabalho atualmente, mas na altura, muito mais pequenino.

As pessoas foram gostando, e a Vice-Presidente Marlene Guerreiro ajudou-me imenso nessa parte. Lançou-me um desafio (fazer um sabonete de alfarroba), e penso que tenha sido a partir daí que com o feedback das pessoas fez com que me desse mais força e vontade de continuar.

Fui fazendo e fazendo! Cada vez que faço uma coisa nova, fico com borboletas na barriga e fico ansiosa sobre se vai dar certo ou não!

Comecei a fazer feiras, no início, no mercado aqui em São Brás. As pessoas gostaram! No fundo, elas é que me ajudaram! Eu acreditei, porque as pessoas acreditaram em mim, porque sozinha não chegava lá.

E a marca “Afago” há quanto tempo existe?

Antes era Célia Sousa 100% natural, porque comecei a trabalhar quase com uma linha branca, e na altura, a pessoa que me fez a linha branca sugeriu colocar o meu nome, e então coloquei.

Mas o Afago sempre esteve dentro do meu coração. Acredito que o amor é com afago e costume dizer que quando gosto muito de alguém “que bom gostar, com afago”.

Já tive momentos em que quis desistir porque as coisas nem sempre correm como nós queremos. Mas como costume dizer, “de vitória em vitória!”, as coisas não vêm tudo de uma vez, e tem de ser um processo de paciência porque gosto de ter bons produtos, e é normal umas vezes correr melhor e outras menos bem para chegar ao resultado final!

Que tipo de produtos são utilizados nos vossos cosméticos?

Tenho 7 gamas para conseguir dar um leque de escolhas e ir ao encontro de vários gostos!

Utilizamos glicerina vegetal, azeite de pecoliva, óleo de coco, cera de abelha, óleos essenciais, manteiga de cacau, manteiga de karité, maizena, lavanda, pétalas de rosa! Tudo na base de produtos naturais e de produtos na zona e criar um conceito algarvio nos produtos.

Dadas as circunstâncias que vivemos como é que se vive de um projeto artesanal?

Existiu um verdadeiro intercâmbio, as clientes vinham cá e deixavam o saquinho com o valor na maçaneta da porta, depois eu colocava o produto, acabou por ter o seu encanto. A maçaneta da porta era um intercâmbio.

Mas a verdade é que mais vale sofrermos uma crise do que ficarmos doente. Caímos e o sucesso é levantar-nos a seguir!

Que diferenças nota na comunidade em optar por produtos artesanais?

A mentalidade das pessoas está a mudar, há cada vez mais gente a valorizar, por exemplo, o sabonete em vez do gel de banho. Nota-se mesmo muita diferença!

Não gastam o recipiente, o sabão tem uma maior durabilidade do que os gel de banho, mesmo que sejam em pacotes económicos. E é muito melhor para a saúde sendo feito de produtos naturais.

Trabalho com um turismo rural, o Monte do Malhão e há dois dias uma senhora ligou-me a dizer que tinha adorado usar as amostras que estavam disponíveis, e quis-me comprar uma barra inteira. Vale a pena!

Ganho muita força e fico muito contente com estas pequenas coisas. Estamos aqui para edificar o trabalho do outro e outro o nosso!



O Jornal O Sambrasense iniciou no mês de Maio uma nova rubrica intitulada “Os amigos (não) são para as ocasiões” que tem como objetivo dar a conhecer pequenos projetos e iniciativas realizadas durante o tempo de quarentena ou que até tenham surgido mesmo durante este tempo de pandemia!

Está na altura de valorizar o que é nosso, o que é local e ajudar a manter vivos os negócios da terra. Se conhece um projeto de um amigo ou familiar que surgiu durante a pandemia envie-nos por e-mail mais informações: redacao.jornal.osambrasense@gmail.com

BOA VIDA

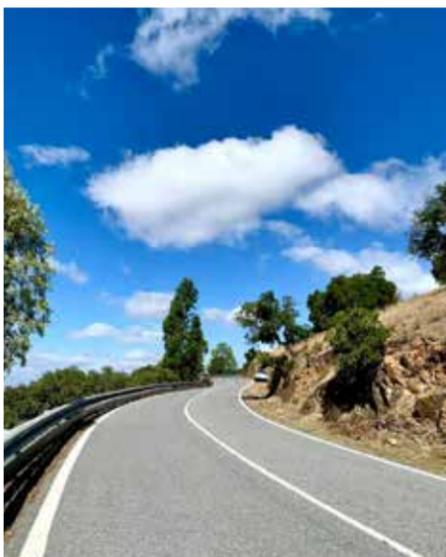
Mais vale Ir que ficar

EN2 e arredores - De Sul a Norte



SÍLVIA VIEGAS

"O meu projeto de viagem para este Outono/Inverno, por agora, é este: percorrer, de automóvel, devagar e por etapas, a cada vez mais famosa e concorrida EN2 e os seus arredores. Por uma questão de logística e proximidade, o início será no final, ou seja, no Km 738,5 em Faro. Objetivo: chegar a Chaves, ao Km 0! Quando? Não sei!"



é possível desfrutar de uma magnífica vista sobre a vila, a serra e, lá ao fundo, o mar!
Por altura do Km 718 (não encontrei o marco), do lado direito, encontra-se o Parque da Fonte Férrea, situado já na Serra do Caldeirão. No final da estrada de acesso há um parque de merendas, um café, a fonte com a famosa água férrea e o mais importante, o ar puro com cheiro a eucalipto que me traz memórias de infância! Nesta altura do ano, pela falta de água, o parque perde um pouco da sua beleza! O passaporte da EN 2 pode ser carimbado no Café Avalanche da Fonte Férrea!

P9 - DO KM 718 AO KM 704

A EN2 atravessa, o Concelho de S. Brás de Alportel, de sul para norte (ou vice-versa) numa extensão de cerca de 15 Km! A Serra do Caldeirão é famosa pelas 365 curvas do troço entre S. Brás e o Ameixial e este é também o troço onde a EN2 foi classificada como Estrada Património. Parámos nas Bicas da Serra, junto a uma das antigas casas dos cantoneiros, e onde se encontra o marco do Km 714! E entre curvas e contracurvas chegámos à próxima paragem, no Barranco do Velho, já no concelho de Loulé. E é no cruzamento da EN2 com a N124 que encontrámos mais uma das casas que era património da extinta JAE, passou para as mãos do Estado e foi entretanto vendida. Uns 650m mais à frente voltámos a parar para ir até ao Café/Restaurante "A Tia Bia", beber um café e carimbar o passaporte (Km 707)! Passámos depois pela Cortelha, onde em criança cheguei a ir assistir às corridas de Motocross!

O Café Cortelha (Km 705) estava fechado e não podemos acrescentar este carimbo à página do Concelho de Loulé. Mesmo à entrada do Vale Maria Dias passámos por outra antiga casa dos cantoneiros que está a ser remodelada e ampliada pela Câmara Municipal de Loulé e passará a ser a sede da Proteção Civil na Serra do Caldeirão! E terminamos esta publicação no Km 704, mesmo à saída do Vale Maria Dias!

As curvas são muitas, as paragens também são algumas e o tempo que se leva a fazer uma curta distância é algum! Já passava das 11h da manhã e ainda andávamos pelo Algarve! Parámos logo a seguir porque vi a tempo o marco do Km 700! Parar onde se



quer é mais complicado para quem viaja de automóvel e também não é fácil para o condutor pois o pendura (eu) avisa de repente que é ali que quer tirar mais uma foto! Claro que nem sempre é possível! Fomos encontrando cada vez mais motards em sentido contrário mas foi no Miradouro do Caldeirão que nos juntámos a alguns dos viajantes da EN2, grande maioria quase a terminar a viagem, para apreciar a paisagem serrana!

O miradouro da Serra do Caldeirão (freguesia do Ameixial - Loulé) está situado a pouco mais de 500m de altitude, e ali, para além de se apreciar a paisagem, respirar o ar puro e esticar as pernas também se pode aproveitar o espaço disponibilizado para uma merenda.

A 6km do Ameixial, entre a localidade de Cavalos e a de Besteiros, encontrámos mais uma das antigas casas dos cantoneiros! Está a ser renovada e ao pesquisar vi que está à venda por € 139 000,00! Alguém interessado?

O marco do Km 692 foi um dos mais difíceis de fotografar pois encontra-se do lado esquerdo da estrutura metálica de segurança e não se consegue parar no local! Mas caminhei um pouco, passei para o lado de lá do rail e consegui! Sempre em segurança que uma fotografia não vale tudo! E já passava do meio-dia quando chegámos ao Ameixial, onde carimbámos o passaporte (Km 688)!

Continua na próxima edição!

P8 - S. BRÁS DE ALPORTEL - KM 722

Como já tinha referido, mesmo ao lado do marco do km 722 está a "Casa Memória da EN2" que nasceu na antiga 8.ª Secção de Conservação das estradas do distrito de Faro. O local foi encerrado nos anos 80 e agora, passados 3 décadas, voltou a abrir portas para dar a conhecer aos seus visitantes a história da EN2 e dos seus cantoneiros!

O marco do km 722 encontra-se mesmo no centro da vila, no cruzamento da EN2 com a N270 e junto ao Largo de São Sebastião. Do lado esquerdo está o marco, que foi recuperado, felizmente, com as cores originais, ou seja, vermelho e preto!

Ali ao lado está a "Casa Memória da EN2", inaugurada a 22 de Agosto! Visita obrigatória para que quer saber mais um pouco sobre a Estrada e aproveitar para carimbar o passaporte!

P8 - DO KM 721 AO KM 718...

O marco do Km 721 encontra-se mesmo à saída da vila de S. Brás de Alportel! Este marco também foi recuperado recentemente.

Algumas centenas de metros mais à frente, à esquerda, pode fazer-se um pequeno desvio à rota e percorrer cerca de 1500m até ao Miradouro do Alto da Arroiteia de onde



Escolha



<p>DALVA RESERVA TINTO 2016 Produtor: C. da Silva Vinhos Região: Douro Enólogo: José Manuel Sousa Soares Castas: Touriga Franca, Tinta Roriz e Touriga Nacional Alcool: 13,50 % Preço médio de venda: 7 €</p>	<p>QUINTA DO GRADIL Cabernet Sauvignon e Tinta Roriz Tinto 2015 Produtor: Quinta do Gradil Região: Lisboa Enólogo: Tiago Correia Castas: Cabernet Sauvignon e Tinta Roriz Alcool: 13,50 % Preço médio de venda: 6,5 €</p>
<p>COTTAS 2017 Produtor: Quinta de Cottas Região: Douro Enólogo: Manuel Vieira Castas: Touriga Nacional, Touriga Franca e Tinto Cão Alcool: 13 % Preço médio de venda: 7,60 €</p>	<p>AZUL DO VENTOZELO 2016 Produtor: Quinta do Ventozelo Região: Douro Enólogo: José Manuel Sousa Soares Castas: Touriga Nacional, Touriga Franca e Tinta Roriz Alcool: 13 % Preço médio de venda: 7 €</p>

BOA VIDA

Sugestão do Chef**O Marquês - Tapas & Petiscos**

A proprietária do Restaurante O Marquês que tinha iniciado a sua atividade em 2012 no sítio da Gralheira decidiu enveredar por um novo conceito, de Petiscos Quentes e Tapas com influências caseiras, ibéricas e internacionais, acompanhados de uma aconchegante garrafa de vinho ou de uma imperial efervescente. Esta transformação levou-a a procurar um espaço mais pequeno e aconchegante, o qual fez questão de remodelar e decorar com a sua autoria e que está localizado na Rua Jornal O Sambrasense, junto à Praça da República, em São Brás de Alportel e abriu as suas portas no passado dia 1 de Novembro de 2020.

**TAPAS****Ovos Mexidos com Alheira****INGREDIENTES:**

- ▶ 1 Alheira
- ▶ 2 ovos
- ▶ Azeite
- ▶ Sal e Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO:

▶ Unte uma frigideira antiaderente com azeite. Abra e retire a pele da alheira, coloque-a na frigideira e deixe-a alourar enquanto a mexe e desfaz. Junte depois 2 ovos, tempere com sal e pimenta a gosto e mexa até estar consistente.

PRATO PRINCIPAL**Polvo com Batata Doce na Frigideira****INGREDIENTES:**

- ▶ Polvo
- ▶ 2 folhas de louro
- ▶ 1 Cebola Inteira Descascada
- ▶ Pimenta a Gosto
- ▶ 3 Batatas Doces
- ▶ 3 dentes alho laminados
- ▶ Azeite q.b.

PREPARAÇÃO:

▶ Coza o Polvo numa panela, coberto por água, com uma cebola inteira sem casca e pimenta a gosto;
 ▶ Deixe cozer lentamente, quando conseguir espetar o garfo na cebola o polvo estará cozido;
 ▶ Noutro recipiente coza as batatas doces em água e sal;
 ▶ Numa frigideira junte os alhos laminados com azeite e deixe alourar, adicione o polvo já cozido e cortado em cubos e 5 minutos depois, a batata cozida igualmente aos cubos, temperando a gosto com sal e pimenta;
 ▶ Sugerimos servir com um raminho de coentros.

SOBREMESA**Morangos Flambeados****INGREDIENTES:**

- ▶ 250g Morangos cortados em quartos
- ▶ Manteiga
- ▶ Açúcar Amarelo
- ▶ 1 Cálice Brandy a gosto

PREPARAÇÃO:

▶ Numa frigideira antiaderente coloque duas colheres de sopa de manteiga, deixe derreter e em seguida junte duas colheres de açúcar amarelo;
 ▶ Junte os morangos, adicione o cálice de brandy e com a ajuda de um isqueiro comprido acenda a mistura até que se apague e crie uma calda;
 ▶ Sugerimos acompanhar com gelado de baunilha.

BC
design

Benedito Cozinhas

Av. da Liberdade, Lt.5 - Lj.B
8150-101 S.Brás de Alportel

289 841 893 / 96 32 62 444

geral@beneditocozinhas.com
www.beneditocozinhas.com

Cozinhas
Kitchens



AGENDA

ACONTECE...

O Jornal "O Sambrasense" convida-o a desfrutar de alguns eventos a acontecer durante o mês de Novembro, mês dedicado mês de S. Martinho, do cheiro a castanha assada, de manhãs frias e dias curtos! Aproveite e desfrute das atividades do município.

INFORMAÇÃO



Informamos os interessados em anunciar os seus produtos em placards de publicidade, no Campo Sousa Uva em São Brás de Alportel que devem contactar a União Desportiva e Recreativa Sambrasense, utilizando para tal:

916 956 204 | 289 841 439

28

SÁBADO | 21H30
FACEBOOK OU MEOKANAL 205250

Gala de Entrega dos Prémios da Juventude 2020

29

DOMINGO | 15H30
FACEBOOK DA ACS

Festival Juvenil de Acordeonistas

30

SEGUNDA-FEIRA
CINETEATRO SÃO BRÁS

Cinema Lua: J'accuse

De Roman Polanski

SOPA DE LETRAS

PAISES

C	O	R	A	A	I	D	N	I	D	V	L	Q	F	U	PORTUGAL
D	J	N	N	L	P	N	S	B	F	G	M	Z	Y	J	ESPAÑA
E	G	H	G	A	U	S	T	R	A	L	I	A	U	D	HOLANDA
O	B	O	O	G	Q	U	E	N	I	A	Y	V	Y	X	ALEMANHA
H	D	L	L	U	F	A	A	N	D	O	R	R	A	W	ITALIA
C	F	A	A	T	L	R	H	C	I	T	A	L	I	A	BRASIL
C	S	N	T	R	T	U	P	N	G	N	M	R	I	D	ANGOLA
Z	T	D	S	O	T	H	X	G	A	A	E	S	T	T	INDIA
M	W	A	L	P	J	U	E	E	R	M	E	N	K	D	CHINA
I	A	Q	I	T	C	S	R	R	M	N	E	J	T	E	QUENIA
C	T	L	M	S	P	H	O	Q	O	B	H	L	T	R	AUSTRALIA
H	D	E	A	A	S	C	I	D	U	V	U	W	A	A	TURQUIA
I	S	C	N	S	O	U	N	N	R	I	H	R	E	D	MARROCOS
L	M	H	S	S	I	R	G	A	B	A	B	G	Y	INDONESIA	
E	A	N	D	L	Z	A	B	R	A	S	I	L	Y	O	RUSSIA
															MALASIA
															LUXEMBURGO
															ANDORRA
															CHILE



TELEFONES ÚTEIS

- ▶ Câmara Municipal 289 840 000
- ▶ Biblioteca Municipal 289 370 360
- ▶ Centro de Artes e Ofícios 289 840 120
- ▶ Pavilhão Desportivo Municipal 289 840 200
- ▶ Piscinas Municipais Cobertas 289 840 070
- ▶ Veterinário Municipal 289 840 008
- ▶ Linha Nacional de Socorro 112
- ▶ Nacional de Proteção Civil 117
- ▶ Bombeiros Voluntários 289 842 606
- ▶ Linha Saúde 24 808 242 424
- ▶ Centro de Saúde 289 840 440
- ▶ Guarda Nacional Republicana 289 840 800
- ▶ EVA Transportes 289 842 286
- ▶ CTT 289 840 180
- ▶ Junta de Freguesia 289 842 174
- ▶ Associação IN Loco 289 840 860
- ▶ Táxis S. Brás de Alportel 289 842 611



FARMÁCIAS DE SERVIÇO
HORÁRIOS

FARMÁCIA S. BRÁS

NOVEMBRO
3 | 5 | 7 | 8 | 9 | 11 | 13 | 17 | 19 | 21 | 22 | 23 | 25 | 27

DEZEMBRO
1 | 3 | 5 | 6 | 7 | 9 | 11 | 15 | 17 | 19 | 20 | 21 | 23 | 25 | 29 | 31

FARMÁCIA DIAS NEVES

NOVEMBRO
1 | 2 | 4 | 6 | 10 | 12 | 14 | 15 | 16 | 18 | 20 | 24 | 26 | 28 | 29 | 30

DEZEMBRO
2 | 4 | 8 | 10 | 12 | 13 | 14 | 16 | 18 | 22 | 24 | 26 | 27 | 28 | 30

A FECHAR

**Dicas a Granel***O fantástico mundo dos cogumelos*

Não sei se é mundo dos cogumelos que é encantado ou se sou eu que sou encantada por eles, mas desde bem cedo que fazem parte da minha alimentação, e hoje estão presentes nela diariamente. Descobrir e fotografar cogumelos silvestres no campo é de uma liberdade imensamente prazerosa para mim. A descoberta deste mundo fantástico com uma grande diversidade são um fascínio. Mas descobrir os cogumelos silvestres comestíveis é outra aventura para outros olhos mais experientes que não os meus. Recordo as estórias alegres da minha mãe sobre as púcaras (*Macrolepiota procera*), naqueles tempos em que se andava mais a pé para ir para a escola ou ajudar os pais nos trabalhos de campo, e que quando fazia essas descobertas ganhava o dia (hoje escrevo este artigo após um aconchegante almocinho de púcaras). Mais recentemente deram-me a provar uma outra iguaria sem igual: os bonitos cantarelos cheios de sabor (*cantharellus cibarius*, na foto). As trombetas da morte (*Craterellus cornucopioides*), o

cogumelo preto mais estranho e que mais receio tive em comer, apesar de não ser parecido a nenhum outro e por isso ser relativamente seguro comer.

Recordo que a utilização de cogumelos silvestres na alimentação tem riscos, só uma correta identificação pode garantir a segurança no seu consumo. A maioria dos cogumelos não têm interesse gastronómico. Existem uns com muito interesse comestível, e outros que se podem comer mas que não têm bom sabor, e há também os mortais. A identificação de um cogumelo deve ser feita no momento da colheita, pois as condições depois podem alterar-se.

O cogumelo comestível e o tóxico, por vezes nascem ao pé um do outro na natureza, mas não se contaminam.

O cogumelo em si é o que representa a frutificação do fungo, ou seja, o fruto.

Os cogumelos são cerca de 90% água, por isso quando são desidratados ficam muito leves.

Existem três formas de vida dos cogumelos: parasitas, decompositores e micorrízicos.

Os parasitas são responsáveis por levarem à morte as árvores que atacam, por isso, quando os encontramos podem querer dizer que existe uma doença florestal grave naquela zona.

Os decompositores, que são os mais fáceis de produzir, quando se conhece os seus processos de produção, decompõem árvores mortas, folhas, detritos, restituindo ao solo os minerais neles contidos, sendo essenciais nos ciclos bioquímicos.

Os micorrízicos conhecidos como cogumelos silvestres, que podem ser colhidos na floresta, vivem em harmonia com as árvores e são os seus aliados. As árvores vivas e micorrízicas aproveitam os nutrientes repostos pelos fungos, e eles recebem os açúcares das plantas. Desta

forma as árvores ficam mais resistentes à seca.

Os cogumelos devido à sua forma de se reproduzirem por vezes formam os chamados anéis de fadas ou de bruxas (de ano para ano vão aumentando de diâmetro pois a cadeia de micélio entre si vai crescendo e os silvestres vão nascendo nas margens).

Sabiam que os cogumelos formam entre si canais de comunicação ao longo de toda a floresta? Sem os fungos teríamos manta morta da altura de um prédio de 7 andares, e o planeta seria inabitável. É abaixo dos 10cm que se criam canais de comunicação pelo sistema radicular das árvores e pelas formações de micélio, são tão grandes que podem alcançar as dezenas de quilómetros. É através desta comunicação que os fungos ajudam a saber o que está a acontecer na outra ponta da floresta, alertando as árvores e preparando-se para o que aí vem, por exemplo um incêndio.

Os cogumelos absorvem tudo, seja o que é bom ou mau, por isso é que tem de se ter cuidado, uma vez que podem absorver os metais pesados da poluição junto das estradas ou então químicos de produções agrícolas, por exemplo.

Em relação aos cuidados com o mato para que não se destruam os fungos, em primeiro lugar a melhor opção é sempre a pastorícia, e em segundo lugar, roçar o mato, pois desta forma não intervimos com o micélio, e neste caso destroçamos e devolvemos a matéria orgânica ao solo, que é o que o fungo também faria.

Os cogumelos crescem muito rápido e em horas podem passar do ponto certo e estragarem-se.

Tirei há cerca de 3 anos todos os cursos de produção de cogumelos que havia na altura em Portugal: produção em substratos ou troncos e cogumelos silvestres. Pensei fazer

um projeto de criação de cogumelos, mas havia algumas dificuldades, nomeadamente de investimento que não foram possíveis ultrapassar. O lado bom é que esta descoberta de que não era o momento certo para avançar com esta produção, ajudou-me a crescer e por isso hoje existe a Bialógica, onde temos deliciosos cogumelos shiitake (*Lentinula edodes*) produzidos em substrato e que em Portugal não existem na Natureza.

O cogumelo shiitake é um alimento de alto valor nutritivo, rico em proteínas, fibras vegetais, algumas vitaminas do complexo B (B2, B3, B5, B6, B9) e minerais como o cálcio, magnésio, fósforo, potássio e ferro. É um alimento com baixo teor de gordura e sódio. Tem propriedades medicinais como o reforço do sistema imunitário e propriedades anti-inflamatórias.

Quanto a receitas? É só dar uso à sua criatividade...As preferências por cá são: shiitake salteados, massa com tomate, cebola e shiitake ou feijoada de shiitake.

O cogumelo shiitake é um dos alimentos com maior quantidade de umami do mundo! O umami é o quinto gosto (além de amargo, doce, salgado e azedo/ácido), característico por gerar salvação ou aquela sensação de água na boca.

E vocês? Também ficaram com vontade de experimentar?



ANA BEATRIZ BERNARDO DE JESUS

Pavimentação e reparação de estradas municipais em São Brás

O Município de São Brás de Alportel tem em curso um conjunto de trabalhos de pavimentação e reparação de estradas municipais em vários locais do concelho.

Apesar das dificuldades colocadas pela pandemia provocada pelo COVID19, com o empenho da divisão técnica, o município de São Brás de Alportel avançou para a concretização de mais uma empreitada de reparações e pavimentações em estradas municipais.

Estes trabalhos são realizados anualmente pelo município no âmbito de um plano municipal faseado, para proceder à manutenção das estradas municipais e,

desta forma, contribuir para uma maior segurança como atestam os baixos índices de sinistralidade rodoviária.

As diversas reparações e pavimentações foram adjudicadas à empresa Vítor Manuel & Pedro Lda. pelo valor de 20.759,50 euros, acrescidos de IVA, que consistem na reposição de pavimentos, corte e fresagem, reforço de bermas, levantamento de aros e tampas, limpeza e aplicação de betuminoso.

Ciente da importância das acessibilidades ao concelho, e no concelho, para a dinâmica social, turística e económica, o Município continua a fazer investimentos nesta área tendo como princípio a boa gestão criteriosa dos recursos financeiros disponíveis.



Recordar o Passado Esplanada do Café Ervilha

Fotografia dos anos 80

Chamone, Alberto Macário, João Papam (Panasqueira), Zézoca, Zé do Décio, Abílio, Emídio (Pai do Zé Mouzinho)

Fotografia cedida por Abílio Santos