



# 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

EM FOCO

# Entrevistas a vereadores da Câmara Municipal



**LOCAL**

*Emanuel Sancho é o Museólogo do Ano*

24

**TESTEMUNHO**

*Vera Rodrigues recorda a luta contra o cancro da mama*

22

**DESPORTO**

*Guilherme Jesus vence em casa a Taça de Portugal de Enduro*

09

**HOMENAGEM**

*Sabina Guerreiro: o rosto da saudade*

07

**EXCLUSIVO**

**Terinho**  
*Figura do Desporto Sambrasense*

**DESTAQUE**

**Alexandre Caiado**  
*Das motas à Leitaria Central*

## A ABRIR

## Editorial

O campo Sousa Uva continua com atividade e dinamismo, para além dos treinos habituais das nossas equipas, há ainda as aulas de ginástica com o Miguel Vaz, com grande afluência e sempre a aumentar, com uma percentagem maior da parte do sexo feminino.

A nossa sede também continua em alta com pilates, reiki, judo e danças de salão, também com maior afluência do mulherio.

Quanto aos jogos das equipas, futebol seniores, juniores e futsal, continuamos com um número reduzido de espetadores aquém do que era desejável para com as nossas equipas que estão nos lugares cimeiros. Os juniores são os que têm mais assistência devido ao apoio dos pais e pelo bom futebol que estão a praticar. Uma equipa com vários

atletas de qualidade que virão futuramente a fazer parte e alguns até já fazem da equipa de seniores do Sambrasense.

Tanto os seniores de futebol como os de futsal, só têm uma derrota e por incrível que pareça, perdemos com equipas que não esperávamos, mas o futebol é mesmo assim. Mantendo-se tudo em aberto quanto às pretensões das equipas do Sambrasense, no futebol, a equipa sénior também continua na Taça do Algarve, tendo eliminado um clube da 1ª Divisão Distrital, o Lusitano de Vila Real, vamos receber no dia 1 de dezembro mais uma equipa da 1ª Divisão, os "Onze Esperanças".

No Futsal, ficámos isentos para a taça, mas para os próximos jogos do Campeonato e da Taça, gostaria de ver uma boa moldura humana no nosso estádio a apoiar as nossas equipas. Com o vosso apoio poderemos chegar mais longe, o nosso Bar continua aberto com muitos petiscos e animação para oferecer.

Para que corra tudo bem, é preciso apoio humano e apoio financeiro, neste momento, a máquina de ultrassons do clube está avariada, sendo preciso com urgência adquirir uma nova para dar o máximo de qualidade e saúde aos nossos atletas, máquina essa que ronda os 1,800,00€ (mil e oitocentos euros). Também é prioritário comprar um desfibrilhador que pode ajudar a salvar uma ou mais vidas, mas também com um custo superior a 1,000,00€ (mil euros). O Sambrasense neste momento não dispõe dessas verbas, com o pagamento de quotas, algumas rifas, pagamento de entradas com valor voluntário talvez consigamos algum dinheiro para a ajuda do equipamento necessário para isso é essencial o vosso apoio e colaboração.

O nosso posto médico precisa de todos e fica aqui também uma oferta aos nossos sócios, caso necessitem de algo que esteja ao nosso alcance, podem dirigir-se ao nosso campo e ao nosso posto que dispõe de

uma equipa com uma fisioterapeuta e uma massagista que estão disponíveis para ajudar os sócios de forma gratuita durante o horário dos treinos.

O União Sambrasense é um clube de utilidade pública que dentro das suas possibilidades está ao dispor dos sócios e simpatizantes no que poder em troca do vosso apoio e contributo.

*Espero contar convosco.*



JOAQUIM JOÃO



## MOMENTO DO MÊS

## Os 100 anos da D. Lourdes

Foi ao dia 7 de novembro que a sambrasense Maria Lourdes Sousa Pereira celebrou a bonita idade de 100 anos! A família não deixou passar a data em branco e preparou uma festinha

comemorativa para comemorar uma vida repleta de amizade, humildade e sabedoria!

*Um século de vida, rodeada de amor!  
Muitos parabéns D. Lourdes.*

## BREVES

## Rota do Petisco apoia Corpo de Bombeiros da AHBVSBA



A Rota do Petisco é uma iniciativa da associação Teia D'Impulsos e que visa apoiar projectos regionais de cariz social e humanitário, através de uma rota solidária, de descoberta de iguarias e petiscos que os estabelecimentos do sector dispõem, a preços muito acessíveis. Através da apresentação de candidatura de projetos pelas instituições e seleção pela organização desenvolve-se o apoio. A Direção da Associação candidatou-se com um pequeno projecto e o mesmo foi aprovado: a aquisição de 60 lanternas de capacete, para o seu Corpo de Bombeiros. Um equipamento que pode fazer a diferença numa operação de socorro e salvamento e que agora vai beneficiar de 2.112,40€ para ser adquirido.

Para que tal candidatura fosse possível, era condição a apresentação pela Associação de Bombeiros de 5 estabelecimentos aderentes, de São Brás de Alportel. Assim, queremos agradecer publicamente pela resposta positiva ao nosso convite, ao Café Regional-Pastelaria e Geladaria Ervilha, ao Bar Sociedade do Alportel, ao Moss-Fresh Food & Coffee, Lab, ao Snack-bar Cantinho da Lili e ao Café Vitória, tendo inclusive este último, recebido o Prémio de Melhor Espírito.

**Muito obrigada a Todos os que participaram nesta Rota, pelos petiscos e pelos contributos.**

**E Você, sabe que pode fazer a diferença também?**

**Deixamos algumas ideias:**

- APADRINHE um Bombeiro, conheça e ajude a Associação;
- Se tem paixão pela Missão de Socorro e Salvamento, inscreva-se e forme-se como Bombeiro Voluntário;
- Faça o seu MEALHEIRO BOMBEIRO, em casa, e deixe-nos os seus donativos, na Páscoa, no dia 27 de agosto(aniversário), ou no Natal.
- Faça-se SÓCIO, traga um amigo, que pode ser uma empresa, e contribua para a vida do Seu Corpo de Bombeiros.

*Bem Haja.*

## 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

Telf.: +351 914 605 117

Email: comercial@lusoiberia.com

**NRº ERC:** 110646

**N.º de Depósito Legal:** União Desportiva

e Recreativa Sambrasense

**NIPC:** 501302026

**Fundador:** Dr. Jacinto Duarte

**Director:** Joaquim João Gonçalves

**Sub-Director:** Pedro Conceição

**Chefe de Redacção:** Isa Vicente

**Redacção:** 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)

**Redacção e Administração:** Tel/fax: 289 841 439

Email: redacao.jornal.osambrasense@gmail.com

**Morada Redacção/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

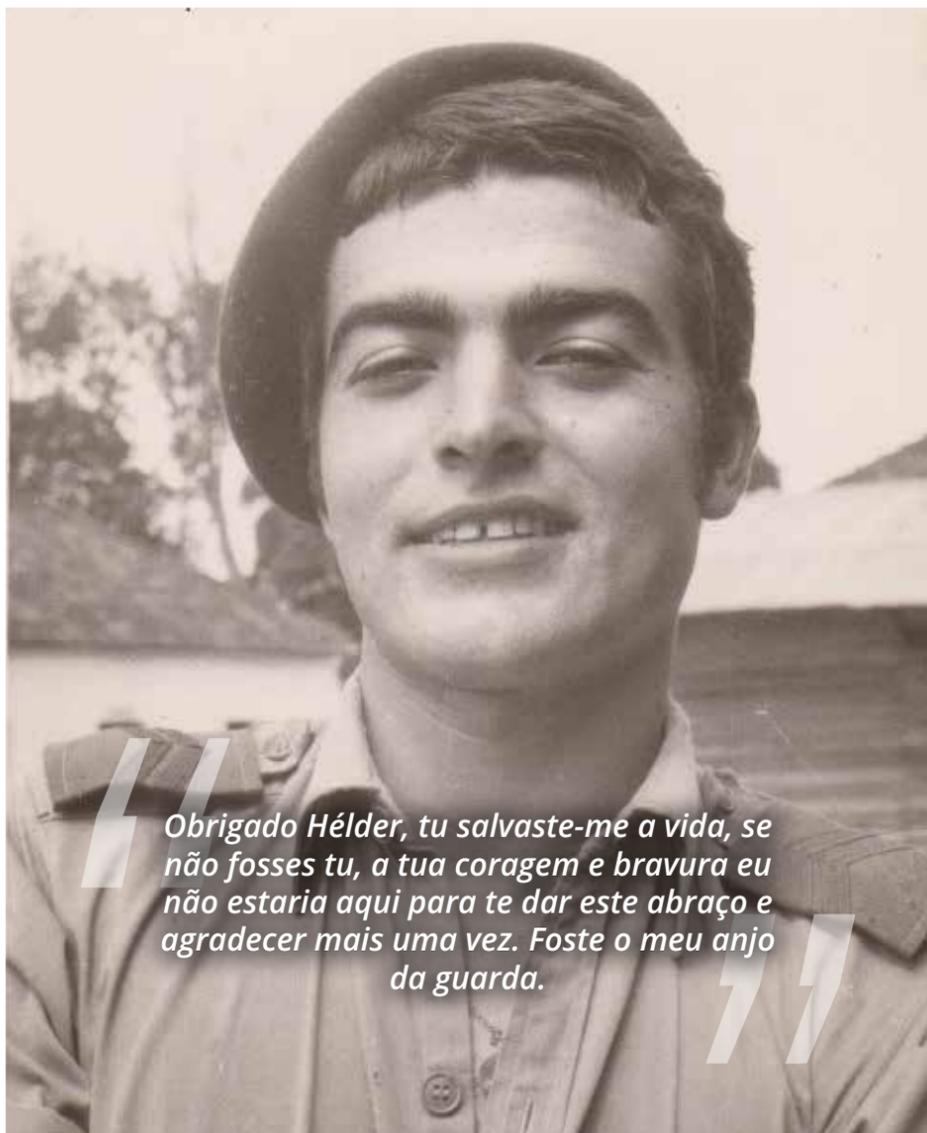
**IBAN:** PT50 0045 7212 4026 8533 0142 9

**SWIFT/BIC:** CCCMPTPL

PATRIMÓNIO

Tributo aos Antigos Combatentes São-brasenses na Guerra Colonial

## Uma Homenagem Póstuma a Helder Ramos da Graça



“Obrigado Hélder, tu salvaste-me a vida, se não fosses tu, a tua coragem e bravura eu não estaria aqui para te dar este abraço e agradecer mais uma vez. Foste o meu anjo da guarda.”



também alguns faleceram nos seus braços...

A mascote da enfermaria era um cão Pastor belga de pelagem preta cujo nome era SERINGA, que sempre acompanhou Hélder tanto na enfermaria, como nas missões, era a sua sombra... Infelizmente, quando acabou a missão, em março de 74, quis trazê-lo para o Continente, mas o Comandante do Batalhão não deixou... foi um momento que nunca esqueceu, quando as *Berliets* saíram da Damba com destino ao aeroporto de Luanda, os uivos do SERINGA eram de “cortar” o coração...

Terminou a sua comissão de serviço em 28 de março de 1974, desembarcou em Lisboa no 26 de março de 1974.

Foram muitos os encontros que os ex-combatentes deste batalhão realizaram e eu estive presente em todos, foram verdadeiras emocionantes os relatos e testemunhos que ouvi de todos na primeira pessoa. Mas também foi muito gratificante perceber as coisas boas que passaram juntos: o companheirismo e a amizade que mantiveram, e que alguns ainda mantêm.

O último encontro que comparei foi em 2007, já o Hélder tinha falecido e foi comovente a homenagem que lhe fizeram e a consternação que todos sentiam de ter perdido mais um irmão de armas.

Num dos encontros que se realizou em Évora, compareceu um dos irmãos de armas, o carpinteiro a quem todos em tom

de brincadeira chamavam o “morto vivo”, quando ele viu o Hélder deu-lhe um forte abraço, chorou e disse: **“Obrigado Hélder, tu salvaste-me a vida, se não fosses tu, a tua coragem e bravura eu não estaria aqui para te dar este abraço e agradecer mais uma vez. Foste o meu anjo da guarda.”** ... Foi um momento muito emotivo para todos e muitos tinham a lágrima no canto do olho.

Conheci Angola sem nunca lá ter estado, pois foram tantos relatos, tantas memórias que eu ouvi ao longo de 22 anos, que nunca irei esquecer.

O Helder foi um grande ser humano com um coração do tamanho do mundo. E isso eu pude testemunhar muitas e muitas vezes, mesmo sem ser em tempo de guerra. Na “guerra da vida” que viveu sempre com o seu espírito livre e indomável, soube viver e aproveitar todos os momentos que a vida lhe proporcionou. É com muita dor que sentimos a sua “partida” tão prematura, mas as boas memórias, como o riso, o sorriso, o caráter e a sua personalidade tão genuína, conseguem amenizar um pouco, mas não curam. Eu, os filhos, as irmãs e os bons amigos, recordamos com muita saudade o nosso querido Hélder Graça que “partiu”, a 14 de fevereiro de 2006.

Descansa em Paz Hélder, afinal tu apenas estás do outro lado, e o “fio” não foi cortado.

**Até breve.**

Helena Condinho

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

Hélder Ceríaco Ramos da Graça nasceu a 8 de agosto de 1950, foi alistado em 11 de junho de 1970, quase a completar 20 anos de idade e incorporado meses depois em 11 de janeiro de 1971, classe de 1971, serviço de Infantaria.

Em 1971 foi escolhido para a promoção a Cabo - Escola de Recrutados, instrução especial do Serviço de Saúde e estágio nos termos do nº4 da circular nº 1020/EP- Pº 010,0/61 da 5ª Rep. do EME. Foi colocado em várias Unidades R.I.F, R.S.S, RC-3 e R.A.P 2.

Nomeado para servir no Ultramar a 28 de outubro de 1971, Helder embarcou em Lisboa no navio Vera Cruz em 17 de novembro de 1971. Precisamente às 12:15 minutos o *Vera Cruz* começou a afastar-se do cais de Alcântara com destino a Luanda para a C.C.S. Batalhão 3860/ RAP2 da RMA.

Helder foi promovido ao posto de 1º Cabo na data de embarque e desembarcou em Luanda em 26 de novembro. Era então um dos **FALCÕES**, na base da **DAMBA**, cujo lema era **BRAVOS E SEMPRE LEAIS**. Durante os quase 3 anos de serviço no ultramar, criou grandes laços de amizade, cresceu como ser humano, cumpriu as suas funções com empenho, pondo sempre em primeiro lugar a missão de salvar vidas, tratar os moribundos, os feridos, e os doentes com dedicação, compaixão e amor ao próximo.

Era conhecido pelos nativos que viviam nas sanzalas das imediações como o **Enfermeiro da Damba**, todos os estimavam e a todos, ele deu o seu contributo para curar as feridas da guerra, da fome e da doença. Foram muitas as vidas que salvou tanto de civis, como dos camaradas de armas, mas infelizmente

A convite do Município de São Brás de Alportel, iniciamos 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](mailto:municipio@cm-sbras.pt) ou na Câmara Municipal, no Gabinete do Município.

HOMENAGEM

# AOS ANTIGOS COMBATENTES SÃO-BRASENSES

Município de São Brás de Alportel  
[www.cm-sbras.pt](http://www.cm-sbras.pt)



## PATRIMÓNIO

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

## Xanabus



Este mês rumamos até à Avenida da Liberdade onde a 1 de dezembro de 1994, já lá vão quase 27 anos, nasceu a loja Xanabus, no n.º 29.

Fernanda Lourenço conta que na época começou a perceber que a crise económica que vivia poderia colocar o seu trabalho num escritório de materiais de construção em risco e decidiu então aventurar-se e criar o seu próprio negócio. Optou pela área de venda de lingerie, roupa de interior e pijamas, produtos de que sempre gostou. Admite que esse gosto possa ter sido por influência da sua saudosa mãe. Na altura, em São Brás de Alportel só se vendiam estes produtos com marcas mais especializadas numa loja que vendia vestidos de noiva e de cerimónia.

Começou então à procura de marcas e produtos diferentes e de boa qualidade que não estavam disponíveis em São Brás de Alportel.

E assim há 27 anos que se orgulha de apresentar, com muito gosto e brio, a sua montra sempre decorada de forma criativa e apelativa, com as novidades de cada época e a rigor, a condizer com as efemérides como sejam o Dia dos Namorados, o Natal, a Páscoa ou o início do ano escolar, recorrendo muitas vezes ao museu particular de família para expor na montra verdadeiras relíquias que trazem à memória saudosos tempos vividos em comunidade.

A par dessas datas, tem vindo a ser presença assídua nos eventos que o Município dinamiza para a promoção do comércio local, tais como a Noite Vermelha, a Noite Prata, o São Brás Fashion, também nos desfiles de moda "Miss e Mr. Escola Secundária", entre outros. **"Aderi sempre e dou o meu sincero muito obrigado ao Município"**, sublinha.

... Na altura ainda não se vendiam produtos

como as cuecas de fio dental ou o wonderbra que mais tarde fizeram muito sucesso. A Xanabus foi uma das primeiras lojas no Algarve a vender o soutien wonderbra e Fernanda recorda que foi uma loucura e que chegou a ter clientes que vinham de Vila Real de Santo António à procura daquele produto!

O Natal é a época em que tem maior volume de vendas, mas conta que já houve tempo em que o Dia dos Namorados tinha um grande acréscimo de vendas. Em alguns anos, chegou mesmo a ter filas de homens (maridos e namorados) à porta da loja no Dia dos Namorados em busca de algo diferente para oferecer às suas caras-metades. Diz que era engraçado vê-los um pouco envergonhados a tentar explicar as medidas das mulheres... com a sua experiência ajudava-os e tornava tudo mais fácil.

Um negócio que considera que tem sido bem-sucedido graças ao grande apoio do seu marido e das suas duas filhas, mas também, sem sombra de dúvidas, dos seus clientes e dos são-brasenses.

Com o volume de clientes e de vendas a aumentar, Fernanda sentiu necessidade de mais espaço e dez anos depois, em 2004 a Xanabus desceu a Avenida da Liberdade até ao n.º 19, onde a antiga Loja de Pronto a Vestir "Ferreira" acabava de encerrar atividade.

Como o marido se tinha reformado na mesma altura, decidiram abrir no n.º 29 uma loja com artigos exclusivos da Disney, que mais tarde encerraram porque começou a haver muita concorrência.

Conta-nos Fernanda que a Xanabus não ficou ileso ao impacto da abertura dos grandes centros comerciais na região, mas



diz que aos poucos tem vindo a recuperar e que mesmo durante os períodos de confinamento provocados pela pandemia continuou a vender, com entregas ao domicílio e ao postigo! Segundo Fernanda a sinceridade, a disponibilidade, a qualidade e a simpatia são os "ingredientes" chaves para

o sucesso deste estabelecimento.

Admite que já vai pensando na reforma, mas não tem a quem deixar o negócio e ao mesmo tempo continua a sentir o mesmo entusiasmo inicial de estar na loja e de escolher as coleções. "Gosto tanto disto. Gosto do que faço. Adoro!", confessa.

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](http://www.cm-sbras.pt)

Textos: Sofia Silva | Marlene Guerreiro

Sugira-nos lojas, empresas e casas com histórias. Entre em contacto conosco: 289 840 019 | [municipe@cm-sbras.pt](mailto:municipe@cm-sbras.pt)

PATRIMÓNIO

## Profissões do antigamente Mestres da Costura



(...) a minha mãe era professora de costura sem ter diploma e sem dar certificado, era com a experiência e com aquilo que tinha aprendido.



**N**elson Ramos, 49 anos, filho da Maria Alice Ramos e neto da Florinda, da Barracha, também conhecida por Florinda Marquita, ambas são naturais de São Brás de Alportel, e ambas costureiras em outros tempos, dá o testemunho pelos seus familiares sobre esta profissão já quase extinta.

### ENTREVISTA

#### Com quem aprenderam a arte da costura?

Não sei com quem é que a minha avó aprendeu, mas foi logo em criança, acabou por desenvolver esta arte com a minha mãe. Até porque a máquina de costura da minha avó era mais rústica, e a da minha mãe já era mais avançada e havia muitas coisas que a minha avó vinha para casa utilizar a máquina da minha mãe.

A minha mãe, sim, andou a aprender costura com a Dona Tília da Cova do Lobo e mais tarde acabou por aprender o corte na Singer em Faro, que era uma loja que vendia máquinas de costura e ao mesmo tempo era uma escola.

A partir daí, começou a receber raparigas cá em casa, desde do Bengado, Mesquita, Mealhas... isto na década de 70/80. Na parte

da manhã, a minha mãe cuidava da parte da casa e na parte da tarde é que trabalhava com as raparigas. Havia as raparigas que vinham todos os dias, e passado 1 ou 2 anos, quando já tinham alguma habilidade, a minha mãe ensinava-lhe o corte. Digamos que a minha mãe era professora de costura sem ter diploma e sem dar certificado, era com a experiência e com aquilo que tinha aprendido.

Lembro-me que tinha os moldes todos e fazia em papel crepe, em que desenhavam as camisas, os vestidos... era feito tudo em papel primeiro em que montavam tudo e depois só daquilo sair bem é que começavam a trabalhar com os tecidos, em que compravam nas lojas ou nas feiras.

#### Com que idade saíram da Escola para ser aprendizes de costura?

Quer a minha mãe, quer a minha avó saíram da escola quando terminaram a quarta classe. A minha avó embora já tenha falecido, nasceu em 1927, fez a escola primária e não era analfabeta, ao contrário do meu avô. Mas assim que saiu da escola começou logo a trabalhar, sempre com trabalhos ligados à agricultura e que conjugava com a costura, e sempre foi assim até falecer.

No caso da minha mãe, foi um bocadinho diferente, pois juntou o trabalho agrícola enquanto era solteira, e depois de casada foi sempre costureira! Mesmo quando emigrou trabalhou em fábricas de costura.

A minha mãe era chamada de mestre porque tinha muito jeito, e era uma costureira com muita clientela, em que se fazia pagar bem, mas mesmo assim tinha sempre muito trabalho, pois também trabalhava com malha!

A minha mãe tinha muita reputação como costureira e ainda chegou a fazer vestidos para o concurso dos Vestidos de Chita, que havia na década de 90.

#### Que recorda dos tempos em que via a sua mãe e avó a fazer costura?

Recordo-me de muitas coisas... recordo-me das clientes irem lá a casa, do dia da prova para ver se estava tudo certo, acertar bainhas, fazer ajustes... sobretudo na Páscoa ou no Natal, eram alturas em que havia muito trabalho, na Festa da Procissão, em que as pessoas gostavam de estrear roupa nova!

Começavam a vir em Janeiro e Fevereiro para saber quantos metros de tecidos compravam, pois queriam fazer fatos completos. A minha mãe também era muito habilidosa para desenhar, quase como uma estilista, então desenhava como as pessoas pediam e com os pormenores e depois mostrava! A minha mãe fazia sem ter moldes de nada, havia revistas que traziam mas ela fazia tudo a olho!

A minha avó era mais uma costureira do campo, não era tão perfeita. A minha avó fazia roupa para pessoas mais velhas, que trabalham no campo e então não tinham tanto rigor.

A minha infância foi rodeada de costureiras, e eu ia ajudando nas pequenas coisas!

Imagem antiga do Dr. Belchior que ilustra os cursos de costura

**Eleutéria Pires**  
Consultora imobiliária

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

iad portugal iadportugal.pt  
IAD Portugal S.A. AMI: 11220

**Marco Mariano**  
Consultor imobiliário

+351 912 123 004  
marco.mariano@iadportugal.pt  
São Brás de Alportel

iad portugal iadportugal.pt  
IAD Portugal S.A. AMI: 11220

**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

## OPINIÃO

## 1976 - Ano de memória e história

Precisamente neste ano de 2021, completa-se o 45º aniversário da realização das primeiras eleições para as autárquicas locais, em Portugal e a meio do mês de Dezembro de 1976.

- Começamos por recordar que depois da tomada do poder pelos militares de abril de 1974, coisa que nenhum partido político tinha conseguido antes e desse facto adviria a gratidão do povo às nossas Forças Armadas. Em 25 de Abril de 1976 deu-se, a primeira eleição democrática para a aprovação, em sede da Assembleia da República, da primeira Constituição da República Portuguesa em democracia parlamentar.

- Mais tarde, dia 13 de Agosto de 1976 tomou posse, no Governo Civil, a última Comissão Administrativa Municipal, cujos poderes se baseavam ainda nas leis do Estado Novo, mas já na base do sistema de representação proporcional obtida pelos partidos na anterior eleição para os deputados à A.R. Para além da incumbência na boa Administração do Concelho de São Brás de Alportel, tínhamos uma outra missão importante e histórica, a de no final desse mesmo ano, organizarmos as primeiras eleições autárquicas para: a Câmara Municipal, a Assembleia Municipal e a Junta de Freguesia para que a população eleitora escolhesse livremente os seus representantes.

- Pela primeira vez, em São Brás de Alportel, nas eleições de 12 de Dezembro de 1976, homens e mulheres com mais de 18 anos de idade, recenseados, poderem exercer o seu direito de voto.

- Tivemos a felicidade de sentir a grande afluência às urnas, ninguém queria faltar ao dever e ao direito de votar. Era uma manhã de inverno e muito cedo já se formavam grandes filas em diversos locais de voto, espalhados por diferentes edifícios da nossa vila. Foram 3 votos de diferentes cores, entregues a cada votante e por eles nunca antes visto.

- É uma data tão importante para o poder local, que só se encontra alguma semelhança em valor, para a história, quando em 1836, com a criação do primeiro Código Administrativo, do Sr. Passos Manuel, no qual o país foi dividido em: freguesias, municípios e distritos, então já com os respetivos órgãos eleitos pelas leis da época.

- Ainda para melhor, podermos transmitirmos as nossas memórias, basta dizermos que nessa época, pouco mais éramos que uma grande aldeia.

A zona urbana da vila era muito curta (ainda existe em algumas estradas, placas de azulejaria a identificar) e a malha das construções contínuas na nossa Avenida, chegava ao décimo andar, então ainda por acabar.

O curioso foi quando da primeira visita do Dr. Mário Soares, ele me ter dirigido uma pergunta, que para mim ficou célebre "*Quem autorizou a construção desta estaca (10º andar) no meio desta vila tão bonita?*". Naquele momento refleti e respondi; que todo aquele processo de obra já vinha de traz, era mesmo anterior a 1974.

- Outra curiosidade factual é a idade dos membros que faziam parte dessa nossa Comissão Administrativa que se encarregou da realização dessas primeiras eleições; o Presidente tinha, nessa data, 30 anos, o Vice-Presidente com 25 anos, o primeiro vogal com 48 anos, o segundo vogal 32 anos e o terceiro vogal tinha 27 anos. Mas apesar de toda esta juventude, administrámos, projetámos e realizámos bastante com os poucos meios que tínhamos (sem uma tal lei das Finanças Locais). Não tínhamos qualquer ordenado, nem carreiras nos nossos horizontes. Tivemos sim, sonhos e ambição, conjuntamente com a força do povo e os desejos de concretizar os anseios para satisfação das necessidades básicas, as quais, em relação a outros povos da Europa já vinham então com bastante atraso.

- A nossa democracia local seria reforçada se os eleitos aplicassem mais aquilo que está previsto na Constituição e que já há muito se pratica em países avançados, como por

exemplo, na Suíça, onde o referendo sobre várias matérias que têm a ver com a vida dos cidadãos eleitores e cá nos termos da lei (artigo 240º) daria mais transparência e qualidade de cidadania.

- Finalmente, quero saudar e congratular todo o pessoal da Câmara, que connosco comungou as tarefas nessa época e num curto espaço de tempo de seis meses, assim também como os outros três elementos que fizeram parte dessa comissão, não esquecendo o outro vogal e sua família o qual infelizmente já não se encontra fisicamente entre nós. Penso que tudo isso valeu a pena.

- Termino dizendo "*Não vivemos hoje com o passado, mas algo nos foi deixado por esse mesmo tempo do passado*". Pois se este mesmo acontecimento não teve importância para São Brás e para os sambrasenses, então o que é que ficará para a história desta nossa democracia?



ABÍLIO BARROS

## Pontos nos ii

## Acontecem situações em S.Brás de Alportel, por vezes muito graves mas que ficam num silêncio ensurdecedor!

Está neste contexto a carta/artigo/declaração do Sr. Prior José da Cunha Duarte que apareceu de maneira quase clandestina, sendo o seu autor uma personalidade que durante décadas influenciou a vida social, política e cultural do Concelho de S.Brás de Alportel, nomeadamente na Santa Casa da Misericórdia e o referido texto tece acusações muito graves ao Provedor actual, pessoa que durante anos foi da sua confiança e quiçá o seu maior mentor.

É bem verdade que o Sr. Prior (trato-o assim por deferência) já não está em funções, mas as palavras de pessoa esclarecida e informada como ninguém no contexto da Instituição mereciam outro acolhimento na Sociedade Sambrasense desde logo aqueles que foram seus "compagnon de route" durante tantos anos e os defendeu e continua a defender. Na verdade, não tenho conhecimento que o actual Provedor tivesse vindo a público desmentir ou esclarecer as graves acusações proferidas

nas várias vertentes da vida da Instituição ou aquelas pessoas mais próximas do Sr. Prior dissessem alguma coisa em sua defesa. Li alguns "gritos de agonia" nas redes sociais em defesa do Museu, mas nem uma palavra sobre o resto da vida interna da Santa Casa, nomeadamente os irmãos que do ponto de vista do compromisso detêm o poder, a Instituição não é uma "sociedade secreta".

Sabemos que passado o momento "Zen" da demonstração de preocupação acerca do Museu porque foi levantado por pessoas fora do contexto de S. Brás de Alportel porque cá dentro não há coragem nem interesse para o fazer, porque o politicamente correto impera e nunca como agora a Santa Casa foi tomada por aqueles que têm actividade política, e que detêm o poder autárquico!

Tudo isto nada tem a ver com as funções da Instituição de apoio aos mais necessitados, mas jogos de poder e de interesses políticos sob o manto do silêncio de uns quantos que apenas querem ficar na fotografia como cidadãos empenhados, mas que nada fazem,

apenas estão!

Como pessoa inteligente e experimentada como é o Sr. Prior José da Cunha Duarte já percebeu que já não tem influência em S.Brás de Alportel e que aqueles que poderiam e deviam estar do seu lado não estão, apenas do lado deles, como sempre!

Face às notícias de última hora que dão conta da atribuição do prémio atribuído ao Diretor do Museu Senhor Emanuel Sancho, como **O Museólogo do ano em Portugal, um prémio pessoal e intransmissível** constatamos que afinal o Museu tem sido bem gerido e documenta uma derrota em toda a linha da acção do Provedor e seus acólitos tendo aqui têm toda a relevância as palavras escritas na carta/artigo/declaração do Sr. Prior José da Cunha Duarte de 30 de Agosto de 2021: "**O Provedor virou-se contra o Museu. Quer eliminar o seu Diretor que o construiu ao longo de 30 anos. Não respeita o protocolo existente. Um ditador que não admite que alguém seja mais importante do que ele. Deveria seguir o exemplo do**

**fundador do Museu que nunca se envaideceu da obra realizada e que não aceitou homenagens, nem pediu lápides como fazem os políticos. Exerce sobre ele uma violenta perseguição psicológica! Será mentira?**"

Já está em marcha uma acção para, passando à frente, as questões levantadas pelo Sr. Prior sejam silenciadas e não esclarecidas como sempre acontece porque outros "poderes mais altos se alevantam", basta ler a entrevista do Sr. Provedor ao Jornal "Postal do Algarve".



ARMANDO FILIPE VENTURA

## SANTOS DA CASA...

...não fazem milagres, já o diz a sabedoria popular. E a sabedoria popular raras vezes se engana.

No passado mês de Outubro, a Associação Portuguesa de Museologia (APOM), distinguiu Emanuel Sancho, diretor do Museu do Traje de São Brás de Alportel, com o Prémio Museólogo do Ano. Este galardão destina-se a reconhecer personalidades que, dentro das diversas áreas da museologia, se destacam pelo seu mérito profissional. Mesmo que, no contexto das suas instituições e hierarquias, não haja capacidade ou visão para as valorizar devidamente...

Em declarações de aceitação, Emanuel Sancho partilhou o prémio, e as virtudes que o justificam, com o Museu, num discurso revelador do espírito despojado, e de missão, com que encara o seu trabalho, apontando também a plena consciência que tem da dimensão institucional que, em todos os momentos, o acompanha. Mesmo perante

uma conjuntura desfavorável, por força dos obstáculos que têm sido levantados ao normal funcionamento do Museu, e imune a certas campanhas mesquinhas, Emanuel Sancho continua a ser um exemplo, como a APOM, uma organização cimeira nacional e de inquestionável idoneidade, não deixou de reconhecer.

Este prémio deve encher de orgulho a Irmandade da Santa Casa da Misericórdia, São Brás de Alportel e os sambrasenses, não apenas por alguém da terra ser reconhecido ao mais alto nível pelos seus pares, mas porque eleva o nome do concelho e o seu principal equipamento cultural ao patamar dos maiores. Ou, melhor dizendo, daqueles que, por escala e contexto, julgamos maiores - a par do "pequeno" museu de S. Brás, na pessoa do seu Director, foram destacadas entidades como a EGEC - Empresa de Gestão de Equipamentos e Animação Cultural, E.M. (de Lisboa), o Museu Gulbenkian ou a Fundação Bienal de Cerveira.

Mas, mais importante do que prémios, ou

até louvores que possam apressadamente surgir, é a defesa de dois dos ingredientes fundamentais da Cultura e da acção das instituições e pessoas que a prosseguem: a liberdade e a independência. Apenas num ambiente livre e de respeito democrático, isento de visões ou interesses sectários ou de facção, se pode realizar um trabalho com a dimensão do projecto museológico que o Museu do Traje de São Brás de Alportel tem vindo a concretizar, desde há décadas, em estreita ligação com a comunidade.

Essa defesa faz-se, mais do que com palavras, papéis ou bibelots, com gestos e acções. Concretamente aquelas que purgum atitudes ditatoriais e outros ensejos autoritários, lesivos de toda a comunidade, por atacarem e ferirem valores fundamentais, como são a Cultura ou a Educação.

São Brás de Alportel pode ser julgado pelas suas dimensões geográficas - aceitemos que alguém mais distraído incorra nesse engano. No entanto, se o espaço físico que ocupa pode ser considerado pequeno, a

sua dimensão intelectual e cultural nunca se deixou limitar por tais métricas. É por isso que contamos, na nossa História, com figuras como Estanco Louro, a ínclita geração da família Passos, Roberto Nobre ou José Dias Sancho, nomeando apenas alguns.

Preservemos então esta herança de grandeza, não aceitando que ninguém a ofenda ou sobre ela lance sombras de pequenez, valorizando os reais bons exemplos e os projectos que contribuem para a sua continuação e enriquecimento.

**Parabéns, Emanuel. Parabéns, Museu do Traje de São Brás de Alportel. Parabéns, São Brás de Alportel.**

GONÇALO DUARTE GOMES

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

HOMENAGEM

# Sabina Guerreiro

## O rosto da saudade



Quando o meu filho morreu, mudei-me para o quarto dele. É lá que me sinto bem, e não sei dormir noutro lado.

**M**aria Sabina Nunes Guerreiro, 89 anos, nascida e criada em São Brás de Alportel, homenageia o seu filho, Francisco Guerreiro, que partiu jovem vítima de cancro, ao dia 28 de outubro de 1998.

23 anos passados, este testemunho retrata um amor intemporal na voz de uma mãe guerreira que nunca esquece aquele que era o seu único filho.

### ENTREVISTA

#### De onde é natural?

Do Corotelo! A minha família é de lá, a minha avó e a minha mãe! Eu não conheci o meu pai... Os meus pais conheceram-se muito novos, mas o meu avô paterno nunca gostou do meu pai por ele ser mais velho, mas os meus pais casaram na mesma.

Depois de terem casado, o meu pai foi para a França e passado uns tempos recebemos a notícia de que ele tinha falecido através da Câmara Municipal. Fui criada pelos meus avós, pela minha mãe e pela minha tia Ilda!

#### Você já vem de uma família de mulheres com força...estaria no destino?

Sim! A minha mãe faleceu com 85 anos, o meu pai não me lembro que idade tinha. Quando fiquei viúva, trouxe a minha mãe para a minha casa, onde cuidei dela durante 11 anos, nunca a coloquei em lado nenhum! Cuidei e tratei dela sempre, até ao fim. Agora estou sozinha...

#### Como é que conheceu o seu marido?

A minha tia dizia-me assim: "Oh Sabina, estás mal assim... tens de arranjar um marido e casar!", mas eu não queria casar, porque nunca tinha namorado moço nenhum e tinha medo que eles se atrevessem, mas depois apaixonámos-mos e casámos!

Ele era da Fonte da Murta, onde moro até hoje. Casei quando tinha 18 anos, e ele era um bocadinho mais velho, mas era bom moço, estimava muito bem o nosso filho.

Eles davam-se muito bem. O meu marido morreu primeiro que o meu filho, e na altura, fiquei sozinha com o Francisco!

#### No que é que o seu filho trabalhou?

O meu filho era Marceneiro, fazia armários e tudo um pouco de carpintaria! Quando ele estava na Escola da D. Bernardete, dizia-me que não gostava da escola, então dedicou-se a este trabalho. Ainda trabalhou com o Sr. Beirão, e com um rapaz que é o António, que tinha uma oficina dos Vilarinhos!

Ele era muito bom naquilo que fazia, foi sempre amigo de fazer as coisas bem!

#### E nos tempos livres, o que é que o Francisco gostava de fazer?

Ele saltava, pulava, ria... ia com os moços aqui e ali! Se havia o Baile no Zé Dias, lá iam eles... Se houvesse Baile no Corotelo, lá ia tudo para lá!

Dava-se bem com toda a gente, é como eu, graças a Deus, ninguém tem nada a dizer sobre a Sabina! Aquele moço era uma alegria de viver... partiu cedo demais!

#### "Partiu cedo demais" o que aconteceu ao seu filho?

Foi no Jogo da Malha, ele foi com o Tio e o Primo, o Francisco gostava muito de jogar à malha, então, num jogo, ele estava em frente a outra pessoa que lhe acertou na zona dos genitais, e foi a morte dele. Foi operado, mas de nada serviu. Isto nunca foi dito porque a pessoa era de São Romão, e a pessoa que jogou a Malha não teve culpa, e o Francisco também não! Simplesmente aconteceu.

#### Que sonhos ficaram por realizar? O que é que ele lhe contava?

Ele tinha muitas raparigas a apaixonarem-se por ele! Não é por ser meu filho, mas ele era muito jeitoso. Ainda hoje, passado estes anos todos, ainda me falam dele. Ele ambicionava ter uma família e namorava, na altura, com a Paula.

#### Perdeu o seu marido e o seu filho muito cedo, como é que tem sido viver sem eles?

Tenho passado o dia-a-dia sempre com a mesma orientação e o mesmo pensamento, esperando o dia para ir ter com eles... às vezes pergunto porque é que ainda não fui, mas tenho que aguentar.

#### Como é que preenche as saudades que tem do seu filho e do seu marido?

As saudades são as flores... as saudades são as flores. Eu cansava-me de ir ao cemitério, agora já vou menos vezes por causa dos meus joelhos, mas ia todos os dias, deixava lá as flores, olhava para eles... mas as saudades nunca passam.

#### É assim que se sente mais próxima deles?

Sim. Quando o meu filho morreu, mudei-me para o quarto dele. É lá que me sinto bem, e não sei dormir noutro lado. Desde daquele dia que durmo lá. Já lá vão 23 anos desde a sua trágica partida.

#### Quer deixar alguma mensagem para as mães que passaram pela perda de um filho?

Uma mãe deve aproveitar para tratar muito bem um filho, abraçá-lo, acarinhá-lo, beijá-lo... e fazer tudo por ele, porque é isso que continuo a fazer. É o que tenho dentro do meu coração.

## DESPORTO

# Miguel Vaz

## Sem limites em prol do desporto sambrasense



**M**iguel Vaz, 25 anos, natural de São Brás de Alportel, desde cedo que se apaixonou pelo mundo do Desporto, começando por experimentar aulas de karaté no Pavilhão, mas rapidamente ingressando as camadas jovens da Sociedade Recreativa 1º de Janeiro para jogar futebol.

O seu percurso académico acabou por se ligar a esta paixão, licenciando-se em Desporto, Condição Física e Saúde pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior

Voltou para o Algarve para realizar o estágio, mas pelo meio surgiu a pandemia, alterando um pouco os planos, mas dando asas a nascer o seu próprio projeto: Limit Fit e também agora o Athletic Performance Factory.

### ENTREVISTA

#### Fala-nos como nasce o projeto LIMITFIT?

Foi no meu estágio que começou o meu projeto. Tinha de fazer um trabalho para a comunidade, em que surgiu a hipótese de fazer um treino outdoor.

Já sabia que queria criar o meu próprio projeto, então agarrei na falta e na necessidade que considerava haver em São Brás, através desses treinos outdoor, sendo uma mais-valia para os sambrasenses com os espaços ao ar livre que temos.

#### O projeto surge na pandemia. Sempre foi pensado outdoor, ou foi uma adaptação?

Sempre gostei da parte outdoor, mas, mais do que isso, sempre foi um treino virado para atletas, sabendo que na região é complicado, porque temos muitos clubes no Norte, e no Algarve estamos pouco desenvolvidos.

Em São Brás também diminuiu o número de atletas, pois temos alguns clubes, mas muitos dos clubes são direcionados para o mesmo desporto. E uma das coisas que sempre quis, é que quero ficar em São Brás, e sabendo disso, tenho de corresponder às necessidades da população.

Agora o LIMIT está a crescer, com a mentalidade de sempre de, para além do treino, ser um treino com base atlética. Uma pessoa comum que trabalha na secretária 8h por dia, chega ao treino e sabe que vai treinar com base

num treino como se fosse um atleta. Sabia que a longo prazo, queria ter o meu próprio espaço, os próprios métodos de funcionamento, e cada vez está mais perto.

#### Com quantos alunos começou o LIMIT?

Para ser sincero, comecei com duas pessoas que eu próprio me ofereci a dar treinos, para ganhar capacidade de visualização, portfólio, e sabia que era pessoas que eu podia ajudar. Começou assim. São Brás como é uma vila, começou a haver conversas, depois o treino outdoor começou bastante bem, e as coisas foram fluindo normalmente, em que também trabalhei para isso. Trabalhei muito na comunicação, que acho bastante importante nos dias de hoje.

#### Há pouco tempo foi divulgado nas redes sociais que te juntaste com o Miguel Soares, e surgiu o Athletic Performance Factory, onde o vosso principal foco é educar atletas. Para ti, qual é a importância da educação a nível físico e de bem-estar?

É um projeto, como referi há pouco, que sempre ambicionei. Conheço o Miguel desde os tempos de Rio Maior, e sempre tivemos esse gosto e agora surgiu a oportunidade.

Educar atletas é importante porquê? Porque cada vez mais as coisas tanto na sociedade,

como na vida normal de uma pessoa, ou na carreira profissional de uma atleta, estão mais exigentes, não basta apenas saber o básico, há muito por trás disso... há as horas de sono, a alimentação, a parte psicológica, saber fazer um treino de força complementar ao treino técnico que temos todas as semanas, e é muito importante as crianças, os jovens e também muitos adultos, que pensavam que as coisas estavam a ser bem feitas, que afinal, pode-se fazer muito melhor, e terem essa noção e essa capacidade de autonomia. A longo prazo o atleta vai ter rendimentos e vai sentir.

#### Os ginásios ainda estão com a mentalidade de a pessoa fazer o seu próprio treino?

Cada vez menos, mas teve nesse 8 e agora está no 80. Em que a pessoa é consumida por vários funcionários, personal trainer, em que querem vender e são pressionados para vender. O que interessa é ter a pessoa e vender, e às vezes não são tão focados no objetivo da pessoa. A pessoa paga e tem o plano, mas às vezes não vão ao foco.

É isso que queremos combater no Athletic Performance, queremos ser o mais individualizados possível. Vamos trabalhar em pequenos grupos, dentro de escalões aproximados, tentar dividir pelas necessidades de cada grupo, porque só assim vão conseguir absorver os nossos conhecimentos, mensagens e conseguir os resultados que todos queremos.

#### Para além do LIMIT FIT, e do Athletic Performance, o teu trabalho está envolvido em mais algum projeto?

Aceitei alguns convites de algumas associações e clubes, neste caso, a Casa do Benfica, em que estou a ajudar como preparador físico. E também ajudo a equipa de seniores como preparador físico no União Sambrasense. Isto é mais um complemento que optei por aceitar para me enriquecer e para experienciar o contexto de equipa, pois até agora tenho trabalho no contexto individual. Está a ser

desafiador, mas está a correr bem!

#### Que futuro prevês para a Indústria do Fitness?

Está melhor, mas pessoalmente, tenho algum receio que fique algo descontrolado, no aspeto em que esquecemos muito as pessoas e fique mais virado para o tecnológico e económico. É importante fazer dinheiro porque isto é uma profissão. Mas há outras maneiras de o fazer. O que me motiva a mim e a vários colegas é tentar ajudar os atletas e a pessoa a atingir certos objetivos, e a melhorar a qualidade de vida. Sabendo que as empresas também o querem fazer, mas de maneira diferente. Querem que a malta consuma, mas a nível técnico, está a melhorar, há muito mais conteúdo e formações.

#### Achas que a pandemia fez com as pessoas se aproximarem mais do exercício e do bem-estar?

Sim, principalmente noto muito na nossa vila, antes era impensável chegar à Poeta Bernardo Passos e ver quase um corredor inteiro de bicicletas estacionadas. Havia, mas não era tanto. No confinamento, a maneira de sair de casa era fazer o passeio higiénico, e então as pessoas começaram a criar rotinas.

O ser humano leva cerca de 21 dias a criar hábitos, e tivemos confinamento muito mais que isso. E agora, mesmo não estando confinados, já não prescindem do seu exercício, o que é muito bom.

#### Por último, queres deixar algum agradecimento?

Quero agradecer à Joana, aos meus amigos e família por me ajudarem e motivarem sempre no meu percurso. Nunca trabalhei em ginásio, apenas estagiei, e arranquei logo para o meu projeto. Ao Soares por alinhar nesta aventura, que vai correr bem, certamente. E muito obrigado ao Jornal O Sambrasense!

Reportagem de Adriana Urbano

DESPORTO



## Guilherme Jesus vence em casa a Taça de Portugal de Enduro



**G**uilherme Jesus é o atual campeão da última Taça de Portugal de Enduro realizada em São Brás no passado dia 31 de outubro, orgulhando a nossa terra com este excelente resultado.

Quando questionado sobre a prova, Guilherme conta-nos: **“As condições meteorológicas não estavam a facilitar. Andar molhado também não ajudou, mas o objetivo era ser regular para não ter erros e chegar ao fim com bons tempos. Apesar do tempo, a prova correu bem, fico por feliz por ir ao lugar mais alto do pódio e soube ainda melhor por ter sido em casa.”**

Confessa-nos que não estava à espera de alcançar tão meritório lugar, mas que se sente muito orgulhoso pelo resultado alcançado.

A representar o XDream Blasius há 11 anos, Guilherme agradece todo o apoio ao longo dos anos em todas as competições, salientando uma menção especial a José Salgueiro por ter emprestado a bicicleta que o levou à vitória.

O objetivo para 2022 passa por continuar a fazer mais corridas e obter bons resultados trazendo para São Brás mais pódios!



## AGENDA DESPORTIVA DEZEMBRO

### SENIORES

11/12 | 18H00

**UDRS**  
CARVOEIRO

### JUNIORES

04/12 | 15H00

**UDRS**  
INTERNACIONAL CLUBE  
ALMANCEL

08/12 | 15H00

**UDRS**  
4 AO CUBO

19/12 | 15H00

**UDRS**  
GINÁSIO CLUBE DE TAVIRA

### FUTSAL

04/12 | 18H30

**UDRS**  
LOULETANO DC

11/12 | 18H30

**UDRS**  
UD CASTROMARINENSE



**FORÇA SAMBRASENSE!**



## ENTREVISTA

**Jorge Sancho Galego***O percurso artístico*

**N**ascido a 31 de julho de 1961, Jorge Sancho Galego, é um artista autodidata por natureza, com um percurso de sucesso nacional e internacional com uma forte ligação a Paris onde teve o maior contacto com a cultura e arte.

Aos 8 anos corta uma mecha de cabelo para fazer um pincel e começa aí a demonstrar as suas capacidades artísticas. Aos 15 anos faz a sua primeira banda desenhada e nos últimos 40 anos fez mais de mil obras desde pintura, desenho e artes plásticas. Referenciado em 5 dicionários de Arte, teve como influências pintores pré-históricos, desenhos infantis e Picasso, tendo como a natureza o seu principal mote.

## ENTREVISTA

**É natural de São Brás, mas com 6 anos emigrou para França. Como surge essa oportunidade?**

*Eu não emigrei para a França, levaram-me para a França. É diferente quando escolhes emigrar, e quando te obrigam a emigrar.*

*Somos 3 irmãos, e naquele tempo era complicado e a França pedia mão de obra, e o meu irmão para fugir da tropa foi para a França com 17 anos. O meu irmão do meio tinha 13 anos e eu tinha 6. O meu irmão mais velho convenceu os meus pais a irem para lá porque havia trabalho, e eles como já estavam cansados de cá estar, foram.*

*Já eu não sentia felicidade quando estava lá, mas enfim, quando somos crianças temos de aceitar aquilo que os nossos pais nos impõem. Mas sempre fui bem-sucedido na escola até aos 16 anos. Sinto que, como não estava num país que falavam a minha língua, para perceber os outros, a minha sensibilidade para a imagem foi mais forte do que as palavras. E acho que foi por isso que comecei a ter a minha veia artística.*

**Vive inteiramente da arte?**

*Voltando um bocadinho atrás, com 16 anos não me interessava em continuar os estudos e queria a minha independência, então tive que começar a trabalhar. Na altura, queria juntar dinheiro para comprar uma motinha, lancei-me ao desafio e fui para um restaurante como ajudante de cozinha, e naquele verão ganhei o dinheiro para comprar a mota. Havia muita gorjeta, isto em 1977.*

*O restaurante gostou do meu trabalho e sugeriu que ficasse lá por mais tempo, e comecei a trabalhar na sala.*

*Entretanto, em conversa com amigos, mostrei a banda desenhada que tinha feito com 15 anos, houve um concurso na televisão francesa de banda desenhada que tinha de ter entre 5 a 7 páginas, e eu como já tinha lido muito, pensei em lançar-me e inventei tudo, desde as personagens, as ilustrações, o texto, as cores... foi tudo feito por mim. Mas bem, eu não ganhei. Tiveram a honestidade de me enviar de volta a banda desenhada e fiquei com ela para mostrar*

*aos meus amigos.*

*Eu morava no sul da França, e eles sugeriram que fosse a Paris porque lá havia mais galerias de arte, fazer exposições, mais editores que pudessem, eventualmente, gostar do meu trabalho.*

*Com 19/20 anos fui a Paris, e vi uma vida tão rica de cultura! Na altura, quando cheguei a Paris e mostrei a minha banda desenhada a uma editora, elas disseram-me que era complicado vender, pois as bandas desenhadas com mais sucesso eram o Tintim e o Asterix e o Obelix, mas aconselharam-me a inscrever-me num Atelier de arte e fazer pinturas.*

*Sempre me mantive na restauração, porque é muito complicado viver da pintura. Um pintor com menos de 30 anos de carreira, é complicado. Quando comecei a vender algumas pinturas, ficava com pena porque nunca mais ia ver essa pintura. E esse não é o meu espírito.*

*O meu espírito é desenhar, pintar como se fosse um jornal íntimo e mais tarde expor as minhas obras. E esse mais tarde, é agora.*

*E a partir dos 60 já se começa a bater à porta, à procura de um investidor.*

**Como vê a Arte hoje em dia?**

*A França mesmo com poluição, alerta máxima de terrorismo e vida muito cara, sempre foi o país com mais turismo, porque tem uma oferta cultural enorme, e sempre defendeu a arte, seja pintores, músicos. Têm museus cheios.*

*E Portugal e o Algarve não tem isso. E se eu posso dar um pequeno impulso para que a arte seja mais valorizada cá, vou fazê-lo, seja um público ou um privado.*

*Há um grande desperdício de talentos, e no meu caso, se me arranjam um museu, sou capaz de encher um museu de obras. E em São Brás já lancei essa ideia. Mas não há respeito nem reconhecimento, e é pena.*

**Quantas obras tem?**

*Não sei o número certo, mas mais de 1000 obras tenho. Tenho obras desde dos meus 15 anos, ou seja, com mais de 40 anos. Não são apenas obras com 5 anos de existência. É importante a história do pintor.*

**Que tipo de mensagens retrata nos seus quadros?**

*Eu sempre considerei que a arte, não é apenas ter uma ideia, é não fazer sempre igual. Na minha opinião, a arte tem de ter um efeito surpresa. Tu vês uma coisa, mas depois vais ver outra e ficas surpreso e nunca te aborreces.*

*A arte não é facilidade, é habilidade.*

*No meu trabalho nunca caí nessa facilidade. Chegamos a um ponto onde os grandes capitalistas, conseguiram entrar na cabeça das pessoas e dizer que tudo é arte.*

*O que quero dizer é que há alguma preguiça de análise das obras de arte.*

*Tem que haver mais respeito pelos pintores, pagamos para estar em exposições em que nem sempre vendemos peças, mas há artistas nacionais a vir receber milhares de euros por uma atuação de uma hora.*

*O artigo 13 diz que deve haver dever de igualdade, não podem por um lado dar muito dinheiro a uns, e um pintor faz uma exposição e ainda tem de pagar para fazer uma exposição.*

**Que pontos do seu percurso gostava de destacar?**

Penso que a minha Banda Desenhada, por ser o início. Todas as crianças pintavam, mas esta banda desenhada por mim é uma referência porque está muito bem feita, e como referi, tinha apenas 15 anos. E depois, em 83 em que tinha 22 anos, fiz Street Art.

Fui o primeiro em São Brás a fazer pinturas de Street Art para defender a agricultura e a cultura. O desenho de pintura sempre foi muito importante no espírito do Homem. Agora está muito na moda, e ao meu ver coisas com pouco interesse. Quando se faz arte, temos de passar uma mensagem importante.

E a cultura é muito importante, e foi o que quis fazer com aquelas duas pinturas. E outros trabalhos que fiz em ateliers, sempre com a minha imaginação e com novas formas de pinturas, técnicas e formatos.

**Está em vários dicionários de arte. Qual é a sensação de ver o seu trabalho reconhecido?**

Sou um homem normal, sou casado, sou pai, tenho 4 filhos, um dos meus filhos, o Gonçalo Relego, também é comandante da TAP, e ainda voou comigo e fez o voo de despedida como meu co-piloto.

O mais novo mora nos Estados Unidos, onde tenho 3 netas. O mais velho está dedicado às energias renováveis. E tenho ainda uma filha! Contrariamente a outros artistas, o meu objetivo não é vender, vender e dinheiro, dinheiro. É o espírito. Na altura, quando os pintores faziam pinturas nas grutas, não as faziam para venda, mas sim por necessidade. E a arte serve para isso. E para mim, tinha uma grande falta de encher o meu espírito, então ia muito a exposições, museus... e depois quando comecei a fazer também, o meu objetivo era fazer arte para me fazer sentir bem e para no fim da minha vida ter uma quantidade de obras para encher um museu.

Reportagem de Adriana Urbano



*A arte não é facilidade, é habilidade.*



ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL

ASSEMBLEIA-GERAL ORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Nos termos dos Estatutos, convoco a Assembleia Geral Ordinária da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel (AHBVSBA), para o dia 10 de Dezembro de 2021, pelas 21.00 horas, na Sede da Associação, com a seguinte Ordem de Trabalhos:

1. Período antes da ordem do dia;
2. Leitura e votação da acta da anterior Assembleia Geral;
3. Apresentação, discussão e votação do plano de actividades e orçamento da AHBVSBA para o ano 2022;
4. Outros assuntos de interesse para a Associação.

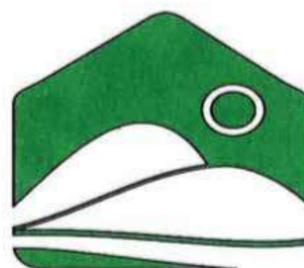
**Nota 1:** Nos termos do nº 1 do art.º 47º dos Estatutos, a Assembleia funcionará em primeira convocatória desde que estejam presentes, ou representados, a maioria absoluta dos associados no pleno gozo dos seus direitos. Não se verificando a maioria absoluta, a Assembleia funcionará meia hora após a hora designada, em segunda convocatória, com qualquer número de Associados.

**Nota 2:** Devido à situação pandémica e à necessidade de contenção da COVID 19, os associados que comparecerem à Assembleia Geral que agora se convoca, deverão ser portadores de máscara de protecção.

São Brás de Alportel, 09 de Novembro de 2021

O Presidente da Assembleia Geral,

Tomás Martins Gomes da Costa Nunes



**ESTALAGEM SEQUEIRA**  
★ ★ ★

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

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

**PARQUE DE ESTACIONAMENTO PRIVADO**

**CAFETARIA - PASTELARIA**

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

## SAÚDE E BEM-ESTAR

## Do elogio ao encorajamento: descobre as diferenças



RITA GUAPO

**V**oltou feliz do Centro de Ciência Viva. Procurou a taça, o copo e o algodão para fazer outra vez magia com a experiência aprendida. Chamou-me. Encantada e com uma vontade incontrolável de o encantar, disse-lhe: "Uau, que giro!", para rapidamente voltar ao que estava a fazer.

Depois do elogio nada mais aconteceu. O sorriso soou-me pouco entusiasmado e eu não voltei a ver o brilho do espanto inicial. Resolvi voltar atrás e perguntar: "Isso

foi mesmo giro! Gostava mesmo de aprender como se faz..." E num segundo, foi ver o rosto iluminar-se outra vez e as palavras a darem corpo à sensação feliz de se ser capaz e de se ser reconhecido por isso.

Usamos frequentemente o elogio como forma de mostrar amor e de o ganhar na satisfação imediata dos nossos filhos, mas o problema está precisamente nesta gratificação instantânea que pouco ou nada ensina e que muitas vezes serve de travão à comunicação, exatamente como aconteceu no início da história que aqui partilhei: "Gostaste? Boa, está tudo dito..."

O elogio sabe bem, mas o encorajamento consegue ir muito além dele e constitui uma ferramenta fundamental ao nível do desenvolvimento socioafetivo, com impacto significativo na autoestima da criança. Pensar na forma como comunicamos o valor que sentimos nos nossos filhos, procurando estimular a ligação emocional e o desenvolvimento de um sentido de capacidade e empoderamento a cada passo

dado, pode significar-lhes a diferença no enfrentar dos diferentes desafios de vida e na autonomia e confiança necessário para os superar. Ora vejamos porquê...

O elogio é uma espécie de shot de felicidade. O encorajamento faz-nos sentir capazes de abraçar todos os desafios;

O elogio salienta as coisas que temos, a forma como parecemos ou aquilo que fazemos: "Que desenho bonito!" O encorajamento permite aprendizagem e conhecimento: "Olha só as cores que usaste! Gostas muito de azul?"

Um elogio é uma avaliação: "Lindo menino! Arrumaste tudo sozinho!" O encorajamento ensina-nos mais sobre nós próprios e sobre os outros: "Obrigada por teres cuidado do teu quarto. Como te sentes por ter tudo mais organizado?"

O elogio celebra o produto: "Estás linda!" O encorajamento valoriza o processo: "Vejo que hoje escolheste a tua roupa sozinha e que isso foi importante para ti. Queres contar-me como o fizeste?"

O elogio alimenta o locus de controle externo: "O que é os os outros pensam?". O encorajamento favorece a reflexão interna: "O que é eu penso sobre isto?"

O elogio tem como objetivo a conformidade: "Fizeste muito bem!". O encorajamento promove a compreensão: "O que senti? O que aprendi?"

O elogio usa os outros como termómetro: "Mãe, hoje fui melhor que os outros, não fui?" O encorajamento faz nascer sentido de competência: "Mãe, sinto que hoje fiz um bom trabalho."

As diferenças são muitas e conseguem muitas vezes notar-se no imediato, porque para além do sorriso radiante, o encorajamento acrescenta ainda o brilho no olhar e a certeza de que somos donos e senhores do que é preciso para continuar a experimentar o mundo.

É aqui que passamos a gostar de quem somos, mesmo que às vezes nem todos gostem de nós. E todos já sentimos na pele o quão é isto importante, não sentimos?

## Papiloma vírus Humano – uma infeção silenciosa



MARISA BELCHIOR

**O** vírus do papiloma humano (HPV) é responsável por infeções genitais tanto no homem como na mulher, sendo um dos vírus de transmissão

sexual mais comum a nível mundial. Existem mais de 120 tipos diferentes de HPV, dos quais 40 infetam preferencialmente os órgãos genitais (vulva, vagina, colo do útero, pénis e ânus). Estima-se que 75 a 80% das pessoas sexualmente ativas tenham contato com este vírus em algum momento da sua vida. No entanto, nem todas as pessoas desenvolvem doença associada ao vírus, pois ele pode ser eliminado espontaneamente do organismo ao fim de 1-2 anos. Nos casos em que o vírus não é eliminado a infeção pode progredir para doença. Nas mulheres podem surgir lesões pré-cancerosas e cancro no colo do útero, vagina, vulva, ânus e verrugas genitais. Nos homens podem surgir verrugas genitais e cancro do pénis e ânus. Alguns

dos tipos de HPV também estão associados a cancro orofaríngeo tanto na mulher como no homem.

Geralmente, a doença é assintomática para a maioria dos infetados o que significa que muitas pessoas infetadas estarão a infetar o seu parceiro sem o saber. A transmissão do vírus é feita por contato de pele com pele durante o ato sexual. A única forma eficaz de prevenção contra o HPV é através da vacinação. A vacina é eficaz contra as estirpes nela incluídas. Atualmente a vacina nonavalente (contra os tipos 6, 11, 16, 18, 31, 33, 45, 52 e 58) faz parte do plano nacional de vacinação, desde janeiro de 2017, para raparigas com 10 anos e é administrada gratuitamente segundo um esquema de duas

doses. A Comissão de Vacinas da Sociedade Portuguesa de Pediatria recomenda que também os rapazes adolescentes sejam vacinados como forma de prevenir as lesões associadas ao HPV. Enquanto a Sociedade Portuguesa de Ginecologia recomenda que as mulheres até aos 45 anos sejam também vacinadas.

Portanto, a prevenção do HPV é a melhor forma de combater as doenças a ele associadas e as medidas que devem ser adotadas incluem: o uso do preservativo durante a relação sexual; a vacinação consoante a recomendação médica; e no caso da mulher, esta deverá fazer uma consulta de ginecologia regularmente.

## A palavra do Médico Veterinário



JOAQUIM MENDOZA

**C**hegamos ao mês do dia de S. Martinho para comer castanhas e provar o vinho, e como diz o ditado Novembro à porta, geada na horta. E se em Outubro se lavrou, em Novembro há-de

semear-se para que em Dezembro nasça o resultado de todo este trabalho!

Desde já uma nota de preocupação ainda em Novembro, apesar do frio já ter começado, mas a doença da "diarreia hemorrágica" dos cachorros (*Parvovirose*) continua a ameaçar e por isso não devem os donos destes deixar de fazer a vacinação como a melhor forma de prevenção completando sempre com o reforço ao fim de um mês e se possível outro reforço ao fim doutro mês, e assim poderão salvar os seus animais desta doença mortal, que poderá surpreender ainda nos dias do célebre Verão de São Martinho.

Depois do dia de todos os Santos e dos finados, uma referência inevitável ao dia 3 de Novembro que foi o dia da declaração e de ação para chamar a atenção para os

benefícios cruciais da interligação entre saúde humana, animal e ambiental, os quais integram o conceito de Uma só Saúde.

Cumpramos também referir aqui a plataforma online lançada pelo Ministério da Agricultura com o título "Alimente quem o Alimenta" e que incentiva, divulga e promove o consumo de produtos locais e o recurso aos mercados de proximidade nas nossas localidades.

A Direção-Geral de Alimentação e Veterinária está a informar os interessados ligados ao sector sobre o Regulamento dos Medicamentos Veterinários que entrará em vigor em Janeiro de 2022.

No dia 10 deste mês celebramos o dia mundial da bolota, um alimento importante na engorda dos suínos pata negra

responsáveis pelos célebres presuntos tão apreciados na gastronomia nacional.

E depois nesta fase do ano, em que felizmente já estamos quase livres da pandemia, a seguir ao tão esperado dia de S. Martinho, surge-nos o dia 13 como o dia mundial da Bondade que temos que ter não só com as pessoas mas também com os animais, com um gesto carinhoso e uma especial atenção, com ações que podem fazer toda a diferença.

E para terminar, resta-nos agradecer a vossa especial atenção na leitura deste apontamento que esperamos ter sido do vosso agrado e despedimo-nos até lá com grande abraço de amizade e estima natural, até ao próximo mês para celebrar mais um Natal!

## Dicas de Saúde Animal

## Eutanásia em Animais de Companhia



DANIELA JACINTO

**N**um mês em que a Morte Medicamentosa Assistida foi aprovada em Parlamento com 138 votos a favor, penso que faz todo o sentido o artigo de Novembro ser sobre **Eutanásia em Animais de Companhia. Em que consiste a Eutanásia?**

É procedimento que tem como objetivo proporcionar uma morte rápida e indolor, de modo a aliviar o sofrimento. Só pode ser realizada por um/a Médico/a Veterinário/a e divide-se em 2 passos:

1º: é administrada uma anestesia para

garantir que o animal não sente dor;

2º: é administrado um barbitúrico (Pentobarbital) por via endovenosa ou intracardiaca, que provoca depressão do Sistema Nervoso Central, conduzindo a uma paragem cardio-respiratória.

**Quando devemos ponderar a Eutanásia?**

Quando a qualidade de vida e o bem-estar do animal estão comprometidos devido a situações clínicas dolorosas ou irremediáveis. Esta decisão deve ser ponderada com a ajuda do/a Médico/a Veterinário/a que acompanha o seu animal.

A decisão de eutanasiar os nossos fiéis companheiros não é de todo fácil e deve ser ponderada cuidadosamente. Em primeiro deve estar sempre o bem-estar e a saúde dos animais e por mais difícil que seja tomar essa decisão, quando for necessária, deve ser tomada.

Qualquer dúvida ou sugestão, podem entrar em contato através do email: [enfermeiraveterinaria.danielaj@gmail.com](mailto:enfermeiraveterinaria.danielaj@gmail.com)

## CULTURA

### Homenagem a Manuel Neves

Deixou-nos ao dia 10 de outubro mais um sambrasense dotado de veia artística, o Sr. Manuel Neves, conhecido por Ti Blé, partiu a apenas 9 dias de completar os 100 anos. Partilhamos parte de um poema escrito por si em 2004.



MANUEL NEVES

Até sempre Sr. Neves e obrigado por tudo!

### A morte

A morte pertence à vida  
Eu tenho que me preparar  
Para o dia da partida  
Que está prestes a chegar

E quando eu chegar ao fim  
Pois tem mesmo que acontecer  
Se alguém chora por mim  
Gostava muito de ver

Eu queria ter a sorte  
De poder observar  
No dia da minha morte  
Quem me ia acompanhar

### A Pausa

(Continuação)

Talvez para refletir um pouco sobre tudo isto que se está a passar, talvez! É mesmo necessário uma reflexão para perceber se estes destinos que se cruzam conseguiram deixar alguma impressão, e se sim que ela seja positiva e com valor. Certamente algumas terão conseguido, outras, no entanto, são como os abraços frouxos que não conseguem prender. Passam por ele as emoções que eram para ficar, que eram para reter. É como tudo, ora equilíbrio ora desequilíbrio nesta balança da vida. Destas reflexões ocasionais algo fica como



BETH MELETI

sendo certo, que a continuação da procura é obrigatória. Não é permitido baixar braços e deixar que o acaso governe ou desgoverne ao seu sabor. Há aventuras para serem vividas e a magia da alegria tem que ser espalhada numa espécie de missão que não se quer impossível.

### Azeite novo

Nas terras estou ocupado  
há azeitonas para apanhar  
mas temos que ter cuidado  
para a escada não desandar.

Ao subir para uma escada  
para mais alto poder alcançar  
deve à oliveira ser bem atada  
para em segurança trabalhar.

Temos que os panais esticar  
na terra ou em cima do valado  
assim vamos o fruto apanhar  
que no lagar vai ser esmagado.



ILDO CAVACO GUERREIRO

Vamos explicar à nova geração  
que devem aos avós ajudar  
para em bom azeite molhar o pão  
as azeitonas têm que apanhar.

Dá gosto ver o nosso Olival  
com azeitonas de qualidade  
delas sai o ouro do Barrocal  
uma verdadeira especialidade.

### Agradecimento

Este dever me pertence  
Agradecer à direção do Sambrasense  
Com alma e emoção  
E dizer muito obrigado  
Por terem homenageado  
O homem que foi o meu irmão

Para a Isa e a Adriana  
Naquela manhã tão amena  
Uma entrevista nos vieram dar  
Os meus versos são assim  
Estava o meu sobrinho e o Roflim  
E eu fiquei deveras a chorar



GABRIEL ROSA

Como sambrasense que sou  
Meus parabéns lhes dou  
Muito sinceramente  
E bem alto no céu quero pedir  
A deus que nos está a ouvir  
Joaquim João, que sigas em frente

### S. Martinho

Veio o verão de S. Martinho  
Traz o sol e traz o vinho  
Para a nossa festa fazer  
Há castanha com fatura  
Para a malta é uma loucura  
Não se fatham de as comer

S. Martinho é pioneiro  
E o Santo Verdadeiro  
Que dá prazer no beber  
Prova o velho e o novo  
Torna o vinho mais saboroso  
Nunca se pode esquecer  
Que a alegria da bebedeira  
Todos dizem asneira



MARIA DE LURDES CIPRIANO

Come-se a castanha assada  
Cada um diz a sua graça  
E acaba na gargalhada  
Diz o velhinho a sorrir  
Chegou mais um S. Martinho  
Ainda me vou divertir  
Provo mais um copinho  
Olha por mim, sou velhinho

### O desejo...

Numa mini escapadinha  
Pelo bonito Alentejo  
À beira de um chaparro  
Escrevi um grande desejo

Esta planície, linda paisagem  
A imaginar coisa mais bela  
Desenhada por um artista  
Na sua tão inspirada tela

Campos de luz e de oiro  
Tive o prazer de desfrutar  
Raros momentos de paz  
Que me fizeram pensar



ELEUTÉRIA PIRES

Um mundo bem diferente  
Meu desejo é a confiança  
A nova era pós pandemia  
Será a melhor esperança

**Taça de Portugal FCI/CPC Obedience**

11 Dez 2021  
São Brás de Alportel

Taça de Portugal Obedience FCI/CPC  
Local: Campo de Futebol Municipal de São Brás de Alportel  
Hora: 09h30

Juiz: Ton Hoffmann (Países Baixos)  
Delegada de Prova: Teresa Vasconcelos  
Comissários: Arménio Cunha, Marco Oliveira  
Mesa: Maria David, Rita Luis  
Ajudantes de Campo: Hernâni Carneiro, Filipe Carrusca

Clube Português de Cunicultura  
FEDERATION CYNOLOGIQUE INTERNATIONALE FCI  
Município S. Brás de Alportel  
Apoio  
HAPPY DOG All you need is love

## DESTAQUE

# Alexandre Caiado

## Das motas à Leitaria Central



(...) tive uma vida muito completa, diverti-me e variei muito. Toda a gente gostava de ser rico. A mim basta-me ser um rico moço. Estou bem com a vida.

**A**lexandre Caiado é o atual gerente da Leitaria Central, uma casa com história, já dos seus antepassados familiares, que é um ícone de São Brás de Alportel. Com uma história de vida irreverente, Alexandre contou-nos os seus maiores desafios, os maiores feitos e defeitos, numa conversa sem tabus. As motas são a sua paixão onde chegou a participar em várias provas nacionais e ser campeão no ano de 2000.

### ENTREVISTA

#### Quem é o Alexandre?

Sou o Alexandre Caiado, tenho 57 anos, nasci em São Brás de Alportel, na zona velha, toda a minha família é sambrasense, o meu pai é o Joaquim de Brito Caiado, natural do Bengado e a minha mãe era a Maria Helena Sousa Coelho.

Os meus avós também eram da vila, a Ti Jaquenita e o meu avô era um homem de feitiço difícil, o Zé Bento, toda a gente os conhecia!

Sou sambrasense de gema!

#### Como surge o Café Central?

Quando o meu Tio Vítor era vivo era muito empreendedor, tinha fábricas de cortiça e mais projetos, mas um dia, faleceu num acidente de carro nos Vilarinhos e depois dele partir...tudo descambou! Antes de ser o café era a Central de Camionagem, onde se ia buscar as encomendas ao comboio a Faro e depois trazia-se para aqui. E a partir daqui é que se fazia a distribuição para o comércio todo.

E depois a minha mãe fez disto o café, estava

na moda de "abrir cafés", e ficou Leitaria Central porque ela queria colocar Café Central, mas como já existia o Ervilha, então pôs Leitaria Central, tinha de ter o nome Central.

Nunca estive muito envolvido, vinha para cá ajudar, mas desde que a minha mãe faleceu que agarrei nisto. Eu não sabia fazer mais nada, tinha as motas, mas em Portugal, apenas meia dúzia de pessoas tem futuro com as motas, e o resto da malta paga para correr.

Então acabei por ficar no café, e para algumas bocas reacionárias que diziam que não aguentava aqui nem 2 meses, já passaram 8 anos. E espero estar cá mais anos, e enquanto o Joaquim for vivo, não saio daqui.

#### É o cuidador do seu pai. Como é que consegue gerir o café e ser cuidador?

Eu continuo com o café em parte por causa do meu pai, assim tenho-o aqui perto de mim, quando ele está aqui consigo controlar o que ele faz. Isto emociona-me. Eu estou aqui por ele.

O meu pai mora sozinho, mas a apenas 50 metros de mim e eu estou sempre com ele.

#### O Alexandre tem um percurso no mundo das motas pouco falado. Como surge esta paixão pelas motas?

Surgiu com a pista da Cortelha, em que fizeram uma pista de motocross, e eu com 19 anos ia para lá ver as corridas. Ganhei o gosto e como tinha um primo que corria em Lisboa, fomos fazer uma prova de enduro, em Cabanas e aí comecei o meu percurso.

No meu segundo ou terceiro ano do meu contacto com as motas, o meu primo colocou-me a fazer uma corrida do Campeonato Nacional de Enduro e foi aí que apanhei mesmo o vício, e já tinha uma mota de competição.

#### Com quem é que aprendeu a correr?

Eu aprendi tudo sozinho, sempre arranjei as minhas motas, aprendi em revistas, ia lendo para saber como se fazia. Não havia ninguém em São Brás para me ajudar. Quando comecei em 1987 nem havia peças cá para as motas, tinha que ir a Andorra.

#### E quando começaram as provas?

Em 1990 comecei a correr, fui a uma prova na Trafaria, os nervos eram tantos que vomitei! Não consegui fazer a prova toda, desisti a meio, pois era a minha primeira prova e não percebia muito. Depois em 1995 já corria Motocross, Enduro e em todo o terreno. Eu gostava muito

de enduro, mas as corridas eram mais difíceis e faziam mais estragos na mota e não tinha dinheiro para a arranjar. O Motocross era muito exigente fisicamente, e era muito duro para uma pessoa que não tinha começado muito cedo. Mas cheguei a correr na Pista da Cortelha, na corrida nacional. Inclusive parti uma perna e fui operado, e disseram-me que não podia correr mais. Mas continuei a correr.

Em 2000 ganhei o Campeonato Nacional de Todo o Terreno na categoria de Veteranos, tinha 35 anos. Fiz ainda o primeiro lugar dos Veteranos na Corrida TransAlgarve. Corria com uma 125.

Nesse mesmo ano, em 2000, ganhei o terceiro lugar na Classe 125 a Nível Nacional. Depois comecei a ficar um bocadinho cansado, era muito dispendioso e deixei as corridas. Mais tarde comecei a ir ver o Dakar, e hoje faço os passeios a Marrocos.

#### O mundo das motas deixa saudades?

Eu continuo no mundo das motos. Tenho 57 anos e já não corro. Mas ainda ando de mota com a malta, até poder.

#### Porque é que quase ninguém conhece este seu lado?

Conhecer, conhecem. Acho que conhecem. Pelo menos quem me conhece, sabe que toda a vida andei de mota. Mas talvez não queiram reconhecer isso.

DESTAQUE

**Sente que não reconhecem o seu valor enquanto desportista?**

*Reconhecer publicamente não. Nunca ninguém me reconheceu por ter ganho isto ou aquilo. Sabem que já ganhei qualquer coisa, mas acho que não estão muito interessados com isso, interessam-se mais com outras coisas.*

**O que é que acha que os sambrasenses, hoje, pensam de si?**

*Não sei o que as pessoas pensam de mim. Lá no fundo pensam tudo aquilo que querem pensar, agora outra coisa é aquilo que sou. As pessoas exageram sempre.*

*Quando era mais novo tive uma vida um bocado polémica, mas quer dizer, se eu fazia uma coisa pequena, na boca do povo era enorme. O que eu ouvia falar de mim não se aproximava da realidade. Nunca cheguei onde pensavam que tinha chegado, mas pronto.*

*Na boca dos outros somos aquilo que querem que sejamos. Tão simples quanto isso. Trabalho desde de manhã à noite, cuido do meu velhote. Hoje em dia, não podem falar nada de mim.*

**Incomoda-o?**

*Não me incomoda nada. Houve alturas que sim, mas há um velho ditado que é: "Quem não deve, não teme". Eu não devo nada a ninguém, por isso, não tenho a temer, nem quero saber o que pensam de mim.*

**Aos 57 anos, sente que é um homem realizado, ou há alguma coisa que ainda gostava de fazer?**

*Não sei o que lhe diga. Acho que não ficou nada por fazer. Tive uma vida muito completa, diverti-me e variei muito. Toda a gente gostava de ser rico. A mim basta-me ser um rico moço. Estou bem com a vida.*



**SAN**  
Saúde Integrativa

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
- **Fisiatria**  
Physiatry
- **Psicologia**  
Psychology
- **Terapia Ocupacional**  
Occupational therapy
- **Osteopatia Pediátrica**  
Pediatric Osteopathy
- **Psicologia**  
Psychology
- **Terapia da Fala**  
Speech Therapy
- **Naturopatia**  
Naturopathy
- **Acupuntura**  
Acupuncture
- **Entre outras...**  
More available..

**Clínica Particular**  
SIIPEMOR

**Em São Brás de Alportel**

Aos **DOMINGOS** entre as **9h00** e às **18h00** disponibilizamos:

**ATENDIMENTO MÉDICO PERMANENTE e ENFERMAGEM.**

Temos acordo com seguradoras.

**Preços especiais ADSE.**



Para mais informações contacte através do n. **289845915** ou **967097724**

Seguros e protegidos continuamos consigo em todos os momentos...

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

**FRANCISCO JOSÉ ALVES**  
03/02/1940 - 13/10/2021  
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

A sua família cumpre o doloroso dever de participar a todas as pessoas das suas relações e amizade o falecimento do seu ente-querido.  
Agradece também a todas as pessoas que de alguma forma lhes manifestaram o seu pesar.  
**Descanse em Paz!**



À memória de

**JOÃO DE SOUSA CABRITA**  
15/12/1930 - 14/10/2021

A sua família cumpre o doloroso dever de participar a todas as pessoas das suas relações e amizade o falecimento do seu ente-querido.  
Agradece também a todas as pessoas que de alguma forma lhes manifestaram o seu pesar.  
**Descanse em Paz!**



À memória de

**MANUEL DOS SANTOS EMÍDIO**  
14/04/1952 - 20/10/2021  
SÍTIO DOS ALMARGENS

A sua família cumpre o doloroso dever de participar a todas as pessoas das suas relações e amizade o falecimento do seu ente-querido.  
Agradece também a todas as pessoas que de alguma forma lhes manifestaram o seu pesar.  
**Descanse em Paz!**



À memória de

**JOSÉ AGOSTINHO DA LUZ NUNES**  
02/10/1941 - 21/10/2021  
VILARINHOS

A sua família cumpre o doloroso dever de participar a todas as pessoas das suas relações e amizade o falecimento do seu ente-querido.  
Agradece também a todas as pessoas que de alguma forma lhes manifestaram o seu pesar.  
**Descanse em Paz!**



À memória de

**MANUEL FERREIRA RODRIGUES**  
09/01/1927 - 23/10/2021  
SÍTIO DA RIBEIRA-ARIMBO

A sua família cumpre o doloroso dever de participar a todas as pessoas das suas relações e amizade o falecimento do seu ente-querido.  
Agradece também a todas as pessoas que de alguma forma lhes manifestaram o seu pesar.  
**Descanse em Paz!**



À memória de

**DEOLINDA DA CONCEIÇÃO RAMOS**  
25/03/1925 - 30/10/2021  
LAGES

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

**ABÍLIO SIMÃO DE BRITO ROSA**  
27/04/1951 - 31/10/2021  
FARO

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

**MARIA FELIZARDA DE SOUSA GOMES**  
28/12/1941 - 03/11/2021  
FONTE DO TOURO

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!**



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

E-mail: [agrosarosa@sapo.pt](mailto: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



**BrasÓptica**

LOW COST  
MADE IN GERMANY



Pacote A-MONOFOCAL Pacote A-PROGRESSIVO  
aro + lentes aro + lentes  
a partir de € 39,00 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 de IVA incluído à taxa em vigor

**CONSULTAS DIÁRIAS**

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

[brasopticasba](https://www.facebook.com/brasopticasba)

[optcabras@gmail.com](mailto:optcabras@gmail.com)

289 845 305

915 768 218

## EM FOCO

Entrevistas a vereadores da Câmara Municipal  
**Acácio Martins**

**O** Jornal O Sambrasense dá a conhecer, nesta edição de novembro, os quatro vereadores que estão responsáveis pelos destinos de São Brás de Alportel na Câmara Municipal.

De forma a aproximar os leitores da edilidade sambrasense, foram feitas várias perguntas de cariz pessoal, profissional e político para informar de forma transparente e isenta qualquer um dos quatro vereadores.

## ENTREVISTA

## Quem é o Acácio Martins?

Acácio Martins nasceu a 17 de outubro de 1975 em São Brás de Alportel, filho de pai operário fabril do sector da cortiça e de mãe empregada doméstica. A infância foi vivida em São Romão, onde se lembra de percorrer montes e vales, aprendendo com a amizade dos mais novos e a experiência de vida dos mais velhos.

Frequentou a Escola de Vilarinhos, o Colégio de S. Brás até ao 9º ano, a Escola Tomás Cabreira em Faro, ingressando na Universidade em Eng.ª Civil, estagiou em Bremen na Alemanha pelo projeto Erasmus, concluindo a Licenciatura na Universidade do Algarve. Estagiou em 1996 na empresa com quem assina contrato em 1997, ingressando na direção de obra (executando urbanizações e participando em projetos estruturantes no Algarve e Alentejo). Um percurso que durou 16 anos de muito esforço, adquirindo experiência e conhecimento técnico.

No associativismo local colaborou na organização de provas de BTT e provas de Orientação na AJS. E na AHBVSBA esteve 10 anos como dirigente, sendo Presidente da Direção de 2014 a 2017.

Pelo meio casou-se em 2001 com Carla Martins, tendo uma filha, a Beatriz Martins que ingressou recentemente o ensino universitário.

## Como surge a vontade de entrar para a vida política?

Arrisco-me a dizer que sempre tive dificuldade em ter jeito para a política, mas cedo fiquei ciente que muitas decisões que tomamos no dia a dia em sociedade, são atos políticos! Desde tenra idade que além de estudar sempre trabalhei, desde vindimar, apanhar frutos regionais, prestar explicações de matemática e trabalhar no "Café Correia" em São Romão onde somei experiência de vida. E, despertando atenção por defender a terra que me viu crescer, recebi a visita do saudoso Dr. José de Sousa Pires em minha casa, convidando-me para ingressar na vida política. Com 21 anos integro pela primeira vez a lista de candidatos à Câmara Municipal, em 2009 sou eleito Vereador e em 2013 integro o executivo a tempo inteiro. Ao longos destes anos assumo que é um processo exigente, que requer muito tempo e dedicação e por muito que se concretize, fica sempre muito por concretizar, mas sem nunca baixar os braços continuarei procurando as melhores soluções, em equipa.



## Esteve ao lado de Vítor Guerreiro nos últimos mandatos. Este será o seu último, que balanço faz dos últimos 4 anos?

Após conseguirmos concluir a Circular Norte, continuámos a renovação urbana e acessibilidades, desde a interligação do Centro Histórico com o Largo de São Sebastião e a Rotunda do Centenário, valorizámos a rota da EN2 com a Casa Memória, incentivámos a reabilitação no Centro Histórico, renovámos as piscinas descobertas, o Parque escolar, reforçamos investimento na prevenção (nos Bombeiros, nos sapadores florestais, no Exército, em caminhos, em barragens), mantendo investimento em todas as áreas e preparando projetos para o futuro. Sendo que a nível regional ocupamos o 1º lugar na execução dos fundos europeus.

No entanto em 2020, a pandemia provocou enorme impacto, a todos os níveis. Mas os São-Brasenses deram provas de resistência e de solidariedade, "combatendo" para a redução desses impactos. A Câmara Municipal acautelou medidas de apoio à população, colaborando com a saúde pública, reduzindo a fatura da água, distribuindo equipamentos informáticos à comunidade escolar, isentando taxas,

apoiando o comércio local com as pessoas como prioridade. A receita não obtida devido a isenções e o aumento de despesa acrescida obrigou a um enorme esforço financeiro do município e ao adiamento de alguns projetos.

## Quais são os contributos que pretende dar ao concelho enquanto vereador?

Numa equipa de gestão autárquica municipal é uma mais valia a diversificação ao nível das habilitações profissionais e académicas de cada um. É natural que os meus contributos poderão ser sempre mais associados à minha área de formação e competências, embora na nossa função executiva conte com uma equipa técnica municipal muito experiente em todas as áreas. E será sempre com todos eles, com as entidades e associações locais e regionais que trabalhamos em conjunto para obter os melhores projetos em todas as áreas. Espero sempre contribuir com uma visão de futuro, dinâmica e preparada para acompanhar as adaptações e atualizações necessárias em cada momento, como sempre o fiz! Sempre ciente do limite orçamental do município, procurando sempre soluções de financiamento para aumentar a capacidade de execução.

## Que mensagem gostava de passar aos sambrasense sobre o futuro de São Brás? Pode adiantar se será um dos candidatos ao próximo mandato?

Pela minha parte comprometo-me a trabalhar numa estratégia de coesão, contribuir para o crescimento harmonioso do nosso Concelho. Deixo uma palavra de esperança, salientando que muitos são os investimentos na nossa terra para estar preparada para o futuro.

Sobre a segunda questão, politicamente diria que ainda é cedo para pensar nisso! No entanto, o segredo para que nos censos 2021 sejamos o município que mais cresceu no país (sem ser capital de distrito, sem estar no litoral e na área metropolitana) contrariando a tendência nacional, é sem dúvida a capacidade de trabalhar em equipa, fomentar as valências, a juventude, a estabilidade política e a experiência de cada um, gerando resultados positivos. Uma equipa que soube sempre debater, concordar, discordar e gerar consensos. E sem querer fugir à questão e sem exercer "futurologia", digo que se proporcionar estarei disponível para integrar a equipa, mantendo a mesma disponibilidade e o querer mais por São Brás de Alportel.

**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

EM FOCO

## Entrevistas a vereadores da Câmara Municipal

# Bruno Sousa Costa



(...) iremos trabalhar com uma postura séria, honesta, frontal, responsável, atenta aos reais problemas da população.

### ENTREVISTA

#### Quem é o Bruno Sousa Costa?

Apaixonado pelo que faço, considero-me um empreendedor nato, dedicado, criativo e ambicioso. Tenho um amor enorme pela minha terra, onde constitui família, a minha maior bênção e concretização, e onde sediei a minha empresa, com apenas 21 de idade.

Sou Engenheiro Civil de formação, para mim é uma honra que através do meu conhecimento e trabalho, contruir o lar para muitas famílias.

Este trajeto nem sempre foi fácil, porém, ultrapassadas várias crises de forma estável e segura, estamos perto de comemorar os 20 anos de existência enquanto empresa.

Ao nível político, enquanto Presidente do PSD/SBA, desde 2015, e Vereador em regime de não permanência, desde 2017, tenho apoiado inúmeras iniciativas, combatendo injustiças, e apresentado diversas propostas para o desenvolvimento do nosso concelho. Encaro a política com espírito de serviço e de entrega para a nossa comunidade.

#### Como surge a vontade de entrar para a vida política?

A entrada na política é incitada pela visão de um futuro diferente para São Brás, pelo amor ao meu concelho e pela necessidade de trabalhar pelo bem e para o bem de todos. A premissa de construir um futuro melhor e mais promissor, estimulado pelo surgimento de mais oportunidades, foi, e será sempre, a base de todo o meu percurso político.

#### Como avalia a gestão do executivo municipal liderado por Vítor Guerreiro?

O atual Presidente de Câmara está no executivo camarário há 20 anos, a caminho dos 24, e a Vice-Presidente entrou para Assessora em 2002 e Vereadora em 2005. São muitos anos que originam acomodação e conformismo, algo inerente à natureza humana, e que estabelecem uma natural estagnação. A atuação deste executivo foi centrada em projetos "herdados" e parece ter deixado de pensar no "futuro" e no rumo que quer para o nosso concelho, focando-se numa gestão corrente, nas festas

e na publicidade comercial. Não sendo uma gestão negativa, tem faltado muita ambição para o desenvolvimento do nosso concelho na sua plenitude.

#### Quais são os contributos que pretende dar ao concelho enquanto vereador?

Neste mandato os São-Brasenses deram ao PSD um reforçado apoio ao elegermos mais um vereador. São agora duas "vozes" nas reuniões de Câmara, reforçando a exigência e o cumprimento das promessas aos munícipes, para que não fiquem suspensos projetos importantes como o espelho de água na Fonte Férrea, os esgotos na Mesquita, Machados e Almargens e para que a água permanente, e em condições, seja uma realidade na nossa Serra, entre outros.

Como Vereadores do PSD/SBA teremos uma postura ativa, construtiva, positiva, sempre ao lado dos trabalhos da autarquia, das associações, das pessoas e dos grandes interesses da nossa comunidade.

#### Que mensagem gostava de passar aos sambrasenses sobre o futuro de São Brás? Pode adiantar se será um dos candidatos ao próximo mandato?

Quando ao facto de ser candidato, dependerá de inúmeros fatores, não sendo possível desde já garantir essa disponibilidade. Posso prometer sim, dentro das minhas possibilidades, dar o melhor contributo para o engrandecimento da nossa terra, respeitando a vontade expressa pelos São-Brasenses.

Enquanto vereadores, iremos trabalhar com uma postura séria, honesta, frontal, responsável, atenta aos reais problemas da população e faremos tudo o que estiver ao nosso alcance para que o futuro da nossa terra não fique hipotecado pela inércia do tempo, impulsionando o crescimento e progresso desta terra.

**BC**  
design

**Benedito Cozinhas**

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

289 841 893 / 96 32 62 444

geral@beneditocozinhas.com  
www.beneditocozinhas.com

**Cozinhas  
Kitchens**

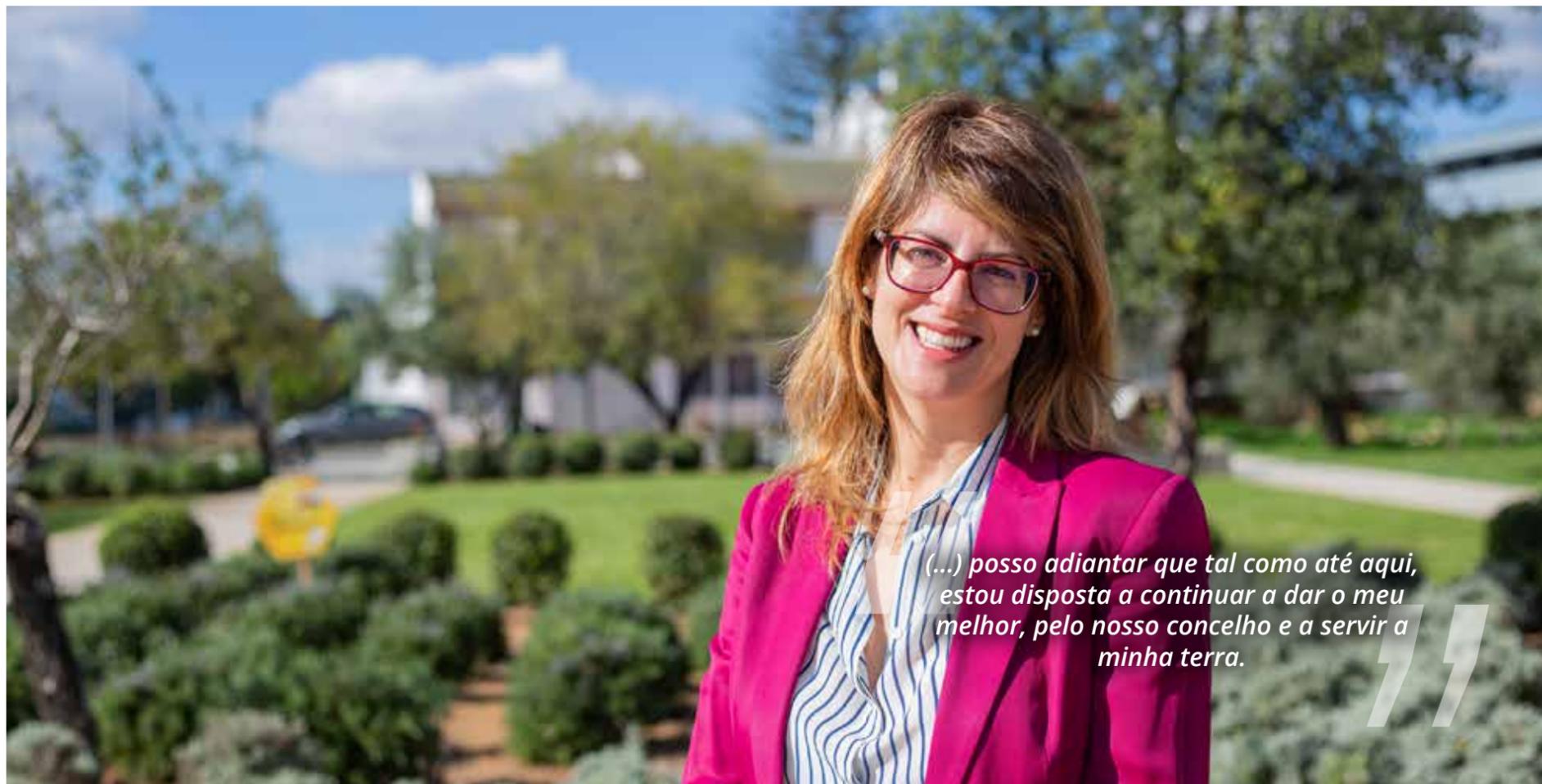


**GORETICRISTINA**  
ARQUITECTA

+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

## EM FOCO

Entrevistas a vereadores da Câmara Municipal  
**Marlene Guerreiro**

(...) posso adiantar que tal como até aqui, estou disposta a continuar a dar o meu melhor, pelo nosso concelho e a servir a minha terra.

## ENTREVISTA

## Quem é a Marlene Guerreiro?

Tenho 43 anos, sou são-brasense de alma e coração. Filha de professora e de mecânico, tive o privilégio de passar muito da minha infância entre a escola e a oficina. Sempre a acompanhar a minha mãe, por esse Algarve fora, a Serra do Caldeirão foi a minha creche, o meu Jardim de Infância e a minha grande escola de vida. Os tempos livres eram passados entre a oficina do meu pai e a carpintaria do vizinho Mestre Augusto! Acho que já nasci a gostar de ouvir histórias de vida!

Aos 10 anos vim para o Externato São Brás, onde estudei até ao 12.º Ano, no Ramo Económico-Social. Aos 18, rumei até Lisboa para estudar Ciência Política e Relações Internacionais, na Universidade Nova, aos 23 comecei a trabalhar na Câmara Municipal e com muito orgulho, sou autarca, na minha terra, desde os 27.

## Como surge a vontade de entrar para a vida política?

Pensando bem, acho que me interessei pela vida política desde que me conheço... sempre adorei participar ativamente na comunidade, desde os tempos de escola. Aos 14 anos iniciei o meu percurso no associativismo, quando o meu pai me deixou ir às reuniões do Grupo dos

Machados, grande escola de cidadania.

Aos 22, tinha terminado a licenciatura em Ciência Política, fui recenseadora dos Censos 2001 e tinha iniciado a 2.ª licenciatura em Psicologia, quando fui convidada a integrar a Lista do PS às autárquicas de 2001. Adorei a oportunidade de poder contribuir para o futuro da minha terra e desde então, os desafios foram surgindo. Em 2005 tive a oportunidade de integrar a lista da Câmara, fui eleita Vereadora, ainda sem pelouros atribuídos, mas dedicada a este projeto a 100%! Desde 2009 tenho a oportunidade de integrar o executivo a tempo inteiro e desde 2013, como Vice-Presidente, ao lado dos meus colegas vereadores.

## Esteve ao lado de Vítor Guerreiro nos últimos mandatos. Este será o seu último mandato, que balanço faz dos últimos 4 anos?

Tenho a honra de trabalhar ao lado do Vítor Guerreiro desde 2002. O balanço é muito positivo! Muito trabalho, sem descanso; muitas barreiras sempre a transpor para alcançarmos os nossos sonhos... mas também muitos projetos concretizados e muitas etapas cumpridas! Temos uma vontade de Ferro, para lutar pela nossa terra e somos uma equipa muito unida!

No último mandato a pandemia trouxe-nos um desafio maior... que veio colocar à prova

todos os recursos que tínhamos. E veio mostrar-nos também quem Somos verdadeiramente! Posso dizer que hoje, sou ainda mais orgulhosa da grande equipa de trabalhadores da Câmara Municipal e da Comunidade são-brasense que somos! Não baixámos os braços! Resistimos juntos! E hoje temos um comércio local ainda mais ativo e empreendedor. Temos novas empresas, novos projetos e trabalhamos ainda mais em rede, que é a nossa maior força!

## Quais são os contributos que pretende dar ao concelho enquanto vereadora?

Tem sido mesmo muito gratificante poder participar neste projeto de desenvolvimento para São Brás de Alportel que é uma verdadeira paixão de Vida!

Pretendo continuar a dar o melhor de mim, nas muitas frentes de trabalho que me estão confiadas. Tenho cerca de 15 pelouros, em 4 grandes áreas. Na **Solidariedade**, assumi 2 grandes prioridades neste mandato: a **Inclusão** e a **Habitação**, mais apoio e oportunidades para as pessoas com deficiência e para as suas famílias e mais **Habitação Acessível** para todos.

A **Juventude** é a área mais desafiante que tenho em mãos. Quero muito continuar a dar asas aos sonhos dos nossos jovens! Sabem que podem contar connosco!

O **Empreendedorismo** e as Atividades Económicas são os instrumentos do futuro. Sou

uma fervorosa defensora da economia local. No Comércio, na Indústria, no Mercado e também na Agricultura, que assumi neste mandato, pretendo continuar a apostar forte na atração de empresas e projetos, na dinamização e inovação. Queremos mais crescimento e mais emprego.

O **Património** e o **Turismo** são um eixo fundamental de toda esta estratégia de desenvolvimento! Cuidar da nossa Memória é um privilégio e uma enorme responsabilidade! Trabalhamos em prol de um desenvolvimento turístico de forma sustentada e harmoniosa!

## Que mensagem gostava de passar aos sambrasenses sobre o futuro de São Brás? Pode adiantar se será uma das candidatas ao próximo mandato?

Acredito no valor dos são-brasenses e no potencial do nosso território, com uma localização privilegiada no centro do Algarve. E por isso acredito num futuro promissor para São Brás de Alportel, que será sempre o resultado do nosso trabalho e da nossa entrega. Tal como não foi fácil sermos concelho em 1914, também hoje não é fácil conquistarmos os projetos que defendemos para os são-brasenses! Mas juntos seremos capazes e **posso adiantar que tal como até aqui, estou disposta a continuar a dar o meu melhor, pelo nosso concelho e a servir a minha terra.**

**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 Brás de Alportel

Pronto a Vestir

**Tininha**

Facebook.com/tininhaprontoavestir

S. Brás de Alportel • Tel. 289 842 954

EM FOCO

## Entrevistas a vereadores da Câmara Municipal

# Sílvia Revés



(...) quero agradecer aos São-Brasenses que depositaram a sua confiança em nós e que através do seu voto reforçaram a posição do PSD em São Brás de Alportel, fazendo eleger mais um Vereador.

### ENTREVISTA

#### Quem é a Sílvia Revés?

Tenho 49 anos, sou natural de São Brás de Alportel, mãe de dois filhos e filha dum simpático casal de alentejanos, que há muito fez de São Brás a sua terra. Vivi a infância e a adolescência no Sítio da Portela, local de residência dos meus pais. Esses bons tempos foram partilhados com os amigos da Portela e dos Poços Ferreiros, amizades que perduram no tempo e para a vida. Foi uma infância feliz, vivida na sua plenitude, com as experiências naturais de quem vivia no campo e em plena liberdade. Frequentei a Escola Nº 2. Os ensinamentos básico e secundário foram concluídos no saudoso Externato de São Brás. Terminado o 12º ano entro para os serviços administrativos do Externato e integro depois na então EB23 Poeta Bernardo de Passos. Depois de uma experiência como empresária em nome individual no nosso comércio local, entro em 2000 para o Hospital de Faro. Em 2006 dou asas a um objetivo que tinha ficado por cumprir e entro na Universidade do

Algarve, na Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, onde me licenci em Psicologia, tendo concluído em 2011 o Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde.

#### Como surge a vontade de entrar para a vida política?

A vontade surge quase como uma necessidade de ter um papel ativo na tentativa de ajudar a desinstalar um poder, diria dinástico, no nosso Concelho e dar um novo rumo aos destinos da nossa terra.

É importante continuar a credibilizar o PSD/SBA e torná-lo na alternativa à atual liderança camarária. Eu acredito que isso é possível e quero com todo o empenho dar o meu contributo para que esta seja a próxima realidade do nosso Concelho.

#### Como avalia a gestão do executivo municipal liderado por Vítor Guerreiro?

Faço a mesma avaliação que os são-brasenses fizeram nas últimas eleições. É um executivo em fim de ciclo, vazio de ideias e sem projetos para

o futuro do Concelho. Desejo que neste último mandato os projetos individuais de futuro, não se sobreponham aos interesses e ao futuro do município.

#### Quais são os contributos que pretende dar ao concelho enquanto vereadora?

Em 2017 o PSD/SBA não concordou com a proposta de alargamento de 3 para 4 Vereadores a tempo inteiro, ou seja, a criação de mais um cargo político na CMSBA. Passados 4 anos, depois dos resultados eleitorais não lhe terem sido favoráveis para manter o quarto vereador, o executivo regressa aos 3 Vereadores, dando mais uma vez razão ao PSD/SBA.

Sou Vereadora em regime de não permanência, o que não nos retira quaisquer responsabilidades, pelo contrário, permite-nos estar em todas as frentes. Estamos ao dispor de todos os são-brasenses. Como oposição, iremos desempenhar de forma responsável o nosso papel fiscalizador das ações ou omissões do executivo.

#### Que mensagem gostava de passar aos são-brasenses sobre o futuro de São Brás? Pode adiantar se será uma das candidatas ao próximo mandato?

Primeiro quero agradecer aos São-Brasenses que depositaram a sua confiança em nós e que através do seu voto reforçaram a posição do PSD em São Brás de Alportel, fazendo eleger mais um Vereador. Este resultado, acredito, mais não é que um sinal premonitório das mudanças que se perspectivam a curto prazo. Tenho consciência das minhas responsabilidades. Os desafios que me esperam enquanto Vereadora sem pelouro são inúmeros, o trabalho será diário, mas com a certeza que o farei com a responsabilidade, a honestidade e a determinação que me caracterizam. São precisas novas ideias, novas oportunidades, é preciso gente nova e nova gente. Não basta apenas apelar ao coração, não basta apenas ter o foco na imagem, é preciso mais concretização para não hipotecar o futuro do nosso Concelho, a realidade virtual tem que andar de mãos dadas com a realidade do dia-a-dia.

São Brás de Alportel  
Estrada Municipal 514  
Loteamento Ind. da Barracha, Lote 7  
caixa postal 604-A 8150 S. B. de Alportel  
Tel. 289 842 601 | Fax 289 842 630

Botinas@bigmat.pt  
cozinhas.botinas@bigmat.pt  
www.bigmat.es

ENTREGA GRÁTIS!

MARKET DE CONVENIÊNCIAS

**DROGARIA GAGO**

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

Avenida da Liberdade 80 | São Brás de Alportel | Tl. 289 842 793  
mais próximo de si!

**DOG WALKER / PET SITTING SERVICE**

S. Brás de Alportel

Passamos o seu animal de estimação  
Levamos o seu animal ao Veterinário e/ou Tosquia  
Tratamos do seu animal enquanto se ausenta/jérias

Podemos fazer isso por si. Nós ajudamos  
Contacte-nos

Tel. 96 6624596 / 96 6647152  
@Dog walker & Pet Sitting

## TESTEMUNHO

# Vera Rodrigues

## Recorda a luta contra o cancro da mama



“Eu sobrevivi. Há tantas pessoas que sobrevivem. Não podemos pensar que é o fim do mundo. Há algumas que não sobrevivem, mas é importante partilhar as que sobrevivem.”

**V**era Rodrigues, 41 anos, natural de São Brás de Alportel, militar da GNR, mãe, esposa, mulher, é uma sobrevivente com um exemplo de vida de luta e garra. Aos 33 anos é-lhe diagnosticado um cancro da mama dos mais mortais, triplo negativo, numa jovem saudável sem antecedentes, a iniciar um objetivo de vida ao tirar o curso de sargentos, mas nada a fez demover de terminar o curso mesmo estando doente.

A fé que ganhou, os medos, os desafios, a dor da família, Vera contou-nos o processo difícil de rapar o cabelo, mas também o ato de altruísmo dos camaradas ao raparem a cabeça também.

Sem paisagens cor-de-rosa, esta sambrasense desmitificou alguns processos difíceis da quimioterapia, os mitos sobre o cancro da mama e a importância da prevenção desde cedo em homens e mulheres.

### ENTREVISTA

**És militar da GNR. Como surge esta oportunidade profissional?**

Comecei a trabalhar bastante cedo e fui trabalhar para o Aeroporto, na altura quando estava lá, tinha vários amigos que eram da PSP e suscitou-me interesse. Então, primeiramente, concorri à PSP e depois em simultâneo concorri para a GNR. Chumbei na PSP e entrei na Guarda. Não foi algo que idealizei desde pequenina, simplesmente surgiu.

**Tinhas que idade?**

Na altura quando entrei, tinha 23 anos! Já tenho uns aninhos disto.

**Que motivos podem fazer uma mulher seguir este caminho?**

Hoje em dia a Guarda tem muitas valências,

temos vários caminhos que podemos seguir, já não há qualquer tipo de distinção entre homens e mulheres. Não me sinto diferente por ser militar GNR mulher. E trabalho numa área muito importante, a da violência doméstica, há mais de 16 anos a lidar com assuntos muito complicados.

**Qual é o balanço que fazes desse trabalho?**

É muito gratificante, também é desgastante psicologicamente e cansativo, mas é muito compensador. É muito bom saber que podemos ajudar, tanto para ouvir como para levar a situação a bom porto.

**Aos 33 anos foi-te diagnosticado um cancro de mama. Como é que descobriste?**

Apareceu-me um caroço no peito quando

tinha 32 anos. Era muito pequenino e não liguei... e foi aumentando cada vez mais. E só quando aumentou mesmo muito, é que fui ao médico. Na altura, tinha entrado no curso de sargentos, ou seja, não estava cá. Estava na Figueira da Foz, fui ao médico e mandaram-me logo fazer uma biópsia.

Só soube o resultado dia 7 de janeiro de 2013.

**Pelo meio do processo, foste te apercebendo da gravidade da situação?**

Achava estranho aquilo estar a aumentar tanto, porque é assim, às vezes sentimos aqueles durões mais pequeninos, seja na menstruação ou numa tensão hormonal, mas aquele como estava a aumentar, quando fui fazer a biópsia, a doutora não falou comigo, ela disse-me: “vamos aguardar pelo resultado, mas fique à espera que a sua médica lhe ligue”, e aquilo soou-me logo que havia qualquer coisa de estranho.

**Aos 32 anos, ninguém pensa que isso pode acontecer...**

Claro que não! Eu era nova. Hoje em dia já se fala mais nisso e alertasse já as raparigas mais novas, mas na altura eu não tinha antecedentes na minha família nem nada, parecia mentira.

**O que é que consideras fundamental desmistificar sobre este processo?**

Um dos pontos é, o cancro não aparece em mulheres com mais de 45 anos. Temos que desmitificar isso, pode aparecer a toda a gente e não nos podemos esquecer que o cancro da

mama pode aparecer também aos homens. Isto não é uma doença só de mulheres.

Eu sou saudável, não fumo, não bebo, faço exercício, tenho uma alimentação que acho equilibrada, ou seja, nada previa acontecer uma coisa destas e a verdade é que aconteceu. Portanto, acho que temos de estar sempre em alerta. Agora se me perguntares assim: “Diz-me lá se fazes a prevenção? Se continuas a ver o peito...” Não, nunca mais toquei no meu peito. Nós devemos fazer, mas nunca mais fiz.

**O facto de não mexeres é sinal que ainda tens receio?**

Prefiro não mexer.

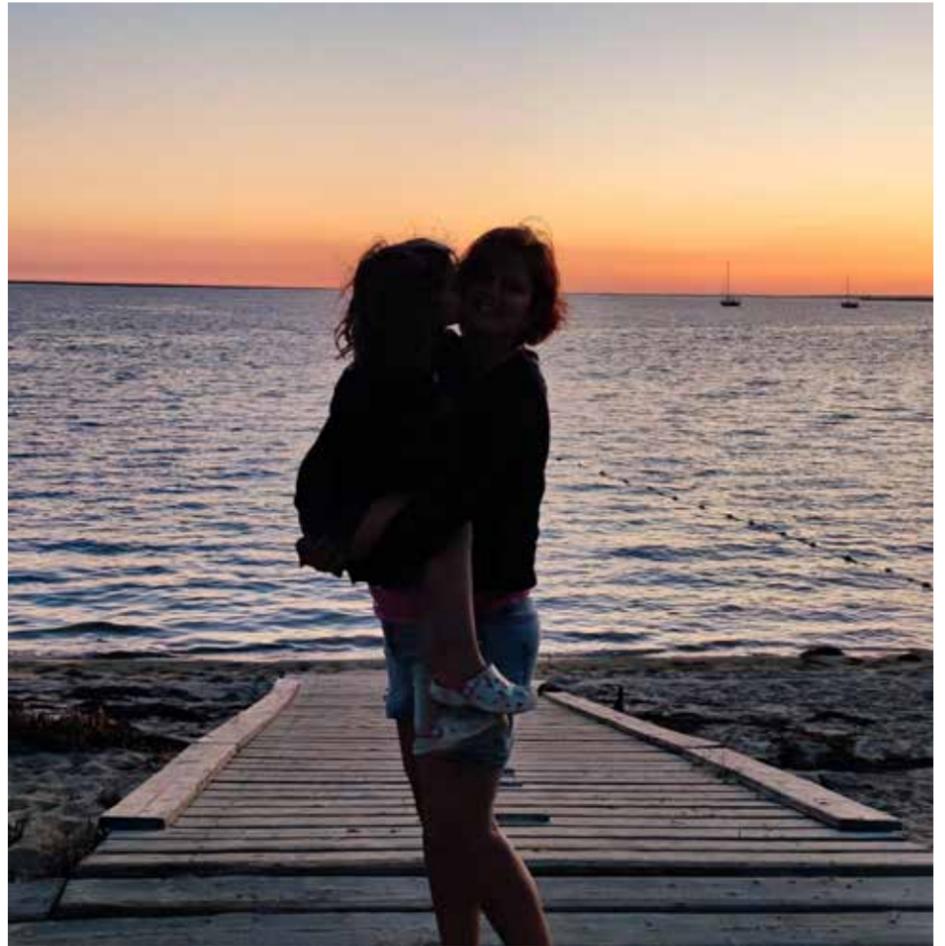
Se, entretanto, aparecer alguma coisa, hei de saber. Eu fiz ostomia, ou seja, não tirei completamente o peito, tirei só metade. E neste peito doente, eu ainda tenho restos de radioterapia, ou seja, ainda tenho um bloco que vai desaparecendo ao longo dos anos.

**Aos 33 anos, quando te disseram que o diagnóstico era um cancro, lembra-te qual foi a tua primeira reação, ou pensamento?**

Eu estava sozinha no curso, na Figueira da Foz, e tinha pedido aos meus camaradas para ir ao médico. Ninguém sabia, nem a minha família. Não comentei isto com ninguém.

Então o médico disse-me: “Você tem cancro da mama”, assim. E encaminhou-me para uma doutora, e ela falou comigo e disse-me para ir para casa, que não ia aguentar o curso, que tinha de ir para ao pé dos meus pais. Sai de

## TESTEMUNHO



lá com aquilo na cabeça, e tinha de fazer uma série de exames. Fui para ao pé do mar. Nunca pensei na morte. Acho que pensei no curso. Não queria dar a parte fraca. Mas pronto.

#### E daí até aos tratamentos como foi o processo?

Foi tudo muito rápido. Fiz tudo lá em cima, depois fui falar com o meu diretor de curso, avisar que tinha cancro e que tinha de me ir embora. Porque a minha ideia é que eu tinha de desistir porque não ia aguentar e que podia morrer. E o meu diretor de curso disse-me que não ia a lado nenhum, que conseguia equilibrar os tratamentos com o curso. E não vim. Continuei e fiz tudo.

#### E quando é que a tua família ficou a saber?

Ficaram a saber dia 20 de janeiro, acho eu. No mês que os meus irmãos fazem anos. Eu não disse a ninguém.

#### Como é que foi a tua reação à quimioterapia?

O cabelo caiu-me logo. Ao fim do primeiro tratamento começou a cair-me, e então rapei logo o cabelo. Eu acho que foi o pior momento. Custou muito.

Queria voltar para o curso com o cabelo rapado, porque eu penteava-me, o cabelo ficava-me todo nas mãos e eu não queria que ninguém visse.

#### Para uma mulher, rapar o cabelo deve ser das piores partes. Como é que te sentiste?

É muito complicado. É muito mau. Lembro-me que na altura, o meu irmão mais novo foi-me buscar a Faro e ele perguntou-me como estava e expliquei que o cabelo já me tinha começado a cair e que tinha de ir rapar o cabelo. E mexi no cabelo e o cabelo ficou-me na mão. Foi horrível. Depois inchei muito.

Foi tudo mau. A quimio em termos físicos causa dores horríveis.

Durante os tratamentos, enfermeira dava-me umas luvas de gelo, para colocar lá as minhas mãos durante o processo todo da quimioterapia para que as unhas não me caíssem e não ficassem amarelas.

Aquilo dava dores... é como se puséssemos as nossas mãos dentro de uma arca e deixássemos lá. É horrível. Os tratamentos são horríveis.

#### Apesar de ter sido uma quimio bastante forte, conseguiste acabar o curso?

Sim, eu acho que a quimioterapia tem a ver se é hormonal ou não. O meu cancro não foi hormonal, então não podia tomar medicação e aquelas pessoas que têm cancro da mama que é hormonal, com a medicação a quimio já não é tão forte. Pelo menos foi mais ou menos assim que me disseram.

Mas, conclui o curso e tive a maior demonstração de altruísmo que podia ter dos meus camaradas, todos raparam o cabelo, menos as mulheres... eu estava a sair para mais um tratamento e eles durante a noite raparam todos o cabelo.

#### Deu-te a certeza que estavas no sítio certo?

Sem dúvida. Eu só não me fui abaixo porque estava no curso. Porque estando lá, não queria dar parte fraca. Fiz tudo. Só não fiz as provas físicas, e algumas componentes de contacto físico porque não aguentava, mas fiz no final. Não fui beneficiada em nada.

A única coisa que fazia era nos dias de tratamento, não ia às aulas e às vezes pedia para sair mais cedo para descansar, porque não conseguia estar sentada. E consegui terminar.

#### O que é que deu força no processo para superar?

Eu acho que foi o curso. Eu acreditei sempre que ia vencer. Nunca pensei na morte. Tanto que a minha mãe ligava-me e eu estava sempre bem, nunca demonstrei o que se estava a

passar. A minha família não sabia metade das coisas que passava, não podiam saber.

#### E depois de rapares o cabelo, como é que te habituaste a ver ao espelho?

Eu achava-me muito gira! Usava lenços e depois comecei a habituar-me. Apenas tinha cuidado com os meus sobrinhos para eles não me verem completamente careca.

O que me custou mais foi com o meu avô, que na altura estava acamado, e eu ia quando ia visitá-lo, levava sempre um lenço... mas naquele dia estava distraída e fui lá vê-lo e o meu avô olhou para mim e disse: "Ai Vera, estás tão careca..." e foi triste.

#### És uma mulher de fé?

Sou.

#### Sempre foste?

Acho que me tornei.

#### Perde-se a fé ou ganha-se fé?

Temos de ter fé. Por muito que não pensasse na morte, porque eu achava que não ia morrer disto, eu tinha de acreditar que ia conseguir. Tinha muita fé que ia conseguir. Tentava não pensar muito na doença.

#### Nunca condicionaste a tua vida porque tinhas um cancro?

Não.

#### Já és mãe. Há quanto tempo?

Sou! Tenho uma filha de 5 anos. Fui mãe durante o período que não deveria ter sido, porque fui logo mãe depois de 3 anos depois de ter ficado doente. Foi uma gravidez de alto risco, mas tenho uma filha linda e saudável.

#### Como é viver depois de um cancro?

Faço a minha vida toda normal, e não penso muito nisso. Às vezes tenho dores, o meu braço incha, mas tento fazer a minha vida normal.

As consultas de rotina custam muito... eu ia sempre com o meu marido, e metade das coisas eu não ouvia, deixo de ouvir porque talvez me foque nas piores coisas. Eu sou seguida por oncologista, senologia... entre outros.

E isso é muito difícil, porque parece que voltamos a viver tudo, a ansiedade de saber se está tudo bem...

#### Consideraste uma sobrevivente?

Sim, claro que sim!

#### E que conselhos dás a alguém que esteja a passar por uma situação destas?

Que acredite. Que não é o fim do mundo. Temos de acreditar que as coisas vão passar. Eu tentava não pensar em coisas tristes e naquelas alturas é muito fácil cairmos na depressão e pensar que só nos acontece a nós. Mas aconteceu e temos de seguir.

Tenho a minha filha! Na altura pensava que não podia ser mãe e consegui.

Cancro. Triplo negativo. Dos mais mortais. E correu tudo bem! Temos de acreditar que coisas boas acontecem.

#### Hoje em dia, encaras o tema do cancro de frente?

Não. Acho que nunca vamos conseguir fazer isso. Eu falo sobre isso! E se ver alguém que precise, eu falo e conto a minha experiência, e não poupo as palavras.

Digo a verdade, que é duro, é horrível, que tudo é horrível. Não é fácil.

Na altura em que tive doente encaminharam-me para a psicóloga da linha do cancro, e disse-me que não ia aguentar o curso, que ia entrar em depressão. Ou seja, estamos a fechar um pouco aqui as mentalidades.

Eu sobrevivi. Há tantas pessoas que sobrevivem. Há tantas situações. Não podemos pensar que é o fim do mundo. Há algumas que não sobrevivem, mas é importante partilhar as que sobrevivem.

## 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 objetivos, 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.

## LOCAL

## Emanuel Sancho é o Museólogo do Ano



**“(...) muito muda, todos mudamos, mas o Emanuel tem-se mantido como um rochedo para o Museu de São Brás.”**

O Prémio Museólogo do ano veio para um sambrasense, ao dia 29 de outubro, orgulhando a nossa terra, Emanuel Sancho, diretor do Museu do Trajo, pela Associação Portuguesa de Museologia (APOM).

A entrega dos prémios decorreu no Museu da Marinha em Lisboa, onde também Anísio Franco, Francisco Clode e Isabel Victor foram galardoados como museólogos do ano.

João Neto, presidente da APOM, considerou que Emanuel Sancho **«tem sido um pilar da defesa da museologia e das boas práticas em São Brás de Alportel»**.

**«Muito muda, todos mudamos, mas o Emanuel tem-se mantido como um rochedo para que o Museu de São Brás seja sempre uma referência no Algarve e uma boa referência na ligação às comunidades»,** disse ainda.

O Museu do Trajo tem ultrapassado uma fase difícil, nomeadamente na relação entre a sua direção e a Santa Casa da Misericórdia, entidade proprietária do espaço, com acusações de falta de liberdade para que o museu possa trabalhar. Esta fase «problemática, de crise» foi, inclusive, referida

por Emanuel Sancho, no seu discurso, após receber o prémio da APOM.

**«Se nos limitarmos a ser uma sala de visitas, tudo corre bem, mas jamais seremos instrumentos de mudança. Foi-nos dada a mão e seremos eternamente gratos à APOM. Após a tempestade, acreditamos que virá a bonança»**, disse o diretor do Museu do Trajo.

Durante a cerimónia, o presidente da APOM, João Neto, destacou que Emanuel Sancho **“tem sido um pilar da defesa da museologia e das boas práticas em São Brás de Alportel”**, defendendo que **“muito muda, todos mudamos, mas o Emanuel tem-se mantido como um rochedo para que o Museu de São Brás seja sempre uma referência no Algarve e uma boa referência na ligação às comunidades”**.

No seu discurso, Emanuel Sancho reforçou que **“se nos limitarmos a ser uma sala de visitas, tudo corre bem, mas jamais seremos instrumentos de mudança. Foi-nos dada a mão e seremos eternamente gratos à APOM. Após a tempestade, acreditamos que virá a bonança”**.

**O Jornal O Sambrasense felicita Emanuel Sancho pela distinção mais que merecida.**

Créditos: Sul Informação



## Rancho Típico Sambrasense a bailar há 28 anos



Ao dia 15 de outubro, o Rancho Típico Sambrasense, celebrou 28 anos de associativismo, este grupo não nasceu pela mão de um grupo de entusiastas do folclore em 1993.

Nas redes sociais, a direção do Rancho deixou a seguinte mensagem: **“(...) são 28 anos cheios de magia, alegria, companheirismo, dedicação e muita animação! São 28 anos de uma família que por mais que surjam obstáculos, encontramos sempre uma solução! Dentro e fora dos palcos, não nos faltam estas características e, por isso, estamos muito gratos de ver o crescimento de todos nós enquanto indivíduos que pertencem ao Rancho, bem como ao próprio crescimento desta Grande Família.”**

Como se de uma viagem se tratasse, recuando no tempo, os elementos do Rancho trajam as vestes desses tempos passados, representando: a família serrana, o caçador,

o corticeiro, o ferrador, a ceifeira, a caiadeira, a padeira, a lavadeira, as moças da apanha da alfarroba e do figo, o varejador, as meninas da fonte, os casais de lavradores abastados em trajes domingueiros, entre outros...

Desde os infantis aos seniores, o rancho conta com cerca de 50 elementos, que se repartem pelo “balho”, pelo cenário, tocata e canto.

A nível musical, o repertório é composto pelos típicos corridinhos e “balhos” de roda.

O grupo fez-se já representar em festivais de folclore, por todo o País e no estrangeiro. Com regularidade, e em especial na época estival, actua em diversos hotéis, restaurantes, e eventos culturais organizados por associações e autarquias.

**Muitos parabéns pelos 28 anos e que venham muitos mais!**

LOCAL

## Incêndio destruiu habitação familiar em Vale Joio

**A**o dia 27 de outubro, o corpo de Bombeiros de São Brás respondeu a uma ocorrência de Incêndio Habitacional, numa habitação unifamiliar no sítio do Vale Joio, concelho de Faro perto do limite com São Brás de Alportel, bem como o CB de Loulé e de Faro Cruz Lusa.

No local estiveram 6 veículos e 15 operacionais, dos Bombeiros e GNR. Além da casa, praticamente todos os bens que estavam no interior ficaram consumidos pelas chamas, ficando o casal e dois filhos menores desalojados.

Localizada em Vale Joio, muito perto do sítio dos Machados, esta habitação unifamiliar havia sido estreada há duas semanas e ficou totalmente destruída.

Além da casa, praticamente todos os bens que estavam no interior ficaram consumidos pelas chamas, ficando o casal e dois filhos menores desalojados.

Gerou-se uma onda de solidariedade nas redes sociais, através do apelo feito por Gina Vieira, onde muitos sambrasenses aderiram e em poucas horas auxiliaram com alguns bens.

A causa do incêndio está por apurar, mas presume-se que terá tido origem na lareira, cuja utilização na nova habitação aconteceu apenas duas vezes.



Créditos: Postal do Algarve

## Dançando aos Passos de Bernardo em São Brás de Alportel



**O** Cineteatro São Brás acolheu no passado dia 29 de outubro, pelas 21h30, o espetáculo “Dançando nos Passos de Bernardo”, onde a música, a dança e a poesia se uniram para homenagear o poeta Bernardo de Passos, expoente máximo da cultura são-brasense, que nasceu justamente neste dia há 145 anos.

Espectáculo integrado no projeto intermunicipal de programação em rede “Bezaranha” foi protagonizado por grupos de dança sambrasenses inspirados na poesia do poeta Bernardo de Passos, poeta do amor e da ternura.

Um espetáculo construído a muitos pés por um conjunto de agentes culturais locais: as associações São Brás Bailando e Urban Xpression, a Escola de Dança Municipal e o projeto de poesia GUME – de Fernando Guerreiro, que aceitaram o desafio de dar passos de dança às palavras deste poeta singular, para transmitir a sua mensagem

intemporal de fraternidade, de humanidade e de verdade, aproximando as gerações mais novas da obra literária de Bernardo de Passos.

Importa referir que o Município de São Brás de Alportel participou nesta primeira edição do Bezaranha com dois espetáculos, nomeadamente, o “Dançando nos Passos de Bernardo” e o “Sons de São Brás” que foi transmitido pela primeira vez a 1 de junho, Dia do Município de São Brás de Alportel e que ainda pode ser apreciado nas redes sociais, Facebook e Youtube do Município de São Brás de Alportel.

O “Sons de São Brás” começou com um desafio lançado aos autores são-brasenses para apresentarem os seus projetos originais. Deste desafio nasceu um espetáculo que dá a conhecer o concelho ao longo da apresentação de 12 temas originais e um tributo a autores do passado. A sua produção envolveu mais de 30 músicos e 25 bailarinos.

### EDITAL DIREITO DE PREFERÊNCIA

Comunicação de venda ao preferente confinante – Notificação para o exercício do direito de preferência na venda de terreno rústico, inscritos nas matrizes prediais rústicas sob os artigos N.ºs 4486, 4502, 4503, 4509 e 4511, da freguesia de São Brás de Alportel – São Brás de Alportel.

A QUEM DE DIREITO

PAULO JORGE GUERREIRO LOPES, na qualidade de proprietário e legítimo possuidor dos prédios rústicos situados em Tesoureiro, inscritos nas matrizes prediais rústicas sob os artigos N.ºs 4486, 4502, 4503, 4509 e 4511 da freguesia de São Brás de Alportel e concelho de São Brás de Alportel, vem dar conhecimento da venda dos mesmos.

O referido negócio será feito no seu conjunto a favor de Miguel José Loureiro Vargas e Cláudia Isabel Viegas Guerreiro, pelo preço global de 65.000 € (Sessenta e Cinco Mil Euros), a realizar em 17 de Dezembro no Cartório Notarial Dra. Amélia de Brito em São Brás de Alportel.

Pelo exposto venho, ao abrigo do disposto no artigo 1380.º n.º 1 do Código Civil, conferir a faculdade de exercer o direito de preferência no contrato acima referido, devendo, no prazo de 8 dias, conforme estipulado no n.º 2 do artigo 416.º do mesmo diploma legal, manifestar-se quanto à pretensão de exercer o seu direito de preferência no contrato supra mencionado, preço acima indicado, para a seguinte morada: Rua 1 de Junho N.º 3 – 1.º Esq, 8150-111 São Brás de Alportel.

Na falta de resposta no prazo legal, presumir-se-á como falta de interesse no exercício de tal faculdade.

**SABOARIA ARTESANAL**  
HANDMADE SOAP

**FaMer**  
SABONETES | AMBIENTADORES | BATH BOMS  
SAQUINHOS DE CHEIRO

100% Biológicos

- PRODUTOS VEGAN E NATURAIS  
- EDIÇÕES LIMITADAS  
- PACKS ESPECIAIS DE OFERTA

CONHEÇA OS NOSSOS PRODUTOS  
RUA JOÃO ROSA BEATRIZ Nº 22 | SÃO BRÁS DE ALPORTEL  
289 842 377

EXCLUSIVO

# Terinho

## Figura do Desporto Sambrasense



(...) íamos para o campo do Desportivo e era ver as crianças todas atrás dele porque sempre os tratou bem e as famílias confiavam nele.

**J**osé Eleutério Costa Dias, nascido a 20 de fevereiro de 1940, natural de São Brás, do centro histórico, mais conhecido por *Terinho* é um ícone do futebol sambrasense. Acompanhou várias gerações de jogadores, jogando à bola, cuidando das crianças a pedido das famílias, que nele depositavam extrema confiança, também treinou algumas equipas da maneira que sabia e claro também teve os seus episódios caricatos, quando o jogo não corria como queria, destruía a bola, mas no dia seguinte aparecia com outra nova.

Acarinhado por todos os sambrasenses, recorda com saudade os tempos do Unidos, as idas a pé para ver o Olhanense, a sua grande paixão.

Esta entrevista foi realizada com o seu irmão e cuidador, Afonso Dias, que se disponibilizou a ajudar Eleutério a responder à entrevista dado a sua idade.

### ENTREVISTA

#### Onde passou a infância?

**Afonso:** O Terinho passou a infância na zona velha, na rua que vai para a Igreja, ao pé do Barbeiro. Passou os seus anos a jogar à bola com os miúdos, mesmo com 30 anos ia para a escola nas horas do recreio para jogar, ele é que tinha a bola. Eu acompanhava isso tudo, apesar de na altura não me dar com ele como irmão, mas sempre conheci o Terinho, íamos para o campo do Desportivo e era ver as crianças todas atrás dele porque sempre os tratou bem e as famílias confiavam nele.

#### Com que idade é que ele começou a gostar de futebol?

**Terinho:** Foi desde sempre.

**Afonso:** Foi desde sempre sim, mas por volta dos 25 anos. Temos 17 anos de diferença, por isso, andava na escola, tinha 10 anos e ele tinha 27... pois, há volta disso!

#### Fez parte da história do futebol sambrasense, sempre acompanhou os miúdos. Chegou a ser "treinador"?

**Afonso:** Treinador à maneira dele! Ele também jogava à bola com eles. Ele tinha uma coisa, quando se irritava a jogar, cortava a bola. A bola era dele!

**Terinho:** No outro dia, ia comprar outra.

#### Em São Brás qual era o clube que pertencia?

**Terinho:** Era do Unidos! E fui do Olhanense também!

#### Quem foi o melhor jogador do Unidos?

**Terinho:** Do Unidos... não sei...

**Afonso:** Pensa lá... do teu tempo!

**Terinho:** O Eminencio, que depois jogou no Olhanense!



EXCLUSIVO

**E o Olhanense? É o seu clube?**

**Terinho:** É!  
**Afonso:** Tem os cachecóis do Olhanense, tem fotografias do Olhanense no quarto dele! Há uns anos o Jornal do Olhanense fez-lhe uma entrevista. Quando ele não tinha boleia, ia ver os jogos a pé. Ia logo de manhã...

**Terinho:** Ia pelos Machados abaixo, num corta mato! Ia sempre ver os jogos.

**De onde vem este fanatismo pelo clube?**

**Afonso:** Seria do meu tio? O irmão do nosso pai, que também era do Olhanense e pronto, talvez seja disso. O meu tio António Batista de Jesus, que também foi um grande adepto do Unidos!

**Tem saudades desse tempo? Gostava de ter sido jogador?**

**Terinho:** Ainda joguei à bola...  
**Afonso:** Das brincadeiras, uma equipa de um lado e outra equipa do outro, sem equipamentos, era a roupa que usávamos na escola. Era futebol à moda antiga.

**E o que é que você tem do Olhanense?**

**Terinho:** O cachecol, o chapéu, camisolas... vão me dando coisas. E o presidente Bica fez-me um cartão de sócio do Olhanense.

**Então e quem é a Ângela?**

**Terinho:** É minha amiga!  
**Afonso:** Isso é a pessoa que ele mais adora no lar! Ela ia dar-lhe banho mesmo sem estar de serviço. Mas com a pandemia mudaram os serviços e a Ângela já não está tanto com ele, mas ela é tudo para ele.

**Afonso, nunca é tarde para recomençar uma relação de irmãos?**

**Afonso:** Claro que não, e não me arrependo da decisão que tomei. Quem tem uma relação normal de irmãos sou eu, os outros nem tanto.

Vou ali todos os dias, quando é preciso alguma coisa, estou lá, pois sou o responsável. Mais a mais, é meu irmão.

Emociona-me falar disto porque quando a mãe dele morreu, o Terinho ficou ao abandono, não tinha condições e eu não consegui ser indiferente. Ele é meu irmão, vou sempre fazer tudo o que conseguir.

**Terinho, você distribuía jornais?**

**Terinho:** Cheguei a vender jornais, anos e anos! Vendia os jornais do Virgílio. Ia logo de manhã cedo! Depois ele dava-me os jornais e ia distribuir.

**Afonso:** Levou anos e anos nisto, até puder. Depois quando caiu e foi atropelado numa passadeira, e a partir daí teve de desistir, e hoje em dia também já não consegue andar sozinho, só guiado por alguém ou apoiado em algo.

**Gostava desse trabalho?**

**Terinho:** Gostava muito! Conhecia muita gente, nunca falhei nenhum dia.

**E que se lembra dos seus amigos?**

**Terinho:** O João Ervilha, por exemplo, ele dava-me um galão e um bolo quando ia lá. Também me lembro da Teresa do café e do Fernando.

**Afonso, hoje em dia, como é um dia dele?**

**Afonso:** Ele está numa casa que pertence ao lar. De manhã vai tomar o pequeno-almoço, depois almoça e depois vai jantar. O resto do tempo, devido às condições, passa o tempo deitado.

**E recebe visitas?**

**Afonso:** Sim! Eu vou lá todos os dias. Quem é que te foi visitar ali no outro dia?  
**Terinho:** O Zé Armando Papa, é da minha idade!



**Antecipe as compras de Natal!**  
**Mime os Seus! Apoie a economia Local!**

**sorteios de**  
**VALES DE NATAL**  
 Comércio Local e Restauração

**28 Nov > 6 Jan**  
 5 Sorteios  
 500€ /semana

**4 Dezembro**  
**Noite Vermelha**  
 Sorteio Especial de 1 VALE DE 500€

- ★ Chegada do Pai Natal
- ★ Promoções no comércio Local
- ★ Artesanato
- ★ Animação musical

www.cm-sbras.pt

PROJETOS E NEGÓCIOS

# Mariana Nunes

*Jovem sambrasense é o elo de ligação entre editoras nacionais e leitores*



**M**ariana Nunes, 20 anos, natural de São Brás de Alportel, a terminar a licenciatura em Psicologia na Universidade do Algarve, é uma jovem apaixonada pela leitura, trabalha com editoras nacionais e tem ainda uma página no Instagram com mais de 7 mil seguidores, onde partilha diariamente sugestões e análises a livros.

O bookstagram "Chroniclesofmariana", é um projeto onde Mariana pode partilhar o seu amor pela leitura, como por exemplo, o facto de em 2 anos passar de 21 livros na secretária para 260!

Ainda estava na escola primária quando surgiu o interesse pelos livros, apesar de

ninguém na turma gostar de ler, Mariana refugiava-se na Biblioteca e só na Escola Secundária assumiu a sua paixão e começou a ler frequentemente.

Conta-nos que o livro que mais a marcou durante a adolescência foi "À procura do Alaska" de John Green e foi a partir daí

que traçou o seu futuro, pois este livro fez Mariana escolher Psicologia como curso de Universidade.

Mariana confessa que não sabe quantos livros já leu, mas certamente que mais de 300, tendo batido o seu recorde em agosto de 2020 quando leu 18 livros em apenas um mês.

"Chroniclesofmariana" surge do interesse em partilhar as suas leituras, na pandemia foi quando sentiu mais adesão ao seu conteúdo, sendo já considerada uma influência para vários seguidores.

Lamenta o facto de muitos jovens não apreciarem ler, considerando mesmo que as sugestões literárias da escola podem influenciar de forma negativa, segundo Mariana, deviam apostar mais em material que fale de racismo, homofobia, saúde mental, assuntos tabus que não são mencionados.

Sobre a importância da leitura na vida de alguém, Mariana conta-nos: "Um livro pode ser um escape, um grito de ajuda... pode ser uma maneira de falar por alguém que não tem coragem de o fazer. Muitas vezes os livros têm chamadas de atenção a problemas que existem atualmente. Um livro ensina cultura, e educa, porque aborda temas que

**não são abordados na escola."**

O seu conteúdo tem feito a diferença de tal forma que já trabalha com várias editoras, desde setembro de 2019, através de uma parceria com uma editora brasileira, a partir daí já surgiram mais trabalhos, nomeadamente, com a Porto Editora, ASA, Quinta Essência, Editorial Presença. O papel de Mariana passa por receber os livros antes do tempo, sugerir quais são os livros que devem ser traduzidos, sendo basicamente um elo de ligação entre os leitores e a editora.

Para finalizar, deixa três sugestões de leitura aos nossos leitores: "O Silêncio das Águas", que fala de amor e stress pós-traumático, o "O Ódio Que Semeias", que fala sobre racismo, e "Tudo o Que Nunca Fomos", que fala de stress pós-traumático, depressão, de amor e de superação.

"**Todos estes livros fizeram-me sentir e chorar. É isso que importa, temos de ler e sentir. Os livros já me ajudaram imenso, é um amigo que está ali e que faz com que não nos sintamos sozinhos.**" Mariana Nunes

Página Instagram de Mariana Nunes  
[instagram.com/chroniclesofmariana](https://www.instagram.com/chroniclesofmariana)

Reportagem de Adriana Urbano

**Cantinho dos Cereais**  
Frutas e Cereais

Adriana Filipa da Conceição Dias

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

**TABACARIA**  
**ALCARIAS**

Tabacco shop  
Tabakladen  
Bureau de Tabac

**pão & pão** Boutique

S. Brás de Alportel

PROJETOS E NEGÓCIOS

# Teresa Abreu

## A paixão pelo artesanato



Este projeto surgiu numa altura difícil da minha vida, mas foi a minha bóia de salvação.

**T**eresa Abreu, 61 anos, natural do sítio do Tesoureiro, onde tem vivido sempre, recorda os tempos de menina na Escola do Alportel, os primeiros trabalhos de artesanato, os anos a trabalhar na Fábrica de Conserva de Peixe, a luta difícil contra o cancro que a levou até ao mundo do artesanato e que considera ter sido a sua salvação.

### ENTREVISTA

#### Como surge o artesanato na sua vida?

O trabalho de artesanato começou ainda quando era miúda, comecei a aprender renda na escola, logo aí senti um bichinho por estas artes, fui sempre fazendo peças ao longo da vida, mas era para mim e para a minha família.

Há 15 anos, tive um cancro, a maior batalha da minha vida, não podia fazer nada, andava só em tratamentos, comecei a fazer sacos de café para me distrair, então a Câmara Municipal sugeriu fazer material para a Feira da Serra, expondo as minhas peças. Foi assim e aqui que tudo começou.

Depois desta feira, convidaram-me para fazer

a Feira dos Pescadores de Santa Luzia, eu fui com os sacos, seguiu-se o convite para uma associação de Santa Luzia e comecei a fazer mais peças, sempre com material reciclado, desta vez, com latas. A minha vida das feiras começou aqui, até hoje.

Este projeto surgiu numa altura difícil da minha vida, mas foi a minha bóia de salvação.

#### Qual é foi a primeira peça que se recorda de fazer?

Olhando para trás, acho que a primeira peça que fiz mesmo, foi aos 11 anos, uma colcha de crochet, depois seguiu-se as blusas de malha,

foi uma paixão que ficou adormecida, mas eu adoro isto e já ninguém me tira daqui. Sou fiel ao artesanato.

#### Aposta muito na reciclagem. Que tipos de trabalho reciclados faz?

Sim, tudo o que faço é com material reciclado. Então, faço os sacos e carteira de café, com as latas também faço de tudo um pouco, as peças das latas chamam-se lacres.

Faço tudo de origem, é sempre criação minha. Não copio nada de ninguém, vou estudando à minha maneira o design da peça. Eu é que faço o processo todo, recolher o material, trabalhá-lo e compô-lo.

#### Onde é que expõe as suas peças?

Nas feiras em que participo, Tavira, São Brás, Santa Luzia, São Brás e Loulé! E outros eventos que possam surgir. Tudo o que for artesanato, eu alinho.

#### Neste momento, esta é a sua profissão, é artesã. É um trabalho que a deixa feliz?

Sim, é. O artesanato é tudo para mim. Não imaginava já a minha vida sem o artesanato. Desde jovem que gostava de ter um trabalho assim, mas nunca pensei entrar no mundo das Feiras. Vendendo ou não vendendo, eu sou sempre artesã. As minhas peças são únicas e os clientes dão valor a isso. Não há uma peça igual.

#### As mós são uma da vossa imagem de marca. Quem é que faz?

As mós têm sido um sucesso também! A ideia foi minha, porque acho importante manter vivas algumas tradições dos nossos avós, mas quem faz é o meu marido, o Vitalino. Temos esgotado sempre estas peças. Foi um vício que meti ao meu marido, ele adora fazer.

Temos em três tamanhos e todas têm saída. Até tivemos uma encomenda para um Museu no Porto onde estão expostas.

Tem sido mesmo uma loucura, há as gerações que conhecem as mós e querem levá-las por recordação e há as pessoas que não conhecem, mas levam por decoração.

**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

**Salão "M"**  
Cabeleireiro de Homens  
Barber Shop

Joaquim Melo  
tlm.: 969 641 138

Rua João Viegas Louro, n.º 25  
8150-155 São Brás de Alportel

**RG**  
Cabeleireiro - Friseur - Hairstylist  
Roberto Gonçalves

912-263 300  
Instagram: @cabeleiros\_rg

Rua João Viegas Louro, n.º 25 8150-155 São Brás de Alportel

## IMIGRANTES

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

## À conversa com Gudrun Tschiggerl



Nesta edição damos a conhecer Gudrun Tschiggerl, mais um bom exemplo de integração na comunidade de São Brás de Alportel.

Nascida e criada numa quinta próxima de Graz, a segunda maior cidade da Áustria, Gudrun Tschiggerl mudou-se para São Brás de Alportel em 2013 para uma propriedade, que tinha comprado anos antes, na Mesquita. Atualmente, é o seu lar e o local do seu negócio: o restaurante Lagar da Mesquita, um espaço de referência da restauração são-brasense.

Em 1978 decidiu viajar nas férias de verão pelo sul da Europa e passou por Lisboa e pelo Algarve. Achou que os portugueses eram os mais parecidos aos austríacos e na altura assaltou-lhe o pensamento: "Acho que este é o país!".

A família não achou muita piada quando decidiu mudar-se sozinha para Portugal no ano seguinte. Arranjou trabalho, apaixonou-se por um português, casou e a vida foi acontecendo!

Em termos de trabalho considera que até se sentia em vantagem por dominar o alemão.

Acompanhou o marido, que trabalhava na área da hotelaria, para o Algarve, local onde nasceram os seus dois filhos. Trabalhou como guia turística e guia de passeios pedestres para uma agência turística alemã e também se aventurou no setor imobiliário.

Em 1993, junta-se ao marido para gerir um hotel quatro estrelas na Manta Rota. Foi nesse período, durante um passeio pedestre em São Brás de Alportel, que conheceu Cristina Von Rosen, na altura dona de um Centro Cultural na Mesquita. Em 2002, Gudrun compra a propriedade que começou por usufruir como casa de férias, mas já tinha a vontade de abrir um negócio. Surge uma oportunidade para gerir um hotel em Lisboa e Gudrun avança novamente. Um período em que aproveitou para investir na sua formação, tendo feito uma graduação em direção hoteleira e um MBA em gestão de empresas turísticas. Um processo que a ajudou a construir o seu próprio plano de

negócios que deu lugar ao restaurante Lagar da Mesquita que abriu ao público em 2013.

Para a candidatura ao Programa para a Rede Rural Nacional (ProDer) contou com o apoio da associação In Loco.

Atualmente, fez sociedade com o filho e juntos gerem o restaurante que pugna por ser um espaço diferente onde se vive uma experiência única, com uma oferta gastronómica de com sabores intemporais, inspirada na cozinha mediterrânica, natural e saudável. "É um espaço que gosto muito, que pode contar histórias, onde me sinto bem e em paz", explica.

Da cultura portuguesa destaca "a riqueza da língua, que é uma ciência para quem

não cresceu com ela", um certo *Laissez-faire...* e observa que a pontualidade não é uma virtude dos portugueses. Entre as suas preocupações está a falta de cuidado e consciência das pessoas com o lixo e os animais abandonados.

Sente-se integrada na comunidade, mas admite que o restaurante é um desafio constante e que absorve muito do seu tempo. Aprecia a natureza, a paz da província e as pessoas interessantes que vivem em São Brás de Alportel e diz que viver aqui: "É ótimo!"

São Brás de Alportel, novembro 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

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](mailto:municipe@cm-sbras.pt)

Comércio & Serviços  
SÃO BRÁS DE ALPORTEL <https://comercioservicos.cm-sbras.pt>

Tudo o que procura... à distância de um clique!  
Economia Local... estamos aqui, sempre para si!

Pesquisar...

Se é empresário e ainda não aderiu, contacte-nos:  
289 840 019 / [empreendedor@cm-sbras.pt](mailto:empreendedor@cm-sbras.pt)

COMPRE CÁ DENTRO! **gabinete de Empreendedor** **Alportel** viver sabe bem!

BOA VIDA

## Sugestão do Chef

Rosana Amaral



Rosana Amaral, 46 anos, natural de Campo Grande/MS, Brasil, tem dupla nacionalidade e tem na cozinha a sua verdadeira paixão, é cozinheira e pasteleira.

A viver há 20 anos em São Brás, onde já construiu família, começou a dar os seus primeiros passos em cozinhas

como o Kuick, onde ganhou a paixão pela gastronomia e resolveu tirar o Certificado de Cozinha pela Escola Hoteleira.

Trabalhou também como chefe de Pastelaria na Pizza Pino, mas devido a problemas de saúde, focou-se só na pastelaria, tirando vários cursos de sobremesas e de pastelaria francesa.



<p><b>STANLEY RESERVA 2011</b> <b>Produtor:</b> Fundação Stanley Ho. <b>Região:</b> Península Setubal <b>Castas:</b> Touriga Nacional, Touriga Franca, Syrah e Petit Verdot <b>Alcool:</b> 14,50 % <b>Preço médio de venda:</b> 9,99 €</p>	<p><b>INEVITÁVEL 2014</b> <b>Produtor:</b> Santa Vitória Vinhos <b>Região:</b> Alentejo <b>Castas:</b> Cabernet Sauvignon 50% e Baga 50% <b>Alcool:</b> 14 % <b>Preço médio de venda:</b> 16,50 € <b>Site:</b> www.loja.santavitoria.pt</p>
<p><b>PRAZO DE RORIZ 2014</b> <b>Produtor:</b> Symington Family Estate <b>Região:</b> Douro <b>Castas:</b> Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Roriz e Tinta Francisca <b>Alcool:</b> 14 % <b>Preço médio de venda:</b> 9,25 € <b>Site:</b> www.chryseia.com</p>	<p><b>ALTANO RESERVA 2014</b> <b>Produtor:</b> Symington Family Estate <b>Região:</b> Douro <b>Castas:</b> 90% Touriga Nacional e 10% Touriga Franca <b>Alcool:</b> 14,1 % <b>Preço médio de venda:</b> 9,60 € <b>Site:</b> www.altano.pt</p>

## Rissóis de miolo de amêijoas



### INGREDIENTES (MASSA):

- 500 gr de farinha de trigo
- 1/2L de leite
- 500ml água
- 70gr manteiga
- 1 tablete de caldo knor marisco
- 4 colheres de salsa picada

### PREPARAÇÃO (MASSA):

- 1 - Coloque na panela a manteiga, o leite, a água e o caldo knor. Quando tiver fervendo, acrescente a farinha aos poucos;

- 2 - Mexa até a massa ficar solta na panela;
- 3 - Deixe arrefecer um pouco e de seguida coloque o recheio.

### INGREDIENTE (RECHEIO):

- 250g de miolo de amêijoas
- ½ cebola picada
- ½ colheres de coentros picados
- 1 tomate picado
- 1 tablete de caldo knor marisco
- 5 colheres de azeite

### PREPARAÇÃO (RECHEIO):

- 1 - Refogue cebola, coentros, tomate e caldo knor;
- 2 - Junte o miolo das amêijoas, mas por pouco tempo, só para saltear;
- 3 - Faça o rissol com a massa pré-feita, recheie e passe no pão ralado.

## Eclaires



### INGREDIENTES:

- Massa choux
- 75 gr trigo
- 125 gr água
- 50 gr manteiga
- +/- 125 gr ovos
- 2 gr sal
- 3 gr açúcar refinado

### PREPARAÇÃO:

- 1 - Numa panela, coloque água, manteiga, sal e o açúcar ao fogo. Deixe levantar fervura;
- 2 - Retire do lume, junte a farinha e volte a colocar sobre o lume. Mexa rapidamente para obter uma massa macia, que se solte dos lados e do fundo da panela;
- 3 - Deixe a massa arrefecer uns 5 minutos, depois comece a juntar os ovos um a um até a massa ficar macia;
- 4 - Coloque a massa num saco pasteleiro

- com bico liso;
- 5 - Faça a base do éclair com 12 cm de largura. Deixe cozer por volta de 1h20 minutos. Deixe arrefecer e recheie a gosto.

### DECORAÇÃO:

- Ganache de chocolate
- 200g chocolate negro
- 150g natas

### INGREDIENTES (RECHEIO):

- 200ml de natas batidas
- 1/2 folhas de gelatina
- 125gr de framboesas frescas
- 2 colheres de açúcar em pó

### PREPARAÇÃO (RECHEIO):

- 1 - Bata as natas;
- 2 - Pique as framboesas e de seguida, envolva com açúcar;

- 3 - Com as folhas das gelatinas hidratadas, leve ao micro-ondas e misture todos os ingredientes com as natas batidas e coloque no frigorífico por 1h30 minutos;
- 4 - Coloque num saco pasteleiro com um bico, corte o éclair ao meio e recheie a outra parte;
- 5 - Passe com um pincel a ganache de chocolate;

*Dica:* Forno a 150°  
Cozer por volta de 1h20

## Mousse de amendoim



### INGREDIENTES (CREME):

- 200ml de leite
- 100ml de natas
- ½ lata de leite condensado
- 150gr de amendoim triturado
- 1 colher de sopa de maizena

### PREPARAÇÃO (CREME):

- Numa panela, misture todos os ingredientes e leve ao lume, até o creme engrossar;
- Deixe arrefecer;
- Bata 200ml de natas, envolva aos poucos com o creme para que fique uma mousse.

### INGREDIENTES (CAMELO SALGADO):

- 150gr de açúcar
- uma colher de sopa de manteiga
- 1 pitada de sal
- 100ml de natas

### PREPARAÇÃO (CAMELO SALGADO):

- Coloque o açúcar numa panela, mexa até ficar derretido com uma tonalidade castanha;
- Adicione a manteiga fria, e mexa até incorporar. A manteiga fria reduzirá a temperatura do caramelo e ajudará a incorporar a nata;

- Adicione a nata aos poucos com uma pitada de flor de sal, mexendo até ficar um creme.

*Dica:* Colocar tudo numa taça por camadas

## A FECHAR



## Dicas a Granel

### Mergulhos e pingas



**H**oje venho-vos falar de aceitação. É tão importante aceitarmo-nos como somos e sentirmo-nos bem na nossa própria pele, cada um deve fazer o seu caminho nesta descoberta de si próprio (o que acontece todos os dias). Não posso falar pelos outros mas por mim, posso. Não fui sempre assim, vivemos numa sociedade cada vez mais motivada para buscarmos uma certa perfeição aos olhos dos outros, quando o que importa são o que

os nossos olhos vêem, é a partir daí que nos conhecemos, reconhecemos e nos aceitamos. Fico feliz quando sinto a diversidade a ser aceite e reconhecida como algo muito bom, afinal de contas qual seria a piada da vida se todos fossemos iguais, nos comportássemos da mesma forma, nos vestíssemos da mesma forma, gostássemos das mesmas coisas...

A minha forma de aceitação tem a ver com o que sou e naquilo em que acredito. Tenho aprendido que nem todos os dias nos sentimos bem e que há coisas que não nos é possível controlar, mas a forma como encaramos a vida e aceitamos que estamos em baixo, ajuda-nos a recuperar e ver a felicidade nas pequenas coisas que tornam os outros dias felizes. Desde bem cedo aceitei o meu sorriso torto mas luminoso aos meus olhos, o meu cabelo selvagem ao natural, de marrafa ao meio, as minhas inseguranças... Posso-vos dizer que o que tenho feito em relação às minhas inseguranças é enfrentá-las: falar em público, falar para câmaras, acreditar que possa ter algo importante a dizer aos outros, são algumas delas e fui encontrando ferramentas na minha vida para melhorar isso, comecei a fazer teatro e abri o meu próprio negócio a fazer algo de que gosto e em que acredito, o que me ajudou imenso na minha auto confiança.

Todos os meses escrevo para vocês algo que faça sentido para mim nesse momento, e para mim é um momento de partilha, claro que a Beatriz e a Bialógica não são a mesma coisa, mas a Beatriz tem muito de Bialógica e a Bialógica tem muito de Beatriz por isso fazer essa separação não é assim tão linear, daí que muitas vezes utilize o lado pessoal da Beatriz para falar sobre a Bialógica.

O padrão é aceitar que não há um padrão, aceitar as particularidades.

Assim surgiu a coleção de barro "mergulho e pingas", sonhada e desenhada por mim, seguindo a filosofia "Bialógica" e executada através das mãos e da arte do mestre oleiro Francisco Eugénio.

A partir do gosto pela nossa tradição, nasceu uma parceria muito especial entre o barro, a arte de o trabalhar e as ideias bialógicas. Objetivo principal: peças práticas, belas, simples, para servir no dia a dia, feitas a partir da terra mãe, aliado a uma certa contemporaneidade. São peças fortes, que nos ensinam a reconhecer, aceitar e cuidar a sua/ nossa fragilidade. Esta coleção é composta por pratos, taças e jarros de barro com múltiplas funcionalidades. E porque a vida é preenchida de mergulhos e pingas, nada faria mais sentido do que brincar com isso, tornando cada peça imperfeita e única.

Ficaram curiosos com o que aí vem nos próximos dias?

Desde pequenina que esta arte me atrai, até me perdi dos meus pais na feira da serra, encantada a ver o senhor a trabalhar ao vivo na sua roda de oleiro, claro que depois foi o terror, mas jamais esqueci porque me perdi. Por isso é muito bonito agora que tenho o meu próprio negócio ir atrás de algo que me atraiu logo tão novinha, ver como das mãos do oleiro e do movimento da roda, quase que por um passo de magia, um pequeno pedaço de barro se transforma em qualquer coisa que a imaginação dele lhe permita. Ao mesmo tempo perceber a fragilidade e imperfeição de se usar um material tão natural de forma artesanal.

E tu? Mergulhas por completo ou ficas-te pela metade? Atreves-te a aceitar as pingas?



ANA BEATRIZ BERNARDO DE JESUS

## Café Vitória vence Prémio de "Melhor Espírito" da Rota do Petisco 2021



**O** Café Vitória participou pela primeira vez na Rota do Petisco, um evento desenvolvido pela Teia d'Impulsos que celebra durante um mês a cultura gastronómica Algarvia, alcançando o prémio de "Melhor Espírito" de 2021.

**"Prezamos em bem receber, da forma simples que nos caracteriza, para que todos os que chegam, seja pela primeira vez ou seja frequentemente, se sintam bem e em casa! É sem dúvida muito bom receber este reconhecimento! Queremos agradecer a todos os petiscadores que nos escolheram como o estabelecimento com melhor espírito da rota e felicitar a Associação Teia d'Impulsos pela iniciativa."** Catarina Ramos e Vitorina Ramos

O jornal O Sambrasense felicita o Café Vitória pelo prémio e partilha o artigo realizado em junho de 2020 sobre esta casa.

## Café Vitória, aberto há mais de 59 anos, é um dos cafés mais antigos do concelho

**N**ascia no ano de 1962 na aldeia do Alportel o Café Vitória pelas mãos do Sr. Júlio Vitória que transformou uma antiga escola de meninas num café que a par com o Café Correia são os mais antigos do concelho.

Este é um espaço que ao longo do tempo tem acompanhado várias gerações de gentes do Alportel, uma aldeia humilde que tem um papel importante na história do nosso concelho.

Há 27 anos, o café passou a ser gerido por Vitorina Mariano Ramos, natural de Moncarapacho e que é atualmente ainda a responsável pelo Café Vitória.

Quando chegou no dia 1 de Maio de 1993 havia no Alportel também o café da Sra. Maria Dias, o Café do Sr. João e a Sociedade do Alportel ao serviço dos alportelenses.

Junto à N2, o Café Vitória é um ponto

de encontro entre amigos do Alportel e não só. Há quem venha de todo o Algarve para comer os apetitosos caracóis da Vitorina e também quem venha de vários pontos do país por esta estrada, que aqui aproveita para fazer uma pausa da viagem e apreciar a beleza e tranquilidade do Alportel!

A comunidade estrangeira também é clientela fixa que adora o ambiente familiar do café e volta sempre para provar as iguarias locais.

Desde que abriu o Café Vitória, Vitorina tem um grupo de clientes que se tem mantido até hoje, sendo como uma família que dá a este espaço um ambiente acolhedor e familiar.

Em Outubro de 2019 o café foi todo remodelado, tendo agora também uma sala de petiscos e um espaço mais amplo para bem receber todos os clientes e amigos.

## Recordar o Passado

### Agradecimento ao Tio João Paixanito

**A**UDRS agradece ao sambrasense João Brito mais conhecido por Tio João Paixanito bem como à sua esposa Joaquina Rosa pelos anos de dedicação e empenho à rouparia

do clube do qual fizeram parte mais de 10 anos. Dois nomes que marcaram os atletas da União Sambrasense pela sua simpatia e amabilidade. Pode ler mais no Livro da União Sambrasense

