



o Sambrasense

Mensário Regional de Defesa dos Valores do Barrocal e Serra Algarvios

FUNDADOR **JACINTO DUARTE** | DIRECTOR **JOAQUIM GONÇALVES** | CHEFE DE REDACÇÃO **ISA VICENTE** | DESIGN **TELMA CLARA**



BSC
PROJECTOS

Desde 2002 a projectar o Futuro

ENGENHARIA ENERGIA ECO-BUILD

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

AUTÁRQUICAS 2021

ENTREVISTAS AOS CANDIDATOS À CÂMARA MUNICIPAL



LOCAL

Novos projetos marcam o 107º Aniversário de São Brás de Alportel

20

REPORTAGEM

Jovens Sambrasenses são Finalistas Universitários nas mais diversas áreas

18

PROJETO E NEGÓCIOS

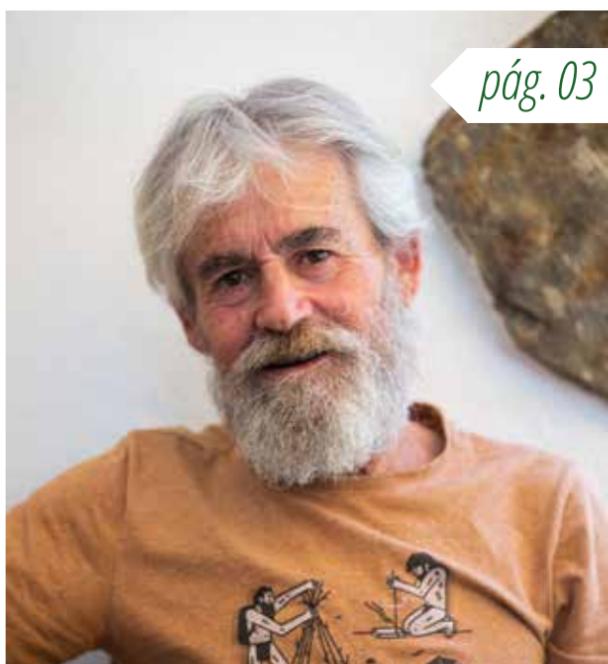
Dias de Aroma promove plantas aromáticas biológicas em plena serra algarvia

24

PATRIMÓNIO

Tributo aos Antigos Combatentes na Guerra Colonial

05



O testemunho incrível de Justino Barros



Abílio Barros: uma vida na primeira pessoa



A história de José Silva e Dolores no Café Água Branca

A ABRIR

Editorial

Ao dia 27 de maio de 2021, pelas 21h00, a direção do União Sambrasense reuniu-se como muitas vezes o faz. Desta vez, com a seguinte ordem de trabalhos: datas de assembleias, apresentação de contas ano 2021, marcação de eleições, lançamento do Livro "50 anos de Memórias" e antes de tudo, o aniversário do clube ao dia 10 de junho.

Uma data importante para o nosso clube e para o jornal, data em que lançámos o site do nosso jornal, um marco na existência deste clube com vista ao futuro em que todos os sambrasenses poderão disfrutar de acesso

ao minuto sobre todas as incidências do clube, da vila, do nosso país e do estrangeiro. As publicidades serão mais visíveis e mais acessíveis, onde todos poderão publicitar os seus negócios.

No dia 9 de julho será a apresentação de contas aos sócios, segue-se no dia 7 de agosto, o lançamento do livro e ao dia 16 de setembro serão as eleições para os novos corpos gerentes.

Esta nova direção pretende adicionar elementos mais jovens e dinâmicos com vontade de ajudar este clube, o chamado sangue novo, composta por 25 membros com objetivos bem definidos para os próximos 2 anos em vez de 3 como mandam os estatutos. E 2 anos porquê? Porque este último mandato tem quase 4 anos dada a

situação pandémica e assim será ajustado o tempo para que não hajam vozes mal-intencionadas.

Quero ainda deixar um apontamento no que diz respeito à publicação do livro UDRS que está prestes a ser lançado em agosto, no nosso salão, com as medidas de higiene e segurança impostas, onde os convidados terão que confirmar presença, será, pois, neste salão onde nasceram muitas tertúlias, partilhas de memórias e histórias para que este livro fosse feito. Com alguns percalços, algumas traições pelo caminho, mas tudo se fez e o livro vai sair com muitas fotografias, conteúdo e dedicação. Um livro onde poderá encontrar centenas de atletas sambrasenses e não só, diretores, treinadores, avós, filhos e netos que poderão recordar velhos tempos.

PS: se alguém quiser falar sobre o livro do Sambrasense e o porquê da existência de um outro livro escrito até 1970, se o fizer em verdade será dado honras de primeira página, se não virem ninguém na primeira página é porque alguém mentiu e tal honra não será concedida.



JOAQUIM JOÃO



Bem-vindo ao site do Jornal O Sambrasense

MOMENTO DO MÊS

Jornal O Sambrasense dá passo em frente na era digital

Ao dia 10 de junho, o Jornal O Sambrasense lançou o seu site onde poderá aceder a notícias exclusivas, edições anteriores, entrevistas, reportagens, artigos de opinião e muito mais! Sentimos a necessidade de estar mais perto de si, para além do formato em papel, que pode aderir e receber em casa, agora estamos apenas à distância de um clique.

Queremos ser melhores, queremos fazer mais! Apostar em ferramentas digitais, em reportagens visuais, divulgar os eventos da terra diariamente, publicitar os negócios e projetos.

Ajude-nos a ser melhor, fique desse lado, desfrute de uma boa leitura! Seja nosso

assinante aqui ou em qualquer parte do mundo e não deixe de ler em papel, pois lá haverá sempre artigos exclusivos para os assinantes.

É por si que estamos a dar este passo. Sempre isentos, transparentes e informativos, tal como prometemos há 32 anos atrás.

Os nossos maiores agradecimentos aos nossos colaboradores, cronistas, assinantes, leitores e em especial ao Presidente de Assembleia da União Sambrasense, Paulo Bernardo e à sua equipa da W4M, que nos ajudaram a fazer nascer este site.

*O seu jornal,
O sambrasense*

BREVES



São Brás de Alportel na Rota do projeto Espaço Saúde 360º Algarve

O Município de São Brás de Alportel assinou um protocolo de cooperação com a Associação Plataforma Saúde em Diálogo que está a implementar o projeto Espaço Saúde 360º Algarve. Um projeto que tem como objetivo promover a literacia em saúde em idosos algarvios de grupos mais vulneráveis através da dinamização de um conjunto de iniciativas.

A iniciativa dirigida a cidadãos algarvios com mais de 65 anos é desenvolvida em torno de três eixos: a promoção da saúde e prevenção da doença; navegação no sistema de saúde e a gestão da doença crónica.

Um programa apoiado pelo Programa de Promoção da Operacionalização Regional do Algarve (CRESC Algarve)

e apoiado pelo Governo Português e pela União Europeia e com investidores sociais, que está a ser dinamizado em parceria com instituições locais, nomeadamente município, freguesias, IPSS's, misericórdias, entre outras.

Neste momento, iniciaram-se os trabalhos de diagnóstico e identificação dos munícipes que podem beneficiar com este programa e por essa via obter maior qualidade de vida e já se realizaram diversas incursões no terreno.

Dos 140 utentes já identificados nos concelhos aderentes, 32 são de São Brás de Alportel. Na Santa Casa da Misericórdia de São Brás de Alportel já foram dinamizadas duas iniciativas, uma na área da sensibilização para bons hábitos alimentares e uma aula de ioga.

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

Morada Editor: Rua Luís Bivar Nº 13

8150-156 São Brás de Alportel

Sede Impressor: LUSOIBÉRIA

Morada Impressão: Av. da República N.º 6,

1.º Esq. 1050-191 Lisboa

Tel.: +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 e Adriana Urbano

Colaboradores/Colunistas: David Mendes, Silvia 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 e Gonçalo D. Gomes

Fotografia: Isa Vicente e Adriana Urbano

Design: Telma Clara

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 11, 8150-156 São Brás de Alportel

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 Secretária - Rua Luís Bivar Nº 11, 8150-156 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, Rua Luís Bivar Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel. Pagamento através de Transferência Bancária, mencionando sempre, o Nº ou o Nome de Assinante.
NIB: 40268533014

IBAN: PT50 0045 7212 4026 8533 0142 9

SWIFT/BIC: CCCMPTPL

DESTAQUE

Justino Barros

O testemunho incrível



Depois de tudo o que passei na vida, de dormir dentro de carros, debaixo de pontes, passar frio e fome e tudo mais...

Justino de Sousa Barros, natural do sítio do Farrobo, 64 anos, com um testemunho de vida incrível, falou com o Sambrasense sobre a sua infância, os tempos na Casa dos Rapazes, os desafios e vicissitudes com o serviço militar, a ida para a Legião Estrangeira, o retorno a Portugal, a família, as dificuldades, as alegrias e o balanço de uma vida repleta de histórias.

ENTREVISTA

Como foi passar a infância em São Brás de Alportel?

Nasci no Farrobo, mas também passei grande parte da minha infância no Cerro do Alportel, tenho na minha memória os tempos em que ia descalço para a Escola do Alportel.

Mais tarde, o meu pai começou a trabalhar como caseiro nas Hortas do Dr. Olímpio e do Dr. Uva em São Brás, não faltava comida, mas também não podia brincar nem ter liberdade para nada. Todas essas repressões tornaram-me uma criança revoltada, para piorar as coisas, a minha mãe morreu quando eu tinha 10 anos, e nessa altura, o meu pai teve de emigrar, a minha irmã ficou a cuidar de nós, mas já tinha a vida dela e eu e o meu irmão acabámos por ir para a Casa dos Rapazes.

Como foram os tempos na Casa dos Rapazes?

Difíceis, tempos muito duros. Apesar de ser uma criança de 10 anos percebia o que se passava e ver que todos os dias batiam no meu irmão, em que hoje em dia se chama de "bullying", aí começou a minha grande revolta e tudo se resolvia com porrada. Todos os dias havia problemas, fosse com grandes ou pequenos, pedrada ou dentada, eu tinha que defender o meu irmão acima de tudo.

Vivi muita fome e miséria naquele instituto que se chamava Dom Francisco Gomes e os internados utilizavam as iniciais e renomearam

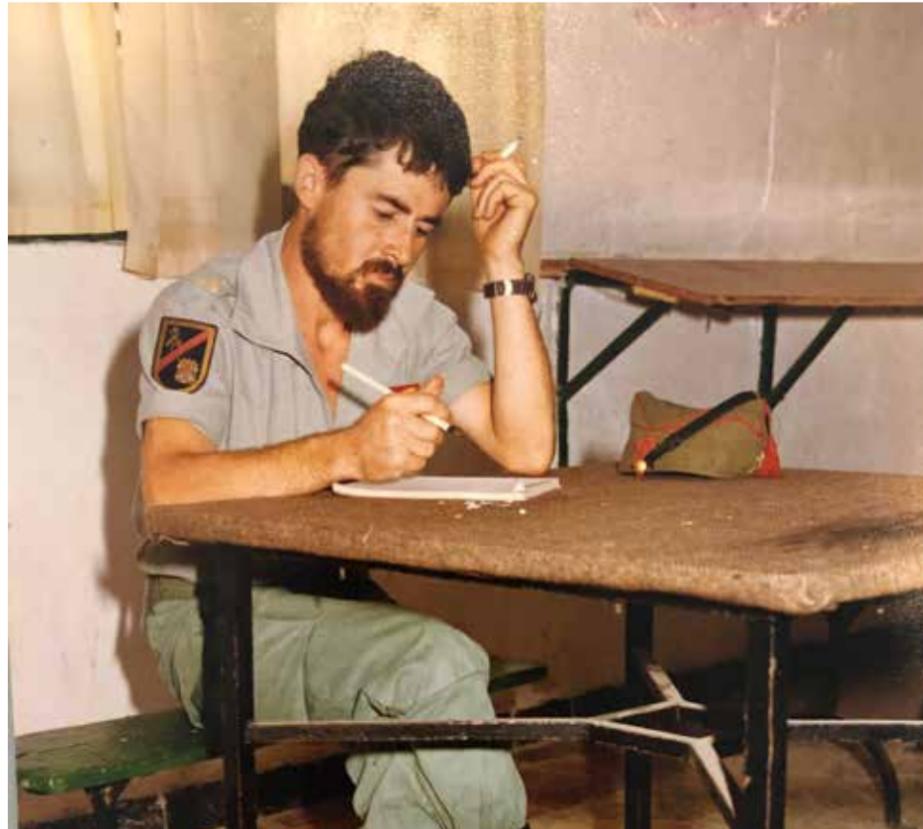
para "Instituto da Fome Grande" só por aí se vê. Vivíamos sem condições, por isso, fugi muitas vezes. Havia sempre perseguições e muitas vezes fui apanhado, mas numa das vezes, encontrei o meu pai numa rua de Faro. Ele estava à minha procura! Mais tarde foi comigo à Casa dos Rapazes e deu-me autorização para sair.

Mas ainda me ficaram a dever dinheiro, porque nós ganhávamos um ordenado, trabalhava num escritório e à noite estudava na Tomás Cabreira. O ordenado era 500 escudos, onde 150 era para eu gastar, 125 escudos era para a Casa dos Rapazes, e os outros 250 escudos ficavam na espécie de um fundo, para quando eu saísse de lá, eles devolverem-me esse dinheiro e eu ter algum pé de meia.

Mas não me deram 1 cêntimo, ou seja, aquilo era uma treta. Já bastava a repressão que se vivia no geral, e lá dentro era ainda pior.

Quando saiu da Casa dos Rapazes aos 15 anos, foi para onde?

Fui morar com o meu pai até aos 17 anos, e comecei com pequenos trabalhos, onde cheguei a ser escravizado, davam-me 100 escudos por semana. Depois fiz a inspeção para ir para a tropa, queria servir o nosso país, mas como são todos uns idiotas chapados e olham à estrutura das pessoas, repararam em coisas insignificantes, como a maneira como a pessoa se veste e afins, eu não fui apurado. Tudo isso foi uma pinga a mais na revolta que já trazia. Preferi desaparecer daqui, e não dava a mão a ninguém.



É então que entra na Legião Estrangeira?

Sim, já com 20 e poucos anos, lembro-me que fui a pé até França, com um amigo que tinha lá família e candidatei-me à Legião Francesa. Fiquei lá por 23 dias, mas surgiram uns problemas e expulsaram-me.

Regressei sozinho, registei na Legião Espanhola Tercio Alejandro Farnesio onde jurei bandeira e fui destacado para o Tércio de Melilla em Marrocos. Até aos 13 meses fui promovido a cabo, onde fiquei quase 3 anos.

Depois vim para as operações especiais novamente para Ronda, onde terminei o meu curso de serviço militar.

Fiquei com raiva quando não me aceitaram em Portugal, pois considero que o sistema de Portugal não presta. E no meio disto tudo, parecia que o único errado era eu.

Senti que não devia regressar a Portugal, mas as saudades apertaram e voltei.

Quando regressou para Portugal, o que mudou?

Nessa altura, quando regressei, conheci a minha mulher e nasceu a minha filha.

Comecei a trabalhar na construção de muros em pedra, no qual me destaquei e continuo destacado, até hoje ainda trabalho porque gosto muito daquilo que faço.

Portanto, uma pessoa que gosta do que faz, faz por amor à arte. E quando estou focado, isso faz-me esquecer tudo o resto, principalmente esqueço que falam tanto em direito dos animais, mas em simultâneo só criam leis que os prejudicam. Enquanto eu viver, isso é um assunto que me vai sempre revoltar.

Não gosto de injustiças. Sinto que existe uma PIDE disfarçada e que as pessoas andam a ser perseguidas por leis que são aprovadas por pessoas que nem sabemos quem são.

Gosto muito de honestidade.

Ao longo dos anos e com as voltas que a sua vida foi dando, sempre sentiu apoio por parte dos seus familiares?

Eu só não senti mais apoio por parte da minha família, porque não aceitei. A minha família está sempre ao meu lado. Mesmo na altura que vivi em Espanha, eles iam-me lá visitar. A minha família, os meus amigos e os meus cães são tudo. Quanto ao resto, de forma global, não acredito em nada.

De que forma é que o nascimento da sua filha mudou a sua vida e a revolta que a

adolescência lhe trouxe?

Deu sentido à minha vida, a minha filha deu-me razão e força para viver.

Mas por um lado, não me deixou menos revoltado, pois penso que se sou vítima desta sociedade, a minha filha amanhã poderá ser também. E isso preocupa-me.

A sociedade devia ser mais humana.

Como define a sua vida atualmente?

A minha vida é uma vida de expectativa, em que continuo a trabalhar, e tento manter-me convicto nas minhas ideias.

Sinto-me melhor agora do que me sentia há 50 anos atrás, pois nessa altura vivia num conflito terrível, onde nem sequer me podia manifestar. Agora, se me perguntarem se me sinto melhor agora do que me sentia há 30 anos, respondo que me sentia melhor há 30 anos porque tinha outra forma de luta.

Depois de tudo o que passei na vida, de dormir dentro de carros, debaixo de pontes, passar frio e fome e tudo mais... Não falo só por mim, falo por todas pessoas que atravessaram tempos difíceis. Mas sempre ouvi dizer que, conforme a pessoa é criada, assim é a bruteza que traz futuramente. Mas a mim, tudo o que aprendi com as coisas menos boas da vida, foi ser compreensivo, ser amigo e ajudar quem posso dentro daquilo que posso.

Houve momentos de vitória, e as vitórias são para recordar e as derrotas são para aprender. Aliás, não se fala em derrotas, fala-se em lições.

O que acham sobre si, incomoda-o?

Não me incomoda absolutamente nada. Também tenho o direito de achar sobre as pessoas, por isso as pessoas também têm direito a achar sobre mim.

O que acha que os Sambrasenses pensam sobre si?

Quem me conhece, gosta de mim. Tenho facilidade em ceder quando considero que as pessoas são boas e compreensivas. Caso contrário, não quero saber.

Que retrospectiva faz dos seus 64 anos de vida?

Ao fim destes 64 anos, fica a vontade de viver outros 64, para que eu possa contribuir de forma positiva para as coisas menos boas.

Principalmente, já que não se pode mudar este mundo, faço um apelo para protegerem os animais e lhes darem liberdade.

PATRIMÓNIO

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

Eduardo Parreira - Eletrodomésticos



Prosseguimos o nosso caminho, por Vales da Memória... Este mês seguimos as pedras da calçada até à Rua Dr. Estanco Louro onde está instalada a loja de eletrodomésticos Eduardo Parreira da Silva, estabelecimento de referência no concelho para aquisição, instalação e reparação de eletrodomésticos, que já conta mais de quatro décadas, sempre a cargo do casal Eduardo e Júlia.

... Conheceram-se logo na infância, mas o namoro veio a começar quando tinham 15 anos, um ano antes de Eduardo rumar para a Guiné para trabalhar como empregado de escritório do Grupo CUF. Mais tarde, regressou a Portugal para cumprir o serviço militar... o amor venceu sempre a distância e acabam por casar por procuração no ano de 1965.

Quatro anos depois, o casal viaja novamente para a Guiné para trabalhar em 1969, na época já com dois filhos. Eduardo era chefe de secção de controlo de mercadorias do Grupo CUF e Júlia trabalhava numa loja de pronto-a-vestir. Com a Revolução do 25 de abril de 1974 e a insegurança crescente na Guiné, Eduardo e Júlia abandonam a vida que ali tinham construído e regressam a São Brás de Alportel.

É nessa altura que decidem comprar o trespasse de uma loja de roupa onde Júlia já tinha trabalhado antes de ir para a Guiné. A loja localizada na Rua Dr. José Dias Sancho reabre com a gestão do casal a 3 de outubro de 1974. Para além de roupa também vendia máquinas de costura da marca Oliva. Foi o primeiro passo para recomeçarem as suas vidas profissionais. Eduardo confessa que a área do pronto-a-vestir não o entusiasmava e como o negócio não chegava para ocupar os dois, decidiram ficar com a loja do lado para se aventurarem a abrir uma loja de venda de eletrodomésticos.

"Foi uma boa aposta porque só havia uma loja do género em São Brás na altura", conta Eduardo.

Exatamente 13 anos depois, a loja de eletrodomésticos passou para a localização atual, junto à Avenida da Liberdade. Acabariam por decidir o fecho da loja de roupa dois anos mais tarde após um assalto à loja.

Apesar de sentirem o impacto da concorrência crescente, contam que têm

tido sempre a confiança e preferência de um leque de clientes de longa data, tanto sejam os clientes privados como as empresas de construção civil. E mesmo sem saberem outros idiomas, Júlia diz que têm muitos clientes estrangeiros regulares.

"Damos boa assistência e as pessoas sabem que se têm um problema nós resolvemos", conta Eduardo. O bom atendimento, a atenção e a confiança são certamente a chave desta longevidade.

Contam que as tendências também foram mudando. Antigamente vendiam-se mais televisões, máquinas de costura e de lavar roupa, rádios e aparelhagens.

Júlia recorda com um sorriso o momento em que uma cliente regressou à loja passados três dias de ter lhes ter comprado um rádio. Queria devolver o rádio porque não tocava fados da Amália Rodrigues! Ainda que surpresos, procederam à devolução.

A tecnologia avançou assim como as necessidades e os hábitos dos clientes. Atualmente revelam que vendem mais termoacumuladores, máquinas de lavar louça, placas e fornos e aparelhos de climatização.

Eduardo confessa que para manter o negócio sempre procurou estar atento às tendências do mercado e também aos representantes das marcas com quem trabalha. Neste momento conta com algum apoio do filho, do genro e do neto para alguns serviços e diz-nos que gostava que o negócio continuasse na família. Confessa até que se tivesse alguém da família que ficasse com o negócio já se tinha reformado, mas que compreende que todos estão a seguir as suas vocações. A abanar a cabeça enquanto houve o marido falar de reforma, Júlia remata: "Ele gosta de trabalhar...!" "Temos vivido disto" e "eu gosto do que faço", garante Júlia concluindo que tem valido a pena e que se sentem realizados.



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

Não 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

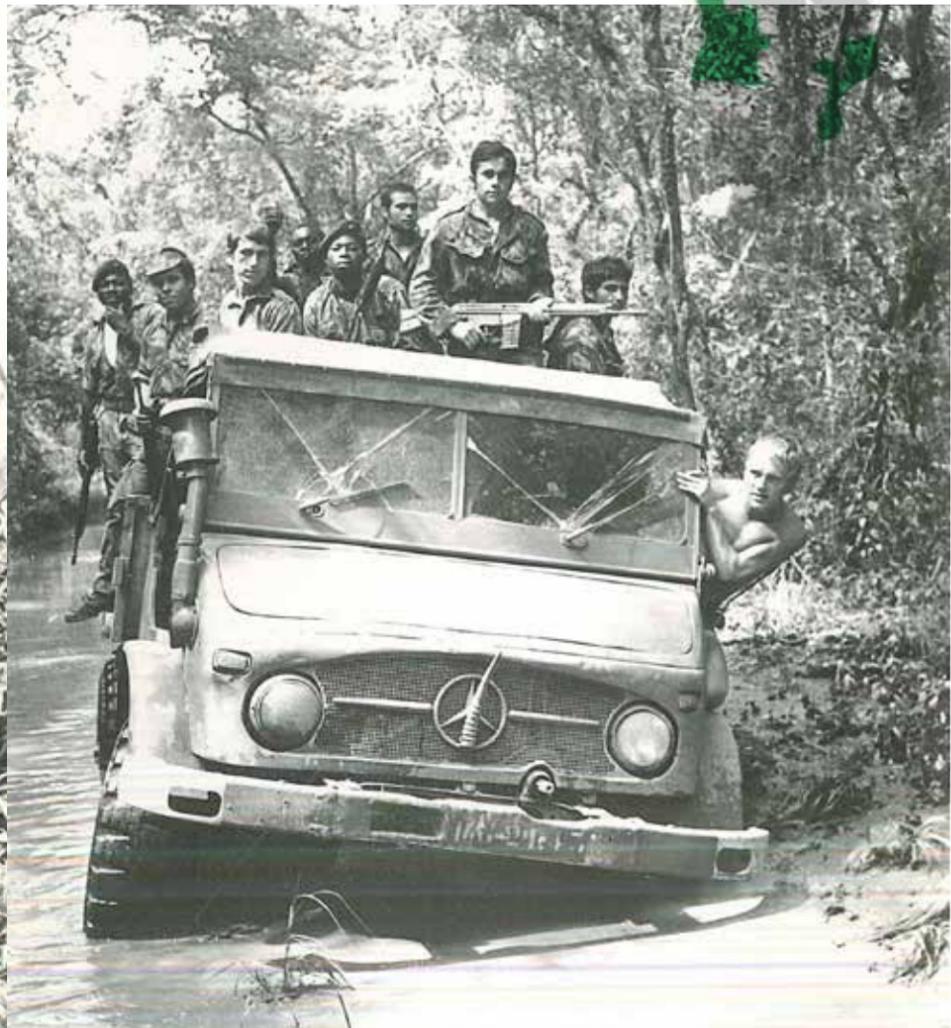
Textos: Sofia Silva | Marlene Guerreiro

Sugira-nos lojas, empresas e casas com histórias. Entre em contacto connosco: 289 840 019 | municipe@cm-sbras.pt

PATRIMÓNIO

Tributo aos Antigos Combatentes São-brasenses na Guerra Colonial

Uma Homenagem a Gilberto Pinto



O Município de São Brás de Alportel presta reconhecida e sentida homenagem, com a colaboração dos seus familiares.

Gilberto Eusébio Pinto, nasceu a 3 de junho de 1950, já lá vão 71 anos, natural do bonito sítio da Fonte da Murta.

Gilberto recorda que quando foi chamado para combater, a 07 de julho de 1971, não sentiu muito medo... pois enquanto esteve na tropa em Beja, tinha-lhe sido inculcida a ideia de que não corria muito perigo.

Em Angola esteve inicialmente como atirador, ia para o mato em operações, estando alguns dias fora do quartel. Depois, foi responsável pelos géneros alimentares, desde a sua receção no armazém ao armazenamento e posterior entrega pois quando os soldados iam para o mato, cabia-lhe preparar as rações de combate, de acordo com os dias que iam estar fora.

Durante este período, não esquece um dos episódios que mais o marcou para sempre: aquele acidente com um camião, em que morreu um dos soldados da sua companhia... Gilberto e alguns colegas tiveram de ir render

a equipa que estava a fazer a guarda, até que chegasse um camião reboque, para retirar o camião e o corpo do soldado que estava esmagado... «Ficámos dois a dois em quatro sítios estratégicos. De madrugada, ainda muito escuro, começo a ouvir um rastejar perto de nós, estava já de arma preparada para disparar, quando se levantou um soldado, colega, que tinha estado de guarda no turno anterior e que se tinha deixado dormir. ... Foi mesmo por um triz que não o matei, fiquei gelado, sem pinga de sangue... é impossível não esquecer este momento que me acompanha até hoje».

Gilberto cumpriu o serviço militar de 26 de janeiro de 1971 a 15 de setembro de 1973.

Felizmente, também há memórias felizes estes tempos... tal como aquela ocasião, nas suas férias, quando foi visitar uma tia a Sá da Bandeira, tendo lá passado a Páscoa... conta-nos que curiosamente, por lá, também enfeitavam as ruas com flores e que a tia cozinhou borrego.

Nas terras distantes de África, a comunicação com a família era mantida através de cartas e aerogramas, na verdade um meio de comunicação pouco confidencial. Gilberto não chegou a ter madrinhas de guerra porque já tinha a sua namorada em Portugal, explica-nos.

... Não se esquece do último dia no quartel, o dia tão ansioso, "cantávamos e bebíamos cervejas, era a tradição, os que abalavam comemoravam, faziam a festa!"

A chegada à estação de Loulé foi de madrugada, apanhou um táxi até casa e recorda a imensa emoção do regresso!

Mais tarde, no dia 25 de abril de 1974, trabalhava já numa fábrica de cortiça no sítio de Vilarinhos. Estava a preparar a balança para pesar uma camioneta carregada de cortiça, quando chegou um homem a dizer que lá para Lisboa tinha havido uma revolução!

Os tempos de tropa são guardados na memória e ainda hoje, continua a participar, todos os anos, no almoço-convívio da sua companhia, "Às de Espadas".

A convite do Município de São Brás de Alportel, iniciamos este mês, este novo espaço de Tributo aos Antigos Combatentes são-brasenses, uma parceria com os jornais da terra, para prestar a justa homenagem, aos são-brasenses que combateram na Guerra Colonial e noutras guerras e conflitos, honrando a nossa Pátria.

Mensalmente, publicaremos Retratos-Memória dos Antigos Combatentes, no âmbito da iniciativa do Município, no seio da qual está a ser preparado o Monumento ao Combatente, a instalar no Futuro Jardim dos Combatentes, na zona norte da Vila.

Caso ainda não tenha colaborado com esta iniciativa, contacte-nos pelo tel. 289 840 019 municipio@cm-sbras.pt ou na Câmara Municipal, no Gabinete do Município.

HOMENAGEM

AOS ANTIGOS COMBATENTES

SÃO-BRASENSES

 **Alportel**
www.cm-sbras.pt



OPINIÃO

É um menino pequenino às bolinhas amarelas...

(Advertência: este texto pode tornar-se longo porque há coisas que para serem pensadas, têm primeiro de ser sentidas...)

O dia não arrancou da melhor maneira. Tiveste dificuldade em acordar, a última coisa que te apetecia era ir trabalhar e só consegues pensar no sol e calor que te entraram casa adentro assim que abriste a persiana do quarto: "Ai, quem me dera ficar de papo para o ar numa toalha de praia o dia inteiro..." A falta de vontade dificulta-te a vida no pouco tempo que te resta para te despachares e acabas por chegar atrasada/o 10 minutos.

À chegada ao escritório, pedes desculpa pelo atraso e o teu chefe olha-te de soslaio e responde-te:

- És sempre a mesma coisa!

Encolhes os ombros e resignas-te ao desígnio. Às 9h começa mais uma reunião de trabalho, que se estende interminável até às 11h, e tu já só consegues ouvir o teu corpo gritar: "Tira-me daqui e leva-me a beber um café, a esticar as pernas, a respirar um bocadinho de ar..."

Comentas o desespero com a colega do lado e dizes-lhe uma piada baixinho para desanuviar. O teu chefe percebe, interrompe a apresentação e grita alto e bom som:

- Outra vez na conversa?!? Primeira bolinha amarela do dia! E aviso-te já que por este andar, ao fim do dia já estarás carregadinha!

Fechas a boca e enfiás a cara no bloco de notas. Durante o almoço, sedenta de conversa e liberdade, demoras mais tempo do que é costume a comer e assim continuas até que alguém te traz à realidade e te grita:

- O refeitório é para comer não é para conversar! Despacha-te já ou tenho de falar com o Diretor!

Engoles o arroz à valenciana que detestas e corres para não te atrasar outra vez. A reunião prolonga-se para o período da tarde

e assim que entras na sala, o teu chefe diz-te: *Ouvi dizer que houve problemas outra vez no refeitório. Ora lá vamos nós ter de assinalar mais uma bolinha no teu dia... Parece que não aprendes mesmo...*

A meio da reunião e a propósito de uma questão colocada por uma colega, apressaste a dar a tua opinião porque achas que a mesma é importante e aquela é uma matéria que até dominas. Assim que abres a boca, o teu chefe manda-te calar, reforçando que está farto de te avisar que não se interrompe nem se fala sem pedir autorização. Sem mais demora dirige-se ao dito quadro afixado numa das paredes da sala e tu percebes que lá já moram três: uma amarela, a da manhã ainda esperançosa, e duas vermelhas, de um vermelho carregado e muito bem pintado, a informar-te que já não há nada a fazer. Nem por ti, nem pela Laura, nem pelo Rodrigo, nem pelo Daniel que, tal como tu, sofrem do mesmo mal e não sabem senão ser bolinha vermelha, ou quem sabe amarela, nos dias bons...

Não tivesse esta história sido contada através das palavras escritas, nós poderíamos agora falar sobre o que sentirias a chegar a casa depois de um dia assim e a ter de contar ao teu marido e aos teus filhos que, mais uma vez, não conseguiste ser outra que não tu e que isso te transformou numa gigante bola vermelha, sem que ninguém te ajudasse propriamente a perceber o que podias ter feito para arriscar uma bolinha verde, bem verdinha, sem nódoas nem mal entendidos. Uma bolinha verde, exatamente igual às bolinhas dos teus 18 colegas de escritório, que todos os dias podem chegar a casa e partilhar como foi o dia, sem terem de perder tempo a explicar a cor da camisola que lhes foi vestida, sem que alguém lhes perguntasse se podia. Talvez me disseses que te sentirias triste, que te sentirias frustrada/o, que te sentirias zangada/o. Talvez me disseses por fim, que talvez te sentisses incapaz e

que o que gostarias mesmo era de perceber porque é que as pessoas se medem, não por tudo o que são, mas pela cor da bolinha que os outros lhe dão. Todos os dias.

Chegados aqui, depois de sentir, talvez já possamos pensar com mais propriedade sobre este assunto e sobre o impacto (e eficácia) do tão familiar "sistema de bolinhas", tantas vezes usado como apoio à gestão do comportamento dos alunos de 1º ciclo. Ora tiremos então as manhas às bolinhas para que possamos refleti-las um bocadinho melhor...

- As bolinhas definem a criança de uma forma simplista e pouco flexível, não permitindo a análise dinâmica e mais ajustada dos motivos que podem ter originado o comportamento observável e "reprovável" aos olhos das ditas;

- As bolinhas não dizem nada sobre a necessidade da criança e por isso não nos permitem satisfazê-la, de forma a gerir de forma efetiva a dificuldade;

- As bolinhas resultam da avaliação subjetiva de quem com elas joga e são por isso altamente permeáveis a fatores como o humor, as diferenças individuais ou o estado emocional;

- As bolinhas não encorajam nem direcionam a criança no sentido do comportamento desejado. Uma criança que se sente mal jamais será capaz de se "portar bem";

- As bolinhas não dão informação à criança acerca das alternativas de comportamento ou de resolução do conflito que a elas deu origem;

- As bolinhas são expostas e reforçadas perante o grupo e, portanto, partem do princípio de que o olhar reprovador dos outros constitui estratégia eficaz, deixando de lado a certeza, de que é mais importante aprender com o impacto da minha ação positiva para o bem-estar comum, do que com o inverso;

- As bolinhas acusam, catalogam e rotulam, como se nós pudéssemos arrumar a riqueza humana que mora numa sala de aula, em caixinhas estéreis e sem graça nenhuma, esquecendo que aquilo que dizemos sobre a criança e que aquilo que ela aprende sobre si, dificilmente dela se descola ao olhar dos outros e de si própria;

- As bolinhas premeiam as crianças que são caladas e quietas (e que tantas vezes são aquelas que estão em maior desafio) e castigam as crianças vivas, questionadoras, enérgicas e deliciosamente inoportunas, o que não é de todo um critério justo ou limpo para se ir a jogo.

As bolinhas não são, por fim, uma ferramenta ao dispor do professor, mas sim substituem-se a ele e à sua capacidade de ser mestre do barco que ajuda a navegar, sabendo que há momentos em que é preciso firmeza e pôr a tripulação em sentido, mas que isso apenas se consegue quando existe amor e afeto e olhar atento a cada milha conquistada. É por isso também que um professor que se zanga e arregala os olhos, sempre que um dos seus alunos ultrapassa o limite daquilo que é razoável dentro de uma sala de aula, será sempre um professor muito mais feliz, capaz de ajudar a serem mais felizes aqueles que ensina e que com ele aprendem, que a vida é tão mais interessante do que o piscar pobre e intermitente do verde, do amarelo e do vermelho.



RITA GUAPO

Sao Bras Expat Community

"(...) São Brás de Alportel benefits greatly from the influence of other cultures, ideas, habits, and customs"

I am one of those lucky people that can say they keep many friends from their childhood and adolescence. For some reason, unbeknownst to me, many of them belong to the German expat community living in São Brás de Alportel. The fact that these friendships still last today proves that the bonds created with these "foreigners" can be deep and long to a point where it no longer makes sense to talk about "foreigners" or "expatriates", but rather of a section of São Brás' own diverse and unique community. Today an expatriate myself in another European country, these things often come to mind as I work to create new bonds and lay down new roots.

A few weeks ago, I discovered the 'Sao Bras Expat Community' while using Facebook. I could not help but identify with this online group that brings together almost seven hundred members. Going through the online

posts and comments, the genuine interest of this community in the dynamics of our town shines through.

One can find comments, videos and photos about all aspects of São Brás de Alportel and life in the town. The most surprising part is the community's enthusiasm about São Brás de Alportel's history, traditions and everyday life, oftentimes more explicit than that of people who have settled in the town several generations ago: this is a community actively invested in being a part of São Brás de Alportel's development and improvement. For example, the expat community's contribution in fundraising for the animal shelters is well known and appreciated.

As the Municipality reaches its 107th birthday, one realises how important it is for a small village of about ten thousand people to have a community representing almost 7% (perhaps more) of the population bring such

commitment into their civic participation. In turn, one becomes aware of the need to bring inclusiveness into the public agenda: many expats might still struggle to deal with daily affairs and administrative bureaucracies. As a local representation of the Portuguese State, the Municipality and many other businesses are not yet adapted to interact with an expat community who might not speak Portuguese fluently. Speaking from experience, currently living in a town with a representation of many different nationalities who speak many different languages, the effort made by the local authorities to welcome "expats" into the public, cultural and social life of the town allowed me to make the most of my experience abroad personally and professionally.

In São Brás de Alportel, one such example would be *Museu do Traje*, who proved to be a uniting factor for members of both

communities, showing how a common project can create bridges among cultures and – dare I say it? – among countries. São Brás de Alportel benefits greatly from the influence of other cultures, ideas, habits, and customs. In some cases, the expat community members act as true ambassadors of our town, promoting it across borders, turning all eyes to a place that is becoming, as the local citizens would say, the centre of the Universe.



DIOGO DUARTE



OPINIÃO

Batismo de Fogo

“Esta pequena história relata o dia em que um petiz de nove anos foi obrigado a frequentar a catequese.”

Era no tempo do cinzentismo. Altura em que Portugal era um território a preto e branco. Uma espécie de país. Uma espécie de país adiado. À espera. À espera que um velho senil tombasse de uma cadeira e, com essa queda, caísse também um regime que durante décadas e décadas cerceou a vontade e os sonhos de milhares de portugueses.

Esta pequena história relata o dia em que um petiz de nove anos foi obrigado a frequentar a catequese.

De igrejas não percebia nada. Só sabia que gostava de subir à torre sineira da igreja matriz lá da sua aldeia. Gostava de ouvir o barulho ensurdecedor das badaladas que anunciavam mais das vezes a partida de um dos seus. E, também, para ver se conseguia vislumbrar Lisboa que sempre lhe juraram se situar um pouco para lá das cercanias da terra, ou seja, na lonjura possível da sua jurisdição visual. Mas, mesmo semicerrando os olhos, colocando a mão em pala à moda dos índios, nem assim conseguia visualizar a grande metrópole, coisa que o fazia desconfiar que afinal a grande cidade seria bastante mais longe do que lhe diziam. Até que um dia, também ele teve de abandonar o seu território de afeição e, na companhia dos seus, demandar o futuro, esse porvir chamado: Lisboa.

Já na capital, não percebia porque tinha de assistir àquela beata lengalenga que, apesar da tenra idade, se lhe assemelhava mais a patranha inventada do que a história vivida.

Sobretudo aquela do Deus estar em todo o lado; era assim uma espécie de Belmiro de Azevedo dos nossos dias, mas com um negócio distinto!

Essas sessões religioso-educativas, chamadas de catequese, tinham lugar numa dependência da igreja da Charneca do Lumiar.

Padre Cristiano era o educador espiritual e, Antonino, o sacristão, a sua sombra e seu ajudante.

Numas dessas penosas sessões, padre Cristiano (talvez por descargo de consciência) perguntou se havia algum menino na sala que não tivesse sido batizado e, quem o não fosse, que pusesse a dedo no ar.

Naquela pequena sala deveriam de estar umas duas dezenas de rapazes, o pequeno alentejano à frente sentado, era o único com o dedito no ar.

«*Ai que o menino é mouro!*» Clamou Antonino elevando as mãos aos céus, num gesto em que implorava clemência ao concorrente do Belmiro.

Perante tão inesperado acontecimento, Cristiano nem hesitou; agarrou no gaiato pelo braço, prendendo-o de modo a que este não se safasse, e pediu a Antonino que fosse ver se a Idalina das limpezas estava por perto.

Padre Cristiano chispava pelos olhos e, aos cantos da boca, acumulava-se uma certa gosma branca e raivosa que o clérigo não fazia questão de disfarçar.

O “pequeno mouro”, por assim dizer, para além de confuso estava cada vez mais

assustado, até porque aquele homem de negro vestido continuava a acusá-lo de infiel, de impuro e de outros impronunciáveis adjetivos que um rapazito de nove anos teria muita dificuldade em descodificar.

Maio de 1965. No dia vinte e nove desse mês e desse ano corria lentamente o tempo de espera pelo Antonino e pela Idalina que teimavam em não aparecer.

Talvez tenha passado uma boa meia hora, tempo que lhe pareceu uma eternidade, quando Antonino entrou na sacristia anunciando que não conseguira encontrar a Idalina.

«*Não faz mal!*» Ripostou padre Cristiano «*Serás tu o padrinho e terás como comadre, Nossa Senhora de Fátima*» Encaminharam-se os três para a pia batismal. Seria uma cerimónia absolutamente surreal e ao mesmo tempo celestial dada a importância da excelsa figura “convidada” para madrinha. Lá lhe despejaram uma concha de água sobre a cabeça enquanto padre Cristiano, vestido a preceito oficial, tecia uma imperceptível ladainha que deveria de ter a ver com a ocasião.

O menino sentiu-se impotente para ripostar. Mas ripostar o quê, se nada lhe fora perguntado?! Para além disso, não ser batizado deveria ser coisa contranatura e se calhar quem estava em falta era ele.

Aquilo de não ser batizado, se calhar, era como ser canhoto, “defeito” de que também era portador e que a professora tentava corrigir à força de reguada ou mesmo atendo-

lhe às costas a sua manita “defeituosa”.

O Alentejanito sentia-se desgostoso, triste e perdido. Sentia dolorosas e doentias saudades da sua aldeia. Aí ninguém o obrigava a ouvir estórias de pessoas com asas, aparentemente sem sexo e demasiado brancas para o seu gosto.

Aí ninguém lhe dizia com que mão haveria de escrever, ou de comer, ou de atirar pedras aos pássaros e aos outros moços. Tudo isso fazia parte do crescimento de qualquer menino aldeão, coisa que a si mesmo e, em solene promessa, jurara ser.

Os anos, passam; a memória, perdura.

No outro dia, andei a fazer uma busca arqueológica em casa de meus pais e, de repente, fui confrontado com o documento que atesta a verdade histórica desta crónica escrita assim de um só fôlego e que me trouxe à memória um tempo de que não guardo gratas recordações.

Ah... quem era o menino?

Como diria o Tony Carreira: O menino era eu!



NAPOLEÃO MIRA

O MARQUÊS DOS BONECOS

“(...) Fonte Maria é um nome que igualmente não consta dos planos territoriais em vigor. E de plano... só se viram bonecos.”

Sebastião José de Carvalho e Melo, mais conhecido por Marquês de Pombal, quando confrontado com a tarefa de reerguer a cidade de Lisboa, na ressaca do terramoto de 1755, delineou uma estratégia que, contendo um projecto político, obedecia a princípios racionais e funcionais, expressos num urbanismo que, delineado por grandes arquitectos e engenheiros, ainda hoje nos é possível visitar (ou pelo menos apreender parte da sua imagem) na baixa da capital do nosso País.

Em São Brás de Alportel, aquele que é, porventura, o mais dramático sismo na História de Portugal não deixou grandes marcas, tirando alguns danos materiais na Igreja Matriz. Por outro lado, e porque não há bela sem senão, ao contrário de Lisboa, não há grandes sinais de urbanismo digno de registo histórico.

Talvez para o tentar, foi apresentado, no passado dia 1 de Junho, o “Plano Urbanístico do Quarteirão Fonte Maria”. Ou antes, a imagem de algo assim chamado. É que “Plano Urbanístico” é uma designação genérica, que não corresponde propriamente a nenhum instrumento de gestão territorial legalmente consagrado. Fonte Maria é um nome que igualmente não consta dos planos territoriais em vigor. E de plano... só se viram bonecos.

Um plano, na sua essência, é uma ideia. No caso do urbanismo, uma ideia de futuro, de construção, uma projecção daquilo que se deseja que venha a ser determinado espaço no amanhã. Mas que não pode negligenciar o

presente, pois é a base de que parte. Ora, nos bonecos apresentados para este “quarteirão” – tipologia peculiar para organização do pensamento de uma zona já parcialmente consolidada sem esse espírito ordenador – revelam-se algumas ideias interessantes, mas que pecam por vagas e por, esforçadamente, omitir o elefante na sala: a zona mais nobre desta área, de contacto com a principal artéria de circulação (a Variante é de distribuição estrutural) da Vila, a Av. da Liberdade, foi oferecida a uma grande superfície comercial.

Do que sobra desse espaço privado numa área de equipamentos colectivos, destaca-se outra realidade: o novíssimo terminal rodoviário. Esta estrutura resolve imensos problemas aos autocarros, mas cria outros tantos às pessoas, principalmente às que tenham limitações à capacidade de efectuar a necessária caminhada para chegar ao terminal ou dele até suas casas/destinos. Não tendo São Brás escala para transportes urbanos – pelo menos numa lógica de consumo racional de recursos – não se afigura fácil o equilíbrio das parcelas desta equação, em que a mobilidade suave, especificamente a pé, deve sempre ter o papel principal. Além de que este terminal parece dar continuidade à rábula de S. Brás ser “terra do futuro”: tem Estação sem nunca ter tido comboio, teve avião sem ter aeroporto, e agora tem um terminal rodoviário de raiz... mas sem que verdadeiramente existam transportes públicos, pelo menos úteis e eficientes – situação em que a EVA vive impune e

confortavelmente há décadas.

Na apresentação surge depois, já no capítulo do futuro, um esquiço mais enigmático, que dá ideia de ser um edifício de arquitectura fractal (ou então apenas um volume simbólico, para evitar um vazio), descrito unicamente como “*campus social*”. A deslindar no futuro, seguramente.

Finalmente, e confesso que é a minha parte preferida: um jardim. Ainda que algo entalado entre as traseiras do supermercado e o tal equipamento social, numa espécie de interstício, será sempre de valor. Ainda que fosse preferível ser o jardim o elemento ordenador de todo o espaço, esta configuração apresenta-se como um mal menor, já que, sendo um defensor acérrimo de mais áreas naturalizadas no tecido urbano de São Brás, parece-me de apoiar esta ideia – até para ver se, em vez de tabuletas a fazer de conta que se defende a biodiversidade, se passam a criar condições efectivas para essa biodiversidade vingar (as pessoas até ficam mais bonitas, e mais dignas, para além de parecerem mais sinceras, a ser fotografadas ao pé de árvores). De caminho, tratem-se melhor essas mesmas árvores, já agora.

Em resumo, o tão badalado “Quarteirão Fonte Maria”, espremido para lá do vídeo apresentado e das simulações computadorizadas nele constantes, pouco mais tem ainda para oferecer. Real mesmo, só o supermercado, o terminal rodoviário e uma rua ainda em construção.

Mas atenção. A existência de ideias nesta

matéria, é algo inequivocamente bom. Já dizia o poeta, que é o sonho que faz a obra nascer. Pior é que as ideias sejam apresentadas como factos consumados, sem qualquer direito de participação dos cidadãos.

Quando o Marquês de Pombal governou, em nome de D. José I, a moda era o despotismo iluminado. Ou seja, mandar sem que ninguém tivesse direito a opinar. Morrendo em 1782, não assistiu sequer ao raio dos movimentos democráticos que a revolução francesa de 1789 desencadearia. Se optar por conduzir-se através de processos impositivos e opacos, o urbanismo em São Brás tornar-se-á autocrático, retirando às pessoas o direito de participarem em decisões que as afectam. Ou podem afectar, nem se sabe bem. Porque na verdade, nesta febre mediática da autarquia é sempre difícil distinguir o que é realidade do que é mera propaganda.

Ao ponto de se pensar que aqui, neste tempo, nestas condições e com estas práticas, nem mesmo Sebastião José de Carvalho e Melo conseguiria ser mais do que um Marquês dos Bonecos.



GONÇALO DUARTE GOMES

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

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.

OPINIÃO

Pontos nos ii

Vamos entrar em período pré-eleitoral para as eleições autárquicas de 2021 que se realizarão lá para o início de outubro do corrente ano.

Tudo aponta para que as três forças políticas que normalmente concorrem: PS, PSD e CDU o venham a fazer nas medidas em que já apresentaram os cabeças de lista aos vários órgãos - Câmara Municipal, Assembleia Municipal e Junta de Freguesia, embora no momento em que escrevo estas linhas ainda parece existir a possibilidade do Partido CHEGA também apresente os seus candidatos.

Em boa verdade podemos dizer que por parte do projeto "Seguimos Juntos" que o PS apoia (apresento assim porque foi assim que se apresentou nas últimas eleições) nunca deixou de estar em campanha produzindo um marketing político baseado no controlo da opinião pública através duma ação permanente nas redes sociais e órgãos de comunicação social tradicionais num processo amplamente conhecido por praticado ao longo dos últimos vinte anos, jogando mão de todos os instrumentos desde a pura censura, à intimidação pessoal e/ou coletiva no movimento associativo através da atribuição ou não de subsídios. Por outro lado, pratica uma ação de não esclarecimento com transparência das suas acções optando pela política da apresentação de "COELHOS NA CARTOLA", jogando sempre naquilo que no futebol se caracteriza por "ponta pé para a frente" criando a ilusão de realizações reais quando na verdade são virtuais.

Com tudo isto temos um Concelho desequilibrado sofrendo dos mesmos males

de sempre, sem política habitacional, sem política de fixação de actividades económicas (não existe um parque indústria - pode-se falar do loteamento da Mesquita - mas de muito pouco impacto na economia do Concelho.

Do ponto de vista político-administrativo nunca houve executivos com tanta gente política em exclusivo nada mais nada menos de seis políticos num Concelho com dez mil habitantes e uma só freguesia. Esta situação pode indiciar uma de duas situações: ou há uma atroz incompetência dos Presidentes da Câmara e da Junta, neste último caso então é inédito, isto é, jamais houve na Junta duas pessoas nestas condições.

Esta situação não trouxe melhor administração, diz o povo: "*quantos mais são menos fazem*".

Para terminar esta breve análise também podemos dizer que o programa eleitoral de 2017 não foi minimamente cumprido e conseqüentemente o plano de ação do Município (2017 - 2021).

Além do que foi descrito o mais evidente é não haver uma política urbanística. Há um Plano Diretor Municipal e um Plano Geral de Urbanização, para a Vila e sempre a Vila e na Vila a Avenida da Liberdade para dar nas vistas, mas que não servem para nada, veja-se o que foi feito para impor a instalação da Loja Continente, isto é, algo que urbanisticamente é um desastre assim como do ponto de vista da circulação pois trouxe mais viaturas para a Avenida da Liberdade com todas as conseqüências. Foi retirado o terminal rodoviário do local onde estava há vinte anos com o argumento da qualidade

de vida da zona e transferiu-se tudo para a Avenida. Então nesse local também não há alta densidade habitacional? As questões ambientais ali não se aplicam?

Mas há mais Concelho para além da Vila e que está completamente desprezado. Nos anos oitenta foi levada a efeito uma autêntica revolução nas zonas fora da Vila, com a introdução de infra-estruturas básicas: saneamento básico, água, eletricidade e estradas. Depois tudo parou quando deveria ter avançado um plano de enquadramento urbanístico fundamentalmente nas zonas de Vilarinhos - Gralheira- São Romão, Alportel e Mealhas para que estes núcleos urbanos se desenvolvessem já que são zonas com as infraestruturas básicas inaproveitadas em grande medida.

Como corolário desta política a questão da habitação tanto de iniciativa privada e municipal teriam mais alternativas. Quanto à Municipal estamos falados! Desde a construção do Bairro Social João Rosa Beatriz iniciado nos anos setenta e inaugurado em Dezembro de 1986, após um processo longo e difícil nada mais foi feito, pese embora uma tentativa de construção num processo de custos controlados há cerca de dez anos (sobre o qual já escrevi neste jornal), mas que falhou e nessa altura também foi apresentado com grande foguetório.

A pandemia veio evidenciar a fragilidade da administração municipal em S. Brás de Alportel. Para além da velha questão da existência de uma só freguesia, e em vez de se apostar num quadro de pessoal administrativo de qualidade, aposta-se no aumento de cargo políticos a tempo

inteiro, significa isso apenas e tão só um "controleirismo" político de um grupo de pessoas em não há nenhuma forma de debate político interno porque são sempre os mesmos, havendo quem exerça o poder há vinte anos e outros assegurando o seu vínculo à função pública sem verdadeiramente ter exercido, alcançando esse objetivo por razões políticas. Por todas estas razões este modelo está esgotado há muito tempo.

Declaro-me equidistante das forças políticas concorrentes, mas gostaria de ver alguns destes assuntos discutidos assim como outros que não sendo aqui referidos merecem ser discutidos.

Face ao quadro descrito é imperioso que as forças políticas concorrentes promovam o debate para melhor esclarecimento e se encontrar as melhores soluções para o Concelho porque todos gostam da sua terra à sua maneira, segundo a sua visão e experiência e como vivemos em democracia todos têm o direito de emitir opinião, questionar e exigir respostas e não silêncio como acontece atualmente.



ARMANDO FILIPE VENTURA

A porta digital que simplifica a sua vida!

SERVIÇOS ONLINE



Município S. Brás de Alportel

Agora já posso "ir à Câmara" para tratar dos assuntos, sem sair de casa!

- + fácil
- + acessível
- + disponível 24h/7dias

Entre por aqui!



Registe-se nos "Serviços Online" e simplifique a sua vida!

<http://servicosonline.cm-sbras.pt/>

Última iniciativa conjunta dos Municípios



Cofinanciado por:



ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Ao abrigo do disposto do n.º 2 do Art.º 20 dos Estatutos, convoco os sócios efectivos no pleno gozo dos seus direitos a reunirem em Assembleia Geral Ordinária no dia **9 de julho** (Sexta-Feira), pelas 21.00 horas, na sede do Clube, com a seguinte ordem de trabalhos:

- 1- Apresentação, apreciação, discussão e votação do relatório de Contas da Direcção e Parecer do Conselho Fiscal referente ao ano de 2020.
- 2- Outros assuntos de interesse para o clube.

Ao abrigo do disposto no Art.º 22 dos Estatutos se, às 20:30 horas, não se encontrarem presentes, pelo menos, metade dos associados com direito a tomar parte da mesma, a Assembleia Geral funcionará com qualquer número de sócios uma hora depois, com a mesma ordem de trabalhos.

S. Brás de Alportel, 27 de Maio de 2021.

O Presidente da Assembleia Geral

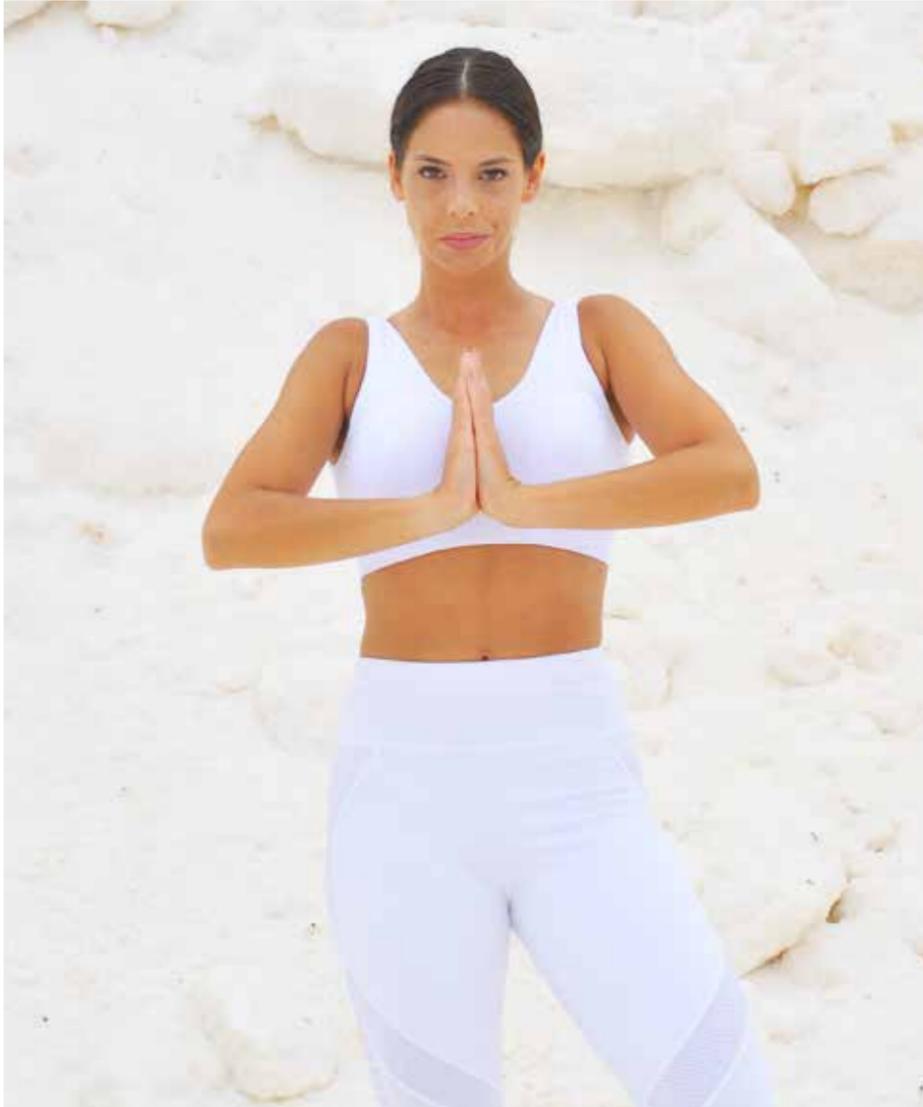


Paulo Bernardo

JOVEM EMPREENDEDOR

Andreia Revez

Os projetos, os sonhos e o seu papel na comunidade sambrasense



Andreia Revez, 29 anos, natural de Faro, mas a trabalhar há 5 em São Brás de Alportel enquanto Educadora Social no Espaço Jovem, tem vindo a integrar ainda outros projetos na nossa terra como o Sambrasense dá a conhecer nesta entrevista.

ENTREVISTA

Andreia, atualmente quantos projetos estás a gerir?

Após ter tirado o curso técnico especializado em exercício físico, registei o meu conceito de aulas de grupo, a marca Zen Workout. É um conceito que tenho estado a criar há 7 anos, experimentando quais as necessidades das pessoas, qual a falha no mercado e o que faria sentido. Decidi então registar essa marca. Estou a dar aulas em Faro a uma turma, e aqui em São Brás tenho uma turma de adultos e uma de crianças.

O conceito Zen Lovers é uma forma de contribuir não só para a saúde e bem-estar, mas também para a área mental. Não é registado, é apenas um conceito onde agrego os meus projetos, a minha essência e aquilo que acredito. Faço meditações guiadas, workshops de desenvolvimento e organização pessoal, gestão do tempo, como gerir sentimentos, como lidar com o stress... ou seja, tudo o que for ligado à parte emocional, psicológica e desenvolvimento pessoal.

Todos os produtos que tenho estão sempre em construção, porque estamos em constante mudança e aprendizagem, e os produtos têm de fazer sentido para aquilo que estamos a viver. O próprio ZenLovers é isso mesmo!

Além disso, podem encontrar o conceito do ZenLovers na minha revista digital que sai mensalmente!

Quando há 5 anos decidiste investir em São Brás, sentiste que foste bem integrada pela comunidade?

Fui muito bem recebida em qualquer das áreas que tenho estado a trabalhar. Acho uma vila muito interessante, com uma dinâmica muito própria. Venho da cidade de Faro e embora não seja uma grande cidade, é maior do que São Brás, e não há essa comunicação e facilidade como existe aqui.

Por incrível que pareça comecei com umas aulas no jardim, sem compromisso com 2 ou 3 pessoas e rapidamente se espalhou a palavra. Infelizmente, com o confinamento as coisas alteraram um bocadinho, porque antes da pandemia já tinha duas turmas cheias. Depois apostei no online e a turma dispersou, ou seja, tenho metade da turma no online e a outra metade em presencial. E outra parte agregou-se a outra modalidade do online em que adaptei o ZenWorkout dentro do que é possível fazer online.

“Jovens Seguros, Famílias Felizes” é o projeto que integras no Espaço Jovem. Como está a ser esta experiência?

Sim, este projeto foi financiado pelo Ministério da Administração Interna, para a prevenção da delinquência juvenil. Está inserido num contrato local de segurança do município, em que têm vários tipos de programas, em que o de São Brás é mesmo local. Nós somos uma pontinha desse Contrato Local de Segurança.

A ideia é combater a delinquência juvenil com a realização de atividades, com pessoas entre os 7 e os 30 anos. Trabalhamos projetos de vida, trabalhamos em rede, em que os serviços encaminham jovens, crianças ou



(...) integro o projeto “Jovens Seguros, Famílias Felizes” onde a ideia é combater a delinquência juvenil com a realização de atividades, com pessoas entre os 7 e os 30 anos.

famílias quando acham que precisam da nossa intervenção. Trabalhamos desde acompanhamento psicológico, criação de métodos e técnicas de estudo, desenvolvimento de competências sociais e pessoais.

Dependendo da pessoa que nos aparece, criamos um projeto de vida em ter em conta as necessidades da pessoa. No fundo é fazer um coaching individual.

Apesar de o projeto ter começado com famílias carenciadas, hoje em dia trabalhamos para todos os jovens do município, ou que tenham ligação a São Brás.

Sentiram um aumento de procura de ajuda a nível psicológico após os confinamentos?

Nós tivemos um aumento, mas também penso que possa ter sido por já ser o quarto ano de projeto e a cada ano que passa sentimos que chegamos a mais pessoas.

Este ano fizemos uma parceria com a Associação de Pais, e temos promovido webinars para famílias, e isso desbloqueou muita coisa e demos a conhecer ainda mais o nosso trabalho!

A pandemia não é que nos tenha trazido mais pessoas, mas sobretudo na área da saúde mental (ansiedade, gerir sentimentos...), tivemos mais procura. Acredito que os casos que tenham vindo ter connosco, não tenham sido tanto pela pandemia, mas sim por esta parceria que deu a conhecer o que fazemos!

Outra área onde te lançaste recentemente e em São Brás, foi a Música! Como surge esta paixão?

Eu costumo dizer que desde pequena, nunca consegui escolher uma profissão! Dizia que queria ser atriz, professora, cantora... Na altura da Universidade, segui Educação Social, mas sempre senti que faltava qualquer coisa. E no fundo, não fiz só educação social. Fui também professora de Hip Hop e dava aulas de dança. Dei aulas em São Brás, em Olhão, Faro, Quarteira... onde fiz também workshops pelo Algarve. Sempre tentei fazer várias coisas e as oportunidades foram surgindo! Foi através daí que também surgiu este gosto do Zen Workout!

A música sempre foi um sonho, mas ficou esquecido. Entretanto, fui cantando em casa e a minha colega do Espaço Jovem também gosta

de cantar e deu-me ainda mais vontade de o fazer, e comecei a expandir e a perder mais a vergonha.

Antes da pandemia, fizemos um evento com o Nuno Martins, em que ele é mentor do espaço jovem na área da música, e a minha colega Rute cantou com ele. Foi então que fui desafiada para cantar e foi o meu primeiro momento público.

A partir daí, decidi que devia perder mesmo a vergonha e fui partilhando. Até que surgiu esta oportunidade do município para quem tivesse originais. Quando conheci o Nuno, construímos duas músicas e as músicas acabaram por ficar na gaveta. Com este concurso decidimos participar e o feedback está a ser super positivo e estamos contentes.

Como é que consegues conciliar os teus projetos com a gestão das redes sociais e a produção de conteúdo?

Não é fácil e hoje em dia tenho uma carga muito pesada, tenho de produzir o conteúdo no terreno, são muitas horas diárias, e depois vou para casa produzir o conteúdo digital, que ao contrário do que muitos pensam, não é só tirar fotos e colocá-las na internet. Tem de existir uma linha condutora e as coisas têm de fazer sentido. Infelizmente, ainda não consigo pagar e fazer crescer a equipa ao ponto que eu gostaria de fazer. Neste momento, tenho o meu irmão que me ajuda, que é da área do design. Temos o início de um acordo e aquilo que eu não consigo fazer, é o que ele faz!

Não é fácil gerir estes conteúdos todos porque tenho de perceber que a minha rede pessoal é uma coisa e as minhas marcas são outras, mas tenho tudo interligado. No fundo, dou a conhecer todos os projetos que tenho através do meu perfil, e faço de maneira que esteja tudo interligado.

O digital tem estado a ajudar-me muito nos meus projetos. As pessoas cada vez mais procuram inspiração no digital, e aproveito isso. Mas faço questão de ser transparente naquilo que transmiro, e sou muito verdadeira. Tudo tem trabalho, consistência e persistência e tudo é possível.

Tudo aquilo que damos, nós atraímos. Tudo é melhor que zero!

SAÚDE E BEM-ESTAR

Existe um conservante alimentar ideal?

Avaliação da ação conservante do nitrato de sódio, ácido ascórbico e Aloe vera sobre o fiambre e a banana.

A questão da conservação alimentar e as suas implicações para a saúde é um problema já bastante analisado por entidades a nível mundial. Mas, apesar disso, a questão mais importante e central não é frequentemente debatida com clareza – qual o melhor de entre os conservantes alimentares?

Foi a pensar na resposta que nós decidimos usar como tema para o nosso projeto final de secundário os conservantes alimentares. Para tal, fizemos uma pesquisa sobre o tópico, que nos permitiu descobrir as noções fulcrais sobre conservantes, de modo a fazermos uma experiência com validade científica. É de notar que, ainda assim, os resultados foram tratados com alguma subjetividade, podendo variar um pouco para alguém que repita o procedimento.

Para começar, um conservante tem como função manter um alimento próprio para consumo, quer por prevenção da ação bacteriana, quer por manutenção do sabor, cheiro, qualidade nutritiva etc. Cada alimento sofre com problemas diferentes, por conseguinte os conservantes aplicados também variam em tipo e quantidade.

Assim, a experiência começou com a comparação entre quatro métodos de conservar alimentos no requisito aspeto (engloba ação antibacteriana, cheiro e apelo ao observador), atuando sobre dois alimentos completamente distintos e representativos dos restantes alimentos: fiambre- suscetível à ação bacteriana; banana- suscetível à oxidação. Os quatro métodos utilizados foram a ação das baixas temperaturas, o uso de um aditivo químico (nitrato de sódio), de um antioxidante natural (vitamina C) e de uma substância com propriedades abrangentes (óleo de *Aloe vera*).

Os resultados foram organizados em tabelas e chegou-se à conclusão de que o frio é o método de conservação superior para qualquer alimento, quando aplicado individualmente, embora o interesse do trabalho reside nos conservantes em si, que podem ser aplicados em simultâneo com o frio. Nesses, a *Aloe vera* revelou-se a mais

eficaz contra o fiambre, sendo a vitamina C a menos eficaz para o mesmo alimento, invertendo-se a situação no que concerne à banana, na qual a vitamina C se revelou, de longe, a mais eficaz.

Esses resultados fazem sentido, dado que a vitamina C é um poderoso antioxidante usado por várias plantas, enquanto o óleo *Aloe vera* e o nitrato de sódio têm como principal ação o combate a infeções bacterianas e virais.

Acresce referir que ainda foi possível verificar quais as melhores concentrações

Todavia, este teste não é suficiente para avaliar qual o melhor de entre estes conservantes, visto que existe mais num alimento do que o seu prazo de validade. É necessário testar como se comportam os conservantes no requisito das características organolépticas (as qualidades dos alimentos que incluem o sabor, textura, cheiro e outras características percebidas pelo ser humano).

Para o efeito, repetimos o primeiro procedimento, mas logo após um dia

Alimentos suscetíveis a bactérias: Frio » *Aloe vera* » Nitrato de sódio » Vitamina C

Alimentos suscetíveis a oxidação: Frio » Vitamina C » Nitrato de sódio » *Aloe vera*

Apesar de a *Aloe vera* ter aumentado a durabilidade da banana mais consideravelmente do que o nitrato de sódio, a mesma revelou ser pouco viável no requisito sabor, que é uma parte significativa de um alimento, o que baixou a sua qualidade, quando comparada com os outros conservantes.

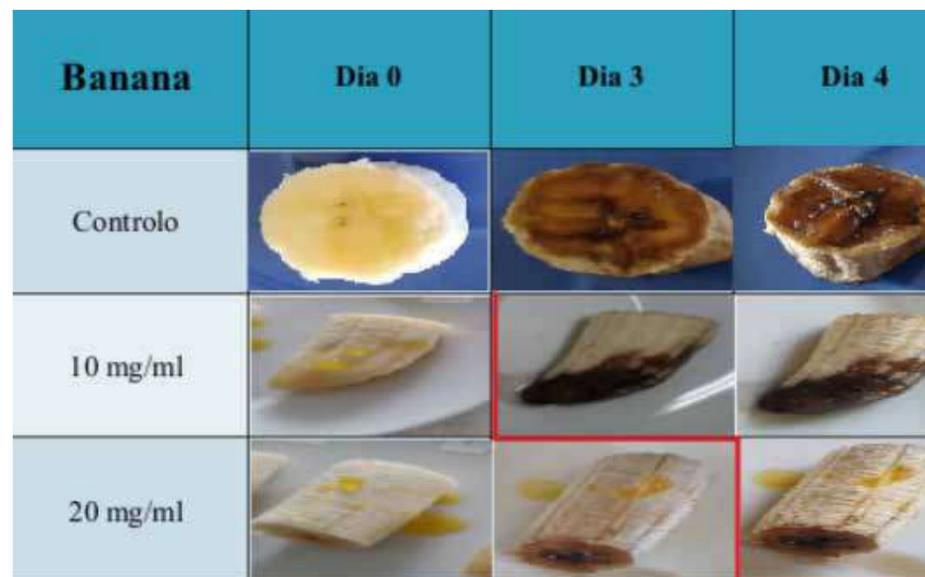
Apesar de ser considerado um conservante alimentar, o nitrato de sódio revelou danificar os alimentos de forma significativa, quando em concentrações elevadas, o que o torna num conservante fora do ideal, sendo por isso que o classificamos como inferior à *Aloe vera* no fiambre, mesmo que tenha aumentado a durabilidade do alimento um pouco mais.

Em jeito de conclusão, podemos agora afirmar que o melhor método para preservar um alimento suscetível a infeções bacterianas é através da preservação em ambientes frios, com a aplicação de um conservante químico, como o nitrato de sódio, desde que não se utilizem concentrações muito elevadas. Por outro lado, a melhor maneira de se preservar um alimento facilmente oxidado, como a fruta, é utilizando um antioxidante natural, sendo o melhor e de mais fácil obtenção a vitamina C.

Preste atenção ao que vê e ouve em relação ao que come. O presente estudo conseguiu verificar que os conservantes químicos não são tão maus quanto se fala, e também que a *Aloe vera* não é uma opção tão viável quanto se poderia pensar.

Os resultados falam por si. A melhor maneira de saber é experimentar e, só assim, conseguirá o melhor para você mesmo.

João Ferreira
Rafael Mendonça
Tomás Carrasco
Victor Ambroseiciuc
Turma - 12º C



para cada conservante, que não variaram de alimento para alimento. Se a vitamina C é mais eficaz em concentração elevada de 50mg/ml, o nitrato de sódio só precisou de 10mg/ml para atuar, constituindo-se prejudiciais concentrações acima desse nível, não só para o alimento, mas também para a saúde do consumidor. A *Aloe vera* não é limitada pelas implicações para a saúde e, por esse motivo, foi usado óleo feito a partir de um extrato puro.

provámos os alimentos e avaliámo-los numa escala, que cruzamos com os resultados anteriores para chegar à conclusão final de qual o melhor conservante. Nessas conclusões, tivemos em consideração, não só a durabilidade que concederam ao alimento e o quão bem mantiveram os alimentos, mas também os benefícios e malefícios que estes têm na saúde, além da sua facilidade de obtenção. Tudo isto levou-nos à seguinte ordem de superioridade de conservantes:

Prepare-se para os Dias Quentes



MARISA BELCHIOR

Quando o verão chega com os dias quentes e solarengos é comum passarmos mais tempo ao ar livre, seja numa esplanada ou no areal da praia. Assim usamos menos roupa e expomo-nos mais tempo aos raios ultravioleta (UV). Algumas pessoas mais sensíveis adquirem nesta altura do ano algum tipo de alergia solar que normalmente se manifesta algumas horas após a exposição aos UV. Essa alergia caracteriza-se pelo aparecimento de pequenas borbulhas vermelhas acompanhadas de prurido na zona do pescoço e decote, nos ombros, nos braços ou nas pernas. De modo a evitar tal reação aconselha-se o uso de protetor solar com fator de proteção 50 para peles

sensíveis. Aconselha-se também que evite a exposição solar nas horas de maior incidência dos raios UV, que acontece entre as 11h e as 17h. Pode também preparar a pele para a exposição solar através da ingestão de alimentos contendo β -carotenos, como a cenoura e a abóbora, ou através da ingestão de suplementos alimentares existentes no mercado contendo este e outras vitaminas importantes.

É igualmente importante que aumente a ingestão de água nesta altura do ano. Como faz mais calor tendemos a transpirar mais e o corpo precisa de repor a água que perde. Deve ingerir entre 1,5L a 2L de água por dia e evitar as bebidas açucaradas e o álcool. Ao ingerir mais água diminui-se a probabilidade de desenvolver uma infeção urinária e diminui-se a retenção de líquidos. Para quem sofre de pernas cansadas/varizes é fundamental que o corpo esteja sempre hidratado e deve usar meias de compressão de modo a reduzir o inchaço e o aparecimento de novas varizes. Deve igualmente massajar as pernas de baixo para cima com um creme hidratante e refrescante, e se necessário, pode tomar um suplemento contendo substâncias venoativas que ajudam a diminuir a sensação de pernas pesadas e cansadas.



BrasÓptica

LOW COST
MADE IN GERMANY



Pacote A-MONOFOCAL
aro + lentes
a partir de € 39,00



Pacote A-PROGRESSIVO
aro + lentes
a partir de € 149,00

inclui:
aro pacote A / lentes orgânicas 1.5 / anti-risco / anti-reflexo
pano de limpeza / spray de limpeza / estojo / exame optométrico

serviços exames diários de optometria // contactologia
todo o tipo de reparações // assistência técnica

preços c/ IVA incluído à taxa em vigor

CONSULTAS DIÁRIAS

Rua Boaventura Passos, 44
*ao lado da Casa do Benfica
8150-121 S. Brás de Alportel

brasopticasba
@optcabras@gmail.com

289 845 305
915 768 218

SAÚDE E BEM-ESTAR

A palavra do Médico Veterinário

A campanha oficial de vacinação antirrábica e de identificação eletrónica de canídeos



JOAQUIM MENDOZA

Estamos no meio do ano civil e o nome do mês diz-se que foi consequência da homenagem de Júpiter à sua Deusa Maior Juno que ficou assim consagrada neste mês do fim da Primavera e do início do Verão com o Solstício a 21 do mesmo, que entre 7 dedicações destacamos uma delas bem curiosa que é a do dia mundial da Girafa, por ser o animal com o pescoço mais

longo do mundo e por consequência o mais alto, escolhendo-se o dia mais longo do ano no hemisfério norte e a noite mais longa no hemisfério sul, para celebrar este animal. E claro como seria evidente o objetivo da data é a de promover a proteção das girafas pelo mundo inteiro, pois encontram-se ameaçadas pela mão do homem e pela degradação do meio ambiente, pois em África já só existem noventa mil girafas selvagens! Há mesmo um programa da Fundação de Conservação da Girafa.

E na área da Veterinária destacamos o dia 7 de junho que historicamente faz lembrar a assinatura do Tratado de Tordesilhas entre Portugal e Espanha em 1494, mas aqui neste contexto evocamos como o Dia Mundial da Segurança dos Alimentos, cujo tema deste ano é bem demonstrativo das preocupações com o futuro, como o título é bem sugestivo e que é o dos Alimentos Seguros Hoje, para um Amanhã Saudável! E a propósito

recordamos aqui o programa «Faça Chuva, Faça Sol» transmitido no dia 5 de Junho, pela RTP 2, onde se referiu a importância do Bem Estar Animal na produção animal desde o "prado até ao prato", onde se referiram as 5 liberdades do Bem Estar Animal, desde o ser livres de medo e stress, ser livres da fome e sede, ser livres do desconforto, ser livres da dor e de doenças e por último ter liberdade para expressar o seu comportamento ambiental!

Uma nota de referência da Direção-Geral de Alimentação e Veterinária que lembra da obrigatoriedade da Identificação oficial de ovinos e caprinos até aos seis meses de idade, pela aplicação de marcas auriculares ou por um meio de identificação eletrónico, também designado bolo reticular eletrónico, sendo esses dados comunicados à base de dados do SNIRA - Sistema Nacional de Informação e Registo Animal.

Para terminar informamos que começará

até ao fim do mês e continuará em Julho, a campanha oficial de vacinação antirrábica e de identificação eletrónica de canídeos, nos locais habituais do concelho, onde serão colocados previamente editais com uma lista vermelha diagonal com a antecedência de 15 dias e que nesses dias as pessoas que levarem os seus canídeos ao local de vacinação, deverão respeitar as recomendações da Direção-Geral de Saúde, levando sempre a máscara colocada na cara e mantendo as distâncias de segurança e utilizando o desinfetante de álcool gel que será disponibilizado no local para desinfecção das mãos.

Até Julho despedimo-nos com amizade e com toda a gratidão pela atenção dispensada neste apontamento que o vosso amigo vos disponibiliza mensalmente.

Boa saúde a todos, livres desta pandemia!

Os Valentões



SÍLVIA REVÉS

"O bullying é um comportamento agressivo e repetido, cujo objetivo é causar danos físicos ou psicológicos, envolvendo um desequilíbrio de poder ou força entre o agressor e a vítima (Garcia e Correia)."

O bullying parece ser um comportamento comum na nossa sociedade, considerado violência e em que se reprime o que é

percebido como mais fraco, e ao qual não se tem dado a devida importância.

Se pararmos para pensar, muitos de nós já fomos vítimas de hostilidade repetitiva e intencional em alguma circunstância da nossa vida, os peitudos (por vezes meias lecas de gente) não estão só nas escolas, não é difícil encontrá-los em qualquer outro segmento da nossa sociedade.

Pode acontecer de forma directa ou indirecta e pode ser revelado de diversas maneiras: na forma verbal através dos insultos e das ofensas; na forma física num empurrão, no bater, no roubar ou no ferir ou na forma psicológica pela discriminação, humilhação e ridicularização.

Os alvos por norma encontram-se em desigualdade de poder e por vezes apresentam eles próprios uma baixa autoestima que agrava consideravelmente com as práticas de bullying a que são sujeitos. Estas práticas têm na sua maioria carácter repetitivo, estruturado, doloroso e

deliberado.

Nos dias de hoje muito se ouve a este respeito e as escolas parecem ser o cenário propício a tais acontecimentos, sendo por isso crucial uma parceria entre as escolas e as famílias para tentar reduzir as incidências deste flagelo. A escola é o local onde a maioria dos indivíduos estabelece grande parte das suas relações sociais e por isso é necessário relembrar que cabe à escola proporcionar um ambiente seguro, saudável e capaz de proporcionar as condições necessárias para que estas se possam desenvolver em pleno.

"As investigações têm revelado que o bullying no contexto escolar constitui um problema com uma prevalência elevada, que compromete a aprendizagem e influencia o abandono escolar precoce, perturba as relações interpessoais e o desenvolvimento sócio emocional das crianças e jovens, e reduz o clima de segurança e protecção sentido por todos nas escolas (Carvalhosa, Moleiro & Sales, 2009)."

Se os pais permitem ou reforçam abertamente a agressão, é possível que as crianças se comportem agressivamente em casa e, por generalização, em outros lugares em que sintam ser a agressão permitida, esperada ou encorajada (Fante e Pedra, 2008).

É importante que os pais sensibilizem os filhos para a relevância dos comportamentos delicados e meigos, onde prevaleça o respeito, a partilha e se rejeitem quaisquer formas de violência.

Aos pais e educadores espera-se que estejam alertas para possíveis situações de conflito como forma de prevenção. Crianças e adolescentes, enquanto vítimas, devem sentir os pais e os professores como pessoas capazes, comprometidas e abertas ao diálogo e serem sempre o seu porto de abrigo.

Dicas de Saúde Animal

Golpe de Calor – o perigo do tempo quente



DANIELA JACINTO

Em tempo de Verão, o calor é um perigo para os Animais de Companhia.

Golpe de Calor ou Exaustão por Calor ocorre quando a temperatura corporal (T°C) aumenta consideravelmente acima do normal (T°C normal dos animais: 37,5°C – 39,2°C). Isto acontece quando os animais são expostos a T°C muito elevadas.

Sinais associados ao Golpe de Calor:

- respiração ofegante (os animais diminuem a temperatura corporal através do ato de arfar, logo a respiração ofegante é um tentativa de redução da temperatura);

- salivação excessiva;
- dificuldade em respirar;
- vômito;
- diarreia;
- fraqueza;
- incoordenação;
- convulsões;
- colapso repentino.

Se o vosso animal apresentar algum destes sinais, devem entrar imediatamente em contato com um CAMV (Centro de Atendimento Médico-Veterinário), pois o vosso animal está em risco de vida.

Durante o transporte do vosso animal para o CAMV, podem colocar toalhas molhadas por todo o corpo do animal para ajudar na redução da T°C. Por fim, peça que tenham especial atenção com os vossos patudos neste tempo mais quente. Optem por realizarem passeios no início da manhã ou no final da tarde quando as temperaturas estão mais baixas. Não deixem os vossos animais no interior de veículos nem de habitações quentes e sem água à disposição.

Qualquer dúvida ou sugestão, podem entrar em contato através do email: enfermeiraveterinaria.danielaj@gmail.com

Novo nome. Conceito renovado.
A equipa de sempre.
New name. Renewed Concept. The team you already know.

Especialidades
Specialties

- Saúde Integrativa
Integrative Health
- Fisioterapia
Physiotherapy
- Osteopatia
Osteopathy
- Fisioterapia
Physiatry

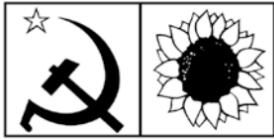
- Psicologia
Psychology
- Terapia Ocupacional
Occupational therapy
- Osteopatia Pediátrica
Pediatric Osteopathy
- Psicologia
Psychology

- Terapia da Fala
Speech Therapy
- Naturopatia
Naturopathy
- Acupuntura
Acupuncture
- Entre outros.
More available.

(+351) 289 845 131 www.sanintegrativa.pt

POLÍTICA - AUTÁRQUICAS 2021

PCP-PEV

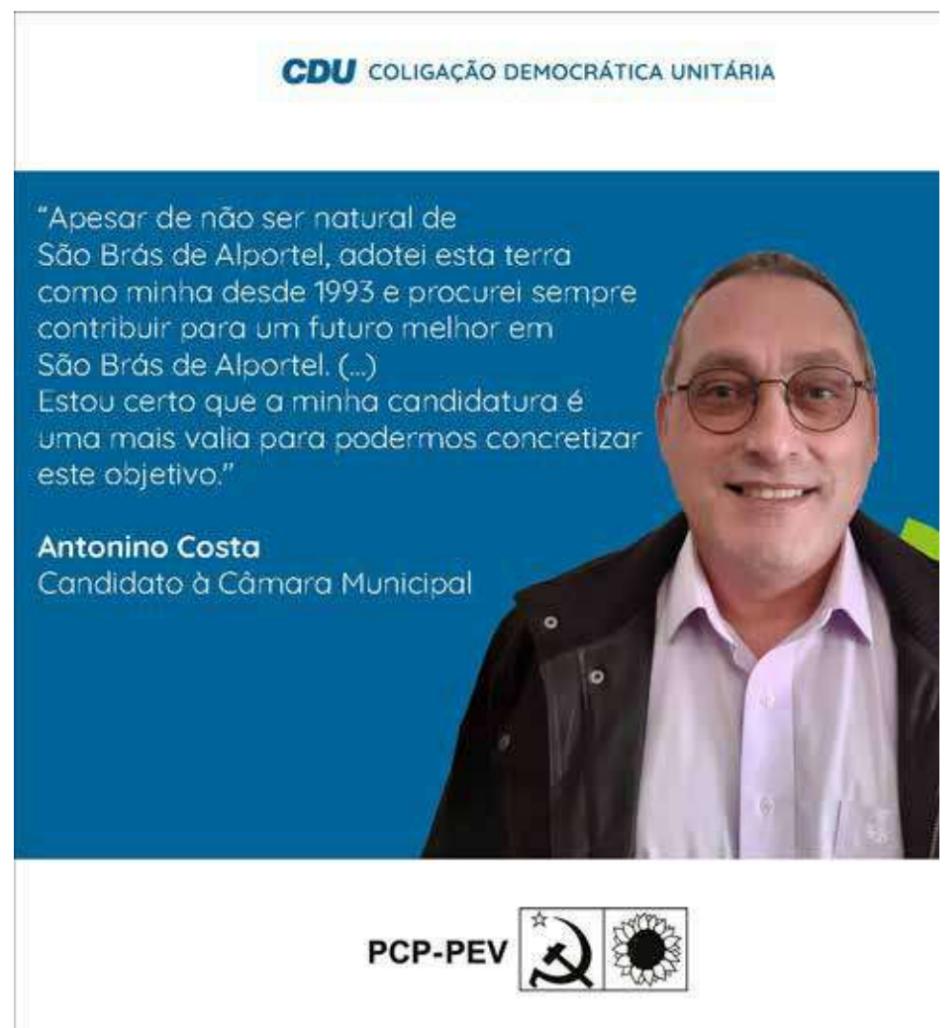


Entrevistas aos candidatos à Câmara Municipal

Antonino Costa é o nome pela CDU



(...) procuraremos continuar a desenvolver o nosso trabalho de proximidade com a população.



Antonino Luís Pereira Costa, tem 55 anos, é Enfermeiro com especialidade de reabilitação, integrando desde 2018 a equipa de enfermagem do Centro de Medicina de Reabilitação do Sul, onde é o responsável pela Formação em Serviço. Natural de Vila Meã, no concelho de Lamego, reside no concelho de São Brás de Alportel há vários anos.

Fez também parte integrante durante alguns anos da escala de evacuações do Hospital de Faro. Passou pelos serviços de Pneumologia, Medicina I, e Urgência. Integrou o projecto da VMER de Faro desde a sua abertura a 1 Julho de 2000, até 2020.

Integra o Conselho Fiscal da Associação de Defesa do Património e do Ambiente Alportel e pertence ao quadro activo dos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel, com a categoria de Oficial Bombeiro de 2ª.

Candidato Independente nas Listas da CDU, Antonino Costa é actualmente eleito na Assembleia de Freguesia de São Brás de Alportel.

Antonino Costa contou ao Jornal O Sambrasense quais os principais compromissos autárquicos para com os sambrasenses bem como as razões que o levaram a candidatar-se às autárquicas.

ENTREVISTA

Quais são as principais razões que o levam a candidatar-se às autárquicas 2021 em São Brás de Alportel?

Foi com enorme orgulho e sentido de responsabilidade, que aceitei o desafio para encabeçar a lista da CDU à Câmara Municipal. A principal razão resulta desta vontade de poder retribuir o muito que "recebi" deste concelho de São Brás de Alportel que adoptei (e pelo qual

fui adoptado) há quase 3 décadas, transpondo para a vida política o trabalho que procuro desenvolver em tantas outras áreas, sempre com o propósito de servir a sua população.

Quais são os seus principais compromissos autárquicos para com os sambrasenses?

A CDU encontra-se ainda em fase de reuniões e auscultações para a construção do programa

que levaremos às eleições. Evidentemente que partiremos do projecto CDU, mas queremos sentir quais as concretas necessidades das populações. É certo que o compromisso da CDU passará por dar resposta às necessidades sentidas em matérias como a habitação, água e saneamento básico que não chega ainda a todo o concelho e o desenvolvimento sustentável do mesmo. Não ignoramos a importância de preservar os valores naturais, o uso correcto da terra e a adopção de medidas de combate à desertificação e ao despovoamento. Temos, além disso, valores dos quais não abdicaremos, como são a defesa da cultura, dos serviços públicos, entre outros.

Se for eleito Presidente da Câmara de São Brás, o que pensa em fazer para melhorar o desenvolvimento do concelho e das pessoas?

Com eleitos ou sem eles no executivo municipal, para a CDU o desenvolvimento do concelho não pode ser desligado do desenvolvimento das pessoas. Por isso cremos que é importante estabelecer o diálogo com a população, não apenas para anunciar medidas consumadas, mas também para ouvir.

Como reflete o trabalho que o PS liderado por Vítor Guerreiro tem realizado nos últimos anos?

A CDU tem, de forma coerente, apontado o que considera serem falhas nas opções dos executivos PS para o concelho. Consideramos que se tem promovido um conjunto de políticas menos eficazes no objectivo de um desenvolvimento harmonioso do concelho, nomeadamente no que toca à atenção dada aos núcleos não urbanos. Há, além disso, um diálogo que tem deixado de ser feito e que é preciso retomar entre o executivo e as populações e as suas diversas forças vivas.

Há mais de 35 anos que a CDU não tem um vereador na autarquia. De que forma pretendem dar a volta a esta situação?

Não obstante as dificuldades decorrentes desse facto, a CDU não dá nenhuma batalha por perda e vamos para estas eleições tendo como objectivo o aumento de votos e, conseqüentemente, de eleitos. Para isso procuraremos continuar a desenvolver o nosso trabalho de proximidade com a população, o que levaremos para a campanha. Independentemente disso, cá estaremos no dia seguinte às eleições para continuar a trabalhar.

POLÍTICA - AUTÁRQUICAS 2021

Entrevistas aos candidatos à Câmara Municipal

Bruno Sousa Costa é o nome pelo PSD



(...) o nosso propósito é muito mais que político, é muito mais que partidário, é uma missão pelo futuro do nosso concelho.

Bruno Sousa Costa, 39 anos, natural de São Brás de Alportel, engenheiro civil, perito em Eficiência Energética de Edifícios. Com Especialização em Segurança Contra Incêndios. Especialização em Sistemas de Gestão de Energia e Sustentabilidade em Edifícios. Técnico Superior de Higiene e Segurança no Trabalho. Avaliador de Imóveis e Formador.

Dirigente associativo académico enquanto estudante da Universidade do Algarve e ao longo da sua carreira profissional criou várias empresas na sua área de formação, todas elas com sede no concelho de São Brás de Alportel. Com apenas 21 anos criou a sua primeira empresa, desenvolvendo vários projetos na área de Engenharia Civil e dirigindo distintas obras.

No ano de 2008 recebeu o Prémio de Jovem Empresário, atribuído no âmbito dos Prémios Juventude.

Em 2015 foi eleito Presidente da Comissão Política do PSD de São Brás de Alportel. E em 2017 entra como vereador sem pelouro na autarquia de São Brás de Alportel.

Ao nível social nos últimos anos, apoiou diversas causas e associações, tendo sido Presidente do Clube Rotários de Estoi em 2018.

Bruno Sousa Costa em discurso direto com o Jornal O Sambrasense sobre as principais razões para se candidatar à Câmara de São Brás bem como os projetos e compromissos que pretende fazer com a comunidade.

ENTREVISTA

Quais são as principais razões que o levam a candidatar-se às autárquicas 2021 em São Brás de Alportel?

A razão que me leva a enfrentar novamente este desafio enquanto candidato à presidência da Câmara de São Brás de Alportel está alicerçada na vontade de deixar um legado positivo para o futuro de todos os sambrasenses. Tenho a vontade de servir e de transformar este maravilhoso concelho situado “entre a serra e o mar” num concelho pleno de oportunidades, com capacidade de captar e manter os seus talentos, de reduzir o êxodo dos nossos jovens, para que jovens e menos jovens possam aqui trabalhar, constituir as suas famílias e sejam felizes no nosso concelho.

Quais são os seus principais compromissos autárquicos para com os sambrasenses?

O principal compromisso começa com a potencialização das grandes capacidades do nosso concelho nas diversas áreas, dando seguimento ao trabalho feito ao longo dos últimos anos como vereador. Nas últimas eleições autárquicas apresentámos um programa eleitoral vasto e devidamente

estruturado, com uma visão estratégica para o nosso concelho. Este programa foi apelidado por alguns de “megalómano”. No entanto, 4 anos volvidos, verifica-se que é perfeitamente exequível. Com isto, o concelho hipotecou e adiou 4 anos de desenvolvimento, mantendo-se a gestão camarária sem uma estratégia definida, sem um posicionamento face aos concelhos vizinhos, sem uma clara identificação do modelo de desenvolvimento que se pretende, nem quais os objetivos que se ambiciona alcançar. Oportunamente, durante a campanha autárquica, iremos apresentar o nosso Programa Eleitoral.

Se for eleito Presidente da Câmara de São Brás, o que pensa em fazer para melhorar o desenvolvimento do concelho e das pessoas?

Para melhorar o desenvolvimento do concelho e das pessoas temos de pensar onde queremos estar daqui a 20/30 anos. De acordo com a nossa visão estratégica, não pretendemos um concelho envelhecido, onde o motor económico está essencialmente sustentado por organismos públicos, com ordenados baixos e dependência

dos apoios estatais. Nós pretendemos um modelo diferenciador, com uma maior dinâmica em termos económicos para o nosso tecido empresarial, alicerçado em projetos âncora, que proporcionem a criação de valor, melhores ordenados e melhor qualidade de vida para os sambrasenses.

Como reflete o trabalho que o PS liderado por Vítor Guerreiro tem realizado nos últimos anos?

Em primeiro lugar, gostaria de dizer que tenho um enorme respeito pela democracia e pela vontade dos sambrasenses. Após as eleições autárquicas de 2017, não tendo sido vencedor, mantive-me na função de Vereador, para o qual fui eleito. Durante os últimos 4 anos, assumi esta função de braços abertos, com uma postura construtiva e positiva. Apesar de não ter sido eleito para um cargo permanente, conseguimos melhorias significativas no nosso concelho, desde um conjunto de apoios ao comércio local, a isenção do pagamento da taxa das esplanadas e publicidade, o reforço dos apoios às associações, a criação de medidas para a eficiência hídrica no concelho,

entre muitas outras propostas. Destaco ainda a retirada das coberturas de amianto das escolas do concelho, onde sensibilizámos e pressionámos o executivo a tempo inteiro para o risco que a nossa comunidade escolar estava a correr, sujeita a este elemento potencialmente cancerígeno. Acredito ser possível fazer muito mais estando no poder executivo a tempo inteiro. Cada dia que passa são oportunidades que se perdem. É necessário outro rumo. Os sambrasenses podem contar com a minha capacidade e dedicação nos próximos anos à frente dos destinos do nosso concelho.

Os últimos 30 anos não foram fáceis para o PSD em São Brás. Concorda? Como é que poderá mudar o rumo dos resultados?

Nos últimos 30 anos os resultados eleitorais não têm sido o que desejávamos. No entanto, o nosso propósito é muito mais que político, é muito mais que partidário, é uma missão pelo futuro do nosso concelho, pelo progresso e desenvolvimento para os próximos 30 anos, pela criação de dinâmicas e oportunidades, por um FUTURO PARA TODOS!

Um futuro para todos

ESTE É O NOSSO COMPROMISSO



POLÍTICA - AUTÁRQUICAS 2021



Entrevistas aos candidatos à Câmara Municipal

Vítor Guerreiro é o nome pelo PS



“É o amor à minha terra que me leva a recandidatar-me a um novo mandato autárquico. É por São Brás de Alportel e por todos os sambrasenses, que ao lado de uma equipa competente, honesta e dedicada, peço um renovado voto de confiança à nossa comunidade para mais uma jornada de trabalho.”

Vítor Guerreiro, 51 anos, natural de São Brás de Alportel, licenciado em Psicologia, começou o seu percurso profissional como Diretor do Centro de Inspeções Técnicas de Veículos de São Brás e Guia.

A vida associativa fez sempre parte do seu caminho, sendo um dos sócios fundadores da Associação Jovem Sambrasense, foi membro ativo no Grupo Juvenil de Acordeonistas de 1984 a 1992 e ainda Socorrista Voluntário da Cruz Vermelha portuguesa desde 1995.

Em 1995 entra para a Assembleia Municipal onde permanece até 2001, em 2005, torna-se Vice-Presidente da Câmara e mais tarde, em 2012, assume a Presidência da Comissão Política Concelhia PS São Brás, onde no mesmo ano se torna Vereador.

Desde 2013 que é o representante máximo da edilidade sambrasense, Presidente da Câmara Municipal, um lugar a que se recandidata nestas eleições de 2021.

Anexa ainda ao currículo, lugares importantes como o papel enquanto Presidente do Conselho da Comunidade do ACES Central (Centros de Saúde) desde 2014, Secretário da Assembleia Geral da Associação de Música do Algarve desde 2006, Presidente da Assembleia Geral das Águas do Algarve de 2015 a 2018 e Representante da AMAL na Comissão Executiva da RTA desde 2019.

Vítor Guerreiro revelou ao Jornal O Sambrasense o balanço que faz do último mandato, os momentos difíceis da pandemia, os objetivos para o próximo mandato e os projetos que ficaram por realizar.

ENTREVISTA

Quais são as principais razões que o levam a candidatar-se às autárquicas 2021 em São Brás de Alportel?

É o amor à minha terra que me leva a recandidatar-me a um novo mandato autárquico. É por São Brás de Alportel e por todos os sambrasenses, que ao lado de uma equipa competente, honesta e dedicada, peço um renovado voto de confiança à nossa comunidade para mais uma jornada de trabalho.

Este projeto autárquico do Partido Socialista é um projeto de continuidade, um projeto que tem a ambição de fazer sempre mais e melhor pelo nosso concelho e tem as pessoas por Missão. Porque São Brás de Alportel não pode parar, merece continuar este crescimento sustentável e harmonioso. E no momento particularmente difícil em que vivemos, sentimos o peso de uma responsabilidade acrescida, que exige de nós todos os esforços, para em conjunto conseguirmos reerguer a nossa economia e avançar na senda do progresso, para todos.

Quais são os seus principais compromissos autárquicos para com os sambrasenses?

A nossa Missão são as Pessoas. É pelos sambrasenses que Seguimos Juntos. Trabalhar,

pelo bem de todos, com total dedicação e humildade é o nosso compromisso.

A nossa terra de gente trabalhadora e honesta, que nesta pandemia mostrou uma vez mais que resiste às dificuldades e não cruza os braços à crise, merece que continuemos este projeto autárquico ambicioso que é de todos os sambrasenses.

Estar ao lado das pessoas, ouvir as suas necessidades, de modo a continuamente ampliarmos os serviços e adaptar as respostas sociais para ajudar quem mais precisa, será sempre a nossa prioridade. Apoiar os nossos empresários e comerciantes neste momento de crise e dar asas aos nossos empreendedores é um compromisso que assumimos com todo o nosso empenho.

A educação continuará a ser o nosso compromisso com o futuro. Avançaremos por isso com o ambicioso projeto de ampliação do Jardim de Infância de São Brás de Alportel, para dar resposta ao crescimento demográfico a que felizmente estamos a assistir.

E estamos a lutar, com todos os esforços, pela criação de novos equipamentos sociais, na área da saúde e do apoio à população com deficiência.

Se for eleito Presidente da Câmara de São Brás, o que pensa em fazer para melhorar o desenvolvimento do concelho e das pessoas?

Temos um projeto ambicioso para o desenvolvimento do concelho e para melhorar a vida das pessoas, que é dinâmico e sempre aberto à participação de todos. Se for reeleito, é este projeto, em todas as suas frentes de trabalho, que continuaremos a concretizar, para relançar a nossa economia, potenciar os nossos recursos e o nosso território e continuar a elevar a fasquia da qualidade de vida que é a nossa ambição maior.

A nossa aposta é num desenvolvimento sustentável e harmonioso do nosso território, assente no acesso ao emprego, à habitação e à educação, os três pilares em que alicerçamos a construção do futuro, com atratividade e sustentabilidade económica.

Avançar com a Renovação Urbana, com a execução de dois grandes projetos de valorização da entrada sul da vila e requalificação do centro urbano, mas também alargar estes projetos aos sítios do concelho, é uma das prioridades do novo mandato, numa estratégia que promove a qualidade de vida, a mobilidade e as acessibilidades para todos, e ao mesmo tempo contribui de forma decisiva para o crescimento do turismo, a atratividade e desenvolvimento económico do concelho.

Manteremos a aposta nas vias de comunicação e nas acessibilidades, vitais para o progresso e qualidade de vida e avançaremos na estratégia de proteção da biodiversidade e na defesa do ambiente, com um reforçado investimento ao nível da proteção da floresta, da proteção civil e da prevenção de incêndios. Temos em curso a construção de uma nova barragem na zona norte do concelho e para o novo mandato seguiremos na senda de valorização da nossa Serra, em todo o seu potencial.

Queremos continuar a criar a melhorar as

infraestruturas, criar novos espaços verdes equipamentos sociais e modernizar serviços, elevando São Brás de Alportel a um concelho de referência, promovendo o espaço urbano enquanto promotor de qualidade de vida e bem-estar dos cidadãos.

Qual é o balanço que faz do último mandato enquanto Presidente da Câmara de São Brás?

Apesar da pandemia que não poderíamos prever, o balanço é positivo, conseguimos ultrapassar da melhor forma as dificuldades impostas por esta crise, que mudou as nossas vidas e com humildade, dedicação e trabalho árduo foi-nos possível apoiar a nossa população e as nossas empresas e proporcionar melhor qualidade de vida a todos os sambrasenses. O último ano e meio tem sido muito desafiante, mas a mobilização da nossa comunidade veio confirmar que a maior riqueza do nosso concelho são as pessoas. Uma comunidade exemplar durante toda esta dura batalha, dando inúmeras provas de resiliência, solidariedade e elevando sentido de cidadania, que muito me orgulha!

Ficaram alguns projetos para realizar dentro do idealizado?

Naturalmente, não nos foi possível realizar tudo como gostaríamos e foi inevitável adiar alguns dos projetos, reajustando prioridades para enfrentar a pandemia e ajudar a nossa população e as nossas empresas a fazer face a esta crise que não poderíamos prever.

A valorização do Parque da Fonte Férrea, a requalificação do Quarteirão do Quatro Olhos e a criação da Oficina das Artes com a valorização do antigo Lagar de Azeite são alguns dos projetos que já se encontram elaborados, mas cuja concretização teve que ser adiada, para fazer face aos exigentes desafios do tempo em que vivemos.

EMIGRANTES

Ana Paula Mariano

E as saudades de São Brás de Alportel



(...) escrever e versar sobre as minhas origens, as minhas vivências e o lugar onde cresci, tem um sentido e um sabor especial

Ana Paula Mariano, 55 anos, nascida e criada no sítio dos Vilarinhos, descendente da família "Mateus" por parte da avó materna (pelo avô é descendente dos "Silvestre" do Bengado), emigrou aos 23 anos com a bagagem cheia de sonhos, rumo à costa Leste dos Estados Unidos da América do Norte com a esperança de encontrar um futuro melhor e voltar o mais rápido possível para casa.

O Sambrasense partilha a história apaixonante desta emigrante que mantém uma forte ligação com a terra e que tem o talento de pôr em palavras as saudades que tem do seu país.

ENTREVISTA

Há quanto tempo é emigrante? Como surgiu esta oportunidade de viver fora?

Emigrei em 1989, faz 32 anos no próximo mês de Setembro (uma vida). Tudo começou com uma conversa banal entre amigos na esplanada de um café, durante uma noite quente de Agosto, sobre como era difícil, senão mesmo impossível, para os mais jovens (mesmo tendo seus empregos) conseguir um empréstimo bancário para comprar casa própria. A minha mãe já tinha vivido dois anos nos Estados Unidos, onde tem uma prima irmã e muitos amigos que a ajudaram a conseguir trabalho e lhe abriram as portas de sua casa ajudando em tudo o que puderam. Quando voltou a Portugal, não se cansava de elogiar este País e descrever como, as pessoas tinham mais facilidade em alcançar os seus objectivos.

Os primos que a receberam a ela, também nos haviam estendido a nós o convite e ofereceram-nos a sua ajuda se alguma vez quizessemos experimentar, a "pulguinha ficou atrás da orelha".

Pedimos licenças sem vencimento, fomos a Lisboa pedir o Visto, e eu na entrevista disse logo ao Embaixador que, ou nos dava Visto aos quatro ou não precisava dar a ninguém.... sim quatro, pois na nossa maior aventura, trouxemos connosco outro casal, os nossos melhores amigos.

O visto foi concedido e lá viemos nós, cheios de expectativas, sonhos e vontade de lutar por uma vida melhor e mais confortável financeiramente. Aquilo que move os Emigrantes.

Como foi a chegada a outro país e tão longe de casa?

Os meus primos, também eles São Brasenses, receberam-nos de braços abertos, trataram-

nos com o mesmo carinho com que se tratam os filhos. Durante uns tempos naquela casa, em Elizabeth, New Jersey, onde antes vivia uma família de quatro pessoas, passou a viver uma família de oito.

Foram incríveis, não tenho palavras para descrever ou agradecer, estarei eternamente grata a eles, aos filhos e ao seu núcleo de amigos, pela maneira como nos deixaram entrar em suas casas, em suas vidas. Amparando-nos, oferecendo-nos o básico e mais necessários para começar uma vida nova. Deram-nos bons conselhos ajudaram-nos a procurar empregos, fizeram-nos sentir que na verdade, ganhamos uma segunda família, novos amigos e uma nova Pátria que, apesar de não ser a nossa, nos estava a abrir portas e proporcionar, um Mundo de infinitas oportunidades ao nosso alcance, se ouvesse saúde, trabalho e força de vontade.

Tive a sorte de encontrar trabalho precisamente, na tão conhecida Ferry Street, também conhecida pela Rua dos Portugueses em Newark e ali me mantive durante 28 anos, trabalhando numa Agência de Viagens Portuguesa.

Qual é a ligação que mantém a São Brás e a Portugal?

Sou membro activo da nossa Igreja Nossa Senhora de Fátima, de Clubes, Associações Portuguesas, ajudando e fazendo o possível pela nossa comunidade, e pela nossa cultura, para que mesmo deste lado do Atlântico os nossos usos e costumes nunca sejam esquecidos e para que os nossos filhos continuem a sentir, a Força, a Garra e o Orgulho do Povo Português.

Viajo normalmente até Portugal 1 ou 2 vezes por ano, sempre que possível acompanhada da



família. Ficamos no nosso apartamento em São Brás e tentamos aproveitar ao máximo de tudo aquilo que esse cantinho tem para nos oferecer (e é tanto).

Vou ao "nosso" Cemitério, passo lá o tempo que me é possível, "falando", "rindo", contando as notícias recentes e pedindo desculpas àqueles que já não tenho o prazer de visitar em suas casas. Dá-me conforto, dá-me alento. Pode parecer estranho, e talvez seja, mas, para mim são momentos únicos de reflexão.

Sinto uma paz inexplicável, tento fazer pazes comigo mesma, como que pedindo desculpa pela vida que decidi abraçar e que me roubou a mim e a eles, tantos momentos por viver.

Isso é até hoje, o meu maior arrependimento a minha maior mágoa.

Escreve muito sobre a sua terra. De onde vem esta veia poética?

Gosto de escrever e fazer versos sobre tudo no geral, mas escrever e versar sobre as minhas origens, as minhas vivências e o lugar onde cresci, tem um sentido e um sabor especial... não é preciso pensar nem fazer esforço, fluem de forma espontânea, simples e natural.

Voltar para Portugal é um objetivo? Como está a planear o regresso?

Não gostaria de partir definitivamente deste País que me acolheu, me deu trabalho, onde fiz amigos para a vida, onde nasceram meus filhos....mas como a maioria dos emigrantes, mantenho vivo o sonho de poder regressar a Portugal e passar aí a maior parte do ano. Falo em sonho porque na casa dos cinquenta acho improvável senão impossível encontrar emprego aí. Aqui comecei uma carreira nova aos 52 anos de idade, sou neste momento funcionária pública, no equivalente ao nosso departamento de Segurança Social e Formação Profissional. Deste lado, a experiência e a idade são mais valias, Portugal peca por isso.

Assim Deus (sou mulher de fé convicta), me permita viver até chegar a idade de reforma e finalmente regressar e aproveitar o nosso lindo Algarve à beira do mar plantado.

Um abraço e o meu bem haja a todos.

A vida de emigrante

Quem encontra em si a coragem
Para seu País deixar
Ainda prepara a bagagem
E já começa a chorar

Para trás fica a família,
O pai, o tio, ou a avó
Um chorriho de lembranças
No peito sente-se um nó

A princípio é difícil
Parece doença sem cura
A saudade corrói a alma
E a realidade é muito dura

Procurar futuro melhor
Deixar tudo, seguir viagem
Não é fraqueza ou desprezo
Requer é muita coragem

No início é difícil
Ver os aviões a passar
Parecem as peças de um puzzle
Que estão fora do lugar

O que sente o emigrante
Se seu hino está a tocar
Um aperto na garganta
E as lágrimas a brotar

Mas o tempo vai passando
Amigos novos se fazem
Aprendemos novos hábitos
E ganhamos mais coragem

E lá diz o velho ditado
Longe dos olhos, longe do coração
Ficamos com um pé de cada lado
Mas mantendo a tradição

Ao deixar o meu País
Tanta coisa ficou para trás
Ficou lá parte de mim
Lá por terras de São Brás

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

NECROLOGIA



À memória de

ROSALINDA AZINHEIRA DE MENDONÇA ROSA

10/05/1941 - 12/05/2021
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!



À memória de

MANUEL HENRIQUE RAMOS

21/01/1931 - 18/05/2021
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!



À memória de

ANTÓNIO DE ALMEIDA GOUVEIA

06/08/1936 - 18/05/2021
SÍTIO DA CALÇADA

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!



À memória de

LEONILDE MARQUES DE CARVALHO PEREIRA

21/01/1945 - 30/05/2021
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!



À memória de

ROGÉRIO DE BRITO RODRIGUES

13/05/1933 - 01/06/2021
SÃO ROMÃO

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!



À memória de

JOSÉ JOÃO GONÇALVES DA PALMA

30/09/1939 - 01/06/2021
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!



À memória de

VIRGÍNIA NUNES MARTINS

15/06/1930 - 08/06/2021
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!



6 Anos de Eterna Saudade

VITOR DE BRITO PONTES

21/06/2016 - 21/06/2021

Pai, talvez esta dor nunca passe, talvez eu só tenha que aprender a lidar com ela, mas está difícil.
Faz 5 anos (21 de junho) que partiste e a cada minuto, hora, em cada espaço, cheiros, tudo me faz lembrar de ti.
A Saudade dói, apertada, machuca, estrangula.
A tua ausência nestes 5 anos tem sido terrível, PAI!!!
Doí o meu telefone não tocar todos os dias, dói a tua ausência, dói não ouvir a tua voz, os teus conselhos, que saudades, PAI...
Nunca mais me vou esquecer daquele último abraço, nós sabíamos que ia ser o último, mas nós não entendemos isso, choramos tanto, não dá para esquecer. Eu te amo PAI dava tudo para poder ter ver e abraçar novamente.
Foi um privilégio ter o teu amor de PAI...
Está difícil esta dor passar, mas vou tentar por ti pelos teus netinhos.
Porque sei que tu não me querias ver triste.

Tenho saudades tuas Paizão

Amo-te muito
Beijinhos daqui até ao céu da tua querida filha e netos

Descansa em Paz
Nany Pontes



4 Anos de Eterna Saudade

MANUEL FRANCISCO ASSUNÇÃO TOMÉ

26/06/2017 - 26/06/2021

A Família recorda com saudade este seu ente querido na passagem do 4º aniversário do seu falecimento.
Descanse em Paz!



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

BAFRUTAL, LDA.

Sede: MACHADOS • 8150 S. BRÁS DE ALPORTEL • Tel. 289 841 432 • Fax. 289 841 765

REPORTAGEM

Jovens Sambrasenses são Finalistas Universitários nas mais diversas áreas

O mês de maio é por norma o mês em que a maior parte dos cursos do Algarve e do País terminam.

Para quem está no último ano de curso, é o mês em que se tornam finalistas e em que celebram a Bênção das Pastas, mas dada a situação atípica que vivemos em algumas faculdades não foi possível a realização desta celebração.

Apesar disso é de salientar o número de jovens sambrasenses a ingressar em cursos superiores com um aumento gradual e sendo estes dos últimos anos com mais finalistas.

Das mais diversas áreas, desde a área da saúde, área de economia ou de psicologia, os nossos jovens têm honrado o nome de São Brás de Alportel pelo país fora.

Apesar de não termos conseguido contactar todos os jovens recém-licenciados, partilhamos com os nossos leitores alguns sambrasenses que alcançaram assim mais um grande passo no seu caminho.

A redação do Sambrasense felicita todos os finalistas e faz votos de um futuro risonho.



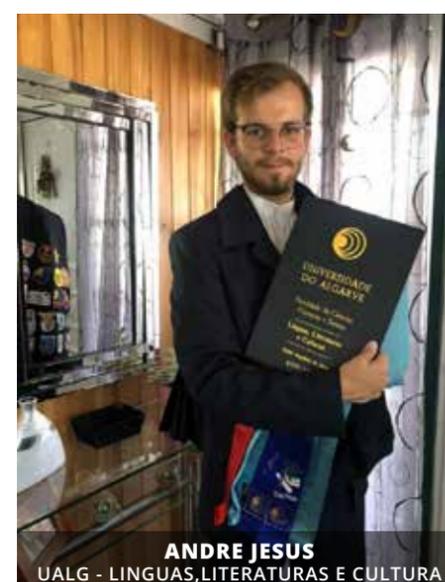
ALICIA GOMES
UALG - PSICOLOGIA



ANA BEATRIZ CORREIA
UALG - ORTOPROTESIA



ANDRE GUERREIRO
UALG - GESTÃO



ANDRE JESUS
UALG - LINGUAS, LITERATURAS E CULTURA



BEATRIZ PEREIRA
UALG - GESTÃO



BEATRIZ TEIXEIRA
UALG - BIOLOGIA



CAROLINA CUSTODIO
UALG - EDUCAÇÃO SOCIAL



CAROLINA SOUSA
UALG - GESTÃO ANIMAÇÃO TURÍSTICA



CATARINA ROSA
UALG - PSICOLOGIA



DIOGO VIEGAS
UALG - DESPORTO



DUARTE FERNANDES
UALG - FARMÁCIA



ÉRICA TOMÁS
UNIVERSIDADE ÉVORA - DESIGN

REPORTAGEM



FABIO BARROS
UALG - SOCIOLOGIA



FLAVIA PEREIRA
UALG - TURISMO



FRANCISCO SEGURADO
UALG - DESPORTO



INÊS CAROLINO
UNIVERSIDADE LISBOA - MEDICINA



INÊS DÓRDIO
UALG - CIÊNCIAS BIOMÉDICAS



INES MARTINS
UALG - IMAGEM MÉDICA E RADIOTERAPIA



INÊS PEREIRA
UNIVERSIDADE LISBOA - DIREITO



INÊS VAIRINHOS
UNIVERSIDADE ÉVORA - DESIGN



JAIME GUERREIRO
UALG - TECNOLOGIA E SEGURANÇA ALIMENTAR



LEA GERGI
IPAM - GESTÃO MARKETING



LUÍS SANTOS
UNIVERSIDADE ÉVORA - CIÊNCIAS DO DESPORTO



MARTA VIEGAS
UNIVERSIDADE LISBOA - DIREITO



NADIA ADRIANO
UALG - IMAGEM MÉDICA E RADIOTERAPIA



RODRIGO MARQUES
UALG - ECONOMIA



TELMA PALMA
UALG - TURISMO



TIAGO AGOSTINHO
UALG - MARKETING

LOCAL

Novo Terminal Rodoviário, Projeto “Fonte Maria”, Porta Digital e Sons de São Brás marcam o 107º aniversário de São Brás



As celebrações do 107º aniversário do município de São Brás de Alportel começaram pelas 10h00 junto ao novo Terminal Rodoviário “Circular” com o hastear da Bandeira ao som do Hino Nacional interpretado pela Banda Filarmónica de São Brás de Alportel em colaboração com a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel.

Posteriormente, procedeu-se à inauguração do novo Terminal Rodoviário, o tão aclamado Circular, contando com a presença da Exma. Ministra da Coesão Territorial, Ana Abrunhosa, seguindo-se a apresentação do Plano Urbanístico do Quarteirão “Fonte Maria” e o projeto de requalificação da EN2 – ligação à A22 (Via do Infante).

A Sessão Solene culminou com um espetáculo pirotécnico diurno que assinalou também o Dia da Criança com esperança no futuro, e em jeito de agradecimento à comunidade sambrasense pela sua resiliência e a todos os profissionais que têm estado na linha da frente deste combate pela vida e pela saúde.

Pelas 15h00 foi realizada a tradicional Romagem ao Mausoléu de João Rosa Beatriz, fundador do concelho, em formato mais restrito.

Pelas 15h30, a Galeria Municipal abriu as suas portas para dar a conhecer a exposição “Universidade do Algarve – 40 anos a criar futuro”.

Tal como referimos, foi também celebrado os 20 anos da Biblioteca Municipal Dr. Estanco Louro de serviço à comunidade!

Um passo para o futuro com a abertura da “Porta Digital do Município”, com a entrada em funcionamento da plataforma de Serviços Online do município. Ação que está integrada num projeto intermunicipal que coloca os serviços municipais acessíveis online de forma prática e simples para os municípios, 24 horas por dia, 7 dias por semana.

O Dia Mundial da Criança foi também assinalado com a campanha “Seja dador de medula óssea – Salve vidas” que decorreu nas Piscinas Municipais Cobertas.

Também no Jardim da Verbena, a Associação In Loco em parceria com o Município promoveu atividades para famílias para a promoção de bons hábitos alimentares.

Na impossibilidade de realizar de forma segura o tradicional concerto comemorativo do Dia do Município, a Câmara Municipal realizou mais uma vez, através das redes sociais e do Meo Kanal 205 250 o programa musical “Sons de São Brás”.

“Sons de São Brás” dá nome ao projeto de uma nova criação musical sambrasense... que se propôs reunir temas originais, numa mostra de valores artísticos locais. Esta iniciativa contou com 12 Temas originais, 15 autores, mais de 3 dezenas de músicos, 25 bailarinos, 2 grupos de dança e ainda... um justo Tributo aos Compositores sambrasenses do Passado!



Abriu em São Brás de Alportel a primeira loja Continente



Ao dia 27 de maio, abriu em São Brás de Alportel, a primeira loja Continente existente no concelho, num investimento de 6,5 milhões de euros, com serviços de Cafeteria, Well's e Continente Plug & Charge.

Aberto todos os dias, este novo espaço com cerca de 1200 metros quadrados de área de venda, criou 43 postos de trabalho na região e garante todas as medidas de segurança para proteger clientes e funcionários.

A inauguração do espaço foi assinalada com uma campanha de 10 por cento de desconto em Cartão Continente, em toda a loja, contando com a visita de centenas de sambrasenses no primeiro dia.

A população local e as instituições da região vão contar com as iniciativas de intervenção social da Missão Continente, agora dinamizadas por esta nova loja.

O Continente Bom Dia São Brás de Alportel apoiará com os seus excedentes alimentares diários três instituições: Centro de Cultura e Desporto dos Trabalhadores da Câmara Municipal da Junta de Freguesia de São

Brás de Alportel; Centro Cultural e Social da Paróquia de São Martinho de Estoi e Coração 100 Dono – Associação Defesa e Proteção dos Animais Abandonados.

De salientar, as associações sambrasenses, como o Centro de Cultura e Desporto dos Trabalhadores da Câmara Municipal e Junta de Freguesia de São Brás de Alportel – uma associação que apoia cerca de 440 pessoas nas respostas sociais de creche, apoio alimentar a famílias carenciadas e acompanhamento e apoio de pessoas beneficiárias do rendimento social de inserção.

E ainda o Coração 100 Dono – Associação Defesa e Proteção dos Animais Abandonados – uma associação que tem cerca de 300 animais em acolhimento, essencialmente cães e alimentam colónias de gatos de rua. Também incentivam a adoção destes animais, através das suas redes sociais.

LOCAL

Biblioteca Municipal de São Brás de Alportel celebrou 20 anos com a reedição de obra de José Dias Sancho



O dia 1 de junho é um dia muito especial para São Brás por diversas razões, primeiramente, o nascimento do concelho e desde há 20 anos para cá, a construção da Biblioteca Municipal Dr. Manuel Francisco do Estanco Louro.

A reedição da obra de José Dias Sancho marca as comemorações destas duas décadas ao serviço da cultura e da comunidade.

A celebração do aniversário da Biblioteca Municipal integrou o programa das comemorações do Dia do Município, com a inauguração da Exposição "Biblioteca Municipal: 20 anos ao serviço da comunidade". Exposição que vai estar patente até ao final do mês de junho.

Foi ainda lançado o primeiro volume da tão aguardada reedição da obra "Deus Pan e outros contos" do autor José Dias Sancho,

obra reeditada pelo município, mediante a editora Opera Omni, é o primeiro volume de uma coleção do autor, um projeto resultante de um protocolo firmado pelo Município e pela Universidade do Algarve.

Aliando o aniversário ao trabalho com diferentes públicos literários com o Dia Mundial da Criança, a Biblioteca Municipal proporcionou ainda um momento com o contador de histórias Jorge Serafim, numa sessão de contos.

"Hoje, volvidos 20 anos de trabalho em prol da comunidade, a Biblioteca Municipal de São Brás de Alportel orgulha-se de ser uma das bibliotecas municipais da região do Algarve com mais elevada taxa de leitura", refere a coordenadora da Biblioteca, Olga Gago, acrescentando que **"dos 500 leitores, do seu primeiro ano de leitura, atualmente a Biblioteca soma cerca de 5.500 inscrições**

e um movimento anual de empréstimos na ordem dos 21.500 documentos".

Anualmente, a utilização deste espaço e dos seus recursos, seja através de livros, computadores, jornais, filmes, música, atividades educativas e culturais, totaliza 20.000 entradas. A sua coleção inicial de 16.000 documentos foi substancialmente reforçada totalizando atualmente 60.000 documentos.

Um trabalho realizado por uma equipa de profissionais de informação e documentação que se empenha para o crescimento cultural da comunidade, criando atividades, produzindo informações e investigação, comunicando e interagindo dinamicamente para chegar a todos os são-brasenses e também a leitores e investigadores de outros cantos do país e do mundo sempre com o objetivo de contrariar a imagem de que a

biblioteca pública é uma entidade passiva que se limita a esperar pelos seus leitores.

Exatamente por isso, ao longo destes 20 anos de atividade foram estabelecidas parcerias locais, mas também regionais e nacionais. Do mero espaço físico de portas abertas ao público, a Biblioteca Municipal de São Brás de Alportel saiu fora de portas através dos seus projetos: Biblioteca Itinerante, Livros Sobre Rodas, Café com livros, dinamiza atividades e a comunicação através das redes sociais e inseriu-se na comunidade em diversos espaços como é o caso do Mercado Municipal, cabeleireiros locais, estabelecimentos de ensino, associações e outros espaços do concelho, levando livros e atividades.

A história de José Silva e Dolores no Café Água Branca

José Virgílio Silva e Dolores Mena Vicenta abriram há 34 anos o Café "Água Branca" mais conhecido como o Café da Espanhola pela história de vida de Dolores, carinhosamente tratada por Lolita.

A história deste casal começa além-fronteiras, em Paris, onde ambos eram emigrantes, Lolita tinha vindo de Valência e passado algum tempo conhece José Silva, casaram em França, onde tiveram os dois filhos: Lucia e Remy.

Mais tarde vêm para Portugal, para São Brás de Alportel, com duas crianças pequenas, de 5 anos e 9 meses, onde através dos padrinhos de Lúcia ficam a saber do leilão do café da praça, aceitaram o desafio e abriram passado pouco tempo.

Para Lolita, esta foi a primeira vez que viveu em Portugal, conta-nos que o primeiro

ano não foi fácil, apesar de ser sempre bem tratada e sentir-se acarinhada, fazia falta o ritmo acelerado que viveu nas cidades grandes.

Em 2010 houve uma renovação na Praça Municipal, bem como no café, aumentando a infraestrutura e dando uma nova cara ao Mercado e atraindo mais clientes.

Os sambrasenses adoram os petiscos do Café da Espanhola, desde as famosas bifanas, os pipis, salada de polvo, fatias douradas, salgadinhos e muito mais!

Uma referência na história do nosso concelho, este café conta já com muitas memórias para a posterioridade, um negócio de família, onde trabalham pais e filhos há muitos anos, um desafio que revelam ser diário, mas acima de tudo, um projeto muito feliz onde se sentem realizados.



Talho Damásio
De: Damásio Martinho Viegas

Comércio e Produção de Gado

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

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

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

PROJETOS E NEGÓCIOS

FRUTUGAL

Abre no Mar Shopping e oferece saúde em copos de fruta



Foi aí que percebi que queria ajudar mais pessoas a ter um estilo de vida mais digno e arriscámos em lançar a Frutugal



ENTREVISTA

Porquê a ideia de lançar um projeto como o Frutugal?

Eu, o Samuel, a Mónica e esposa do Samuel, em 2018, tivemos a trabalhar na praia a vender frutas cortadas para uma empresa, as vendas não correram muito bem, mas nós ficámos sempre com a ideia de que aquele projeto tinha potencial.

Em 2019, continuámos a trabalhar noutras áreas, e a ideia de criar a Frutugal ficou estagnada, mas nunca esquecida.

Em 2020, na pandemia, eu perdi mais de 30 kilos em apenas 5 meses, tudo graças à ajuda do projeto Wolverine com o Gerson Fidalgo que me voltou a dar saúde e ânimo para ter uma vida mais saudável. Foi aí que percebi que queria ajudar mais pessoas a ter um estilo de vida mais digno e arriscámos em lançar a Frutugal. Convidei o Samuel para fazer sociedade e começamos a dar os primeiros passos. Inaugurámos ao dia 22 de maio no Mar Shopping.

Como está a correr o projeto no Mar shopping?

Ainda não está a ser como imaginámos, mas está a andar. Talvez falte ainda apostar em alguma publicidade. Mas na verdade ainda nem há um mês que abrimos, por isso, é ter fé. Nós somos cristãos e a fé é o nosso motor. Há uma passagem na Bíblia que diz "tudo é possível ao que crê" e nós tivemos mesmo que acreditar sem ver. Se não fosse assim, nem teríamos arriscado. Mas eu vivo assim em tudo. Tenho fé e luto.

Quero deixar aqui saliente que tudo neste projeto foi criado por nós, desde o conceito ao carrinho, onde tive a preciosa ajuda do

casal Vanessa e Sandro Fidalgo com as suas capacidades de mentores, consultores e amigos.

Vendem fruta sem ser na loja do Mar Shopping?

Estamos a lançar outro projeto só relacionado com a venda de fruta, a ideia é sermos os nossos próprios fornecedores para a Frutugal, está prestes a sair o "Morangos Brás" que mais tarde tenho como objetivo tornar em Frutaria.

Vendemos quase tudo nacional, desde morangos, framboesas, cerejas, melancias, meloas, papaias e muito mais.

Sentem que a vossa etnia (cigana) vos condiciona?

Nos dias de hoje não sinto preconceito, mas sei que ele existe. Tentamos combater a imagem que têm dos ciganos. Apostamos numa apresentação boa, estamos integrados na comunidade e queremos dar o exemplo de que os sonhos são possíveis para todos.

Quero mesmo romper todos os preconceitos que há com a etnia cigana pois não quero que os meus filhos vivam com medo de não serem aceites.

Este projeto também me ajuda a mostrar que sou um homem diferente, mudei de vida, é possível.

Passei por algumas situações difíceis na adolescência por causa da minha etnia, por exemplo se desaparecesse alguma coisa da sala de aula eu era logo acusado, era um adolescente rebelde, mas inteligente e nunca fiz mal a ninguém.

Hoje sou um homem de palavra, fé e lutador pelos meus sonhos.

Emanuel Ramos e Samuel Gimenes, naturais de São Brás de Alportel, são os mentores do mais recente projeto "Frutugal".

Um projeto que surge da necessidade de manter um estilo de vida mais saudável e natural. Localizado no Mar Shopping, Frutugal é uma empresa que promove saúde, energia e vitalidade através de saladas de fruta em copos.

Disponibilizam saladas de fruta, fruta com granola e iogurte grego, túlipas e cones. Um projeto criado de raiz em que se valoriza o que é nacional, tanto em produtos, como em nome e até no logotipo com as cores da bandeira portuguesa.

Esta entrevista foi realizada com Emanuel Ramos.

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

Eleutéria Pires
Consultora imobiliária

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

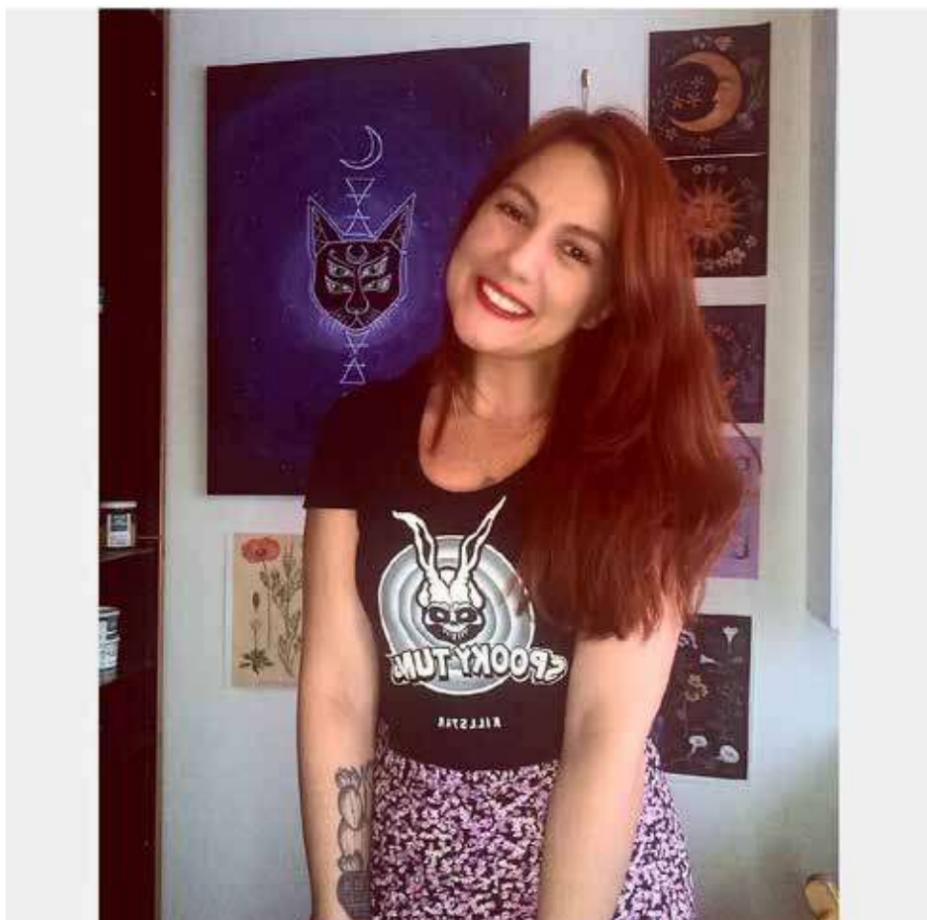
iadportugal iadportugal.pt

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

PROJETOS E NEGÓCIOS

Os amigos não são para as ocasiões Spelluna de Joana Gregório



Joana Gregório, 30 anos, trabalha em part-time num supermercado local de forma a conciliar com o projeto que lançou recentemente: Spelluna. Uma jovem dinâmica que é DJ de música eletrónica desde 2012 já tendo passado por Espanha, Itália e Alemanha, misturar música é uma das suas maiores paixões.

Uma vida ligada às artes e criatividade, para além da música, também a pintura, desenho e escultura têm feito parte da sua trajetória.

Spelluna é um sonho realizado por Joana em plena pandemia oferecendo uma gama de produtos vegan, elaborados com matérias-primas naturais de qualidade elevada bem como grande percentagem biológica.

Atualmente, estão disponíveis os seguintes produtos: velas com aromas, cores e decorações diferentes, Cremes corporais hidratantes, Creme de mãos, saches aromatizados com óleos essenciais, bálsamos labiais, Quadros com flores prensadas e as "Magic Box" s". Brevemente, irão regressar ainda os batons, sais de banho, quadros com flores e mais novidades por desvendar.

Pode encontrar os seus trabalhos nas redes sociais: www.facebook.com/spelluna/ / www.instagram.com/spelluna/ ou encomendar por email: spelluna.handmade@gmail.com ou na loja online na Etsy: www.etsy.com/shop/Spelluna

por outra pessoa com experiência na área.

A primeira experiência correu tão bem que incentivou-me para estudar e aprofundar cada vez mais os meus conhecimentos na área e desenvolver a fórmula do meu primeiro creme corporal.

A partir desse ponto comecei a fazer e testar vários produtos e dei início a este projeto e a Spelluna nasceu, desde aí tem sido um apaixonante estudo e trabalho diário contínuo.

Este projeto é respeitador do ambiente e dos animais. De que forma os teus produtos são ecofriendly?

Quando comecei este projeto sempre tive na ideia que só fazia sentido fazer algo que fosse ao encontro com os meus ideais e que nunca iria criar algo que fosse trazer ainda mais pegada ecológica para o nosso Mundo. Eu já usava produtos ecológicos de marcas com consciência ambiental então não faria sentido agir de outra forma com os produtos que sou eu a fazer. Daí todos os meus produtos serem vegan, elaborados com matérias primas naturais de qualidade elevada, assim como uma grande percentagem biológica. Não são testados em animais, só mesmo em pessoas como eu e tu que podem dizer o seu veredito sobre como se sentem ou deixam de sentir com o produto que estão a utilizar, e o que pode ser melhorado ou adaptado para elas. É completamente desumano e cruel testar produtos em seres que nem sequer podem concordar com o que

lhes é ou não feito. É a meu ver de extrema importância cívica começar a ter consciência de optar por produtos não testados em animais.

Tenho também a preocupação e o cuidado de não usar plástico nas embalagens dos meus produtos, por sua vez uso materiais como o vidro, metal ou cartão para que seja possível as embalagens serem reutilizadas e não mais uma coisa que vai para o lixo.

Achas que a comunidade sambrasense já tem uma mente mais aberta para esta gama de cosmética?

Pelo meu pequeno percurso na área a experiência que tenho tido é que as pessoas no geral gostam e até mostram bastante interesse sobre os produtos naturais e em como isso as remete um pouco para o antigamente onde as coisas não eram todas tão industrializadas.

Em São Brás felizmente ainda não se perdeu essa riqueza dos produtos da terra feitos pelas mãos das Avós e todo o valor sentimental que sugerem. Vejo que existe abertura e interesse para este "novo" tipo de produtos. O que tem de ser trabalhado é a sensibilização em relação à competitividade de mercado na oferta dos mesmos produtos.

Ainda existe muita gente que prefere ter dez coisas em vez de uma única que esteja encaixada dentro de parâmetros mais conscientes.

É aos poucos, mas acredito que estamos todos no caminho certo, apenas cada um com o seu tempo.

ENTREVISTA

Como surgiu o projeto "Spelluna"?

A Spelluna surgiu como muitos outros projetos no ano de 2020 em pleno início da pandemia. Nessa altura eu estava desempregada e a usufruir do subsídio de desemprego ao qual tive direito então isso permitiu-me ter disponibilidade de tempo e alguma estabilidade financeira para me dedicar a fundo a começar a aprender a arte alquímica que está por detrás do confeccionamento de produtos de cosmética natural.

No passado trabalhei em duas lojas que vendem produtos naturais, O "Celeiro" e a "Terra Pura". Foi aí que tive a primeira abordagem e os primeiros aprendizados sobre essa área.

Durante a pandemia, decidi aprofundar o estudo sobre a área da cosmética natural e fazer alguns workshops, ler muitos livros, ver muitos tutoriais e por fim ganhar coragem e comprar as primeiras matérias primas para começar a praticar fazer o primeiro creme corporal do zero, usando a receita de uma formulação feita

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: oparafusolda@gmail.com
www.facebook.com/oparafuso.lda

Flores Da Idália

Cartão de Cliente
Venda de Plantas
Arranjos Florais

+351 913 310 767
+351 963 803 865

Mercado Municipal de São Luís de Alportel

Pronto a Vestir

Tininha

Facebook.com/tininhaprontoavestir

S. Brás de Alportel • Tel. 289 842 954

PROJETOS E NEGÓCIOS

Dias de Aroma

Promove plantas aromáticas biológicas em plena serra algarvia



A agricultura é sempre uma aventura, estamos em céu aberto e dependentes das situações climáticas.

Localizado entre Estoi e São Brás, pleno Barrocal Algarvio, a Dias de Aromas nasceu de um projeto de Laura e Nuno Dias, e dedica-se à produção e comercialização de plantas aromáticas e medicinais em modo biológico, certificados pela Ecocert Portugal.

Com oito anos de existência a principal área de negócio é a comercialização de plantas aromáticas embaladas e flores comestíveis em fresco, sendo o principal mercado o Algarve, fornecem essencialmente a hotelaria e a restauração.

Inicialmente criaram a marca "Dias de Aromas" e passaram a comercializar plantas aromáticas desidratadas para condimentos e infusões, em tubos de ensaio e saquetas.

Por último, mas com um peso cada vez mais importante e crescente dedicam-se ao turismo, onde são feitas visitas guiadas e é dado a cheirar os vários aromas provenientes das plantas, apresentado os benefícios e a utilização de cada espécie.

No final os visitantes são agraciados com saborosas infusões aromáticas acompanhadas de um bolo com sabor a ervas.

Esta entrevista foi realizada com a sambrasense Laura Mendonça.

ENTREVISTA

Como surgiu o Dias de Aromas?

O mentor do projeto é o Nuno Dias! Em 2011 estávamos em crise e ele decidiu aproveitar os terrenos de família e rentabilizar. Andámos a ver e este terreno estava totalmente em bruto e avançar com o projeto.

Na altura pensámos em plantação de abacates, mas como eu ainda estava na Banca (fui bancária durante 13 anos) decidimos não o fazer porque não íamos ter tempo para os apanhar.

Entretanto, tínhamos uma horta em casa de aromáticas e sempre gostámos muito. Começamos a pesquisar, não havia nada assim no Algarve e queríamos fazer em modo Biológico, na altura já se começava a falar dos produtos Bio, e neste terreno nada tinha sido cultivado há mais de 40 anos, por isso, conseguimos a certificação direta.

Em 2013, o projeto foi aprovado. Por grande coincidência, no dia em que chega a carta da aprovação do projeto, o Banco tinha-me enviado um e-mail de rescisão amigável a todos os colaboradores. Foi então a minha oportunidade para sair da Banca, e nunca pensei!

Não há coincidências e aproveitei para me dedicar ao Dias de Aromas. O nome "Dias de Aromas" surgiu porque ele chama-se Nuno Dias e eu fiquei Laura Mendonça Dias, então o "Dias" é o nome de família e o "De Aromas" provém do campo.

A primeira venda que fizemos e nos demos a conhecer foi na Feira da Serra em 2014.

Laura, este não era o seu ramo profissional, como se processou a transição para o mundo agrícola?

Lembro-me quando sai da banca, o meu pai ficou um bocado triste, mas é o que costume dizer: "Deixei de ser um número, e ganhei a minha liberdade!". Sou neta de agricultores, portanto tenho isto no ADN, não há dúvidas. Em 2013/2014, eu e a minha sogra em 2 hectares, plantámos 60 mil pés sozinhas.

Tudo o que aprendemos foi na prática, tirei workshops ao Norte, onde havia este tipo de projeto. Aprendi a fazer tudo, desde carregar tubos de rega a pôr tela! A agricultura é sempre uma aventura, estamos em céu aberto e dependentes das situações climáticas.

Qual foi a estratégia para começar a divulgar os vossos produtos?

Primeiro pensámos em vender em granel, mas vimos que não resultava. Então criámos uma marca própria e daí apareceu os tubos de ensaio com a cêdea de cortiça, que acabou por ser o produto que nos diferenciou e as pessoas gostaram muito.

Comecei a divulgar os nossos produtos de porta em porta aos hotéis, restaurantes e ao comércio local quando já tínhamos 6 espécies. Atualmente, temos à volta de 40 a 50 espécies ao longo do ano.

Entretanto, as pessoas começaram a gostar, mas não tínhamos a logística necessário, faltava o transporte e ainda não dava para investir. Decidimos então juntar-nos a vender



com Frutas, Verduras e Legumes, com os distribuidores que vendem diretamente aos hotéis. O meu primeiro cliente foi o Sr. Álvaro da Bafrutal em São Brás, fui lá ter e mostrei-lhe os nossos produtos, ele gostou da nossa qualidade.

E a partir daí foi começar as parcerias com outras entidades e empresas.

Como é que integram o Turismo no Dias de Aromas?

Como o Nuno é da área do Turismo, ele sempre teve a ideia de manter o Turismo na Quinta, e daí termos tanta diversidade.

Então tínhamos acordos com alguns operadores turísticos, em que paravam os autocarros no fundo do caminho e faziam a caminhada até aqui. A verdade é que tentamos mostrar uma visita diferente das praias, e mostrar um sítio mais verde e aromático.

As nossas visitas guiadas à exploração oferecem o pormenor de conhecer as plantas que

produzimos, bem como o seu uso e benefícios. Fazemos também a apresentação das nossas instalações com informação explicativa sobre a forma como tratamos os nossos produtos, desde a colheita ao embalamento.

Para terminar a visita, uma deliciosa mesa de paladares, com várias infuses acompanhadas de bolos tradicionais aromatizados com as nossas ervas.

Quais têm sido os maiores desafios ao gerir o Dias de Aroma?

Isto não é fácil... quem pensa que a Agricultura é fácil, não é! E não teria conseguido sem o suporte dos meus pais, que me ajudam imenso com as minhas filhas! E queria deixar este agradecimento aos meus sogros, especialmente à minha sogra que esteve sempre comigo a ajudar-me na terra, pois ela tinha os conhecimentos, e é um braço direito porque nunca me deixou nesta aventura!

Gosto muito do que faço.

CULTURA

Espelho D'Água

Parte II

O distanciamento em oposição aos encontros casuais com risos e barulhos à mistura, e os afetos que desprentensiosos foram substituídos pela frieza das salas de "chats".

Não há medos ou receios esta tudo por descobrir e explorar. Então, bora lá! sem ir como saber?

E assim foi, curva e contracurva. O GPS dá a localização, mas será a adrenalina que comandará este encontro. É o desafio da ousadia, do ser ou não ser apanhados, afinal há movimento, muito até. No entanto o ser primitivo grita dentro de cada um levando sempre avante a decisão de estarem juntos, e finalmente estão.

Na proa da nau do prazer que navegou solitária em águas muito próprias e foi



BETH MELETI

partilhada por ambos tal como Jack e Rose em Titanic, "I'm king of the world", este navio seguiu e a bom porto chegou. Não houve pudor nas trocas de carícias e de olhares.

O firmamento carregado de estrelas e o candeeiro lunar não tiveram o seu encanto quebrado pelas luzes intensas daquela construção.

A lua agora vê-se naquelas águas que correm calmamente e que se fundem neste grande lago, e o vento que sopra leva os uivos destes lobos, que qual saídos do covil agradecem a natureza as suas liberdades.

Eu não desisti...

Eu não desisti...
Enfrentei chuvas
Atravessei vendavais
Eu não desisti...
Quando as lágrimas caíam
E as forças faltaram
Eu não desisti...
A coragem me acompanhou
A ousadia foi minha sombra
Eu não desisti...
Lutei pelos meus sonhos
Por um amor de verdade



ELEUTÉRIA PIRES

Eu não desisti...
Agora eu acredito
Que valeu a pena
E consegui...porque
Eu não desisti...

Belos tempos

Na Calçada eu trabalhava com o avô do Abílio João, malta amiga lá se encontrava hoje tenho boa recordação.

Ao fim do dia pela fresquinha hóquei no terraço se jogava, o Abílio quatro anos tinha dentro do caixote ele apoiava.

Por vezes o jogo terminava mesmo antes do tempo acabar, de tanta pancada até coxeava e alguns nem podiam andar.

Com o Isidro e o Amandinho o Belé da Joia e o Joaquim trabalhávamos mais um bocadinho a nossa juventude foi assim.



ILDO CAVACO GUERREIRO

Quando não tínhamos bocados para os quadros poder fazer, íamos para a ribeira dos Machados que levava o ano inteiro a correr.

A vida já é complicada

Não se deve levar a vida muito a sério
Para não se dar em doidos
Deve-se levar a vida sim, a brincar e cantar
Porque a vida em si mesmo já é complicada.

Muitos levam a vida a brincar e a cantar,
Indo desta para melhor
Com a barriguinha bem cheia de gozo.



JOAQUIM PINTO

100 ANOS

Há cem anos utilizava-se o corpo e a alma na luta pela existência. No campo usava-se a enxada. A Terra era batida com afago e paixão, pois daí saíam os alimentos para o ser humano. Agora são máquinas, tecnologias etc... etc.
A terra foi toda explorada. Mais cem anos e os fragmentos regressam ao UNIVERSO disto a que chamaram "pandemónio" escondidos no biombo do sexo e dinheiro.



HENRIQUE DENTINHO

Do pensamento à escrita

Tudo o que achas grande demais
Aquilo que pensas não ser capaz de conquistar
O caminho duro de percorrer
As grandes responsabilidades a assumir
As grandes conquistas
Tudo isso...
Vais realizar
O que não te passa pela cabeça
Surgirá em criatividade observando
Não recues perante alguns desafios
Porque esses serão trampolins
Para outro patamar
Tua história vai ser lindíssima de contar
Por isso pega num papel e numa caneta



CECÍLIA AMADOR

Começa a escrever tuas metas, objetivos
Vai em frente, provoca o acontecimento
Passo a passo ...
Dia após dia
E as coisas começarão a acontecer
A tua aceleração será necessária
Mas tira sempre um tempo para desfrutar e descansar.
Vais te surpreender com as coisas
Que além dos cálculos se realizarão.

O Poeta Louco

Por amores teus.
Por amor de Deus
Afasta-te deles.
Salva-te e a eles.
Resguardem-se agora!
Vistam-se de humanos.
Lutem neste tempo duro
Por um futuro seguro



JOÃO SILVA

Dia da Criança

O meu menino é especial
Tem um carisma
Sem igual.
Uma luz que brilha
No seu olhar
E o nosso carinho
Para cuidar.
Que Deus o proteja
No seu caminhar
E nós aqui
Sempre
Para amar.



DÍLIA GUERREIRO

No dia da criança
Transmite a esperança
Em cada um de nós
Em especial nos avós.



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

EM FOCO

Abílio Barros*Uma vida na primeira pessoa*

“Nunca vislumbrei uma carreira política, não pedi nada à minha terra, dei tudo o que sabia e podia aos meus conterrâneos”

**ENTREVISTA****Como foi a adolescência e juventude em São Brás de Alportel?**

Sou natural da Mesquita onde frequentei a Escola Primária até à 3ª classe com a professora Francelina e mais tarde fui para a escola da vila fazer o último ano com o Professor Borrega.

Com apenas 9 anos faleceu-me a minha mãe, um acontecimento trágico, quando frequentava a escola com a D. Maria do Carmo e estava a preparar-me para fazer a Admissão ao Liceu.

Comecei a frequentar o 1º ano do Liceu na casa do Professor Jorge Gouveia, onde o Senhor Padre Inácio também dava algumas disciplinas. Mais tarde, entrei para o Colégio fundado pela D. Bernardete e o Sr. Belchior, onde continuei os meus estudos no Edifício Poente à Igreja Matriz (só mais tarde é passou para onde é hoje a Escola Secundária).

Filho e neto de pequenos proprietários de uma agricultura de subsistência e sempre alimentei o desejo de sair deste meio rural.

Para a juventude da minha geração só havia duas opções: cumprir o dever cívico do serviço militar obrigatório e ir combater ou emigrar clandestinamente para outros países.

Sempre quis cumprir o serviço militar e entregou-se de forma voluntária. Como correu esta experiência?

Sim, eu optei por alistar-me como voluntário na Escola de Sargentos C.I.S.M.I de Tavira onde fiz a recruta e a especialidade de Guarda de Honra. Estive presente na inauguração do Aeroporto de Faro em 1965, a maior infraestrutura criada para dar asas ao Algarve.

Segui depois, com outros nossos conterrâneos, para dar instrução militar no R.I.3 de Beja, daí fui para Lamego, Centro Instrução de Operações Especiais (Rangers) onde tirei também a especialidade de Minas e Armadilhas.

Em 1966 voltei ao C.I.S.M.I de Tavira para dar instrução de formação aos novos formandos e sargentos. Já no terceiro trimestre desse ano segui para o R.I.1 de Amadora onde comecei a formar o Batalhão 1899 e a minha companhia nº 1634 com destino ao norte de Moçambique, Cabo Delgado e planalto dos Macondes.

Esteve no Ultramar de 67 a 69. Quais foram os maiores desafios de estar na guerra?

Embarcámos ao dia 4 de fevereiro de 1967 no navio NIIASSA, levámos 21 dias de viagem até chegar a Lourenço Marques, regressámos em março de 1969, o dia seguinte ao grande Terramoto sentido no Algarve e em toda a costa até Lisboa.

Foram tempos duros. Consta da minha caderneta, um louvor em ações de combate.

Quando regressou a Portugal o que é que seguiu como formação?

Ao regressar a casa procurei dar sentido à minha vida, estudando, tirando um Curso Profissional de Rececionista na Escola de Gestão Hoteleira e Turismo de Faro. Fiquei muito bem classificado e fui convidado a fazer outro curso em Suíça com uma bolsa de estudo, mas optei por estudar em Paris durante o ano de 1970.

Trabalhei em vários hotéis como no Alvor Praia, Residencial e Restaurante Convés (Lisboa), Residencial Conde de Oeiras e no Ritz Lisboa.

Em abril de 1974 recebo o convite para trabalhar no Banco Fonseca & Burnay onde entrei como bancário no departamento de Transações em Moeda Estrangeira.

Assistiu ao 25 de Abril e foi participante do 1º de Maio. De que forma é que esta luta pela Liberdade o marcou?

É verdade. Eu vivia em Lisboa aquando do 25 de abril e testemunhei esta revolução, assisti à última rendição da GNR no Largo de Santa Bárbara, mas o que me marcou ainda mais foi o 1º de Maio. Para mim, essa foi a maior manifestação de liberdade espontânea, ainda hoje me emociono ao lembrar das pessoas abraçadas na rua.

Todos procurávamos aquela liberdade!

Regressa em 1975 para São Brás. Quando é que sente o dever cívico de ajudar na organização e desenvolvimento da sociedade sambrasense?

Em acordo com a minha esposa, venceu o desejo de voltar para São Brás, para junto da família. Fez-se a transferência para a agência

Abílio Barros é uma figura incontornável da participação cívica em São Brás, sambrasense de gema, natural da Mesquita, antigo combatente no Ultramar, estudante bolseiro em Paris, bancário aposentado, membro das primeiras Eleições Autárquicas em 1976, vereador da Câmara Municipal de 1990 a 2001, Presidente da Câmara Municipal de julho a dezembro de 2001, Presidente da antiga ACREMS (atual Banda Filarmónica) e Provedor da Santa Casa durante mais de 39 anos.

Uma vida repleta de desafios marcada pelo antigo regime e o pós 25 de abril, um lutador pela liberdade e pelos seus ideais, fez parte de um dos momentos mais importantes na organização cívica da sociedade sambrasense.

EM FOCO

Bancária o B.F. & Burnay em Portimão e depois numa posterior vaga, para o Banco do Algarve em São Brás de Alportel.

Estavam a dar-se os primeiros passos na evolução revolucionária e no desenvolvimento da organização cívica da sociedade sambrasense. Havia muita vontade, altruísmo e desejo de mudar o tal "estado a que isto tinha chegado".

Durante o período de 1975 a 1976 viveu-se um período revolucionário no qual muitos de nós participámos em sessões de esclarecimento para a população, recordo grandes personalidades da democracia da altura, como: Sr. Álvaro Botinas, Dr. José Manuel Rocha, Dr. Barros Madeira, Dr. Coroa, Dr. Filipe Madeira, Dr. David Mourão Ferreira, Engenheiro Belchior e tantos outros.

Para a eleição de deputados à Assembleia da República realizada ao dia 25 de abril de 1976 e para a elaboração da Constituição Portuguesa, nós nos nossos carros é que fizemos a divulgação em vários sítios do concelho. Foram várias noites, com intempéries e caminhos maus, mas levávamos com entusiasmo e esperança, sonhando sempre com um futuro melhor.

Em agosto de 1976, a Câmara Municipal reúne-se à noite após o jantar, não havia fundos de equilíbrios financeiros, nem apoios europeus e mesmo assim acusava um saldo positivo de 1,243 807,00 escudos.

Que balanço faz do tempo como Presidente da Comissão Administrativa?

Na altura, o Presidente da Câmara não tinha direito a um carro oficial nem a qualquer ordenado, por isso, ninguém queria continuar o cargo.

Mas ao dia 13 de agosto de 1976 sai o ofício nº904/74 onde é constituída a nova Comissão Administrativa baseado no resultado da Eleição Nacional para a 1ª Constituição da República Portuguesa.

Como Presidente ficou Abílio Barros e mais quatro vereadores eleitos pelo sistema de Hondt, atualmente, há 4 deles que ainda estão entre nós felizmente e fizeram parte dessa equipa pioneira que realizaram as primeiras Eleições Autárquicas em democracia. Todos são bem conhecidos e foi uma honra partilhar com eles aqueles momentos históricos vividos em São Brás.

Quais são os momentos que mais destaca na sua participação?

A vida antes de 1976 em São Brás era muito diferente do que é agora e foram realizadas muitas obras importantes, vou apenas destacar algumas, como por exemplo, a abertura de caminhos de ligação entre Almargens e Bico Alto e dos Machados para a Barracha; as redes de eletrificação para os sítios rurais; limpeza urbana feita através de um carro que recolhia o lixo dos baldes pendurados nas varandas e portas de casa.

Vivia-se uma ansiedade constante para ter receitas para pagar os ordenados do pessoal, o Presidente tinha ainda poderes policiais, fazia despachos sobre licenças, desaparecimentos e roubos de armas, havia mesmo uma prisão dentro do edifício da Câmara.

Os trabalhos em caminhos ou estradas de alcatrão eram feitos com uma caldeira, alimentada a lenha e um cilindro de bloco de pedra, o qual, por sua vez era puxado por um trator, composto por carregadora e atrelado, foi a primeira máquina nesse ano adquirida para a Câmara.

Nesse tempo, as prioridades iam para as limpezas de caminhos, cortes de árvores, limpezas e desinfeção de fontes e poços.

Fizeram-se ainda as primeiras redes de abastecimento de água para a Barracha e para os Vilarinhos.

Em setembro, deixámos preparado um Plano de obras para Caminhos, Saneamento e abastecimento num total de 30 obras novas e melhoramentos.

As primeiras eleições autárquicas realizaram-se em dezembro de 1976 e correram muito bem, de forma eficiente.

Em janeiro de 1980, tomo posse como Presidente da Assembleia Municipal, tendo tido a honra de contar como secretários, os cidadãos José Sousa Pires e Brás Calçada.

No final do ano de 1989, recebi um convite do Dr. José Pires, ele que já tinha sido deputado municipal na Assembleia em 1980, e meu amigo de infância, propôs-me integrar uma lista e um projeto de mudança, cujo desafio me pareceu muito importante e assim vencemos a eleições e fizemos projetos estruturantes por todo o concelho.

Infelizmente, derivado à doença do nosso Presidente, em 2001, falece a 19 de julho o meu amigo José Pires, tendo aceite o cargo até ao fim do mandato, honrando todas as realizações e programas em execução.

Em 2002 fiz ainda parte da lista para a Assembleia Municipal, mas em 2005 só participei na Eleição para a Assembleia de Freguesia.

Este ano faz 45 anos desde que se realizaram as primeiras eleições autárquicas. Considera que as gerações de hoje em dia percebem a importância deste feito?

Eu acho que as gerações atuais podem não ter a perceção do valor que teve as primeiras eleições autárquicas porque já cresceram com liberdade, mas quem viveu há uns anos atrás sabia que a necessidade de libertação era indispensável, o país nunca iria andar para a frente.

Por coincidência, no final deste ano de 2021, fará 45 anos que se realizaram as Primeiras Eleições Autárquicas, é acima de tudo um momento de reflexão e valorização. Nós fomos os primeiros e únicos a dar volta à gestão do concelho, mudando para sempre a vida cívica em São Brás.

Nós rompemos com a filosofia de atuação e planeamento e deixámos um plano com 30 obras a executar, só tiveram que dar continuidade.

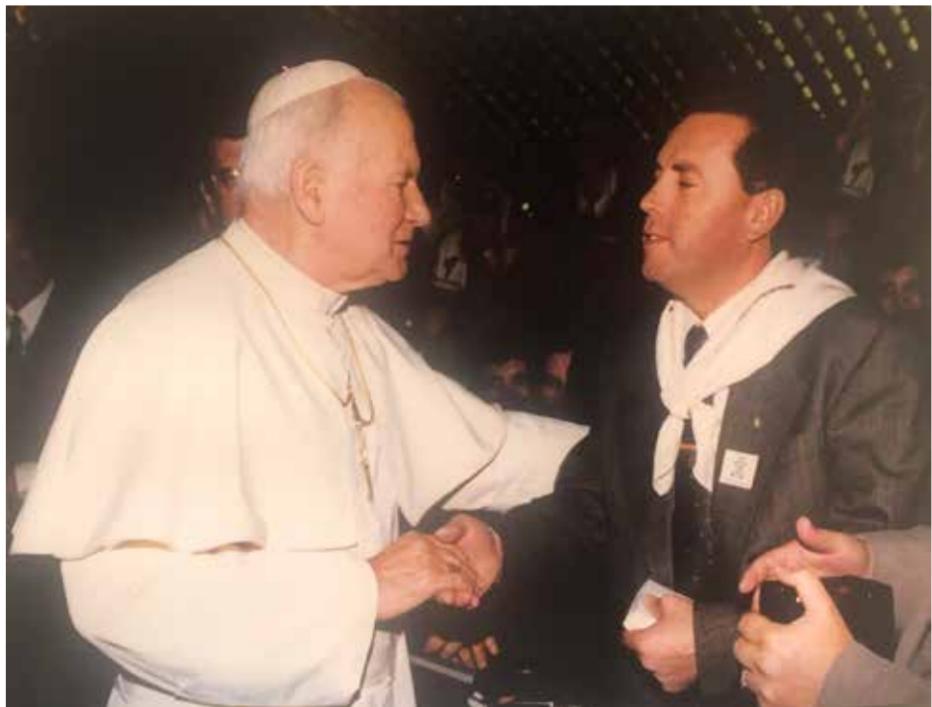
Foi provedor da Misericórdia durante 39 anos. Fazendo na totalidade, 43 anos de participação ativa na comunidade sambrasense. Sente que cumpriu tudo a que se comprometeu?

Sim, tudo aquilo a que me comprometi durante a vida, eu cumpri.

Dediquei 39 anos à Santa Casa da Misericórdia e mais 3 anos como Tesoureiro, na totalidade, foram 43 anos de participação ativa na comunidade sambrasense desde os meus trinta anos de idade.

Destaco bons momentos destes anos dedicados à Misericórdia, como a participação no 1º Congresso Internacional da Misericórdia nos anos 80, onde fui até ao Vaticano para um encontro com o Papa João Paulo II. Foi um momento inesquecível na minha vida.

Nunca vislumbrei uma carreira política, não pedi nada à minha terra, dei tudo o que sabia e podia aos meus contemporâneos e contemporâneos, se Deus me ajudar, em saúde, gostaria apenas de deixar o meu testemunho de vida em livro.



“

A Homeopatia efetua o diagnóstico e tratamento de sintomas físicos, mentais e emocionais de forma individualizada.

ADULTOS OU CRIANÇAS

em Homeopatia

Consultas on-line ou presenciais

Marque a sua consulta diretamente no site ou envie-nos um e-mail.
(Prenez rendez-vous sur le site ou envoyez-nous un email.)

www.emhomeopatia.pt
consultas@emhomeopatia.pt

“

Os medicamentos homeopáticos têm a função de estimular o corpo a lutar contra a doença.

Falamos Português 🇵🇹 || On parle Français 🇫🇷 || Hablamos Español 🇪🇸



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**



EXCLUSIVO

Brigitte Virtudes

A carreira da artista sambrasense



"Mugler Follies": Um espetáculo inesquecível onde cantava fado, ópera e ainda atuava.



Brigitte Virtudes, natural de São Romão em São Brás de Alportel, comedianta, atriz e cantora, foi viver para França com apenas 7 anos, onde passou grande parte da sua vida.

Em Paris, estudou teatro no Conservatório Nacional de Teatro e o canto lírico com os professores Schyler Hamilton e Philippe Techene, é uma alma dotada de uma voz incrível que vai a todos os estilos de canto.

A sua vida profissional e artística distinguiu-se em diversas áreas, tanto em filmes como atriz, comedianta e cantora, como em dobragens, no teatro, em teatro musical e gravação de vários discos.

A sua última aparição em palco foi ao lado de Manfred Mugler no Le Comedia de Paris, no espetáculo Mugler Follies.

Em setembro de 2019 concretizou o seu sonho, ao abrir uma casa cultural na sua terra natal, nascendo assim a Casa das Virtudes em Faro.

ENTREVISTA

Foi emigrante durante tantos anos, de que forma manteve relação com São Brás?

Fui para França com apenas 7 anos, mas todas as minhas memórias de infância são de São Brás. A terra onde nasci é inesquecível para mim. Tenho um imenso amor por São Brás, fez de mim grande parte do que sou hoje.

A adaptação em França não foi fácil nos primeiros anos e só voltei ao Algarve já com 14 anos. A partir daí comecei a vir todos os anos pois as saudades da minha terra eram imensas.

É cantora e atriz. Como surgiu esta paixão na sua vida?

A paixão pelo canto já o tinha quando era pequenina em Portugal, gostava de cantar nas festas e depois em França comecei a ter interesse pelo Teatro. E tive muito sorte de poder cantar e atuar.

Os meus pais nunca me impediram de ir para Paris e passar os concursos de teatro! Isso foi muito importante para mim e fulcral na minha carreira.

Qual foi o papel ou projeto que mais a marcou?

Há muitos papéis que me marcaram... muitos mesmo! Sempre gostei das heroínas das tragédias e destaco alguns nomes: Pauline de Polieucte, Berenice, Phedre, mas o show que mais me marcou foi o MUGLER FOLLIES onde atuei durante dois anos em Paris.

Um espetáculo inesquecível onde cantava fado, ópera e ainda atuava. "Mugler Follies" tinha todos os ingredientes típicos do teatro de revista e eu tive a honra de estar entre os 25 artistas que fizeram parte.

Qual foi a sensação de cantar Fado em Paris?

Thierry Mugler adora Fado e Portugal e pediu-me para escrever e compor um Fado que foi o que cantei no meu show. E o início do espetáculo começava comigo a cantar. Foi uma experiência incrível, as pessoas reagiram muito bem! Inclusive artistas portugueses como Isabel Angelino e a inesquecível Maria João Abreu. Ficaram muito espantados e cheio de honra em ouvir Fado em Paris num show tão prestigioso.

A casa da Virtudes é um projeto que nasceu o ano passado. Como descreve

este espaço?

A ideia da Casa das Virtudes nasceu depois dos dois anos passados no palco com os Mugler folies. Queria muito criar um espaço artístico dedicado aos artistas portugueses e dar impulso à cultura algarvia.

Tentei em Lisboa mas não deu e de maneira miraculosa, o espaço da casa das virtudes apareceu à venda no Algarve e para mim teve um significado importante: tinha de voltar à minha terra!

Este é um espaço que giro com o meu marido Jean Claude Branger como diretor técnico da sala, com o Geraldo Oliveira e o Ricardo Morujo que são os diretores artísticos.

"Uma porta aberta a todos os artistas". Considera que no Algarve já fazia falta um espaço deste género?

Sim, a ideia é mesmo ajudar a renascer as atividades culturais no Algarve, é um espaço totalmente dedicado aos artistas e às artes portuguesas.

Portugal tem muitos talentos e a sala pode dar-lhes a capacidade de mostrar o que eles sabem fazer.

O Algarve tem muitos teatros, mas a originalidade da casa das virtudes é que podemos ter todas as disciplinas. Desde teatro, circo, concertos, exposições, ensaios, aulas e restaurante também.

Como tem sido a reação dos algarvios à casa das virtudes?

Abrimos em plena pandemia, não tivemos sorte nesse aspeto, mas antes da primeira Noite das Virtudes tivemos bastante público.

Neste momento as pessoas ainda têm medo de sair! Gostaria muito que vissem a Casa das Virtudes como uma sala onde podem passar um bom momento de convívio, seja para assistir a um espetáculo, beber um copo, comer ou ter uma aula de circo.

Venham nos ver, tenham a curiosidade de descobrir um espaço amplo com uma esplanada maravilhosa.

DROGARIA GAGO

FAÇA OS SEUS COMPRAS LIGANDO AO 919 717 600
Receba a sua encomenda em casa ou levá-la na loja

Avenida da Liberdade 80 | São Brás de Alportel | Tl. 239 842 793

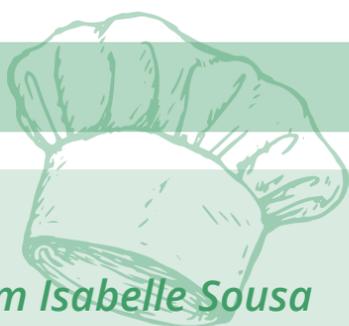
mais próximo de si!

GORETICRISTINA
ARQUITECTA

• +351 916 940 226
• ateliergcarq@gmail.com
• www.ateliergcarq.pt

Av. da Liberdade lote 20, r/c dto., loja A • 8150-101 São Brás de Alportel
37° 9'27.60"N • 7° 53'22.13"W
Algarve • Portugal

BOA VIDA



Sugestão do Chef

Snack Bar "Boca Doce" com Isabelle Sousa

Isabelle Sousa, 28 anos, técnica de Turismo, reabriu o snack bar "Boca Doce", um projeto que fez parte da sua família durante 24 anos. A oportunidade surgiu após o covid-19 e a situação de desemprego em que se encontrava. Renovar o Boca Doce tanto a nível estrutural como de conceito foi o objetivo e assim renasceu ao dia 17 de maio. A paixão pela cozinha surge muito cedo na vida de Isabelle pois passou grande parte da sua vida a assistir aos cozinhados da mãe.

Admite que a cozinha tradicional portuguesa não é a sua área preferida, dando prioridade a novas experiências como os pratos vegetarianos e por isso contratou uma cozinheira para fazer a parte tradicional e Isabelle trata dos pratos mais inovadores. Isabelle Sousa partilhou com o Sambrasense um menu totalmente vegetariano.



PRATO VEGETARIANO

Caril de Legumes



INGREDIENTES:

- 1 cabeça de brócolos, em floretes
- 1 cebola picada
- 200 g de cogumelos laminados
- 2 dentes de alho, picados
- 200 g de espinafres frescos
- 200 g de abóbora aos cubos
- 2 cenouras aos cubos
- 1 alta de leite de coco
- açafrão a gosto
- sal e pimenta
- azeite
- coentros picados para guarnecer
- 1 chávena de água

PREPARAÇÃO:

- Aquecer um fio de azeite numa frigideira funda antiaderente.
- Refogar a cebola e o alho até ficarem translúcidos, adicionar os cogumelos, os brócolos, a abóbora e a cenoura e deixar refogar por 10 minutos, temperar com sal e pimenta. Adicionar a água e deixar cozinhar 10 minutos em lume brando.
- Adicionar o leite de coco e o açafrão e deixar cozinhar por mais 10 minutos, adicionar os espinafres e cozinhar até eles murcharem, retificar os temperos e guarnecer com os coentros picados.
- Servir com arroz branco.

PRATO VEGETARIANO

Couscous de Inverno



INGREDIENTES:

- 250 g de couscous
- 500 g de água
- 1 cabeça de couve-flor em floretes
- 250 g de abóbora em cubos pequenos
- 1 cenoura em cubos pequenos
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- azeite
- sal e pimenta
- 1 chávena de vinho branco
- 1 colher de sobremesa de pimentão doce
- 1 colher de sobremesa de açafrão
- 260 g de grão cozido
- coentros para guarnecer

PREPARAÇÃO:

- Colocar os legumes cortados numa travessa de ir ao forno (exceto o grão), temperados com sal, pimenta, pimentão doce, açafrão, azeite e o vinho branco. Cozinhar a 180°C até os legumes estarem prontos, adicionar o grão e cozinhar mais 10 minutos. Reservar no forno desligado.
- Colocar o couscous numa tigela e ferver a água. Juntar a água ao couscous e tapar durante 4 minutos. Mexer com um garfo para ficar soltinho.
- Misturar com os legumes e guarnecer com os coentros.

PRATO VEGETARIANO

Massa com Molho de Abóbora Cremoso



INGREDIENTES:

- 400 g de massa
- 400 g de abóbora
- 260 g de feijão branco
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 400 g de cogumelos, em quartos
- 1 chávena de vinho branco
- 1 chávena de água
- 100 g de queijo vegan
- coentros picados
- Pimentão-doce
- sal e pimenta
- azeite

PREPARAÇÃO:

- Fazer um refogado com azeite, cebola e alho, juntar a abóbora e cozinhar por 5 minutos, juntar o vinho branco e a água e deixar cozinhar por mais 6 minutos.
- Tirar metade desse preparado e triturar com o queijo numa trituradora até ficar cremoso.
- Entretanto numa frigideira antiaderente, colocar os cogumelos com um fio de azeite, o pimentão doce, sal e pimenta, deixar cozinhar e reservar.
- Na panela com a abóbora colocar a massa e água, deixar cozer, quando estiver quase cozinhada juntar o feijão branco. Deixar secar a água e juntar o molho de abóbora.
- Colocar num prato, com os cogumelos em cima e guarnecido de coentros picados.

DOMAINE SAINT PEYRE, PICPOUL DE PINET 2019

Produtor: Les Costières de Pomerols
 Região: Languedoc / França
 Castas: Picpoul
 Alcool: 13,00 %
 Preço médio de venda: 8 €
 Site: www.prime-wine.pt

GOULAIN 2018

Produtor: Chateaux Guipière
 Região: Val de Loire / França
 Castas: Melon de Bourgogne 100%
 Alcool: 13,50 %
 Preço médio de venda: 15 €
 Site: www.prime-wine.pt

BEAUVIGNAC PICPOUL DE PINET 2020

Produtor: Les Costières de Pomerols
 Região: Languedoc / França
 Castas: Picpoul
 Alcool: 13,00 %
 Preço médio de venda: 9 €
 Site: www.prime-wine.pt

MARIE VIN D'ALSACE 2019

Produtor: Jean Biecher & Fils
 Região: Alsace / França
 Castas: Pinot Blanc, Pinot Gris, Riesling e Gewurztraminer
 Alcool: 13,50 %
 Preço médio de venda: 7,95 €
 Site: www.prime-wine.pt

IMIGRANTES

"Os nossos imigrantes"... Espaço mensal de encontro intercultural

À conversa com Gordon



Este mês, estivemos à conversa com Gordon Railton, mais um bom exemplo de integração na comunidade de São Brás de Alportel.

Gordon Railton nasceu em Newcastle-Upom-Tybe, na Inglaterra, em 1940, em plena II Guerra Mundial. Na sua vida profissional destacou-se na área da fotografia. Aliás, o "bichinho" da fotografia foi-lhe inculcido pelo pai, que enquanto fotógrafo amador o ensinou a revelar fotografias no quarto escuro. Gordon tinha então 13 anos e um ano mais tarde ganhou uma competição fotográfica na escola!

Apenas com 16 anos, deixou a escola e começou já a trabalhar como aprendiz de fotógrafo em Newcastle, no Laboratório Científico de uma companhia de engenharia. Ali trabalhou até aos 21 anos. Entretanto experimentou outros trabalhos em áreas diversas, inclusivamente integrou a banda de covers (sucessos) "The Delemeres", em Liverpool. A banda teve um sucesso considerável e Gordon conta que em determinada altura chegaram a partilhar camarim com os grandes "The Beatles"!

Após deixar a banda, Gordon dedica-se novamente à fotografia. **"Fui jornalista e fotógrafo de publicidade. Fui requisitado por várias multinacionais e também pelo Gabinete Oficial de Informações do Reino**

Unido para fazer a cobertura no Norte de Inglaterra, fiz a cobertura da Família Real, do "Variety Club" da Grã-Bretanha" e trabalhou ainda com Ministros do Estado, desenvolvendo ainda outros trabalhos estatais. **"Fotografei imensas pessoas famosas, incluindo músicos e desportistas"**, conta.

Aos 36 anos, já casado e com dois filhos, cria o seu próprio negócio de Comunicação e Publicidade. **"Fui um homem de sorte. Estive nos sítios certos, no momento certo"**, segundo palavras suas, o que diz dever-se aos fotógrafos com quem trabalhou e aprendeu, admitindo que nos primeiros tempos sentia o enorme peso da responsabilidade de conseguir boas fotografias de tão famosas personalidades, numa época em que as máquinas fotográficas ainda tinham rolo e não dava para perceber se era preciso repetir a fotografia. Com um currículo admirável, Gordon foi ainda professor de fotografia na Faculdade de Arte de Sunderland.

Após essa reforma, Gordon marca uma viagem para o Algarve com estadias em hotéis em Vilamoura, Albufeira e Tavira. Chegou em janeiro mas diz que percebeu que aqueles locais não eram o local onde



queria viver porque no inverno eram como cidades fantasmas e logo conseguia perceber a agitação que tinham no verão.

Entretanto, um amigo convida-o a vir até sua casa em São Brás de Alportel. **"São Brás de Alportel arrebatou o meu coração. É a joia da coroa"**, vinca garantindo que **"nunca conheci tanta gente boa e de tantas nacionalidades!"**.

Gordon comprou então um apartamento na vila e mudou-se de "malas e bagagens" para São Brás de Alportel. Entretanto, decidiu mudar-se para uma casa térrea perto do Museu do Traje, local que visita regularmente, uma vez que é a sede do Grupo de Fotógrafos do Algarve, grupo que ajudou a fundar e que atualmente já conta com mais de seis dezenas de associados de várias nacionalidades! Através deste grupo continua a alimentar o seu gosto pela fotografia.

O gosto pela música mantém-se e já tocou em várias bandas no Algarve. Em 2019, tocou na noite de solidariedade "Bombeiro's Boggie Night" para ajudar a angariar fundos para a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel. Aliás, já em 2018, apresentou a exposição fotográfica "As experiências de Gordon em Portugal" na

Galeria Municipal de São Brás de Alportel cujas receitas reverteram a favor dos Bombeiros, uma causa que lhe é querida e que lhe foi apresentada pelo seu amigo Alex Barcia, provedor do residente estrangeiro em São Brás de Alportel.

Atualmente, tem uma nova banda com dois franceses e um alemão.

Passados 15 anos, confessa que não conseguiu ainda aprender a falar português, mas esse não tem sido um contratempo porque diz que quando vai às compras os funcionários mais jovens falam inglês e quando não sabem, aponta para o que quer! Aliás, uma das coisas que aprecia por cá é o facto de as pessoas serem tratadas da mesma forma independentemente do poder económico ou estatuto social/profissional.

Gordon mostra-se já conhecedor de partes da história de São Brás de Alportel, como é o caso da origem da Festa das Tochas Floridas. **"Acho fascinante"**, sublinha recordando que foi com muito gosto que tirou fotografias durante as comemorações do Centenário do conelho. **"Foi fabuloso"**.

São Brás de Alportel, Junho de 2021

Espaço da responsabilidade do Município de São Brás de Alportel, sob coordenação do Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes, localizado no Centro de Apoio à Comunidade.

Textos: Sofia Silva | Carmen Macedo

Caso gostasse que a sua história ou a história de alguém que conhece, fosse contada nesta coluna, contacte-nos: 289 840 019 | municipe@cm-sbras.pt



vale animal

Programa Municipal de incentivo à adoção de animais de companhia

... Porque os amigos não se compram



CONTACTOS:
☎ 289 840 019 | ✉ municipe@cm-sbras.pt

AGENDA

ACONTECE...

O Jornal "O Sambrasense" convida-o a desfrutar de alguns eventos a acontecer durante o mês de mês do nascimento do nosso concelho, mês das férias, mês dos Santos Populares e da sardinha assada.

23/24

4ª E 5ª FEIRA | 21H30
CINE TEATRO S. BRÁS

Espectáculo de Teatro "A Lógica"

Criação coletiva a partir de textos de Afonso Cruz.

27

DOMINGO | 09H30
LARGO S. SEBASTIÃO

Caminhada Literária ao reencontro de José Dias Sancho

Um convite para redescobrir São Brás pelos caminhos e lugares de José Dias Sancho.

27

DOMINGO | 10H00 - 16H00
MUSEU DO TRAJE

Mercadinho no Museu

Feira de Artesanato tradicional, reciclagem, especiarias, ervas aromáticas, decoração, flores e muito mais!

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

SOPA DE LETRAS

SERRAS DE PORTUGAL

C N Y B D M T Y E I L L U W V F N
M A R ã O A O U P W U O D L U F I
U B R G V Y L N E Q M D U X O U O
U N N A A Y U V C S Y O I S O Q L
G G F E M R H E ã H W U Y M ã E K
A E T O U U D K Y O I R E O U C B
P Ç R U K S L U H F C Q E N O A A
M P O Ê W I G O N O A L U T A E R
K F O R S N R S S H H F W E I W X
I I D Y M T ã I H E A F Z M E K N
L P R N A R N E Z I E I M U F M Q
A I I V L A D G D I S N D R V W T
P U C A C U O J A X T O T O Y O J
R I E N A M L Q A R R ã B I D A I
V U C J T T A L T F E J I Y U X F
L I P O A U E H I L L O T H N Y N
M A R V ã O J F P Y A F R U C U O

LOUSÃ
AÇOR
ARRÁBIDA
GERÊS
CARAMULO
ESTRELA
MONTEMURO
MARÃO
MONCHIQUE
SINTRA
ALVÃO
PICO
MALCATA
GRÂNDOLA
GARDUNHA
MARVÃO



CONTACTOS ÚTEIS

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS
289 842 666

CÂMARA MUNICIPAL
289 840 000

CENTRO DE APOIO À COMUNIDADE
289 840 020

CENTRO DE SAÚDE
289 840 440

EVA TRANSPORTES
289 842 286

FARMÁCIA DIAS NEVES
289 842 252

FARMÁCIA S. BRÁS
289 842 261

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA
289 840 800

JUNTA DE FREGUESIA
289 842 174

Nº DE EMERGÊNCIA
112

POSTO DE TURISMO
289 843 165

PROTEÇÃO CIVIL
117

SAÚDE 24
808 242 424

SERVIÇO DE ÁGUAS (PIQUETE - 24H)
914 076 215 | 967 576 573

TÁXIS
289 842 611

VETERINÁRIO MUNICIPAL
289 840 008



FARMÁCIAS DE SERVIÇO HORÁRIOS

FARMÁCIA S. BRÁS

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

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

FARMÁCIA DIAS NEVES

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

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

A FECHAR



Dicas a Granel

Alentejo

Sou filha de São Brás de Alportel e da Aldeia das Amoreiras. E sei que por cá, no Algarve, vivem muitos alentejanos com saudades, por isso hoje vou falar sobre o Alentejo.

O Alentejo para mim é de uma complexidade incrivelmente simples... é vagar, inspiração, silêncio, memórias, desligar e viver...

Acho que sei porque gosto tanto do Alentejo, a paisagem é tao despida de informação e tudo o resto, dá para uma pessoa pensar realmente, não estamos constantemente neste mecanismo de quase máquina a fazer as coisas, é uma imensidão que nos liberta do excesso de tudo, sente-se a autenticidade e um estado quase que ainda intocado, que apesar de moldado pelo homem ao longo dos tempos ainda permite vislumbrar a adaptação da natureza.

Ir ao Alentejo é liberdade de pensamentos, de modo de estar, de novas ideias, de criatividade, de campo e atividades rurais, estar sentada nos pialinhos a conversar com sons dos passarinhos de fundo, o silêncio do campo que já não se consegue em muitos sítios...e as pessoas... simpáticas, bem dispostas, brincalhonas e amigas: aquele começar a contar estórias enquanto se está a trabalhar ou a comer e irem-se lembrando de mais e mais, vão sempre encabeçando as estórias uns dos outros, são aqueles serões alentejanos que mesmo que sejam passados a trabalhar, são preenchidos de uma sensação de vagar, onde o tempo parece dar para se fazer muita coisa e ainda mais o

que for preciso, nas calmas...

Para mim é curioso perceber que tenho muitas memórias de quando era criança no Alentejo, no campo, altura em que provavelmente a minha criatividade disparava e as brincadeiras eram tão diferentes e estimulantes que me marcaram de outra forma. As imagens que me vêm à cabeça são muito fortes: as brincadeiras com a prima ao pé do forno, nos piais, a fazer comidinhas com ingredientes da natureza, as barbies também iam ao Alentejo de viagem, com direito a sentarem-se no banco do comboio e mal chegavam a casa na aldeia eram colocadas em cima das arcas de madeira onde rapidamente lhe criávamos uma casa nova, memórias dos cães andarem a fugir com as roupas das barbies e de no dia seguinte encontrar as roupas lá no meio da terra... Revejo também aquela luz a entrar pela janela do quarto dos meus avós e aqueles grãos de pó a passearem por entre esse feixe, ficava muitas vezes a observar isto, quieta e no meu silêncio. As idas às hortas, as idas ao monte para cuidar das vacas, das galinhas e dos porcos...

Agora mais tarde voltei a ir para o Alentejo, no verão, com a minha avó para a casa da amiga Adília, para a tiração da cortiça. Das melhores férias que posso ter, aquele desligar e voltar a conectar-me com algo que faz sentido para mim, com a Natureza e com as minhas origens, voltar a dormir e acordar no Alentejo, conhecer melhor as pessoas, passar o serão à conversa ouvindo as mais variadas estórias, a riqueza da simplicidade que para mim tem tanto valor.



O Alentejo é um sítio para se sentir, sítio onde a emoção é capaz de ficar à flor da pele e cada vez que lá ia no verão crescia a vontade de voltarmos a ter lá casa, e para isso tive de pensar numa forma de unir a família nesse objetivo, e hoje, com o esforço de todos, temos o monte da família restaurado. É sempre um espaço para novas descobertas, cada vez que vou ao monte e exploro mais um pouco descubro novas potencialidades.

E lá é o sítio onde sinto verdadeiramente que: **"Queremos abrir frutos para descobrir sementes. E semeá-las, o que é muito mais difícil do que simplesmente partir a casca. Queremos que a realidade cresça como uma árvore. No fundo, descobrir uma semente é o desejo de ter uma sombra."** (Afonso Cruz) – e estas palavras levam-me aos ensinamentos da minha avó sobre as suas sobreiras, umas

já lá existiam, outras foram plantadas ainda pelo meu avô e outras por ela, e a vontade dela em manter e cuidar das árvores para darem boa cortiça, sabendo que é necessário um ciclo de 9 anos e que aquele trabalho dela continuará a vingar para as gerações futuras, e isto para além de ser muito poético, é muito bonito de sentir.



ANA BEATRIZ BERNARDO DE JESUS



São Brás de Alportel e os roubos a antiquarias e património

Ao dia 1 de junho, dia do nosso concelho, foi notícia o roubo de cantarias centenárias na propriedade da sambrasense Cristina Uva.

Para além das colunas centenárias, foi ainda levado mais duas colunas semelhantes, várias peças, pias de pedra e por incrível que pareça, conseguiram levar todo o capeamento dos muros em longos metros de pedra.

Este material com mais de 300 anos faz parte da história desta família e também de São Brás de Alportel.

Ao partilhar este acontecimento, o Jornal O

Sambrasense, apercebeu-se através de mais testemunhos, que nos últimos tempos, este tipo de assaltos, tem acontecido um pouco por todo o concelho. Foi citado inclusive que foram roubadas peças como portadas em ferro, pias, cântaros, telhas e entre outras antiguidades que fazem parte do património sambrasense.

Para além do valor monetário, muita destas peças têm um valor incalculável pelas histórias que contam, pertencendo a várias gerações destas famílias e com um valor sentimental incomensurável.

Recordar o Passado

O BURRO E O AVIÃO

O importante papel que o burro desempenhou no desenvolvimento rural é largamente reconhecido. A sua popularidade como animal de transporte de carga, ou para puxar pequenas carroças, advém da sua velocidade constante ao caminhar. Quando arreado e atrelado também é razoavelmente rápido a arar a terra. A inteligência do burro é frequentemente subestimada. É fácil de dirigir uma vez que sabe o que fazer e reconhece o comando verbal correspondente. Se se recusa a trabalhar é quase sempre porque o trabalho é impossível, e não porque é teimoso ou preguiçoso.

São muito resistentes, dóceis e com grande capacidade de equilíbrio,

atravessando, com agilidade, trilhos estreitos, sinuosos, pedregosos, acidentados e íngremes.

Graças a esses atributos tais animais foram amplamente utilizados no transporte de cargas, tais como alimentos e mercadorias; foram, por isso, tratados como animais de grande estima. Infelizmente, a urbanização e modernização do transporte de cargas fizeram com que perdessem o prestígio, assumindo o sinónimo de atraso. Foi muito utilizado no Algarve desde tempos imemoriais.

Postal ilustrado Foto-Vista, Lagoa.

Informação: Dr. Belchior | Grupo Memórias
Iniciativa do Município de São Brás de Alportel

