

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 **STEFANIE BOUCINHA**

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

DESTAQUE

RENATO PIRES É CAMPEÃO MUNDIAL DE AFTER DINNER



pág. 03

EXCLUSIVO

Marita Alexandre abraçou aventura missionária para realizar sonho da filha Beatriz

22

TESTEMUNHO

"Sobrevivi a um aneurisma cerebral" Lígia Anica

09

ENTREVISTA

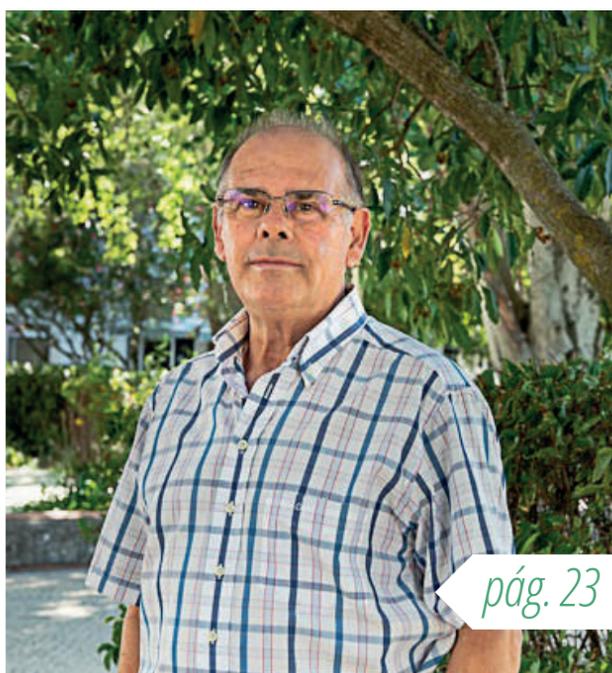
Os maiores desafios da Prematuridade por Rute Gago da Nascer Prematuro

15

POLÍTICA

Marlene Guerreiro é a primeira mulher na liderança do Partido Socialista em São Brás de Alportel

21



pág. 23



pág. 08



pág.30

EM FOCO

GENTES DA NOSSA TERRA: João Martins e o percurso como carteiro

TESTEMUNHO

A história de superação de Maria Dolores perante o cancro

TRIBUTO

Recordando a memória do jovem André Torpes "Quinzinho"

A ABRIR

Editorial



JOAQUIM JOÃO

O União D.R. Sambrasense fez 52 anos no dia 10 de junho de 2022 e que eu me lembre, nunca existiu neste clube o que esta época está a acontecer, pois temos no nosso plantel sénior mais de 99% de atletas sambrasenses, todos formados no nosso concelho (somente 2 não o fizeram, mas vivem e trabalham cá).

Também a equipa de Juniores são 100% da nossa terra, para além dos jogadores, também a equipa técnica de ambas as equipas são filhos da terra.

Alguns jogadores andavam por outros clubes, voltaram a representar as cores

da nossa terra, por isso, todos os cêntimos que foram gastos em subsídios pagos pela Câmara e pela Junta de Freguesia, também dos patrocinadores e todos os que ajudaram o clube, estão a ser investidos em atletas da terra.

Acho que tudo isto deve ser valorizado e louvado pelas autoridades competentes, ao verem os seus subsídios valorizados, e não serem mal empregues.

Os jovens sambrasenses têm correspondido de uma forma positivo ao nosso empenho ao apostar na prata da casa, o União Sambrasense, espera continuar empenhado na valorização dos mesmos

e algum reconhecimento por parte da Câmara Municipal e Junta de Freguesia com um olhar mais atencioso e maior disponibilidade para o próximo subsídio.

Para além disto, apelar às autoridades máximas que ajudem as associações, devem ter em conta todos os aumentos a que temos assistido em todos os sectores a que nós não somos imunes.

Espero assim uma maior compreensão dos nossos líderes para o próximo plano de atividades do ano de 2023 para podermos honrar e dignificar o nosso clube e os nossos jovens.

MOMENTO DO MÊS

20 anos Seniores em Movimento e Coração Ativo



Celebrou-se este mês os 20 anos de projetos de Ginástica Sénior que a Junta de Freguesia promove com muitos sonhos, desafios e empenho ao longo dos últimos anos.

A lista de nomes de pessoas, com quem temos trabalhado em conjunto para o sucesso destes programas é enorme, como se pode constatar.

Deixamos um agradecimento, a todos os Alunos, à excelente equipa de professoras, Dra. Lisa Soeiro coordenadora deste projeto, às professoras Nélia Dias, Carina Soares e Ana Rosário, e a todos os professores que deram o seu contributo ao longo destes 20 anos, aos colaboradores da Junta de Freguesia pela sua dedicação, aos parceiros institucionais que nos apoiam, à Câmara Municipal de São Brás de Alportel um parceiro de todos os dias, também à Santa Casa da Misericórdia.

Junte-se a nós e MEXA-SE PELA SUA SAÚDE. dizem as vozes da experiência e da sabedoria!!!

Um bem-haja para todos!!

BREVES

Cemitério de São Brás de Alportel avança para ampliação

Após a conclusão do projeto de requalificação do espaço exterior, o Cemitério de São Brás de Alportel é agora objeto de obras de ampliação. A nova ala, está a nascer a poente, num investimento que ascende a 400 mil euros.

A obra avança a bom ritmo. O projeto é concretizado pela Junta de Freguesia de São Brás de Alportel, com o apoio do município que já atribuiu um apoio de 100 mil euros para este investimento.

Recentemente, a Junta de Freguesia desenvolveu duas fases do projeto de requalificação do espaço exterior do Cemitério Municipal, que permitiu melhorar o ordenamento, estacionamento e as acessibilidades, para todos, a este espaço.

Para fazer face a um desafio da maior importância, a Junta de Freguesia conta novamente com o apoio do Município para empreender o grande projeto de Ampliação do Cemitério, que contempla a criação de uma nova ala (a poente do existente) com construção de muros de vedação, instalação de infraestruturas de água, saneamento, eletricidade e acessibilidade, bem como a criação de um novo modelo de construção de sepulturas para sepultamentos temporários e orça em cerca de 400 mil euros.



Firmado um acordo de cooperação, aprovado por unanimidade, em reunião de Câmara de 19 de julho, o Município atribuiu à Junta de Freguesia um apoio de 100 mil euros, aprovado unanimemente pela Assembleia Municipal a 15 de junho.

O projeto foi elaborado pela empresa local Gaprocor e os trabalhos, adjudicados à empresa Sérgio Caiado Raminhos e filhos, já está em curso, como comprovado em visita recente ao local com elementos do executivo a tempo inteiro, projetista e empreiteiro da obra.

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 Redação: Isa Vicente

Redação: Isa Vicente e Adriana Urbano

Colaboradores/Colunistas: David Mendes, Sílvia Revés, Rita Guapo, Alain Guerreiro, Gilmar Brito, Vânia Mendonça, Paulo Bernardo, Celso Brito, Diogo Duarte, Joaquim Mendoza, Bruno Costa, Susana Lourenço, Graça Passos, Sílvia Viegas, Carmen Macedo, Hugo Barros, Marisa Belchior, Henrique Dentinho, Armando Ventura e Gonçalo D. Gomes

Fotografia: Isa Vicente e Adriana Urbano

Design: Stefanie Boucinha

Triagem Média: 1500 exemplares

Expedição e distribuição: LUSOIBÉRIA e CTT (Assinantes), União Desportiva e Recreativa Sambrasense (Bancas e Postos de Venda)

Redação e Administração: Tel/fax: 289 841 439

Email: redacao.jornal.osambrasense@gmail.com

Morada Redação/Administração: Rua Luís Bivar

Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel

Membro: AIND

Os artigos e notícias publicadas em "O Sambrasense" quando assinados, ainda que por simples iniciais ou pseudónimos - devidamente identificados, são da exclusiva responsabilidade dos seus autores. As opiniões expressas nos artigos ou colunas, não são nem reflectem necessariamente, as opiniões dos responsáveis pelo jornal. Do mesmo modo, não nos consideramos obrigados a publicar os originais que nos enviem sem serem solicitados, salvo nos casos que a Lei de Imprensa o impõe. Mais informamos que não devolvemos os originais que nos enviem e que por qualquer motivo, não sejam publicados, assim como, os artigos e notícias que forem enviados a este Jornal sob a forma de anonimato não serão publicados

Assinatura do Jornal: Para Portugal: 12,00€, para a

Europa: 15,00€ e para o resto do mundo: 20,00€

Modo de pagamento: Pagamento na Secretaria - Rua Luís Bivar Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel. Pagamento através de Vale Postal, mencionando sempre o Nº ou Nome de Assinante. Pagamento através de Cheque à ordem de União Desportiva e Recreativa Sambrasense, e enviar para a seguinte morada, mencionando sempre, o Nº ou o Nome de Assinante. União Desportiva e Recreativa Sambrasense, Rua Luís Bivar Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel. Pagamento através de Transferência Bancária, mencionando sempre, o Nº ou o Nome de Assinante.

NIB: 40268533014

IBAN: PT50 0045 7212 4026 8533 0142 9

SWIFT/BIC: CCCMPTPL

DESTAQUE

Renato Pires é Campeão Mundial de After Dinner



Renato Pires sagrou-se Campeão Mundial na modalidade After Dinner no World Championship IBA em Cuba no passado dia 9 de novembro.

Com um percurso consolidado nesta área, Renato Pires, é um nome de mérito na criação de cocktails inspiradores e originais, com palmarés de participações nos mais diversos concursos nacionais e internacionais e percursos que elevam o nome do município e são um exemplo motivador para muitos jovens.

Com formação profissional na área de restaurante-bar desde 1997, Renato Pires já trabalhou nos mais diversos esta-

belecimentos ligados à hotelaria.

O seu percurso profissional conta com diversas vitórias no Campeonato Regional e Nacional de Cocktails, bem como representações de Portugal em Campeonatos Mundiais, na Eslovénia, nos Estados Unidos da América, entre outros.

Formador, é ao ensino que tem dedicado os seus últimos anos, transmitindo aos mais jovens os seus conhecimentos e atitudes.

Alcançou agora o maior título da sua carreira, é Campeão Mundial na modalidade After Dinner, numa prova que realizou através da Associação Barmen de Portugal.



An advertisement for Florista Cesaltina. It features a circular photo of a woman in a white shirt and dark blazer standing in a floral shop. The text "Florista Cesaltina" is written in a large, brown, curved font at the top. Below the photo are several large, colorful flowers (red, yellow, blue, pink). At the bottom, the text "Qualidade e Inovação" is written in a brown font, followed by "Contactos: 962093614" and "965783325" in a bold, black font.

OPINIÃO

Web Summit – entre uma narrativa tecnológica e a realidade

Realizou-se em Lisboa, uma vez mais, a Web Summit, uma espécie de Meca para a tecnologia, onde nela participam os mais reputados gurus da tecnologia e onde abundam as oportunidades de investimento para as empresas tecnológicas. A Web Summit é para Portugal uma espécie de Carnaval. Durante os dias em que se realiza, o país coloca as suas vestes de empreendedor, assume-se altamente tecnológico e acolhe de braços abertos toda e qualquer coisa que tenha o mais leve perfume a tecnologia. Findo os três dias de Web Summit, Portugal torna a despir as suas vestes, retomando à normalidade: o país da burocracia, da administração pública pouco capacitada para a tecnologia, do estrangulamento fiscal das pequenas e médias empresas, do fecho de serviços essenciais e de proximidade, enfim, o país longe do progresso tecnológico, mas, nesse sentido, o país real.

É sempre com algum embaraço que se assiste às proclamações delirantes das figuras políticas que por lá desfilam. Do Presidente da Câmara Municipal de Lisboa ao Presidente da República, passando pelo Primeiro-Ministro, o discurso assume um mesmo padrão: banha de cobra. “Lisboa como a capital europeia tecnológica” referiu o Presidente da República. Terá tido o nosso Presidente, por ventura, a oportunidade de visitar outras cidades europeias para perceber com franqueza a que distância Lisboa está de se tornar uma capital tecnológica à semelhança de Dublin, Berlim, Londres, Paris ou de Amesterdão? Compreenderá o nosso Presidente que a Administração Pública portuguesa é das menos capacitadas em termos tecnológicos e que os recursos materiais que tem a seu dispor são, em grande parte, obsoletos? Estaremos conscientes de que existe uma adversidade ao progresso tecnológico

em Portugal e que parte substancial dos perfis de profissionais da tecnologia são obrigados a emigrar para prosseguirem uma carreira digna?

O discurso e a realidade não se encontram. Entre o querer e o ser, a assimetria não podia ser maior ou mais profunda. A Web Summit é um fetiche nacional que veio acoplado a um acordo de milhões de euros com Paddy Cosgrave (fundador da Web Summit) e que, a propósito, pretende começar já no próximo ano a levar a Web Summit para o Rio de Janeiro, violando o acordo de permanência em Portugal. Não é irónico como o vendedor da banha de cobra comprou, ele próprio, banha de cobra? A pergunta agora é: Portugal comprou banha de cobra para continuar a vender banha de cobra, ou comprou banha de cobra a acreditar ser um produto milagroso?

Seja como for, uma coisa é certa, o país não precisa de mais Web Summits, nem

precisa de abrir os braços aos nómadas digitais. Portugal precisa, acima de tudo, de redefinir uma estratégia que permita incentivar o desenvolvimento de empresas tecnológicas, de modernizar a administração pública, de providenciar um melhor enquadramento aos seus nómadas digitais, e de refletir seriamente sobre como parar a hemorragia de profissionais que todos os anos emigram à procura de uma carreira que Portugal não lhes permite. Até que esta seja uma prioridade nacional, a Web Summit em Novembro ou o Carnaval em Fevereiro/Março, são dois eventos praticamente indistinguíveis.



DIOGO DUARTE

Diário de um Marinheiro (continuação)

Mais uma viagem a bordo do N.R.P. Roberto Ivens em 1985: de Leixões a Cadiz

Finalmente chegou o dia tão esperado, tão desejado por toda a guarnição do navio, a chegada da STANAVFORLANT a Leixões pela manhã do dia 21 de maio de 1985. Tínhamos a hora prevista de chegada pelas nove horas, mas só atracámos já passava das onze, enfim, o que é preciso é chegar e descansar durante uns dias na nossa terra tão desejada e amada. Porém, descansar é coisa que não vai existir até terminarmos esta missão com data prevista a 31 de julho, portanto faltam ainda dois meses... E logo após o almoço efetuou-se a faina do abastecimento ao navio com mantimentos de toda a ordem e feito para alimentar o pessoal.

Também o chefe de serviço de comunicações convocou os três sargentos de comunicações para uma reunião a bordo do navio canadiano SKEENA para, juntamente com os responsáveis dos outros navios, fazermos o balanço sobre o que se passou e o que se irá passar nos próximos tempos na área das comunicações entre os navios da Força e os comandos em terra. Concluiu-se que apesar de ter sido muito trabalhoso não decorreu mal, em parte devido às boas condições do mar e também ao profissionalismo dos seus operadores, esperando que o futuro não nos traga problemas maiores. Foi por todos considerado proveitosa esta reunião dos comunicativos.

Cansados de tanto navegar, ao cair da tarde houve licenças para o pessoal de folga sair para terra. Com alguns camaradas saí também, e fartos das comidas de bordo entrámos numa tasca e comemos presunto e bebemos vinho verde até dizer chega. Passeámos depois por Leixões e fazendo-se noite fomos jantar ao restaurante um bom cozido à portuguesa, seguimos depois de autocarro para a 'nobre' e 'invicta' cidade do Porto afim de ver e sentir o pulsar da noite e regresssei

a bordo tarde na companhia de alguns camaradas. O segundo dia foi passado a combinar a viagem de carro até Almada para o dia seguinte. O sargento carpinteiro é natural de Leça da Palmeira, aqui perto, e tem cá o carro que levará quatro sargentos até ao Laranjeiro, pois ele tal como nós tem lá a família, e assim dividimos a despesa entre todos quando regressarmos ao navio no dia 26, após os três dias passados em beleza com a família que tanto ansiamos ver.

E tal como previsto saímos de bordo e de Leixões pelas dez horas da manhã, o carro com cinco sargentos lá dentro para fazermos trezentos e tal quilómetros até casa. Nesta altura ainda não havia a autoestrada do Norte, portanto viemos pela estrada nacional estimando levarmos cinco horas de viagem caso não houvesse problemas com o carro. Parámos na área de serviço próxima de Leiria para abastecer o carro de combustível e nós petiscamos algo para mitigar a fome... mas ao arrancarmos, passado um pouco, o motor começa a falhar e aos solavancos. O sargento Ventura, maquinista a bordo, viu logo que a falha era do combustível e disse para o condutor «não deixes parar o motor e voltemos para trás para a área de serviço, pois se o motor para já não vai arrancar e temos que pedir um reboque». Felizmente conseguimos chegar à área de serviço e foi retirado o gasóleo e metida a gasolina e assim sem mais problemas chegámos ao Laranjeiro pelas quatro horas da tarde.

É indescritível a felicidade sentida ao regressar ao lar após dois meses de ausência. Abraçar e beijar mulher e filhas é extremamente salutar e a tranquilidade sentida é imensa, para quem como nós passa meses num ambiente só de homens, vendo sempre as mesmas caras e ouvindo sempre as mesmas conversas, comendo quase sempre as mesmas co-



midas. Transforma-nos tremendamente, desumanizando-nos sobremaneira. Os três dias passaram depressa e, tal como tínhamos combinado à chegada, a partida seria passados os três dias pelas 23h00 no mesmo local onde chegámos. E sem falhas eles chegaram, despedi-me dos familiares que estavam comigo e aí vamos nós a caminho de Leixões em noite de inverno, tendo chegado pelas 03h30 ao navio. Viagem muito complicada devido ao mau tempo, com chuva intensa, muitos camiões a entupir a estrada, os limpa-para-brisas a funcionar mal, o que nos fez sair da estrada por duas vezes felizmente sem consequências. Mas a não ser os sustos passados na estrada chegámos vivos e bem. E já vamos

sair amanhã para o mar. Não seguirão os oito navios da Força, mas apenas seis, pois os navios americano e alemão saíram para o mar na quinta-feira afim de vigiarem alguns navios de guerra Russos que passaram ao largo da nossa costa.

E após uma estadia de seis dias em Leixões eis-nos novamente navegando rumo ao sul, iremos chegar no dia 30 a Cadiz, na Espanha.



VÍTOR MANUEL HORTA

OPINIÃO

Pontos nos ii

Na edição do mês de Agosto último o Jornal "O Sambrasense" publica uma notícia assinada pela Comissão Política da PSD de S.Brás de Alportel com o título "PSD/SBA PROPÕE A ATRIBUIÇÃO DOS NOMES DE PATRONO DE ANTÓNIO BICA À ESCOLA EB 1 N.º 1 E DE JOÃO PIRES DA CRUZ PARA A ESCOLA E B1 N.º 2."

É salutar os partidos políticos de S.Brás de Alportel revisitarem a sua história, como certa altura da referida publicação é dito "Quem não tem memória não tem futuro", mas não basta a memória conveniente desfocada dos factos o que leva ao desvirtuamento da verdade histórica baseada em provas documentais de validade inquestionável.

Pertencço ao enquadramento que também a invocada comunicação partidária refere: "os primeiros autarcas eleitos foram os pioneiros no desenvolvimento local e na satisfação das necessidades básicas das populações", desde a Comissão Administrativa da Câmara Municipal de Outubro de 1975 a Dezembro de 1976 e depois vereador eleito de 1980 a 1985, além de membro da Assembleia Municipal de 1994 a 1997.

Conheci e trabalhei com ambos os homenageados em condições diferente, primeiro com João Pires da Cruz desde a minha entrada na Comissão Administrativa em que entramos juntos para a mesma e depois como vereador eleito no mandato de 1980-1982 também nas listas do PS, e depois de 1983 a 1985 com o segundo na oposição ao PSD. Sou a única pessoa viva, a outra foi Álvaro Botinas, falecido em 1995 que tinha essa dupla experiência, e que viveu com paixão esses tempos da implantação da democracia e do poder local democrático, pois iniciei-a apenas com 23 anos imbuído de um espírito de participação política ao serviço da comunidade e por isso nunca me escusei a emitir opiniões mesmo que isso não fosse de agrado de alguns por razões diversas.

Como se compreende conheci bastante bem o João Pires da Cruz, desde a sua

chegada a Portugal e António Bica desde sempre com a maior deferência por ele e vice-versa, aliás mesmo depois da sua saída da Câmara Municipal em 1989 sempre dialogamos muito, como amigos. Por tudo isto são pessoas que me merecem todo o respeito e consideração como tal, mas que politicamente tivemos divergências de índole diferente o que é normal em democracia, no entanto, não estando em causa o valor de cada um como pessoas e como autarcas, mas é lícito questionar esta maneira simplista como se olha para a participação cívica nos órgãos autárquico criando um presidencialismo que não existe no nosso sistema desde logo porque as Câmaras Municipais são órgãos colegiais, no nosso caso formada por cinco membros, todos com a mesma dignidade porque foram eleitos, sendo o presidente o primeiro da lista mais votada em eleições, "primus inter pares", o qual tem as suas competências próprias definidas na lei, assim como a própria Câmara também tem as suas e as mais importantes, por exemplo aprovação do Plano e do Orçamento entre outras.

Esta situação hoje está desvirtuada porque se instalou uma visão presidencialista e com a nomeação de vereadores a tempo inteiro estes delegam as competências da Câmara Municipal no presidente, demitindo-se assim do seu papel de vereadores por si próprios nas suas ações e opiniões. A consequência da auto-desvalorização dos vereadores que compõem a maioria na Câmara conduz ao apagamento da sua função tornando-se meros apêndices do presidente por vontade própria, mas que desfigura o sistema autárquico por conveniência pessoal nada tendo a ver com as suas convicções ou ideias, mas apenas por interesse pessoal.

Quando se quer homenagear estes dois concidadãos por situações objetivas como aquelas que são apontadas verifica-se o desconhecimento dos proponentes da situação objetiva da sua ação mas pelo contrário à luz da situação atual que

vigora um presidencialismo mediático o que não aconteceu nos mandatos dos referidos presidentes da Câmara Municipal e isso sim é muito mais valioso porque não desvirtuaram o sistema, viveram nele.

Quanto à razão objetiva da atribuição da qualificação de patronos às escolas nº1 e nº2, por terem sido os seus proponentes e decisores isso não corresponde à verdade factual.

Em relação à escola nº 2, aquela que foi construída no terreno junto ao depósito da água, a sua construção foi da responsabilidade da Direção - Geral das Construções Escolares em 1975/76. Basta recordar que João Pires da Cruz chegou à Comissão Administrativa da Câmara Municipal em Novembro de 1975 e saiu em Agosto de 1976, sendo certo que as autarquias nessa época não tinham autonomia administrativa e financeira o que só foi reconhecido através das Leis 79/77, de 25 de Outubro e Lei 1/79 de 2 de Janeiro e desde a decisão de construir e o início das obras ainda João Pires da Cruz não estava na Comissão Administrativa, por outro lado, recordo perfeitamente de ter visitado a obra em 1976, como membro da Comissão Administrativa e não me recordo de alguma vez essa questão ter sido referida como algo que tivesse sido decidido, aliás quando se diz na peça que entrou em funcionamento no ano letivo de 78/79, isso é apenas o corolário lógico daquilo que atrás disse.

Quanto à escola nº 2 situada hoje próximo das piscinas municipais cobertas, a questão ainda é mais precisa. Na verdade, a construção dessa escola já constava em plano e orçamento para 1982 só não se iniciou nesse ano por atrasos no projeto. Com a mudança política resultante das eleições de Dezembro de 1982, e que o PSD ganhou as mesmas e uma vez que o presidente da Câmara Municipal da altura João Pires da Cruz não quis apresentar o plano e orçamento para 1983, o novo executivo teve que aprovar o plano e orçamento para esse ano em Janeiro após a tomada de posse. Quan-

do da apresentação e aprovação desses documentos a construção da referida escola não constava e foi através de uma proposta minha que a mesma foi incluída com uma verba de 4 000 contos e que o PSD e o Senhor Presidente Bica aceitaram retirando essa verba da compra de máquinas. Por outro lado, em Setembro desse ano voltei a questionar, na minha qualidade de vereador, porque razão a escola ainda não tinha sido posta a concurso e sempre fui pressionando para o efeito, tendo sido adjudicada no final de 1983, mesmo assim só entrou em funcionamento no ano letivo de 1985/86, como teria sido se não tivesse insistido?

Assim direi que de entre os homenageados o que tem mais ligação à mesma é João Pires da Cruz pelo facto de no seu mandato ter sido tomada a decisão da sua construção aí já no âmbito das competências das autarquias que lhe deu a referida Lei 79/77, de 25 de Outubro e a Lei 1/79, de 2 de Janeiro e tendo em atenção que não havia competências delegadas no presidente, assim todos os vereadores participaram na decisão no espírito correto da existência de um órgão colegial, cumprindo o seu mandato, como no caso da escola número um que refiro.

Com estas palavras não pretendo mais do que esclarecer sobre factos que vivi, no entanto não posso deixar de afirmar que ao longo dos anos tenho assistido a um apagar da história que urge corrigir sob pena de se consolidar um vazio referente a um período da vida autárquica de S.Brás de Alportel que merecia melhor atenção em que intervieram muitas pessoas cuja acção não merece o esquecimento.



ARMANDO FILIPE VENTURA

Tributação de Cripto moedas

O Governo determinou na proposta de Orçamento do Estado (OE) para 2023 que as mais-valias obtidas com criptoativos "detidos por um período inferior a um ano" passam a pagar uma taxa de 28%, "sem prejuízo da opção de englobamento."

Na nova proposta orçamental, que ainda vai ser discutida no Parlamento, o Governo propõe um novo regime de tributação de criptoativos e criar um quadro fiscal amplo e adequado aplicável aos criptoativos, em sede de tributação de rendimento e de património.

1. Novidades

1.1 A principal novidade diz respeito às mais-valias obtidas com criptoativos detidos por menos de 1 (um) ano, como é o caso dos lucros gerados pela venda

de cripto moedas. O regime, que se assemelha ao das ações, implica que os contribuintes tenham de declarar estas operações e pagar uma taxa de 28% de IRS, ou optar pelo englobamento.

1.2 Se os ativos forem detidos por mais de 1 (um) ano, esses ganhos ficam isentos. A proposta de OE esclarece que, para essa contagem, também é contabilizado o período de detenção dos criptoativos adquiridos antes da data da entrada em vigor do novo regime.

1.3 Em sede de IRS, o Governo propõe a tributação dos rendimentos provenientes de operações com criptoativos como rendimentos empresariais e profissionais, onde estão incluídas as atividades da mineração de cripto moedas e emissão de criptoativos.

2. Imposto do Selo

2.1 Além do mais, o novo regime não prevê, expressamente, a tributação das transmissões gratuitas de criptoativos, bem como a incidência de Imposto do Selo sobre as comissões cobradas na intermediação de operações relativas a criptoativos, sujeitando estas a uma taxa de 4%.

3. Comunicação à AT

3.1 As pessoas singulares ou coletivas, organismos e outras entidades sem personalidade jurídica que prestem serviços de custódia e administração de criptoativos por conta de terceiros ou tenham a gestão de uma ou mais plataformas de negociação de criptoativos, ficam obrigadas à entrega de uma declaração de modelo oficial à AT, até ao final do mês de janeiro de cada ano, relativamente

a cada sujeito passivo, comunicando as operações efetuadas com a sua intervenção relativamente a criptoativos

Esta decisão do Governo surge depois de o Ministério das Finanças ter pedido à Autoridade Tributária uma avaliação à forma como outros países taxam os criptoativos. Na mesma altura, o ministro das Finanças, Fernando Medina, confirmou no Parlamento que as cripto moedas passariam mesmo a pagar impostos.

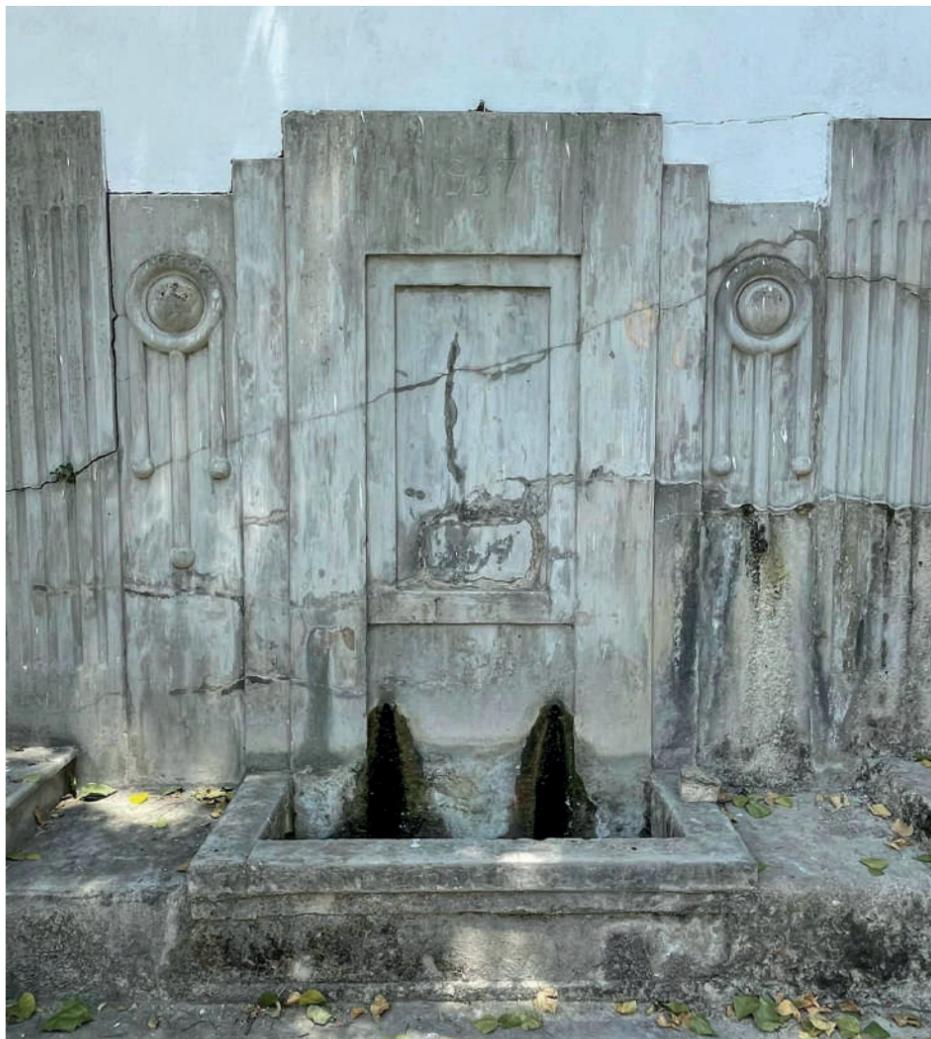


INDALÉCIO SOUSA | ADVOGADO

Licenciado em Direito e Mestre em Ciências Jurídico-Forenses
indaleciosousa.adv@gmail.com

REPORTAGEM

A Fonte da Tareja



Os 3 irmãos Horta na Fonte da Tareja (+/-1957), da esquerda para a direita: Joaquim Bárbara Horta, Octávio José Horta e Vitor Horta de fato completo.

O jornal Sambrasense do mês de Agosto traz um artigo que muito apreciei cujo título é «Fontes roubadas, praias sonhadas», da autoria de Gonçalo Duarte Gomes. Eu, como natural da Tareja, sítio onde nasci e vivi até aos vinte anos quando ingressei na Marinha de Guerra (em 1957), nasci no ano em que a fonte foi feita e inaugurada, em 1937, tal como atesta a data gravada na parede frontal da fonte.

Não é pois de estranhar que eu conheça a sua história desde a sua criação até aos nossos dias pois, apesar de desde a entrada para a Marinha ter passado a viver no concelho de Almada, nunca deixei de ir ao sítio da Tareja, à Fonte e à Ribeira visto lá possuir algumas terras legadas pelos meus pais.

A fonte deixou-me marcas profundas e a primeira delas foi logo ainda em criança. Ao passar por detrás dum macho de meu pai que bebia água na pia, este foi picado pela mosca e deu-me um coice perto da vista esquerda, tive que ser levado ao Sanatório onde me trataram a ferida mas fiquei para sempre com um sinal na minha face.

Fui depois crescendo e muita água acarretei para casa nos machos que nós tínhamos. Primeiro albardavam-se os machos e depois metiam-se umas cangalhas de madeira ou ferro por cima da albarda onde se inseriam os cântaros para serem enchidos nas bicas, e quando no verão as bicas deixavam de correr ou corriam pouco enchiam-se os cântaros directamente do poço com um balde.

Mas vejamos como era a nossa linda fonte quando nova e enquanto dela tirei água pois nessa altura não havia água

canalizada e quase diariamente era preciso ir à fonte buscar água para as nossas necessidades. Foi certamente a Câmara Municipal de S. Brás que a realizou a pedido dos moradores da Tareja, de entre eles o mais conhecido pelos senhores da vila e também o mais abastado - meu avô materno António José Horta. Não faço ideia se na altura já havia engenheiros ou arquitetos na Câmara para desenhar e construir tal obra mas, é certo, que ficou uma obra linda e funcional como não havia outra no concelho.

Antes dessa obra ser feita a fonte era um poço de onde se tirava água a baldes para encher os cântaros e com uma pia ao lado para os animais beberem. Já o lugar das bicas foi feito de maneira a aproveitar a água delas saídas para as regas das hortas e para as pessoas beberem sem terem que tirar a água do poço. Foi feita uma escavação a oeste do poço onde colocaram as bicas em bronze que corriam para o chafariz e daí num cano para o tanque em cimento onde nós nos regalávamos durante o verão a tomar banho, assim como os mais velhos utilizavam essa água nas regas das suas hortas que eram quase todas de moradores do sítio da Tareja.

Para o primeiro piso em calçada entravam pessoas e animais onde havia duas pias, uma para os animais de carga beberem e a segunda para os restantes animais; o segundo piso era também em calçada e tinha lateralmente dois paiais em cimento desde o chafariz às escadas em pedra até junto às bicas. Isto estava muito bem feito pois o solo estava quase sempre molhado particularmente de Inverno, apesar de haver um escoamento

que dava para o ribeiro que corria junto às hortas juntando-se ao ribeiro que vinha de cima do Monte da Tareja.

Acontecia no Inverno as bicas deitarem a água para fora do chafariz só se podendo chegar a elas através dos passadiços laterais, ao invés no Verão a água saída das bicas era pouca tendo que se ir ao poço tirar a baldes para encher os cântaros. E quando as bicas secavam até durante a noite as pessoas, algumas vindas de longe, vinham ao poço da fonte buscar água.

Aconteceu algumas vezes no Inverno ou na Primavera que quando a chuva era muita a valeta, que começava no Monte e vinha por aí abaixo até ao ribeiro junto à fonte, extravasava e o entulho e águas sujas iam parar dentro das bicas enchendo aquele grande espaço até as tapar. Nessas alturas, quando o tempo melhorava, os moradores

juntavam-se e iam limpar a fonte voltando tudo à normalidade. No Verão, quando as bicas deixavam de correr e a água escasseava, aproveitava-se para limpar o poço pois ao longo do ano caíam coisas lá para dentro, umas por descuido outras por maldade. Os moradores - homens, rapazes, mulheres e raparigas - juntavam-se na fonte, eles com escadas para descer lá abaixo e limpar o poço e elas com cal para cair as paredes da fonte. Não raras vezes eu fui lá ao fundo ajudar a limpar vendo a nascente que vinha do lado de onde se situam as minas, do lado do nascer do sol. Havia sempre lixo lá no fundo que por vezes entupia a saída da água pelas bicas, era tarefa difícil pois só se conseguia empurrar esse lixo com a pressão

dum arame grosso que retirava pouco a pouco o que dificultava a saída da água. Era um dia bem passado, a fonte ficava num brinquinho e o pessoal satisfeito.

Mais tarde, já não no meu tempo de lá viver, o poço foi tapado com uma tampa em cimento e foi posta uma roda metálica que ainda permanece hoje em dia. Assim, a fonte está operacional e como encheram de terra a parte por onde entrava a água no primeiro piso e descia para as bicas, a acumulação de lixo felizmente já não acontece. No que toca ao vandalismo, isso é geral por quase todo o país destruindo bens patrimoniais que são de todos e para todos. Aqui bem perto onde moro, no Laranjeiro, a empresa que construiu o Metro Sul do Tejo fez no exterior bancos de cimento forrados a madeira para melhor conforto dos utentes... pois a madeira já lá não está, foi roubada, tal como aconteceu às pedras da nossa fonte.

Uma fonte bem presente no quotidiano das suas gentes, também com as hortas a serem regadas através do tanque com duas saídas pois quase todos os moradores tinham o seu quinhão produzindo alimentos e frutos de vária ordem, dava gosto lá trabalhar enquanto se via e ouvia o rouxinol nos seus trinados tão lindos.

Infelizmente hoje já nada disso acontece pois as silvas tomaram conta das hortas e até cobrem o tanque onde tantas vezes me refresquei, tal como o fazia nos pegos da ribeira d'Alportel, ribeira que corria limpa e viva. Assunto que ficará para próximos artigos...

REPORTAGEM

Mote

*Pousada à beira da serra
Tareja sítio encantado
De entre as belezas que encerra
Tem umas bicas que dão brado*

I

*Não há menino ou menina
Que não conheça talvez
Este sítio onde uma vez
Já funcionou uma mina
O sol aqui ilumina
Enorme extensão da terra
E as belezas que ele encerra
Muita gente não conhece
Tão lindo é como parece
Pousada à beira da serra*

II

*Ele foi antigamente
E hoje ainda é na verdade
Um sítio onde a mocidade
Goza de fama decente
Vem muita gente doente
Para aqui e vai curado
Tem o ar purificado
Que aos velhos dá vigor
E tem coisas de muito valor
Tareja sítio encantado*

III

*O sol aqui nasce brilhante
Derramando luz e vida
Nesta Tareja esquecida
Tudo é belo e atraente
Ouve-se o rouxinol contente
Que os seus trinados não erra
O cordeiro ao longe berra
Pastando os prados de além
A melhor água ela tem
De entre as belezas que encerra*

IV

*Na baixa tem olivais
Que beijam seu ribeirinho
Ela também tem bom vinho
E tem lindos figueirais
Tem o aroma dos pinhais
Moças tem sem namorado
Seja solteiro ou casado
Todos vivem em união
E no fim desta coleção
Tem umas bicas que dão brado*

Esta quadra de décimas elevada a mote foi feita pelo meu mano Quim (Joaquim Bárbara Horta) em 1948.



SAN 
Saúde Integrativa

**FISIOTERAPEUTA
JOANA FILIPE**
7730 | Ordem dos Fisioterapeutas

REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL PODE INTERVIR:

- Dor nas Costas / Pescoço / Cabeça
- "Tendinite" / Tendinopatia
- Dor Ciática e Hérnia Discal
- Coluna "Corcunda" / Escoliose
- Joelhos "virados para dentro" e joelhos "Arqueados"
- Pé "chato" / Pé plano e Pé Cavo

MARQUE UMA CONSULTA NA CLÍNICA SAN SAÚDE INTEGRATIVA
 **(+351) 289 845 131**

Rua Dr. Evaristo Sousa Gago nº5 r/c A 8150-139 – São Brás de Alportel  www.sanintegrativa.pt   



Rua Boaventura Passos, n.º5, São Brás de Alportel

Contactos:

 www.vistasdoalgarve.pt

 info@vistasdoalgarve.pt

 **(+351) 289 843 378 | 916 956 204 | 912 523 734**



TESTEMUNHO

A história de superação de Maria Dolores perante o cancro



Fui então operada a um cancro no estômago, onde detetaram 21 tumores entre os órgãos, tanto que tiveram que retirar totalmente o estômago e o baço.

Maria Dolores Pinto, 63 anos, natural de Alcoutim, mas a residir em São Brás desde 1983, veio para cá por amor, para acompanhar o esposo, o GNR Carlos Pinto que veio trabalhar para o posto sambraseense, uma história de amor que resultou em dois filhos, o João e a Tânia. Sem nunca prever que uma tragédia iria assolar a sua família, Maria Dolores, perde o filho João de apenas 11 anos, com cancro na perna. Passados alguns anos, é a própria que se depara com um cancro no estômago, que supera, mas volta a deparar-se com o cancro ainda este ano, há poucos meses, desta vez na pele, que voltou a vencer. A história de uma mulher resiliente, lutadora e que se assume feliz, apesar de todas as provações que a vida lhe tem dado.

cauções, mas nada que me impeça de viver de forma normal.

Eu posso dizer que vivo quase de forma normal como qualquer pessoa, sei de alguns alimentos que o meu corpo não aceita bem, mas de resto sinto-me bem.

tive foi comichão. Por pouco também que não alastrou mais. Fui reencaminhada para o Garcia de Orta, fui operada logo.

Dentro do azar, tive sorte, nunca precisei de fazer quimioterapia. E ainda bem. Fiquei chocada com a quimio do meu João.

ENTREVISTA

O seu filho tinha apenas 11 anos quando faleceu. O que aconteceu?

Eu trabalhava como auxiliar de ação médica no Hospital de Faro e nem quis acreditar quando recebi a notícia de que o João Carlos tinha um tumor maligno na perna. O meu filho ainda lutou quase 2 anos depois se descobrir o cancro na perna, foi seguido no IPO de Lisboa, chegaram a amputar-lhe uma perna. Quando recebeu a prótese deu-lhe tantos beijinhos, estava tão contente.

O João era tão alegre, que parecia que não tinha nada! Mesmo sem uma perna e estando carequinha, ele era um menino simpático e com vontade de viver.

Ao fim de 10 meses de quimioterapia, encontraram metástases, já não havia nada a fazer. Ainda passou o último natal connosco. Mas depois faleceu. E aí perde-se tudo. Não há mais nada. Esqueci-me de tudo. Só queria abalar também.

Sente que perdeu essa batalha?

Sim, senti. Mas depois pronto, temos que recuperar, tinha a Tânia ainda pequenina.

A vida continuou. Até que se deparou com um cancro no estômago. Como é que descobriu?

Queria emagrecer e então resolvi fazer uma dieta. Porque me sentia sempre enfadada e com alguma azia após as refeições. E resolvi fazer exames a tudo. Mas sem nunca pensar que poderia ter algum problema porque eu comia bem e vivia bem, apenas com a sensação de enfardamento.

Fiz a ecografia ao estômago, ligaram-me passado uns dias, a dizer que tinham detetado uma massa. Mas eu não dei muita importância. Tive então que fazer uma endoscopia. Ao fim de um mês é que fui buscar o exame, e veio o diagnóstico, já tinha a operação marcada sem saber, fui falar com outro médico, o Dr. Gilberto, pois queria que fosse ele a operar-me. E assim foi.

Fui então operada a um cancro no estômago, onde detetaram 21 tumores, entre os órgãos, tanto que tiveram que retirar totalmente o estômago e o baço.

E como é viver sem estômago?

Tive 16 dias hospitalizada, mas depois voltei à minha rotina, com algumas pre-

E o que é que pode ter provocado este cancro?

Disseram-me que foi uma úlcera provocada por ansiedade. Provavelmente, o sistema nervoso, tenha despoletado esta doença.

Mas eu nunca tive dores de estômago. Apenas tinha dor nos ossos, desde os 20 anos, mais tarde, vim a descobrir que era fibromialgia.

Os médicos disseram-me que o cancro foi detetado a tempo, mais uns dias, e se calhar já não havia nada a fazer. Mais mês, menos mês, e eu não tinha resistido.

A Fibromialgia foi, entretanto, detetada. Como é viver com esta doença?

Era daí que vinham as dores nos ossos que eu tinha há anos, mas diziam que era reumático. É uma doença que não se sabe muito, não há cura. Faço fisioterapia e tomo medicação para reforçar os músculos.

Há dias que nem consigo secar o cabelo ou estender a roupa. Tenho que me ir adaptando consoante me sinto. E o ano passado voltaram a detetar-me cancro na pele.

Em fevereiro de 2022 foi detetada com cancro na pele. Como é que descobriu?

Foi através dos rastreios na Junta de Freguesia. Tinha uma sarda no queixo que foi para análise e veio como canceroso. Mas foi detetado a tempo. O único sintoma que

Perdeu o seu marido após um acidente. Foi mais uma batalha que teve de superar?

Totalmente. Ele teve um acidente, partiu as costelas, foi para o hospital, apanhou uma bactéria e acabou por falecer. Teve cerca de 1 mês e meio internado. Senti-me sozinha outra vez com a minha filha. Tivemos que recomeçar as duas, mas a Tânia era muito ligada ao pai. Foi outro choque na vida dela.

Perdeu um filho para o cancro, mas venceu dois. Como é que se olha para esta situação?

É agradecer por mais um dia, revoltei-me, claro. Perguntei muitas vezes porque é que isto me acontecia. Já tinha perdido o meu filho para o cancro, depois eu quase que morri, mas limpo as lágrimas e vou à luta.

Hoje em dia, os meus netos é que são a minha motivação.

Alguma vez teve medo de morrer?

Não tive medo de morrer, mas tive medo de deixar os meus netos. Foi antes da pandemia, quando tive uma grande dor e tive que ficar hospitalizada e aí sim, chorei muito. Não queria deixá-los.

TESTEMUNHO

“Sobrevivi a um aneurisma cerebral”

Lígia Anica

Lígia Anica, 44 anos, cozinheira de paixão, sofreu com apenas 32 anos, um aneurisma cerebral, sobrevivendo, numa taxa mínima, onde apenas 1 em cada 100 pessoas resiste. O renascer de uma jovem mãe com dois filhos pequenos mas com o apoio incrível do marido, Paulo Anica, que foi o seu grande pilar.

ENTREVISTA

Aos 32 anos sofre um aneurisma cerebral. O que aconteceu nesse dia?

Estava a trabalhar quando tive uma dor muito forte na cabeça, sei que disse “acho que vou morrer” e assim apaguei. Fui levada de imediato para o hospital. E só me lembro disso.

Que sintomas é que tinha?

Eu tinha muitas dores de cabeça, todos os dias. Levava uma vida muito agitada, trabalhava muito, tinha dois trabalhos na altura. Queria dar o melhor para os meus filhos e acabar de construir a casa. Mas quase que perdi tudo por querer tanto...

Foi levada de urgência para o Hospital de Faro. O que foi feito na altura?

Logo na altura não foi feito nada, pusem-me apenas numa maca e eu ali fiquei. Comecei a ter convulsões, mas nesse momento, passou por sorte, uma amiga minha, que é a Zulmira, que começou a gritar por ajuda e os enfermeiros vieram examinar-me. Senão fosse a Zulmira, eu provavelmente, não estava aqui.

Então fizeram uma TAC onde detetaram um aneurisma cerebral. Já nem pude ser levada de helicóptero para Lisboa nem nada, por causa da altitude, tive que ir de ambulância, nesse momento, ainda sofri um AVC. Foi difícil. Não sabiam se eu ia sobreviver até chegar ao outro hospital.

Fui operada em São José. A operação também não correu muito bem. Mais uns percalços, mas consegui superar.

Como foi o pós-operatório?

Foi um renascer. Fiquei lá 2 meses, mas não conseguia fazer nada. Tive em coma induzido. Vim para casa e tive que reaprender a fazer tudo. O meu marido e até os meus filhos que eram pequenos, tiveram que me ajudar a fazer tudo, foi difícil de ver-me tão incapacitada. Para mim e para a minha família. Eles sofreram muito ao ver-me assim.

Quero ressaltar a força do meu marido, porque ele também teve que reaprender tudo, eu é que costumava tratar de tudo

em casa, mas ele teve que se adaptar e criar os nossos filhos sozinho enquanto eu lutava pela minha vida. E também foi ele que cuidou de mim quando eu voltei do hospital, ele é que me fazia tudo. Tive também uma grande ajuda da minha mãe e de outros familiares. Tenho muita sorte na família que tenho.

Sente-se uma sobrevivente?

Sim. Em 100 casos destes há 1 que vence. Nesse ano fui eu.

Como é que recuperou a força para viver?

Foram os meus filhos e o meu marido. Queria acabar de os criar. Sei que foi uma oportunidade que Deus me deu. Aprendi muito com isto que me aconteceu. Abrandei o ritmo de trabalho. Dou mais valor a pequenas coisas. Tenho mais atenção com os meus filhos em tudo.

Tive ano e meio sem trabalhar. Foi doloroso quando recomecei. As minhas colegas foram fantásticas. Não me deixaram desistir.

Nunca perdeu a fé?

Não. Ainda me agarrei mais a Deus. Foi um milagre eu ter sobrevivido. Todos os dias agradeço.

Como é que ficou a relação com o seu marido depois desta provação tão grande?

Ficámos muito mais unidos. A relação entre duas pessoas não pode ser só o amor, tem que ser a amizade e cumplicidade. É tudo o que nos une. Ele fez-me tudo. Foi mesmo o meu grande pilar.

Que tipo de prevenção faz hoje em dia?

Prezo muito o meu descanso. Continuei a trabalhar normalmente, mas tento sempre descansar o máximo, durmo muito mais.

O dinheiro não é tudo na vida, eu andava em ritmos loucos, para acabar a minha casa, mas isso não é tudo, a nossa saúde é o motor para tudo.



**Ainda me agarrei mais a Deus.
Foi um milagre eu ter sobrevivido.**

NOTIFICAÇÃO PARA EFEITOS DO DIREITO DE PREFERÊNCIA

Nos termos do artº 1380 do Código Civil, vem por este meio, Helena Cristina Reis Cocco Bandeira Costa, NIF 188 176 829, comunicar aos confinantes que é sua intenção alienar o seguinte prédio rústico descrito adiante:

1º - Prédio Misto sito em Campina, freguesia e concelho de São Brás de Alportel, descrito na Conservatória do Registo Predial de São Brás de Alportel sob o nº 10973/19970612 e inscrito na matriz predial urbana com o artigo 4083 e rustica com o artigo 3717 da referida freguesia, a

PIETER CORNELIS STARRE, NIF.308.127.820, e SIMONE GIGLIOLA TAVERNE, NIF. 308.128.613, casados sob o regime holandês de comunhão de adquiridos, ambos de nacionalidade holandesa, residentes em Carrer Girona 6, 08348, Cabriels, Barcelona, Espanha (que não são confinantes), pelo valor global de 510.000€ (Quinhentos e dez mil euros), sendo atribuído o valor de € 400.000,00 (quatrocentos mil euros) ao prédio urbano e de € 110.000,00 (cento e dez mil euros) ao prédio rustico, cujo valor deverá ser pago parcialmente na celebração do contrato promessa, no valor de € 51.000 (cinquenta e um mil euros) e o remanescente no

valor de € 459.000 (Quatrocentos e cinquenta e nove mil euros) na integra com a assinatura da escritura de compra e venda que será outorgada no prazo máximo de 45 dias a contar da presente data, em cartório notarial no Algarve a indicar pelos compradores. Nestes termos, ao abrigo do artº 225º do Código Civil, e por impossibilidade de contacto pessoal e de determinação da identidade e morada de todos os actuais confrontantes, devem, querendo, os proprietários dos prédios rústicos confinantes, (estando registados os seguintes Norte: Vitorino Pires Pereira; sul: Caminho; nascente : Abílio Sousa Gonçalves;

e poente: José Morato Chambel) pronunciarem-se se pretendem ou não exercer o direito de preferência que lhes assiste no prazo máximo de 8 (oito) dias contados da publicação do presente anúncio, nos termos indicados, sob pena de caducidade do referido direito de preferência, Caso pretendam exercer o direito de preferência, devem enviar comunicação escrita por correio registado com aviso de recepção para a:

Harmonizamatriz Unipessoal Lda - Rua 1.º de Maio, n.º 8, 8000-411 Faro

SAÚDE E BEM-ESTAR

A palavra do Médico Veterinário



JOAQUIM MENDOZA

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

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

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

Neste mês celebrou-se no seu dia 3, o Dia Mundial de "Uma Só Saúde" que muito mais do que um "Slogan" foi e é uma abordagem que temos que adotar, interiorizar e procurar formas eficazes de concretizar, pois a nossa Saúde Humana, Animal e Ambiental disso depende, uma vez que estão relacionadas e inter-

ligadas para poderem coexistir. Assim neste mundo global torna-se necessário adotar abordagens multidisciplinares e uma colaboração intersectorial entre entidades, cuja missão passa pela garantia da saúde humana, da saúde animal, da fitossanidade e da saúde ambiental, pretendendo estimular sinergias intersectoriais, gerindo riscos de origem animal, alimentar, da resistência aos antimicrobianos (RAM) e outras ameaças emergentes, visando a formação e a sensibilização dos diferentes atores sectoriais e da sociedade civil em geral para a implementação transversal do conceito de "uma só Saúde".

Neste mês continua ainda a decorrer a campanha de vacinação antirrábica e de identificação eletrónica na nossa Vila, às 2as.4as.e 6as. feiras no Consultório Veterinário Municipal situado no Largo do

Mercado, em frente ao Moto-clube de S.Brás, conhecido pelo Largo da Barreira, ao lado da Casa do Artesão e do Centro de Artes e Ofícios, antiga escola primária junto ao Jardim da Verbena.

Recorda-se que todos os canídeos identificados com o microchip pela primeira vez, estão dispensados de licenciamento na Junta de Freguesia durante um ano, e todos os outros canídeos seja de guarda, de companhia ou de caça, deverão os seus donos ou detentores renovar a sua licença por mais um ano, uma vez que foi reposta essa competência às Juntas de Freguesia.

Façamos votos que tudo continue a melhorar em relação à pandemia e que a famigerada guerra termine de uma vez por todas para bem da humanidade!

Grupos de gaguez – Porquê?



MÓNICA ROCHA

E porquê juntar crianças que gaguejam?

Sendo a gaguez uma dificuldade que se revela maioritariamente em contexto social, faz todo o sentido abordá-la e intervir em grupo.

Na terapia em grupo é possível analisar e colocar em prática competências sociais. As crianças que gaguejam por vezes têm algumas dificuldades nestas competências, como por exemplo realizar turnos de conversação, responder adequadamente com comunicação verbal e não verbal a questões ou comentários, dar informações, entre outros...

A terapia de grupo pode constituir-se como uma oportunidade onde as crian-

ças podem gaguejar sem se sentirem penalizadas. Durante as sessões de grupo, o sentimento de partilha e de união criado entre as crianças que gaguejam ajuda a criar uma defesa mais forte e uma adaptação às situações diárias. A interação entre crianças que gaguejam ajuda-as a perceberem que não estão sozinhas, não são as únicas que gaguejam, as únicas que têm pensamentos e emoções relacionadas com a sua fala e com elas próprias enquanto comunicadoras...e isto conduz automaticamente a uma maior motivação e auto-estima.

As sessões em grupo podem também trazer vantagens na prática das técnicas aprendidas durante as sessões individuais.

Não há dúvidas acerca das inúmeras vantagens da terapia de grupo para a gaguez. O facto de ser um grupo para crianças ainda é mais vantajoso, uma vez que aumenta o sucesso terapêutico. Sabemos que a intervenção precoce ajuda a diminuir as consequências negativas (e.g. retraimento social, baixa auto-estima) resultante de más experiências. Para além disso, na idade adulta já se poderão encontrar cristalizadas determinadas características, ao nível da personalidade, o que contribui para o insucesso terapêutico.

Terapeuta da Fala Mónica Rocha
(C-033841187 | ACSS)

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
Find us on 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

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

SAÚDE E BEM-ESTAR

Meu querido Pai Natal,



RITA GUAPO

Hoje sou eu que te escrevo. Talvez já o faça tarde, mas sinto que preciso de apaziguar as dúvidas que me assaltam em relação aos métodos que usas para educar as crianças que, por esta altura, sonham contigo todos os dias. E porque eu sei que com esse teu ar bonacheirão, só podes mesmo ser boa pessoa, aqui te proponho algumas reflexões. Sem censura.

A carta (vulgo lista)

Eu entendo que a Lapónia seja longe e que por isso os manuscritos enviados pelo correio sejam até uma boa alternativa. Mas sabes Pai Natal, as crianças

quando ensinadas sobre a importância e a magia desta carta, depositam nela tudo o que têm, tudo o que desejam ter e até tudo o que gostariam que fosse diferente. Às vezes até pedem que o pai ou a mãe, que já cá não estão, voltem, imagina tu. E cá entre nós Pai Natal, há coisas que tu, definitivamente, não podes fazer...

As diferenças no tamanho do saco

Pai Natal, já pensaste que se calhar seria boa ideia encomendar os sacos que deixas em cada chaminé (ou exaustor), a uma qualquer empresa têxtil que os fizesse a todos iguais, bem mais pequenos de preferência? Todos sabemos que começaste com sapatos e meias e que as exigências da tarefa te obrigaram a mudar, mas a continuar assim, qualquer dia, conduzes um camião TIR. Não há rena que aguente puxar um trenó tão pesado e, sobretudo, não há criança que compreenda o valor de um presente, quando recebe 30 de uma só vez;

A seleção dos destinatários

Eu sei que o mundo tem muitas crianças, que tu tens imenso trabalho e que por isso, precisas de justificar porque é que umas serão merecedoras dos teus presentes e outras não. Mas fazer isso com base no critério "bom" ou "mau", parece-me a mim um bocadinho injusto. Sobretudo quando se fala de crianças. Todas as crianças são boas crianças, todas as crianças se portam bem (mesmo quando fazem birras) e todas as crianças são capazes de pedir, com toda a força que têm, os presentes com que sonham ao longo do ano. E ainda assim, sabemos nós, nem todas as crianças têm o privilégio de os receber;

O desafio dos pais

Amigo "Barbuchas", é ponto assente que nós somos os teus principais aliados nesta missão, às vezes arduosa, de fazer crianças felizes, mas custa-me pensar que para isso temos de lhes mentir. Sobretudo nós, que desde que eles aprendem a falar, lhes dizemos que mentir é feio. Muito. Então ando eu a afiançar que

o "homem do saco" não existe para castigar os maus meninos e depois digo-lhes que há um senhor vestido de vermelho que atravessa os céus a uma velocidade estonteante, para premiar os bons? Huuummm, não sei se isto será um bom princípio...

Meu querido Pai Natal, findo este desafo sei que outras coisas haveria para dizer, mas parece-me que o principal é que se revejam alguns procedimentos, de forma a impedir que a falta de atenção ao outro e o consumo desenfreado e pouco consciente, nos roube aquele que é o verdadeiro sentido de estarmos juntos, nesta que é a melhor missão do mundo.

E sabes que mais, Pai Natal?

Esta carta que hoje te escrevo traz-me a clareza de perceber que afinal, sou eu que te devo um pedido de desculpas. Porque tu és, apenas e só, aquilo que nós fizemos de ti.

Menopausa



MARISA BELCHIOR

A menopausa corresponde a um conjunto de sinais e sintomas que marcam o final do período fértil na mulher. A partir dos 40 anos de idade a produção de hormonas femininas (como o estrogénio e a progesterona) diminui e os ciclos

menstruais tendem a ficar irregulares, ou mais curtos ou mais longos. Perto dos 50 anos de idade, a maioria das mulheres entra na menopausa que se caracteriza pela ausência de menstruações. O diagnóstico é essencialmente clínico: uma mulher entre os 48 e 52 anos de idade sem menstruações há 12 meses consecutivos, estará na menopausa. Os sintomas da menopausa podem aparecer antes da confirmação do diagnóstico e duram essencialmente 4-5 anos. A menopausa pode ser assintomática, mas cerca de 60 a 80% das mulheres nesta fase da vida experienciam alguns sintomas, sendo os principais: os "afrontamentos", os suores, as insónias

e os calores noturnos, as alterações de humor, alterações na memória e concentração, aumento de peso, secura da pele, secura vaginal, dor associada às relações sexuais, e maior propensão às infeções urinárias. Os "afrontamentos" são descritos como uma onda de calor que surge subitamente na parte superior do corpo, seguida de suores frios. Estas mudanças físicas e psicológicas não são controladas pela mulher e podem ter um impacto significativo na sua vida e enquanto casal. É fundamental perceber que se trata de uma etapa na vida de todas as mulheres, e que os sintomas mais severos tendem a desaparecer ao fim de algum tempo.

Porém, existem algumas formas de amenizar o desconforto provocado pela falta de hormonas, como por exemplo: mudar a alimentação para controlar o peso (preferir uma alimentação mais variada e cuidada), manter-se ativa fisicamente, deixar de fumar, manter a pele hidratada, usar lubrificante vaginal, e tomar um suplemento de vitamina D e cálcio para evitar a osteoporose. No mercado existem algumas opções de fitoterapia que ajudam a controlar os afrontamentos, as insónias e o stress. Já a substituição hormonal deve ser discutida com o médico assistente, pois deverá ter em consideração os benefícios e os riscos associados.



LOW COST
MADE IN GERMANY

BrasÓptica



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



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

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

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

preços c/ IVA incluído à taxa em vigor

CONSULTAS DIÁRIAS

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

f brasopticasba
@ opticabras@gmail.com

☎ 289 845 305
☎ 915 768 218

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

CULTURA

O Desaniversário

Dagoberto era um homem, como posso dizer, complicado. Por isso, evitava reuniões sociais de qualquer tipo, fosse um almoço de domingo, um aniversário, batizado ou até mesmo um velório. Tudo lhe incomodava e por isso passava todo o tempo a reclamar. As pessoas foram se afastando e ele ficando cada vez mais solitário, o único que ainda restava era o Sílvio, amigo de infância, homem de imensa paciência e que pelo menos uma vez na semana ligava para saber do amigo.

Não que a conversa fosse das melhores, em geral decorriam longos minutos de discurso de insatisfação total com tudo, Sílvio ouvia calado, desejava que as coisas melhorassem e desligava. Depois dava um longo suspiro e seguia com sua vida, a espera de que na próxima semana o amigo mudasse. Nunca mudava.

Chegara então a pior data do ano para Dagoberto: seu aniversário. O que fazer? Comemorar? Ignorar? Fugir? Ele já havia usado de todas as desculpas possíveis para não festejar, não ser obrigado àquela socialização forçada, terrível, exaustiva. E as redes sociais só intensificavam o problema. Sílvio sempre o convencia a planejar algo,

**ZAIRO NETO**

ele acabava cedendo e no fim se arrependia. Nunca mudava. Organizou, contra sua máxima vontade, uma celebração, pequena, em sua casa, assim, ao menos, evitava ter que lidar com estranhos; não pedira que trouxessem nada, detestava ter que provar petiscos novos e toda essa baboseira de orgânicos, sugar free ou o que mais houvessem inventado; nem presentes ousou pedir, para não fazer careta ao abri-los.

No dia e na hora marcada, ninguém apareceu, nem o Sílvio.

Quase a hora de dormir, recebeu uma mensagem do amigo.

“Feliz aniversário”

“Obrigado. Porque não vieste?”

“Alguém foi?”

“Não, ninguém”

“Ah...”

Sílvio enviou-lhe uma foto ampliada da parte final do convite onde se lia: EXPRESSAMENTE PROIBIDO O USO DE CELULAR

Dagoberto sorriu, já sabia como se livrar dos próximos aniversários.

A árvore com a infância pendurada

A caneta parada à espera de alguém. Os miúdos em frente brincando e com vontade de saltarem para caneta. Fizeram duas balizas com dois chinelos e pontapeiam uma colorida bola. Um deles de calções vermelhos, quase do seu tamanho e o outro ainda mais pequeno. Marcam golos enormes. Só areia e sombrinhas coloridas à volta. No ar algumas gaivotas vagueiam e o mar acenava cinzento hoje. Pouco sol mas ainda bem quente. E o calor a começar a querer marcar golos em mim. Eu refugiando-me debaixo das minhas árvores interiores e estas a trazerem-me o cheiro da terra. Dos seus troncos e ramos a minha infância a escorrer líquida, branca. A bater no chão e a esconder-se a entranhar-se nos calções do miúdo dos golos vestidos de vermelho. O meu padrinho podando os marmeleiros e eu subindo por eles em direção às gaivotas. O macho na cabana remoendo as alfarrobas

**JOAQUIM JOSÉ PINTO**

e o meu avô despejando os pós no copo. Bebendo. A úlcera que eu vou herdar, a adormecer. O Joaquim das gaivotas chega entretanto e espalha a mercadoria pelo areal. Começa a apetecer-me ir dar um mergulho e sentir a macieza da água a afagar-me os pés. O sol aquece agora ainda mais. Os miúdos deixaram o futebol, calçaram as balizas e comem bolas de Berlim. Penduram-se na sombrinha e chamam pela mãe que está ao pé da água. Ao lado alguém telefona à filha que é dos dois e ficamos à espera. A caneta aproveita logo para ficar parada. Alguém terá de chegar em breve. Urgente. Urgente mesmo urgente, antes que a maré chegue aqui e arranque pela raiz esta árvore imaginária onde o meu avô pendurou um dia a minha infância...

São Martinho

Vamos beber uma pinga
Em honra de São Martinho
Pode ser uma jeropiga
Ou apenas um copo de vinho

Que seja com muita alegria
A nossa saúde é o principal
Ao beber uma pinga a mais
Ninguém deve levar a mal

Tal como manda a tradição
Não vamos dizer que não
Seja vinho ou jeropiga
Tudo de copo na mão

Fazemos um belo brinde
Que a vida são dois dias

**ELEUTÉRIA PIRES**

Não queremos tristezas
Mas sim muitas alegrias
É verdade sim senhora
Temos de comemorar
A alegria de estar vivo
É mesmo para brindar

Já chega de fazer versos
Há castanhas a assar
Vamos lá espreitar o forno
Não as deixemos queimar

Profissões de antigamente

Há profissões que estão a acabar já quase não se vê os albardeiros nem alfaiates para o fato provar assim como ferradores e sapateiros.

Estas profissões mais antigas nunca deviam de acabar faziam costura as raparigas depois do seu curso terminar.

O saber nunca ocupa lugar e ninguém devia de se esquecer as antigas profissões continuar para estas não desaparecer.

**ILDO CAVACO GUERREIRO**

São poucos que querem trabalhar e muitos procuram um emprego os mais velhos querem se reformar para poderem desancar mais cedo.

Com robôs hoje tudo se faz já nada é como antigamente era mudar o mundo o homem é capaz pouco a pouco tudo se altera.

Abelhinha

Era uma vez uma abelhinha que nasceu com um pequeno problema, as suas asinhas eram tortas. Na colmeia gerou-se uma grande preocupação, mas ao mesmo tempo uniram-se para que fosse encontrada uma solução efetiva. Em nada o amor por ela diminuiu, antes pelo contrário. O dr. Abelhão viu-a e disse que ela seria uma abelhinha de asinhas feias.

Muita dor no princípio, e a abelhinha aguentou e superou, era preciso continuar e perseverar. Trabalhou muito esta pequena abelhinha e um dia finalmente o dr. Abelhão disse-lhe – Já podes voar! A abelhinha não se fez de rogada agarrou a sua liberdade e voou mundo. Conheceu outras colmeias e era muito feliz nas suas aventuras. Havia um sonho por realizar, tornar-se abelha rainha. Não custou muito a acontecer, e um dia tornou-se rainha da sua própria colmeia.

**BETH MELETI**

Nas suas tarefas de abelha rainha demonstrava as competências adquiridas ainda enquanto era só um abelhinha. A capacidade de atuar e agir sem nunca deixar que a ordem ficasse descuidada. A vespa predadora e inimiga natural, fez-se aparecer, surge e espalha o seu veneno. O tempo avança impiedoso e senhor da sua missão, tudo passa e a colmeia fica vazia... É hora da abelhinha tornar-se numa Fénix... e não é que a lendária criatura habita em conjunto e quando é preciso e necessário, lá vem ela com suas asas poderosas a espantar toda e qualquer situação menos digna. A abelhinha sabe quem é, e o que quer. Voar sempre.

Do pensamento à escrita

Aprendemos vendo e escutando dos outros
Tirar um tempo e observar à nossa volta
E analisar o que queremos fazer e não queremos...
Os cenários do nosso próximo podem não ser iguais, mas são parecidos em alguma coisa...
Ouvir mais e falar menos e agir

**CECÍLIA AMADOR**

é necessário.
Aprendemos vendo, assistindo...
Mas podemos escolher, tomar decisões mais assertivas ao fazer isso!

IMIGRANTES

“Os nossos imigrantes”... Espaço mensal de encontro intercultural

À conversa com Magali Legallet



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

Magali Legallet nasceu na região parisiense, há 48 anos, mas viveu sempre em Granville, na Normandia, a região dos seus avós.

Trabalhou durante 15 anos como educadora especializada, junto de jovens com dificuldades sociais e cognitivas, desenvolvendo ateliês de expressão criativa, onde pudessem transformar os seus sofrimentos e mal-estares em tomadas de confiança neles próprios, encorajados pelo olhar favorável dos adultos sobre o seu trabalho.

Após esta fase tão exigente da sua vida profissional, Magali abriu uma requintada casa de hóspedes, e mais tarde anda outra na baía do Monte Saint Michel. Durante 15 anos, recebeu turistas do mundo inteiro e partilhou com todos os seus lugares de eleição, os seus territórios secretos para valorizar a sua região.

Durante este período reabilitou também mais de uma dezena de casas, pois a decoração e a renovação são as suas paixões. Adora a ideia de conservar aquilo que foi feito pelos antigos, mas de poder reinterpretar estas criações de um modo mais contemporâneo. Conta-nos que também começou à procura dos seus clientes para monitorizar obras, colocando assim a sua experiência ao serviço das suas casas.

Querendo descobrir o Algarve, há alguns anos, olhou para um mapa e viu a

localização: São Brás de Alportel!

“Imediatamente pensei comigo mesmo que era aqui! Foi amor à primeira vista”, recorda explicando que comprou casa há um ano.

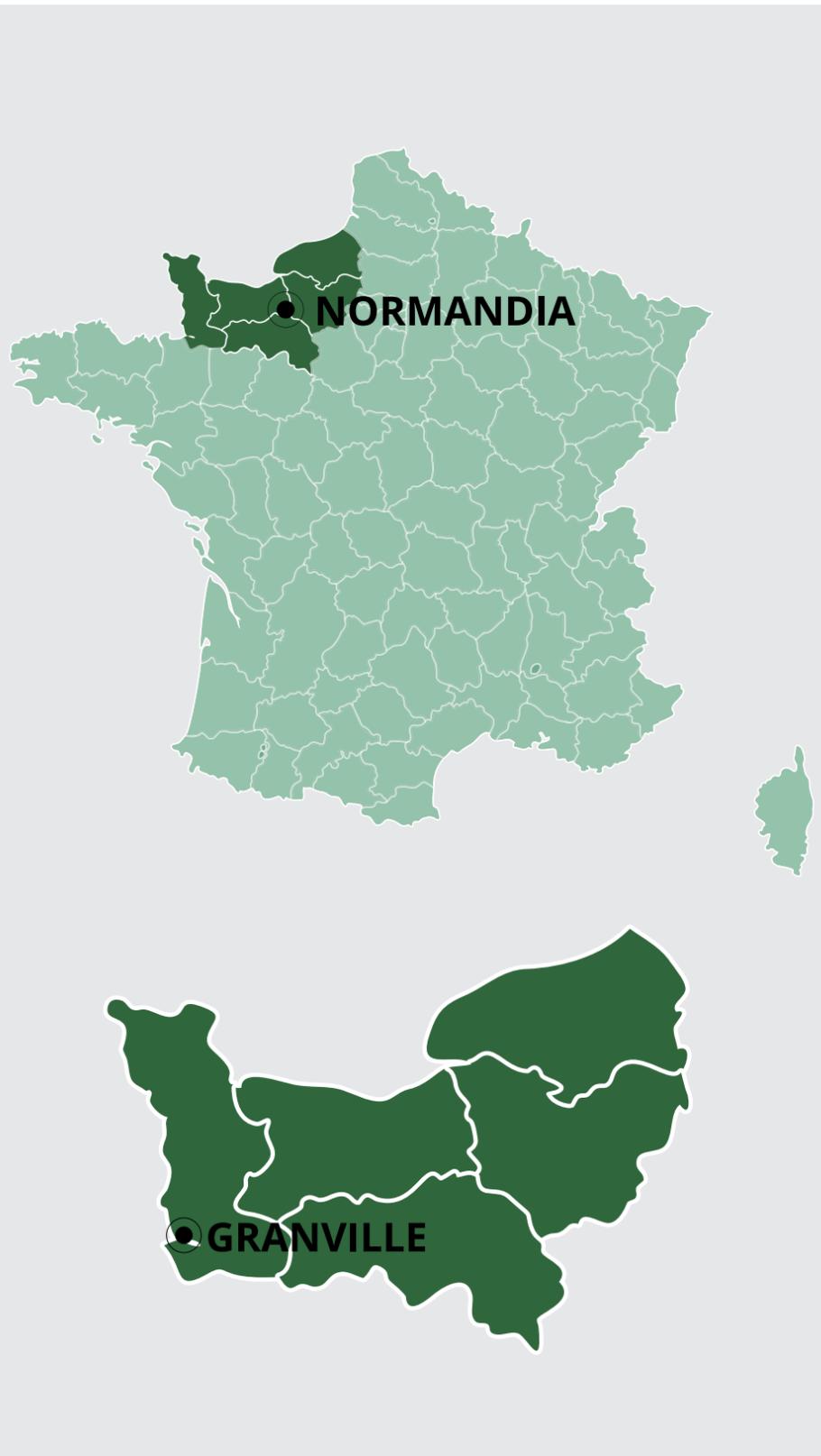
Como ainda divide parte do seu tempo entre a França e Portugal e por cá está muito empenhada na remodelação da sua casa, diz que ainda não teve muito tempo para conhecer as pessoas da comunidade, mas confessa que desde o primeiro momento que chegou a São Brás de Alportel se sentiu em casa.

Para Magali, São Brás de Alportel é um local com uma qualidade de vida incrível, pessoas benevolentes e aqui diz sentir a doçura da vida.

Dinâmica, já tem o desejo de abrir uma loja de decoração em São Brás onde possa destacar o trabalho de designers portugueses e franceses. As suas criações serão orientadas para o respeito do meio ambiente e a reutilização de materiais.

“O objetivo é destacar a cultura portuguesa através de saberes antigos, mas também através de técnicas e materiais atuais, utilizados por jovens criadores preocupados com o meio ambiente”, refere. A decoração é a sua paixão e quer disponibilizá-la para moradores e turistas.

“Gosto da serenidade que transmite a vila, longe da agitação do litoral, sentimos-nos bem em São Brás. Gostamos



de passear no Centro Histórico para desfrutar de vistas extraordinárias do horizonte. É uma vila cheia de riqueza, pequenos negócios. Sentimos uma abordagem comprometida com a vila, a sua cultura, o seu património, os seus habitantes.

No entanto, também sentimos que é uma vila em construção. Considera que se queremos desenvolver um turismo

sustentável e não um turismo de massas, temos de ser capazes de oferecer uma oferta ainda mais qualitativa, que vá ao encontro das expectativas de quem agora viaja de forma diferente e que também consome de forma diferente”.

São Brás de Alportel, novembro de 2022

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

NECROLOGIA



À memória de
**MARIA CELESTE
DE BRITO**

18/03/1934 – 16/10/2022
SÍTIO DO DESBARATO

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

Que descanse em paz.



À memória de
**CÉSAR JOÃO
DE BRITO VIEGAS**

25/07/1934 - 21/10/2022
SÃO ROMÃO

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

Que descanse em paz.



À memória de
**MARIA SALES MARTINS
GONÇALVES RODRIGUES**

29/01/1929 - 23/10/2022
SÍTIO DE JOÃO CAVALheiro

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.

Que descanse em paz.



À memória de
**MARIA GRACIETE MARTINS
JOAQUIM REIS CONCEIÇÃO**

FALECIMENTO: 25/10/2022
TESOUREIRO

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.

Que descanse em paz.
Agência Funerária Correia



À memória de
**MARIA ALBERTINA
GUERREIRO HORTA**

14/07/1934 - 29/10/2022
OUTEIRO - ALPORTEL

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

Que descanse em paz.



À memória de
**ELSA MARIA AFONSO
DE SOUSA UVA**

11/07/1952 - 01/11/2022
SÃO ROMÃO

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

Que descanse em paz.



À memória de
**JOSÉ DA CONCEIÇÃO
GUERREIRO**

06/01/1939 - 07/11/2022
SÍTIO DOS BARRABÉS

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

Que descanse em paz.



1 ano de Eterna Saudade
HORÁCIO DA CONCEIÇÃO NEVES

23/11/2021- 23/11/2022

Os seus familiares recordam com muita saudade o seu ente querido pela passagem do 1º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.



1 ano de Eterna Saudade
MARIA JOSÉ MESSIAS

28/11/2021 – 28/11/2022

Decorrido um ano sobre o seu falecimento, família e amigos recordam com saudade a memória de Maria José Messias. Em todos permanecem as boas memórias, as saudades e o amor que nem a morte consegue apagar.

Que descanse em paz.



1 ano de Eterna Saudade
MARIA VITÓRIA BRITO CALÇADA

30/11/2021 - 30/11/2022

Os seus familiares recordam com muita saudade o seu ente querido pela passagem do 1º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.



Agência Funerária
Rosa & Rosa, Lda.

E-mail: agrosarosa@sapo.pt

Telef. Fax: 289 842 237 • Telms. 967 052 549 • 969 032 750

Rua João de Deus, 12/14 8150-152 São Brás de Alportel

ENTREVISTA

Os maiores desafios da Prematuridade por Rute Gago da Nascer Prematuro



Rute Gago, natural de São Brás de Alportel, 40 anos, é a atual Presidente da Associação Nascer Prematuro, cargo que assumiu há 6 anos, após o nascimento da filha prematura. Os desafios de ser mãe de um bebé prematuro ligaram Rute a esta associação que surgiu em 2016 com o objetivo de apoiar os pais durante o seu percurso pela prematuridade, da gravidez inacabada, do bebé, do internamento do bebé e da ida para casa.

ENTREVISTA

Como surge o projeto "Nascer Prematuro"?

A Nascer Prematuro surgiu da necessidade de apoiar os pais de bebés prematuros que iniciam uma jornada difícil sem qualquer preparação, pois o parto prematuro não se consegue prever. A associação foi formada em 2016 por um grupo de mães que já tinham passado pela experiência de ter um filho prematuro, e que sentiram uma lacuna a nível de informação e de apoio, e por profissionais que trabalham na área da prematuridade e que vivem diariamente esta realidade.

Na minha vida, a Nascer Prematuro surgiu quando, em 2017, fui mãe de uma menina prematura. No serviço de neonatologia tomei conhecimento da existência da associação e desde então mantive-me sempre em contacto e recebi todo o acompanhamento que necessitei.

Uns meses depois fui convidada a assumir a função de Presidente da Direção e, desde então, tenho tentado retribuir a ajuda que tive e apoiar outras mães, pais e bebés através dos projetos que desenvolvemos.

Qual é o balanço como Presidente da

Direção que fazes nestes últimos 6 anos?

O balanço é muito positivo. O trabalho que realizamos na Nascer Prematuro é muito gratificante. Ver o brilho nos olhos dos pais e mães que têm os bebés internados na neonatologia ao receberem o nosso apoio e perceberem que não estão sós proporciona-nos um sentimento indescritível.

Acompanhar o crescimento destes bebés, que lutaram pela vida logo ao nascer, é uma grande lição de vida.

Ajudar outras famílias que estão a passar por aquilo que já passámos é também terapêutico, porque nos ajuda a aceitar e resolver os nossos próprios traumas causados por esta experiência.

Há cada vez mais bebés prematuros?

Sim, o número de partos prematuros tem aumentado de ano para ano. Para que tenhamos uma ideia, em 2011, do número total de nados-vivos nascidos em Portugal, 7,4% foram prematuros e em 2021 essa percentagem aumentou para 8%, representando uma média de 17 partos prematuros por dia.

Apesar do aumento de prematurida-

de, consideras que ainda é um tema tabu? Porquê?

Não diria que é um tema tabu, no entanto, sinto que é pouco falado. Na minha opinião a prematuridade deveria ser um assunto tratado com a devida importância. Os profissionais de saúde materna poderiam estar mais sensibilizados para esta problemática e apostar mais na prevenção junto das grávidas e futuros papás pois há situações que poderiam ser evitadas.

Por outro lado, há ainda mulheres que descoram o acompanhamento médico na gravidez. No Algarve, por exemplo 11% das gravidezes são "Não/Mal vigiadas", o que significa também "mal informadas", facto que pode contribuir também para o aumento da probabilidade de ocorrerem partos prematuros.

Penso que nunca queremos colocar a hipótese "e se corre mal!?", mas para sermos mais prudentes precisamos de saber que essa possibilidade existe e não é assim tão remota.

Quais são os maiores desafios na Prematuridade?

Na perspetiva de mãe, afirmo que o primeiro grande desafio que se coloca é lidarmos com a incerteza do nosso bebé estar ou não bem de saúde e se ficará com sequelas por ter nascido antes do tempo. Depois, trabalharmos a aceitação, não nos culpabilizarmos e superarmos a frustração de vir para casa sem o nosso bebé que tem de permanecer internado.

É também um grande desafio aprender a cuidar do nosso bebé que requer cuidados redobrados e que está ligado a máquinas

que apitam a toda a hora - o som destas máquinas fica-nos gravado na memória...

O apoio psicológico é essencial neste momento, embora o hospital disponibilize esse serviço é também muito importante conhecermos outras famílias que já viveram a experiência e que querem apoiar os seus pares. Foi desta forma que a Nascer Prematuro decidiu iniciar o projeto "De igual para igual" que consiste na troca de experiências entre os pais voluntários que já passaram pela experiência da prematuridade e os que têm atualmente os seus bebés internados na Unidade de Cuidados Intensivos e Neonatais do Centro Hospitalar e Universitário do Algarve (CHUA).

Por último, destaco o desafio da ida para casa depois da alta hospitalar, pois vir para casa com um bebé tão frágil e sem a ajuda dos profissionais não é fácil. No sentido de dar resposta a esta fragilidade, a Nascer Prematuro criou o projeto "Pontes de Ligação", no qual vários profissionais de diferentes áreas visitam no domicílio as famílias que solicitam este apoio, esclarecendo as suas dúvidas e aconselhando sobre as técnicas e estratégias mais indicadas para cada situação.

Para os profissionais que trabalham na área da prematuridade penso que o maior desafio é garantir as condições de trabalho e os cuidados necessários para promover a saúde e o adequado desenvolvimento dos bebés internados.

Direitos Imagem
Nuno Costa | Sul Informação



No dia 17 de novembro comemorou-se o Dia Mundial da Prematuridade, que este ano reforçou o poder do Cuidado Canguru - uma terapia que consiste no contacto contínuo e prolongado pele-a-pele entre o bebé e a mãe ou o pai. Os benefícios são imensos, quer para o bebé, quer para os progenitores:

- Melhora a regulação da temperatura do bebé
- Regula e melhora a qualidade de sono do bebé
- Tem um efeito calmante no bebé e nos pais com repercussões na estabilidade fisiológica, no comportamento do bebé e no seu neurodesenvolvimento
- Previne as infeções
- Aumenta a produção de leite
- Reduz o risco de morte neonatal em 40%.

PATRIMÓNIO

42.º Tributo aos Antigos Combatentes São-brasenses na Guerra Colonial

Uma Homenagem a Francisco Silva

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

Francisco José Dias da Silva nasceu a 19 de abril de 1951, natural da Mesquita Alta.

Aos 21 anos, a 15 de maio de 1972, incorporou o serviço militar obrigatório em Lagos, onde realizou a recruta inicial. Depois de 2 meses naquela cidade, foi para o Porto onde adquiriu prática e conhecimentos na especialidade de condutor de viaturas militares. Mais tarde, formou Batalhão em Penafiel, no – Batalhão de Cavalaria n.º 6, tendo-lhe sido atribuído o número mecanográfico 6521/72.

Em agosto daquele ano, era mobilizado para a Guerra do Ultramar, na Guiné. Quando lá chegou, integrou um batalhão que estava aquartelado numa zona a que chamavam “CÓ”, onde deu continuidade à formação da especialidade de condutor de viaturas militares adaptada às condições locais e ao terreno onde iria circular.

Após um mês em formação prática, passou na IAO – Inspeção de Avaliação Operacional e juntou-se à sua Companhia (n.º 3), em Jolmete, uma pequena vila no noroeste da Guiné, ao sul do rio Cacheu. Naquela vila não havia quartel, mas apenas um acampamento numa área quadrada, com duas vedações de arame farpado em que no intervalo entre as duas estava uma área de campo minado. Acrescenta que os terroristas já sabiam da existência das minas porque nunca investiram contra a sua companhia passando sobre as mesmas.

Francisco recorda que os homens dormiam em abrigos subterrâneos, para onde entravam pelas valas. Cada abrigo continha 24 homens. A alimentação era na maioria das vezes arroz cozido com ovos, que muitas vezes já tinham pintinhos lá dentro. Acrescenta que tinha amigos entre os nativos, os quais lhe ofereciam comida (cocos, mangas e bananas) e às vezes iam caçar javalis, cabras do mato, porcos-espinhos e vendiam às tropas.

Os homens das tropas portuguesas desempenhavam vários serviços, de acordo com as suas especialidades e consoante a necessidade. Francisco Silva, sendo condutor, conduzia frequentemente os veículos militares aquando dos deslocamentos das colunas. Revelou-nos que ser condutor também acarretava um grande risco, pois a estratégia dos terroristas era abater primeiramente os condutores para impedirem as colunas de avançar e dessa forma tornar as tropas mais vulneráveis às mãos do inimigo.

Recorda um episódio, em que foi preciso saírem em coluna com 7 ou 8 viaturas e a determinada altura encontraram uma palmeira atravessada no meio da estrada, apesar do risco de poder estar minada, o comandante do batalhão mandou passarem por cima.

Numa das várias escoltas que realizou, teve de abrir caminho numa zona sem estrada, seguindo por dentro do capim cerrado e denso, com o objetivo de resgatar um grupo de atiradores que tinham sido destacados para destruir uma base inimiga. Os terroristas da base ripostaram agressivamente até ao ponto de os militares portugueses esgotarem as munições e mantimentos. O resgate foi feito com sucesso.

Um outro episódio que nos relata, passou-se numa noite escura, em que de repente começaram a ouvir granadas e tiros num dos cantos do acampamento, isso fez com que grande parte dos soldados se deslocassem e se concentrassem lá, deixando as outras zonas mais desprotegidas. Os “turras”, como chamavam aos africanos, estavam munidos de RPGs – Granadas especiais de autopropulsão e Espingardas AK-47/Kalashnikov, em que as munições quando disparadas iluminaram a noite e assim os terroristas conseguiram ver os soldados durante o ataque, mas as tropas não os conseguiam ver.

Deste ataque resultaram muitos mortos e mais de 40 feridos, dos quais Fran-



cisco Silva, foi considerado o ferido mais grave. Revela que só não foi fatal para ele, porque os soldados eram treinados para saírem rapidamente das viaturas quando ouvissem o ruído da saída das RPGs – Granadas especiais de autopropulsão, utilizadas para destruição de carros de combate e infantaria. Quando Francisco Silva saltou do camião foi atingido pela frente e por trás. Assim que ouviu a saída das RPGs saiu logo do Unimog, pois estava sentado ao volante da mesma. Ao seu lado encontrava-se um menino guineense, o qual teve morte imediata. Era um menino órfão de pai e gostava da sua companhia, pois costumava ir ter com ele ao acampamento com frequência, porque lá tinha companhia e davam-lhe comida. Após infatigáveis 10 minutos de combate o acampamento permaneceu invicto, apesar da destruição e de diversas baixas.

Francisco Silva encontrava-se gravemente ferido e apesar dos pedidos de

recolha via helicóptero, não houve autorização para tal, porque era um perigo fazê-lo de noite. Só depois de raiar a luz do dia é que chegou um helicóptero, no qual ele foi transportado para o Hospital da Guiné, onde permaneceu durante 3 meses derivado a um ferimento na zona do pulmão. Arrepende-se de ter assinado o termo de responsabilidade para sair do Hospital antecipadamente, pois já estava saturado.

Regressou à sua Companhia, mas rapidamente foi-se abaixo, apanhou Hepatite e deixou de andar. Teria de voltar a ser internado e para esse efeito, uma equipa do hospital se dirigiu ao acampamento, porém o enfermeiro por sorte esqueceu-se de o levar. Soube-se depois que esse grupo de enfermeiros e doentes sofreu um grave ataque no caminho para o Hospital.

Como a sua recuperação estava a ser lenta, depois de 5 meses internado, foi mandado para Lisboa para fazer o trata-

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 | município@cm-sbras.pt ou na Câmara Municipal, no Gabinete do Município.

HOMENAGEM

AOS ANTIGOS COMBATENTES SÃO-BRASENSES

Município
S. Brás de
Alportel
www.cm-sbras.pt



PATRIMÓNIO

mento à Hepatite. Tendo ficado curado e recuperado, foi-lhe dada dispensa para ficar um mês em casa, mas passado 8 dias recebeu uma carta para regressar à Guiné. Desta segunda vez, fez a viagem de barco, no Niassa.

Fora a primeira vez que andara de barco. Já a bordo do Niassa deu- e uma revolução, com o rebentamento de granadas por parte de alguns elementos da multidão de tropas que tentavam impedir a viagem com destino à guerra. Francisco Silva, confessou-nos que a sua reação foi logo gritar: "Ataque! Ataque!", pois era o que já estava habituado a fazer em ambiente de combate. Para evitar que as

tropas desembarcassem do Niassa, o capitão mandou colocar o barco de imediato no meio do Rio Tejo e acalmaram os ânimos com mangueiras de alta pressão. Relata-nos que a viagem até à Guiné durou 6 dias consecutivos, em que o barco foi sempre metendo

água e que a iam retirando com bombas próprias.

Quando chegou à Guiné não foi reintegrado na 3ª Companhia, à qual pertencia inicialmente. Durante a sua ausência, derivado aos ferimentos e à doença, o seu posto de condutor teve de ser ocupado por outro elemento da companhia e por esse motivo já não podia regressar. Por

esse motivo, permaneceu no Quartel dos Adidos, mas lá não realizava nenhuma atividade militar. Então decidiu ir ao Quartel-General do Comando Chefe em Bissau, onde permaneceu até ao final da comissão, desempenhando a função de condutor. Teve 3 viaturas à sua responsabilidade: 1 carro pesado para transportar grandes cargas; outro carro para transportar cargas leves e um jipe onde levava os graduados aos seus compromissos. Também chegou a trabalhar na Messe dos oficiais à hora do almoço e jantar a tirar cafés e no final de cada dia carregava as arcas frigoríficas com tudo o que era necessário.

A comunicação com a família e madrinhas de guerra era feita através de aerogramas que chegavam às tropas através de uma avioneta.

Por duas ocasiões teve na presença do determinado e corajoso General Spínola, o qual se dirigiu ao seu acampamento para despromover um Furriel, por causar desacatos e por conduta imprópria e aquando do seu internamento no Hospital da Guiné também recebeu a visita do ilustre General.

Apesar da guerra, do afastamento da Pátria e da família guarda com estima as amizades que fez.

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

Boca Doce



Espaço da responsabilidade do Município de São Brás de Alportel – Pelouro do Património Sugira-nos lojas, empresas e casas com histórias. Entre em contacto connosco: 289 840 019 / municipe@cm-sbras.pt

Este mês fomos até Rua João de Deus para conhecer a história do Snack-bar Boca Doce, de porta aberta desde 1994.

Um negócio de uma família que nasceu quando José Sousa, natural de Santa Catarina, regressa a Portugal depois de ter ainda jovem acompanhado os pais para viver em França, onde conheceu Fernanda Sousa com quem casou e tem duas filhas. O regresso a Portugal foi diretamente para São Brás de Alportel onde o seu pai tinha uma casa onde podiam viver. Fernanda formou-se como cabeleireira e José tinha experiência em limpeza e construção e nos tempos livres, ainda ajudava em alguns estabelecimentos de restauração. Recordam que inicialmente pensaram abrir um cabeleireiro na loja que tinham comprado na Rua João de Deus. Mas depois decidiram abrir um café.

Antes, a loja já tinha sido arrendada para uma clínica de massagens. Dizem que na altura não foi fácil obter todas as autorizações necessárias, mas conseguiram abrir a 13 de julho de 1994. Foi numa sexta-feira ao final da tarde que abriram a porta de forma simbólica para celebrar o novo negócio com amigos e familiares.

"Apareceu logo o guarda que queria que eu fechasse o café, porque pensava que

eu ainda não tinha a licença. Mas tinha", recorda José.

A clientela foi ganha a pulso, porque como não eram da vila, não eram muito conhecidos e na altura aquela zona ainda era pouco habitada.

Recordam que quando a escola secundária entrou em obras, os alunos tinham aulas à noite na preparatória Bernardo de Passos e o café ficava "à pinha". Fazendo jus ao nome do estabelecimento, José tinha uma grande seleção de gomas e doces que atraíam muitos estudantes.

José conta que durante algum tempo a Feira das Antiguidades e Velharias decorria ali perto. Como não havia nenhum estabelecimento para dar apoio, a Câmara Municipal sugeriu que abrissem nesse domingo de manhã. A afluência era tanta que motivou José e Fernanda a abrirem a esplanada.

Entre 1999 e 2001 decidiram alargar o estabelecimento para a loja do lado que também era sua e abrir um restaurante. Entretanto, decidiram que era preferível mudar o café para snack-bar para poderem servir refeições rápidas e fechar a zona do restaurante.

Motivos de saúde motivaram o casal a arrendar o café entre 2010 e 2012. Fernanda sublinha contudo, que mesmo durante os períodos em que o espaço



esteve arrendado manteve o nome original: **"É conhecido como Boca Doce e Boca Doce será!"**.

Com um negócio exigente em termos de serviço e horários, o casal acabou por ali passar grande parte da vida. Até alguns momentos como o Natal e a Passagem de Ano foram ali passados com familiares e alguns amigos e a filha Isabelle diz que dificilmente tinha ambos os pais nas festas da escola, embora no primeiro dia de aulas sempre fizessem um esforço para ambos levarem as filhas à escola.

A exigência deste negócio fez com que Isabelle sempre dissesse que nunca iria gerir um café. Não obstante, diz: **"a pessoa que sou hoje também é resultado da experiência do café"**, remetendo para sua capacidade de socialização, desembaraço e espírito empreendedor.

Em 2018 Fernanda e José voltam a arrendar o café mas com o início da pandemia os inquilinos rapidamente rescindiram o contrato. Na mesma altura, Isabelle que se formou em turismo ficou desempregada e os pais sugerem que tome as "rédeas" do Boca Doce. Aceitou

com a condição de poder renovar a decoração e poder decidir o rumo que queria para este espaço que reabriu a 17 de maio de 2021.

Apaixonada pela cozinha e por experimentar novos sabores e receitas, Isabelle começou por apostar em menus diários sempre com uma opção vegetariana. Acabou por abandonar essa opção de forma diária porque percebeu que essa não era uma preferência dos clientes. Mas continua a testar novas receitas e a apresentá-las diariamente e continua a contar com o apoio dos pais.

Em retrospectiva, José Sousa diz que valeu a pena ter investido no Boca Doce. **"Conheci muitas pessoas, fiz alguns amigos. Tive muitos stresses, mas não estou arrependido"**, diz admitindo que lhe dava muito gozo vender gomas e doces, ver os miúdos da escola e falar/brincar com eles.

Qual o balanço da experiência Isabelle? **"Perguntem-me daqui a 30 anos"**, responde animada.

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

Textos: Sofia Silva | Marlene Guerreiro

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

POLÍTICA



PSD de São Brás de Alportel, apresenta Plano Local de Combate à Inflação

Para o Orçamento Municipal e Grandes Opções do Plano – 2023, foi solicitado a 13 de outubro de 2022 que os Vereadores do PSD na Câmara Municipal de São Brás de Alportel, Bruno Sousa Costa e Sílvia Revés, apresentassem os seus contributos, ainda que este Orçamento não tenha sido apresentado e por isso de conteúdo desconhecido.

Os eleitos do PSD/SBA, não descurando a responsabilidade que lhes foi conferida pelos São-Brasenses como eleitos em regime de não permanência, estipularam um conjunto de prioridades a serem concretizadas no próximo ano pelo Município.

Entre esse conjunto de várias propostas os Vereadores do PSD, consideraram de forma primordial a contemplação de um **Plano Local de Combate à Inflação**, situação que deriva da subida dos preços agravando as dificuldades das famílias, assim para que se possa fazer face aos compromissos diários. Impõe-se, que a Câmara Municipal assumira essa responsabilidade social, de forma a apoiar e ajudar os São-Brasenses com medidas concretas de apoio. Os eleitos do PSD apresentaram um conjunto de 10 propostas na reunião de camara de 25 de outubro de 2022, tendo as mesmas sido aprovadas para integração no próximo Orçamento Camarário de 2023.

PLANO LOCAL DE COMBATE À INFLAÇÃO

1. Criação de um GABINETE DE APOIO ÀS FAMÍLIAS SOBRE-ENDIVIDADAS;
2. CRIAÇÃO DE UM PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA E APOIO ALIMENTAR a famílias carenciadas ou em risco, idosos ou outros, devidamente identificados, garantido as refeições diárias, nos estabelecimentos escolares ou através de protocolo com a Santa Casa da Mi-

sericórdia de São Brás de Alportel;

3. REFORÇAR AS VERBAS DO PROGRAMA “MÃO AMIGA” de forma a minimizar os efeitos da escalada de preços, com apoio nos bens de primeira necessidade, rendas e despesas primárias;
4. ISENÇÃO DE UMA RENDA dos imóveis arrendados pelo Município, no mês de janeiro de 2023;
5. CONGELAMENTO DAS RENDAS DE ESPAÇOS COMERCIAIS da Câmara Municipal de São Brás de Alportel, no ano de 2023;
6. REVISÃO EM BAIXA DAS TAXAS MUNICIPAIS referentes a mercados (lugares e lojas), atividades não sedentárias (feiras, venda ambulante e prestação de serviços), assim como a ocupação da via pública;
7. CRIAÇÃO DE UM APOIO A ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DESLOCADOS, que beneficiem de bolsa de estudo, num montante máximo de 500 euros por ano. Este apoio visa apoiar estudantes que frequentem o Ensino Superior, em famílias nas quais se verifique a quebra de rendimentos, por forma a dar continuidade aos seus estudos.
8. Implementar um PROGRAMA de “QUALIFICAR PARA O MERCADO DE TRABALHO” para potenciar a inserção no mercado de trabalho de desempregados, através de ações de formação e cursos para aquisição e desenvolvimento de competências pessoais, sociais e profissionais, adaptado às necessidades do concelho.
9. REDUZIR A TARIFA DE IMI PARA 0,4;
10. REDUZIR O TARIFÁRIO DE ABASTECIMENTO DE ÁGUA SOCIAL E PARA FAMÍLIAS NUMEROSAS, atualmente igual ao Tarifário Normal;

São Brás de Alportel, 8 de novembro de 2022,
PSD de São Brás de Alportel.




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



DROGARIA GAGO

ENTREGA GRÁTIS!

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

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



Vocês procuram? Nós encontramos!

Agência imobiliária

www.kmaison.eu
contact@kmaison.eu
@kmaisonimmo
+351 910378604



ProjurisAdvocacia
Gabinete de Apoio Jurídico

Rua Luís Bívar, N.º 33
* 8150-156 São Brás de Alportel
+351 289 157 981



MOINHO FAMOSO
ALFARROBA E FRUTOS SECOS

Quinta da Catraia
Alcaria do Tesoureiro
Cx. Postal 506-A (Alportel)
8150 S. Brás de Alportel

926 559 810 | 966 051 464
moinhofamoso
@moinhofamoso



O PARA-FUSO
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

POLÍTICA



São Brás de Alportel Presente e Futuro

Um Balanço Autárquico dos eleitos do PSD na Câmara Municipal

No passado dia 15 de outubro perfez um ano deste novo mandato autárquico (2021-2025), mandato que conferiu ao PSD/SBA uma responsabilidade acrescida, quando reforçaram os seus eleitos nos vários órgãos autárquicos.

Na câmara municipal passámos de um para dois Vereadores, algo inédito na história política local considerando que o terceiro e último mandato do Presidente de Câmara é um mandato de consolidação e de reforço da votação, como tal não se verificou, urge da nossa parte um ainda maior comprometimento para que façamos (ainda) mais pelo nosso concelho.

Assumindo esse compromisso, os vereadores do PSD apresentaram um conjunto de propostas ao longo deste mandato sempre ao lado dos São-Brasenses onde se destacam as seguintes áreas:

- **Segurança:** na reunião de câmara de 7 de dezembro de 2021, solicitamos a presença do Comando Territorial para expor e reforçar a necessidade de efetivo da GNR no concelho face ao aumento do número de assaltos e o aumento de venda de estupefacientes;
- **Solidariedade:** a 28 de fevereiro de 2022, apresentamos um conjunto de propostas de apoio às famílias ucranianas com o propósito de apoiar as vítimas desta guerra;
- **Educação:** em Abril de 2022, face a um conjunto de reclamações nas cantinas escolares, realizámos um conjunto de visitas às escolas do concelho, onde inclusive almoçamos, falando com as cozinheiras e tentando perceber as alterações nos métodos de confeção, por forma a melhorar as refeições das nossas crianças. Durante os meses de Maio a junho de 2022 foram feitas visitas a todos os espaços do Agrupamento Escolar do concelho, posteriormente foram apresentadas 34 propostas de intervenção urgentes e de resolução imediata;
- **Gestão dos espaços públicos:** em junho de 2022 tomámos uma posição pública acerca da subida dos preços de acesso às piscinas descobertas e apresentámos propostas de redução do tarifário, redução essa que, posteriormente, foi efetivamente concretizada;
- **Feira da Serra, maior certame do concelho:** apresentamos um conjunto de propostas para a melhoria do mesmo, propondo a criação de um novo palco para apresentação dos artistas jovens emergentes, uma aposta vencedora e que mereceu o destaque por parte da imprensa realçando o seu caráter da "Feira mais Jovem e Inovadora";
- Um Plano de Combate à Inflação, recentemente apresentado, de forma a ajudar e apoiar as famílias São-Brasenses, numa altura em que se deparam com uma progressiva perda do poder de compra provocada pela sucessiva escalada de preços, a câmara municipal deverá estar na linha da frente nas respostas sociais.

Foram ainda apresentadas as seguintes propostas para o Orçamento de Cama-



rário de 2023, enunciando as seguintes prioridades:

1. Realização de intervenções de REQUALIFICAÇÃO DO BAIRRO JOÃO ROSA BEATRIZ, quer ao nível de espaços exteriores, quer ao nível do seu edificado (exterior e interior);
2. PROMOVER A REABILITAÇÃO DAS CASAS DEVOLUTAS DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA, direcionando a mesmas para arrendamento social;
3. REQUALIFICAÇÃO E MANUTENÇÃO do Parque Escolar Municipal, em especial aquelas escolas que se encontram com necessidades urgentes;
4. IMPLEMENTAR E CONCLUIR AS 34 PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO, apresentadas pelo PSD/SBA a 5 de julho na Reunião de Câmara, no âmbito da melhoria das condições educativas do concelho;
5. REQUALIFICAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS EXISTENTES e melhoria dos seus consumos energéticos, nomeadamente o Pavilhão Municipal Dr. José de Sousa Pires, Polidesportivo Municipal, Piscinas Municipais Cobertas;
- 5.1. REQUALIFICAÇÃO DO CAMPO MUNICIPAL SINTÉTICO, adquirir a parcela adjacente de forma a garantir a medidas oficiais
6. ACOMPANHAMENTO PERMANENTE DO FUNCIONAMENTO DA CENTRAL DE VALORIZAÇÃO ORGÂNICA DA ALGAR, SA., pressionando a para realização de AUDITÓRIAS TÉCNICAS e garantindo o

seu bom funcionamento;

7. Elaboração de um projeto de aproveitamento integrado do PARQUE DA FONTE FÉRREA:
 - Prevendo espaços de diversas tipologias e usos;
 - Construção de um Centro de Interpretação de Biodiversidade / Educação Ambiental, com colaboração e parceria da Universidade do Algarve e outros centros e universidades do país e estrangeiro
 - Criação de um espelho de água permanente
 - Requalificação do parque de lazer e criação de um parque infantil temático e de aventura
 - Estabelecimento e mapeamento de Percursos Pedestres / BTT
 - Criação de uma área dedicada aos Escuteiros
 - Centro Escutista Local
8. Elaborar um programa de prioridades de REQUALIFICAÇÃO, MANUTENÇÃO E AMPLIAÇÃO DA REDE DE ABASTECIMENTO DE ÁGUA E DE SANEAMENTO do concelho, garantindo a todos o acesso igual à água e ao saneamento básico.
9. Criar o INCENTIVO MUNICIPAL À INSTALAÇÃO DE CISTERNAS ou Depósitos de captação e armazenamento de Águas Pluviais, de forma a reduzir o consumo de água da rede pública e incentivar a captação da água da chuva;
10. Criar zona gratuita na vila para depósito de monos, verdes e detritos de

obras para os munícipes São-Brasenses;

11. EXIGIR À ARS ALGARVE A INSTALAÇÃO DE UMA UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR NO CONCELHO

12. Pressionar o REFORÇO DE MÉDICOS DE FAMÍLIA no concelho.

Elaborar PLANO PARA:

13. RELOCALIZAÇÃO DOS ESTALEIROS E OFICINAS MUNICIPAIS,

14. NOVO PARQUE DE CONTENTORES E PESADOS, SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS E DE APOIO,

15. NOVO QUARTEL DOS BOMBEIROS,

16. CENTRO OFICIAL DE RECOLHA DE ANIMAIS DE COMPANHIA.

17. CONCRETIZAÇÃO DOS ORÇAMENTOS PARTICIPATIVOS DO MANDATO ANTERIOR;

Esta é a postura responsável, positiva e construtiva dos eleitos do PSD nos vários órgãos autárquicos, presentes e disponíveis para toda a população.

Ainda que não figurem todas as posições tomadas no órgão executivo do município, este é o balanço deste ano autárquico dos eleitos do PSD na Câmara Municipal de São Brás de Alportel, de forma a prestar contas a todos os munícipes, revelando a nossa contínua disponibilidade para assegurar como missão a vontade de prestar o melhor serviço pelo bem-estar e qualidade de vida de toda a comunidade.

*Bruno Sousa Costa e Sílvia Revés
(Vereadores do PSD na Câmara Municipal de São Brás de Alportel)*

POLÍTICA



SÃO BRÁS DE ALPORTEL COM UMA GESTÃO FINANCEIRA EXEMPLAR, E A PREMIAR O TALENTO JOVEM!



Enquanto são-brasenses temos mais um motivo de orgulho, pela boa gestão financeira dos nossos autarcas na Câmara Municipal: como tem sido habitual ao longo dos anos, São Brás de Alportel vem mais uma vez em destaque no Anuário Financeiro dos Municípios Portugueses. Este anuário mostra as boas políticas financeiras colocadas em prática pelos autarcas nos seus municípios e classifica-os por vários índices.

O PS São Brás de Alportel felicita o Executivo municipal na pessoa do Presidente Vítor Guerreiro, da Vice-Presidente Marlene Guerreiro e do Vereador Acácio Martins pela boa classificação do nosso concelho, como se prova nos seguintes índices:

- São Brás de Alportel alcançou o 7.º lugar, entre os 16 concelhos do Algarve, no Ranking Global dos municípios do Distrito de Faro com melhor pontuação global;
- São Brás de Alportel está em 39º lugar, em 308 concelhos de todo o país, no índice de Municípios com menor valor no Passivo Exigível, referenciados pelo ano de 2021 e em 35º lugar no índice de municípios com melhor índice de dívida total;
- Destacamos ainda que São Brás de Alportel está no 25.º lugar no ranking global dos municípios de pequena dimensão, integrados na lista dos 100 melhor classificados globalmente!

A nossa Câmara Municipal foi novamente avaliada como uma das autar-

quias a nível nacional com boa eficiência financeira no uso dos recursos públicos na administração local, estando nos primeiros 40 municípios a nível nacional. Esta é mais uma prova da boa gestão do executivo municipal, que ao longo dos anos tem sabido investir nas infraestruturas e dos equipamentos, mas sobretudo nas pessoas, no seu bem-estar e nas suas necessidades, sem colocar em causa o equilíbrio financeiro da autarquia.

Enaltecemos a esforço e dedicação dos autarcas do Partido Socialista em São Brás Alportel que são um exemplo na região e no país, numa gestão que aposta no desenvolvimento e na qualidade de vida, sempre com a responsabilidade de respeitar uma política interna de contas certas. Uma gestão rigorosa e equilibrada que tem por base a proximidade. Porque todos estes índices não são apenas números, são pessoas, vidas que dependem desta gestão rigorosa com sentido de causa pública!

10.ª edição dos Prémios Juventude é um exemplo da aposta nos Jovens

O investimento faz-se essencialmente nas pessoas! E apostar na juventude é fundamental para a construção do futuro. É por isso que o PS São Brás de Alportel elogia a iniciativa da Câmara Municipal de premiar o talento e o empreendedorismo jovem, com mais uma edição dos Prémios Juventude. Esta é uma iniciativa única no país, que teve origem em 2004, com o objetivo de premiar os jovens são-brasenses, que se

distinguem nas mais diversas áreas, pelos seus talentos e sobretudo pelos seus valores e atitudes. Estas iniciativas são o fermento essencial para fortalecer uma comunidade. A capacidade de valorizar os talentos de uma comunidade é o caminho certo para a engrandecer.

Esta será sempre a motivação do Partido Socialista em São Brás de Alportel, porque a nossa missão são as pessoas!

TOMADA DE POSSE DOS NOVOS ÓRGÃOS DA CONCELHIA EM DIA DE SÃO MARTINHO

O simbólico Dia de São Martinho, com a sua mensagem de altruísmo e solidariedade foi o dia que escolhemos para a Tomada de Posse dos novos órgãos da nossa concelhia, que teve assim lugar no passado dia 11 de novembro, na sede da concelhia, na Rua Serpa Pinto.

Numa casa repleta de militantes e amigos, em ambiente caloroso de união e convívio, tomaram posse os elementos da comissão política concelhia liderada por Marlene Guerreiro, que assume a partir de agora o cargo de Presidente da Comissão Política Concelhia de São Brás de Alportel. Na ocasião tomou também posse a comissão concelhia das Mulheres Socialistas – Igualdade de Direitos, liderada por Maria José Rocha.

Marlene Guerreiro apresentou os novos elementos da Comissão Política Concelhia que ao seu lado vão conduzir a ação local do partido nos 2 anos que se seguem, “um mandato que será de grande exigência, no período desafiante

e de crise em que vivemos” e sublinhou a união que se sente dentro da concelhia, prova de que o PS está vivo e com grande vontade de continuar a trabalhar em prol da nossa terra.

A comissão política integra mais 14 elementos: Acácio Martins, Vítor Guerreiro, Josélia Gonçalves, David Gonçalves, João Rosa, Custódia Reis, Márcio Revés, Ivo Cardoso, Josélia Martins, Fábio Pinto, João Gonçalves, Maria José Rocha, Ilídio Viegas e António Eusébio e um conjunto de elementos suplentes.

Na ocasião, Vítor Guerreiro, que até agora exercia o cargo de Presidente da Comissão Política, expressou total apoio à nova líder da concelhia e garantiu a todos os militantes que a Presidente Marlene Guerreiro é a pessoa certa, no lugar certo, no momento certo, porque tem capacidades intelectuais, humanas, técnicas e políticas para conduzir este processo e continuar o bom trabalho que o Partido Socialista tem realizado em São Brás de Alportel.

A tomada de posse contou com a participação de muitos militantes e simpatizantes do projeto do Partido Socialista. Esteve em representação da Sede Nacional o recentemente reeleito Presidente da Federação do Algarve do PS, Luís Graça, que não poupou elogios à nova líder Marlene Guerreiro, à sua capacidade de trabalho e ao seu amor da terra.

Novembro de 2022,
A concelhia do Partido Socialista de São Brás de Alportel

ESTATUTO EDITORIAL

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

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

POLÍTICA



Marlene Guerreiro é a primeira mulher na liderança do Partido Socialista em São Brás de Alportel

Marlene Guerreiro é a nova Presidente da Comissão Política Concelhia de São Brás de Alportel e a primeira mulher a desempenhar este lugar na história da concelhia são-brasense, seguindo-se a Vítor Guerreiro, José do Carmo Correia Martins, António Eusébio, José de Sousa Pires e muitos outros socialistas que no passado assumiram os destinos da estrutura local do Partido Socialista.

Marlene Guerreiro foi eleita presidente da Concelhia do PS de São Brás de Alportel com 96% dos votos.

ENTREVISTA

Marlene, que motivos te levaram a candidatares-te à liderança do Partido Socialista em São Brás de Alportel?

Poder dar o meu contributo ao partido e a São Brás de Alportel. É uma imensa honra para mim poder suceder a Vítor Guerreiro, com quem partilho desde sempre as batalhas diárias pela nossa terra; mas também a António Eusébio, a José Pires, a Correia Martins e a todos os camaradas que nos antecederam neste caminho.

Entrei na primeira festa Socialista pela mão do meu pai, na casa do nosso saudoso e grande socialista Joaquim do Serro, amigo do meu avô Manuel Joaquim Gago... dedico-lhes este momento porque são grandes referências para mim.

O que sentiste ao ser a primeira mulher eleita como presidente do PS em São Brás de Alportel? Sentes que os desafios são maiores por seres Mulher?

Um enorme orgulho e uma enorme responsabilidade. Sinto que estou a prestar um tributo a todas as mulheres que contribuíram no passado para a História do nosso partido e para a História da nossa terra.

Gosto mais de olhar para as oportunidades e acho que este Desafio, por ser Mulher, será certamente uma oportunidade para darmos mais um passo na construção de uma comunidade cada vez mais inclusiva.

Sou muito exigente comigo mesma e talvez por isso não sinta no trabalho enquanto autarca que seja maior o desafio por ser Mulher.

Quem é a nova presidente da Comissão Política Concelhia do Partido Socialista de São Brás de Alportel?

Uma mulher que ama a sua terra e que faz deste amor o combustível para lutar pelos projetos que São Brás de Alportel e os são-brasenses merecem.

Iniciaste muito cedo a tua vida ativa na comunidade, que conselhos darias aos jovens de hoje?

A participação na comunidade é uma atitude. E eu desde que me conheço que gosto de participar na vida que me rodeia. Desde logo na minha escola primária. Mais tarde, integrei o Grupo Desportivo e Cultural de Machados, que foi a minha grande escola de cidadania.

Aos jovens, gostava de aconselhar-vos a participarem mais na vida da comunidade.

de. Imagino que possam achar aborrecido, mas acreditem que vão gostar de deixar a vossa marca.

O que sentimos quando percebemos que fomos capazes de ajudar alguém ou de contribuir para melhorar algo na nossa terra... é algo que não se explica... mas que eu diria que é a felicidade mais intensa e que nos transforma por dentro!

Deixem-me dizer que felizmente São Brás é um bom exemplo na participação dos jovens. As eleições muito participadas na associação de estudantes da Escola Secundária foi exemplo disso e no passado dia 7, a primeira reunião da Assembleia Jovem deixou-me muito orgulhosa dos nossos jovens, que deram uma grande lição de cidadania! Esse é o caminho!

Quais as principais metas que te propões atingir neste mandato de dois anos?

União, Memória e Futuro. Temos muitos projetos para concretizar na valorização da história do nosso partido, com um ponto alto na celebração dos 50 anos do 25 de Abril; e em marcha muitos projetos para trabalhar com os nossos jovens, na construção do futuro.

Como avalias o trabalho desenvolvido pelo PS ao longo dos últimos anos em São Brás de Alportel?

Avalio de forma muito positiva e o crescimento populacional a que temos assistido, em contraciclo com o país, é a melhor prova disso. É certo que há muito por fazer, mas quando olhamos para trás, vemos a evolução que São Brás de Alportel tem tido nos últimos anos. Desde as vias de comunicação e as acessibilidades para todos, onde somos uma referência na região e no país, passando pelo desporto, pela cultura, pelo apoio ao empreendedorismo, até às respostas sociais, onde trabalhamos para criar uma verdadeira "teia" solidária, em parceria com todas as entidades e com muita proximidade, para que ninguém fique para trás e todos possam ter acesso a uma vida com dignidade.

E quais os principais desafios do PS?

Continuar a merecer a confiança dos são-brasenses, para trabalharmos juntos pela nossa terra.

Conhecer profundamente a realidade, ouvir as pessoas, as suas necessidades e os seus anseios é o desafio constante do nosso partido, para que possamos desenvolver a missão que os são-brasenses nos confiaram.

As próximas eleições autárquicas são desde já uma prioridade para a concelhia do PS?

Neste momento, a nossa prioridade é honrar o compromisso que assumimos com os são-brasenses para este mandato autárquico. Estamos a atravessar um período difícil, a braços com uma profunda crise económica e estamos a desenvolver todos os esforços para ajudar as pessoas, as nossas famílias e a nossas empresas. Este é o nosso foco neste momento.



(...) sou uma mulher que ama a sua terra e que faz deste amor o combustível para lutar pelos projetos que São Brás de Alportel merece

Naturalmente que gostaríamos de poder continuar a merecer a confiança dos são-brasenses, no futuro. A seu tempo, convidaremos todos a participar no próximo projeto autárquico, onde pretendemos envolver toda a comunidade.

Que papel tem tido a autarca Marlene Guerreiro ao longo dos anos em São Brás de Alportel?

Essa é uma pergunta difícil... Penso que só a nossa comunidade poderá responder...

Mas espero que ao longo destes anos possa ter contribuído, com o meu trabalho e dedicação, para o desenvolvimento e atratividade do nosso concelho e para a qualidade de vida e bem estar de todos. Valorizar as pessoas é a minha maior missão diária e gostaria muito de ter sido capaz, nestes anos, de ajudar os empreendedores na concretização dos seus projetos, de incentivar os jovens na concretização dos seus talentos e de contribuir para uma comunidade mais feliz e solidária.

Como olhas para o futuro de São Brás de Alportel? Qual é a tua ambição para o concelho enquanto autarca?

Subir mais um patamar de progresso e de qualidade de Vida, mantendo sempre a nossa essência, que torna único o nosso "Centro do Universo".

Conseguir ter mais capacidade para potenciar o crescimento económico, atrair e fixar mais empresas, alavancar ainda mais o turismo e poder concretizar um conjunto de projetos estratégicos, que estão a aguardar a oportunidade de recursos financeiros para avançar.

São Brás é um concelho cheio de potencialidades, desde logo pela nossa localização, pelos recursos do nosso território e pelas pessoas.

Mas são muitas as dificuldades com que nos deparamos e que contra as quais temos que lutar com muito trabalho e com uma gestão muito equilibrada e rigorosa, pois temos um concelho com poucos Kms de área e com uma população a crescer, o que faz da gestão autárquica um desafio cada vez mais exigente.

EXCLUSIVO

Marita Alexandre abraçou aventura missionária para realizar sonho da filha Beatriz



Trazemos connosco o sentimento de dever cumprido, mas também uma vontade de voltar e fazer mais.



Desta forma sinto-a ainda mais presente, mais próxima, não deixando cair este que era um dos seus grandes objetivos e a sua grande missão na terra.

O que nos podes contar da Missão Cor Unum?

Falar da Missão Cor Unum, o que posso dizer...o que posso partilhar do meu testemunho pessoal. "...Abraçei esta aventura missionária para realizar um sonho de uma Jovem Sem Fronteiras muito especial...", não era de todo o meu sonho, nunca o tinha visto como um objetivo pessoal, no entanto, quando surgiu a oportunidade, não pensei duas vezes, propôs-me realizá-lo, com tudo aquilo que temos de mais precioso, os nossos sentimentos.

Para mim esta experiência missionária, foi talvez o papel mais desafiante, como mulher, como mãe, como pessoa, como cidadã, sim foi muito gratificante, com um enorme significado e sentimento. Em contexto religioso, foi tempo para o reencontro no caminho com Deus, nas orações, nas homilias, na reflexão, posso dizer que, apesar de toda a minha fé, a forma como a vejo e como a pratico, hoje sinto que ainda tenho um longo caminho para percorrer.

Não fui sozinha nesta aventura missionária, fomos 3 missionários do Algarve, com um grande espírito de solidariedade, cada um de nós com o seu propósito de missão, mas com uma relação de grande proximidade, somos família, a enfermeira Marlene Pereira, que missão é "...a concretização de um objetivo de vida, objetivo esse direcionado para o altruísmo e dar algo, sem esperar nada em troca...", o técnico do INEM Luís Brás, que missão é "...ajudar, oferecer a minha ajuda a quem mais precisa, tentando fazer alguma diferença...", ambos de Moncarapacho.

Que tipo de atividades realizaram com a comunidade?

Entre as atividades desenvolvidas destaca-se as visitas a doentes com a pastoral da pessoa idosa, atividades com crianças promovendo o seu desenvolvimento e potenciando as suas capacidades, encontro com jovens proporcionando a partilha de experiências, encontro de lideranças, sendo o tema central "Jesus como líder", encontros Bíblicos, encontro de casais, permitindo trabalhar a estratégia de melhoria da relação conjugal, palestra sobre primei-

ros socorros, encontro com catequese.

A parte gratificante foi o que encontramos em cada pessoa que nos acompanhou e em cada uma das comunidades que visitamos e que foram muitas, com toda a sua sabedoria, fé e dificuldade. Em todas as comunidades, a Eucaristia é celebrada sempre de portas e janelas abertas, as festas da padroeira são vividas com grande intensidade, repletas de gratidão e alegria por poderem estar a celebrar a palavra de Deus.

Entre muitas outras coisas a grande surpresa, pela positiva, foi ver a enorme vontade e o orgulho do povo marajoara em aprender e melhorar a sua educação, ver que já tem a noção da importância do estudo para serem alguém, sabem que precisam de estudar para ter uma vida melhor, bem como para interpretar, pronunciar e transmitir a palavra de Deus, junto do povo da sua comunidade.

Qual é a bagagem que trazes desta aventura?

Conquistamos um Amor, um Carinho, um Sorriso, uma Disponibilidade e um Abraço sincero em cada criança, em cada adolescente, em cada adulto e em cada idoso, que se cruzou no nosso caminho e com quem tivemos a felicidade de conviver, a forma alegre e feliz de viverem a vida, totalmente diferente da nossa realidade, "...dar sem receber nada em troca..." e sem grandes recursos, "...acolher e dar aquilo que de melhor têm..." Aprendemos tanto!

Trazemos connosco o sentimento de dever cumprido, mas também uma vontade de voltar e fazer mais. Trazemos uma forma diferente de olhar a vida. Ganhamos ele, mas também ganhamos nós...

Com a aventura chegada ao fim...foi tempo de regressar à vida real, que aventura missionária maravilhosa, de momentos Surpreendentes, de Superação, de Amor, de Partilha, de momentos menos bons de muita Saudade, mas também de muita Alegria. Obrigado a todos, família e amigos que de alguma forma, tornaram esta Missão possível, esta missão também é vossa.

Não menos importante, mas sim muito importante, ao meu Marido, o meu porto de abrigo, tenho a certeza que não seria de todo possível, sem o seu apoio, sem a sua ajuda, "Muito Obrigada por estares sempre comigo".

Marita Alexandre, integrou um grupo de 11 voluntários, de norte a sul do país disponíveis para aprender e partilhar uma experiência de intercâmbio, cada um com a sua vocação muito própria e necessária, num projeto de voluntariado Internacional de Curta duração - Cor Unum (unidos por um só coração), do qual faziam parte dois padres, o Padre Hugo e o Padre Paulo.

Partindo em missão para a Ilha de Marajó - Amazónia, no estado do Pará, no Brasil, onde estiveram durante o mês de setembro, nas comunidades de Cachoeira do Arari e Ponta de Pedras. Este projeto em particular, surgiu da parceria entre a Sol sem Fronteiras e os Missionários do Espírito Santo.

Uma missão de amor, em memória da filha Beatriz Alexandre, que tinha no voluntariado e na solidariedade a sua grande paixão e que infelizmente não chegou a realizar. Marita não embarcou sozinha, levava a coragem e a fé da sua estrelinha, mas também o apoio de mais dois missionários algarvios, os amigos Luís e Marlene de quem fala com muito carinho e gratidão.

ENTREVISTA

Qual foi a principal razão para embarcares nesta aventura missionária?

Conheci a associação Solsef e a Família Espiritana, acompanhei e participei de forma indireta no seu trabalho de solidariedade, através da minha filha, Beatriz Bernardo Alexandre, que durante dois anos integrou o grupo dos JSF da paróquia de São Brás de Alportel, trabalho que desempenhava com grande Amor, Dedicção e Paixão. Tinha como sonho poder fazer voluntariado e ajudar quem mais precisa, "...estar perto dos que estão longe...sem estar longe dos que estão perto...". Mas a Beatriz partiu noutra missão, a missão mais longa da sua vida, com apenas 16 anos, deixando para traz muitos sonhos por concretizar.

Quando falava em missões, os seus olhos brilhavam, a sua generosidade sobrevinha, a sua gratidão por tudo e por todos nos encantava, aprendemos a valorizar cada vez

mais o próximo, a ajudar quem mais precisa, com tudo aquilo que temos de mais precioso, a fé, o amor, a amizade, o abraço, o carinho, o sorriso, a palavra, esperando apenas como recompensa, receber os mesmos valores e a mesma atenção.

Desde pequena que sempre a incentivamos nesse sentido, a ser uma menina feliz, grata, solidária, amiga do amigo, cremos que lhe ensinamos bons valores para a vida, sendo estes os sentimentos prioritários lá em casa.

Neste longo caminho que tenho para percorrer, a sensação de vazio da sua presença, a imensa saudade, o sentimento de coração perdido, mas ao mesmo tempo o amor, a fé que sinto, faz-me querer seguir em frente, seguir o meu coração, faz-me querer realizar os seus sonhos, lutar pelas suas convicções que desde que a Beatriz nos deixou, passaram a ser também os meus sonhos e as minha convicções.

EM FOCO

Gentes da nossa Terra

João Martins e o percurso como carteiro



“E assim foi a história da minha vida de carteiro, que muito me orgulho.”



João Jorge Pilar Martins, 72 Anos, natural de São Brás de Alportel, recorda com saudade os tempos na escola da menina Souzinha e as brincadeiras da altura, o pião, o berlinda e as disputas de bola.

Quando saiu da escola foi aprender o ofício de aprendiz de barbeiro, mais tarde foi para corticeiro, como muitos rapazes da sua idade, até ingressar na Tropa, onde esteve 9 meses em Portugal e 25 meses na Guiné-Bissau, alguns desses meses sob o comando do Capitão Salgueiro Maia, em Pete na zona de Bula.

Quando voltou para Portugal, foi trabalhar para uma padaria, mais tarde voltou para a indústria corticeira, até 1982. O seu percurso nos correios começa então através de um vizinho que também era carteiro, António Carmo, que o informou que as inscrições estavam abertas e foi assim que João Martins entrou para aquela que viria a ser a profissão da sua vida.

Inicialmente, começou o seu percurso como carteiro em Loulé, percorrendo o concelho desde o Ameixial até Vale de Lobo. Só em 1985 é que veio para a nossa vila de São Brás onde fazia giros urbanos e giros rurais.

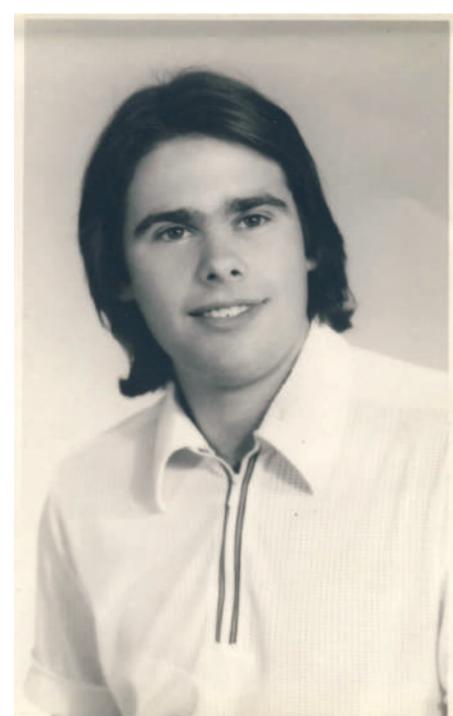
João tornou-se o primeiro carteiro a levar correspondência à serra, tendo iniciado em outubro de 1994, antes desse ano a correspondência era deixada na Cova da Muda no posto de correio na venda do Sr. João Gonçalves, dividida em sacos de correio para os respetivos sítios da serra (Javali, Parisés e Cabeça do Velho) e havia uma pessoa responsável por levar a correspondência para os diferentes sítios.

“Gostei muito de fazer o giro da serra, pois as gentes da serra são simples e puras, mas gostei de toda a gente em geral, pois sempre tive muito prazer na convivência com as pessoas, visto que havia muita gente que me confiava coisas como se eu fosse da família.”

Conta João Martins

32 anos de histórias de como carteiro, João Martins, tornou-se um rosto conhecido e acarinhado em São Brás de Alportel, tendo assim muitos episódios para contar mas que escolheu recordar os velhos tempos na volta ao Alportel: *“Um episódio engraçado foi passado com um cão, que me acompanhava no giro do Alportel, e de vez em quando me jogava a boca à perna e dava-me uma dentadinha (de amor) e lá ia comigo até à última casa do Alportel de baixo, era nessa altura que eu me via livre dele, pois eu arrancava o mais rápido que podia e ele já não me conseguia acompanhar, no dia seguinte lá estava ele à minha espera para me “ajudar” a fazer o giro do Alportel onde estive 20 Anos.”* recorda com saudade.

A partir de 2011 esteve a trabalhar nos serviços internos em Loulé até ao ano da reforma em 2014: *“E assim foi a história da minha vida de carteiro, que muito me orgulho.”* finaliza João Martins.



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



ACTIVIDADES UDRS

A rúbrica do treinador: André Guerreiro | Seniores



UDRS vs. Faro e Benfica | 29-10-2022

Nesta partida sabíamos que íamos apanhar o líder do campeonato e que vinham bem organizados e confiantes, entrámos a pressionar alto o adversário onde obrigámos sempre a bater na frente e onde não fomos tão consistentes como queríamos nas disputas de bolas aéreas e acabámos por levar o Faro e Benfica ao ponto forte deles onde fazem

o primeiro golo de grande elevação, continuamos concentrados e chegamos ao empate através de uma boa jogada colectiva em que só nos travaram em penalti.

Quando estávamos na nossa melhor fase do jogo sofremos um golo de infelicidade nossa, mas soubemos manter a postura e ir para o intervalo com maior posse de bola. Na segunda parte entrámos bem com algumas oportunidades desperdiçadas e na primeira oportunidade que o adversário tem numa falta de agressividade nossa a meio campo sofremos o 3-1, a partir daqui fomos para cima com tudo à procura do golo e num lance de penalti claríssimo para nós que fazia o 3-2 o arbitro não assinala e o adversário aproveita bola no contra ataque e faz o 4-1, jogo a partir daqui torna se difícil. Joga se mais com o coração do que a cabeça e acabamos por sofrer mais um penalti que concretizámos, mas que não alterou o marcador, apesar de termos sido superiores em grande parte da partida corremos sempre atrás do resultado.

É continuar a trabalhar para atingir os nossos objectivos.

UDRS vs. Quarteira (Taça do Algarve) | 02-11-2022

Neste nosso primeiro jogo da taça contra uma equipa da divisão acima sabíamos que a pressão estava do lado deles, mantivemo-nos fiéis ao nosso modelo de jogo sem medo de encarar a partida e desde cedo assumimos o controlo do jogo, pressionámos de forma inteligente o Quarteira obrigando sempre a baterem bola na frente e onde desta vez soubemos ganhar a 1º e 2º bola que tem sido algo que temos trabalhado e isso fez nos saber conquistar atitude no jogo, colocamos a bola no chão apesar das

condições péssimas do piso e soubemos criar oportunidades claras de golo sem baixar a intensidade. A comunicação foi crucial na liderança da partida o que nos fez ter mais bola e disputas ganhas num jogo em que merecíamos claramente ganhar ou pelo menos disputar os penaltis, mas aos 96 minutos sofremos um golo infantil no qual treinamos a forma de o defender, mas o futebol é mesmo assim, nem sempre ganha quem merece, ganha sim quem mete a bola lá dentro.

Continuamos seguros e firmes do que são as nossas convicções para atingir os nossos objectivos.



A rúbrica do treinador: Rui Guerreiro | Juniores



UDRS vs. Lusitano VRSA | 16-10-2022

Nesta terceira jornada do nosso campeonato, a nossa equipa de juniores recebeu a equipa do Lusitano de VRSA, que por tradição tem também neste escalão equipas muito competitivas. Mas nesta tarde no campo Sousa Uva a nossa equipa demonstrou mais uma vez bom futebol e grande determinação, isso foi visível numa primeira parte onde controlámos praticamente todo o jogo e ocupámos bem todos os espaços, inaugurámos o marcador aos 6 minutos e criámos diversas oportunidades de golo, finalizando com mais 3 remates certos ainda na primeira parte.

Foi talvez a melhor entrada da nossa equipa num jogo do campeonato, indo para o intervalo a vencer justamente por 4-0. Na segunda parte permitimos que o adversário tivesse mais bola, fruto talvez da vantagem obtida e por isso baixámos o ritmo de jogo e sofremos 2 golos devi-

do a essa situação. Foi um jogo em que provámos ser competentes, mas não podemos baixar os níveis de concentração durante os 90 minutos. Foi uma vitória do grupo que se manteve unido mais uma vez.

SC Olhanense vs. UDRS | 23-10-2022

Na 4ª jornada fomos invictos para visitar uma das equipas candidatas ao apuramento, um adversário sempre difícil, como é o caso do Olhanense. Nesta tarde em Olhão foi possível assistir a um jogo muito equilibrado entre ambas as equipas onde até conseguimos ser superiores e inaugurar o marcador aos 10 minutos de jogo fruto de uma jogada em que o nosso extremo conseguiu chegar isolado e finalizar friamente junto do guarda redes do Olhanense.

No entanto cerca de 10 minutos depois o árbitro "descobriu" uma grande penalidade na nossa área num lance perfeitamente normal e dividido pelos dois jogadores em que o próprio jogador do Olhanense se mostrou surpreendido pela decisão. Assim o Olhanense conseguiu igualar o resultado, mas a nossa equipa voltou a unir forças e discutir o jogo que se tornou demasiado agressivo nos lances divididos no meio campo e isso também nos causou dificuldades pois tivemos lesões em alguns jogadores. O resultado manteve-se 1-1 até ao final onde os nossos guarda-redes (um deles substituído devido a lesão) também tiveram uma boa exibição e garantiram que saíssemos dali com 1 ponto pois na recta final fizeram excelentes defesas.

Saímos de lá de cabeça erguida e com a noção que até podíamos ter ganho o

jogo. O grupo mais uma vez esteve de parabéns pela personalidade apresentada.

UDRS vs. 4 ao Cubo | 30-10-2022

Chegámos à 5ª jornada invictos e com a possibilidade de ascender ao primeiro lugar na classificação. Nesta tarde recebemos a equipa do 4 ao Cubo e talvez por pensarmos que seriam mais acessíveis, pensar assim foi algo que tentei evitar que acontecesse, e isso reflectiu-se na primeira parte, onde aos 5 minutos sofremos um golo e mesmo conseguindo empatar cerca de 10 minutos depois, nunca conseguimos ligar o nosso jogo e tudo saía mal, uma das piores entradas num jogo da nossa parte e o adversário acreditava e conseguiu por algumas vezes estar perto de ampliar o resultado.

Fomos para o intervalo e foi necessário recorrer a algumas alterações para mexer com a equipa também e equilibrar algumas zonas onde estávamos clara-

mente a sofrer mais e isso deu resultado, equilibrámos e conseguimos marcar e segurar a vantagem até ao final. Neste jogo podemos dizer que a equipa reagiu e "voltou mais equipa" para a segunda parte. Mais uma vitória e 3 pontos que nos garantiram permanecer invictos mais uma jornada. Mérito destes atletas que estão unidos nos objetivos.

De salientar ainda que neste jogo, o Sambrasense, realizou ainda uma ação de sensibilização, ao entrar com um menino sambrasense, Micael, de apenas 9 anos que é portador de uma doença rara no mundo, havendo menos de 20 casos no total. Micael, entrou com os nossos jogadores, pela mão do nosso capitão, Leandro Apolo, tendo dado o pontapé de partida, num momento emocionante e marcante para a vida deste clube e deste menino!

Obrigado Micael por seres quem és! Foi um prazer ver-te no nosso balneário e no nosso campo com as nossas cores!



ACTIVIDADES UDRS E DESPORTO

CAMPEONATO DISTRITAL 2ª DIVISÃO SENIORES CLASSIFICAÇÕES								
POS		JGS	V	E	D	GM	GS	PTS
1	Sport Faro Benfica	5	4	0	1	14	7	12
2	Padernense Clube	4	3	1	0	5	1	10
3	Js Campinense	4	2	0	2	7	6	6
4	Udr Sambrasense	4	2	0	2	8	9	6
5	4 Ao Cubo Ad Olhão	3	1	1	1	2	2	4
6	Quarteirense 1937	4	1	0	3	5	6	3
6	Sc Fareense	3	1	0	2	2	2	3
8	Cd Marítimo Olhanense	3	0	0	3	2	12	0
9	A Indicar (DS)	0	0	0	0	0	0	0
9	A Indicar (DS)	0	0	0	0	0	0	0

CAMPEONATO DISTRITAL JUNIORES CLASSIFICAÇÕES								
POS		JGS	V	E	D	GM	GS	PTS
1	Louletano Dc	6	4	2	0	18	6	14
2	Sc Olhanense	6	4	2	0	18	7	14
3	Sc Fareense	5	4	0	1	21	2	12
4	Udr Sambrasense	6	3	2	1	14	12	11
5	Ad Geração Génios	6	3	1	2	17	13	10
6	Lusitano Fc Vrsa	6	2	1	3	17	21	7
7	Fc São Luís	6	2	0	4	15	14	6
8	Js Campinense	6	1	1	4	8	26	4
9	Cd Montenegro	6	1	0	5	5	25	3
10	4 Ao Cubo Ad Olhão	5	0	1	4	11	18	1

Neuza Dias, atleta sambrasense, sagrou-se Campeã Regional de Boxe

Neuza Dias, 28 anos, sambrasense de corpo e alma, começou a praticar boxe por hobby, em 2018, até que começou a aprimorar a técnica e a ser incentivada pelo mestre para entrar na competição.

“Sempre preferi desportos de equipa ou fazer parte de um clube. Conheci pessoas que já praticavam que me incentivaram a experimentar, fiquei curiosa e lá fui à primeira aula, de onde não saí mais.” conta-nos a atleta.

A treinar atualmente no Arena em Faro, já participou no Campeonato Nacional de Boxe, onde ficou em 2º lugar, mais tarde, veio a pandemia e Neuza só regressou aos treinos, em setembro deste ano.

A última prova onde participou foi no Campeonato Regional Boxe, Ladies Open em Loures e Taça Nacional de Kickboxing onde se sagrou campeã regio-

nal com grande mérito e dedicação.

Sobre a adaptação das mulheres a este Desporto, Neuza é transparente e firme na resposta: *“Acho que muitos clubes e alguns pais ainda fazem essa distinção, por sermos vistas um pouco como o sexo frágil. Felizmente, onde treino sempre houve uma evolução positiva e significativa no número de mulheres a praticar a modalidade, seja competição ou apenas manutenção e de todas as faixas etárias (dos 5 aos 40).”*

“Não tendo de provar nada, acho que as mulheres atualmente sentem-se mais seguras e confiantes nas suas capacidades, não havendo tanto essa diferença, mas há sempre bocas desse género, claro.”

A participar ainda durante o mês de novembro em mais provas, a redação do Jornal deseja à atleta a maior sorte e sucesso no seu percurso desportivo!



DESPORTO

Troféu Algharbravo XVI prova CN Obedience FCI realizou-se no Campo Sousa Uva



O campo Sousa Uva acolheu no passado dia 5 de novembro, na parte da tarde, a prova de Obedience FCI e na parte da manhã a certificação de sociabilidade e obediência desportiva organizado pela escola de cães AlgharBravo São Brás Alportel.

Hernâni Carneiro, o grande mentor deste evento, aproveitou para agradecer aos seguintes colaboradores: *"União Desportiva Recreativa Sambrasense, Câmara Municipal de São Brás de Alportel, Junta de Freguesia de São Brás de Alportel, o meu muito obrigado pelo apoio nas diversas áreas, campo de futebol, logística, brindes e troféus, publicidade, divulgação envolvendo vários departamentos de várias secções. Aos nossos patrocinadores Tecnimetal, Restaurante Zé Dias, Umarroba, Cores Invulgares Lda, La Joconde, Suplementos24.com - Musculação, obrigado pela disponibilidade e patrocínios."* Sublinhou o sambrasense.

A prova teve como juiz a Eduarda De

Sousa Pires e comissário Marco Oliveira, na Organização, Mesa técnica e ajudante de campo Rita Luís, Teresa Mtv, Liane Soares, Maria Da Graça Dorsch, Sofia Carla Lopes Carneiro, Ismael Guerreiro e Cidália Lopes.

Contando com a presença de 20 binómios oriundos de vários pontos do país, a AlgharBravo ficou em 1º na classificação de escolas tendo obtidos os seguintes resultados:

4 COB Aprovados 1 COB não aprovado

Pedro entronca/Olivia | Gonçalo Silvano/Zara | Cláudio Coelho/Flor | David Reis/Milka | Hernâni Carneiro/Lucas.

Classes competitivas:

Classe1 Hernâni carneiro/ Pivot de Duques Negros Pastor Belga Malinois Breeder

Classe2 Hernâni Carneiro/Odin do Clan du Cxian - Elevage de Bergers Allemands

Juniores da Federação Portuguesa Petanca sobem ao pódio em Campeonato Mundial

A Federação Portuguesa de Petanca participou no Campeonato Mundial de Juniores e Sub 23 que se realizou no passado dia 6 a 9 de outubro em Palma de Maiorca. A seleção de atletas juniores foi composta por Bruno Duarte, Rafael Cavaco, Daniel Santana e Samuel Silva que obtiveram um honroso 3º lugar.

A equipa de Sub 23 composta pelos atletas Rodrigo Bráz, Leandro Pereira, Bruno Moreira e João Filipe ficou em 4º lugar no Campeonato Mundial.

Ainda no Verão, realizou-se a Copa Ibérica, uma prova unicamente realizada entre Portugal e Espanha, disputada

este ano em Santarém, onde as equipas da Federação Portuguesa de Petanca foram campeãs tanto no escalão masculino como feminino.

Para Cesaltina Conceição, Presidente da FPP, é um orgulho ver estes atletas alcançarem pódios tão importantes, seja na Copa Ibérica, como no Campeonato Mundial.

Com o objetivo de participar cada vez mais em provas internacionais, a Presidente da FPP, garante que estão a trabalhar para obter os melhores resultados e representar o nosso país da melhor forma.



Manuel Martins Negrão Júnior Lda.

PACHARRA

Construções



São Brás de Alportel

910 001 809
titonegrao@gmail.com

PACHARRA
Construções



PROJETOS E NEGÓCIOS

VIA VERDE PARA O DESENVOLVIMENTO...SÃO BRÁS DE ALPORTEL ON

Nuno Clara - Microvegetais



Este mês fomos conhecer o projeto do empreendedor Nuno Clara com os seus microvegetais, uma produção muito diferenciada dos vegetais tradicionais, por serem colhidos em menos tempo e não necessitarem de grande espaço físico.

O PROJETO MICROVEGETAIS

A ideia de produzir microvegetais nasceu em 2019, inicialmente como uma fonte extra de rendimento, uma vez que Nuno já trabalhava como especialista em informática... "O projeto foi dado a conhecer através de um amigo dentro da área da agricultura, que me incentivou a começar a produção de Microvegetais." A partir daí o interesse foi crescendo e começou a pesquisar novas formas de produzir com materiais mais sustentáveis.

É um projeto que consiste na produção de microvegetais, que é a fase inicial das plantas, quando são mais nutritivas, contendo até 40x mais nutrientes que na fase adulta. São muito ricos em vitaminas, aminoácidos, enzimas, clorofila e antioxidantes... E produzidos de uma forma muito ecológica. "Comecei a produzir em hidroponia e com tapetes à base de fibra de coco, que são naturais e biodegradáveis, e depois em aquaponia com peixes e plantas. Os peixes são alimentados e deixam resíduos na água, que depois de passar por processos naturais através de bactérias estas transformam os resíduos em alimento para as plantas e desta forma é feito um ciclo." Desta forma, Nuno tem um gasto de água muito inferior à agricultura convencional e onde aproveitada ao máximo o espaço disponível, pois a sua produção é efetuada no método vertical usando estantes.

A maior dificuldade que sentiu foi criar algo que fosse mais sustentável... "principalmente em conseguir materiais para fazer um cultivo diferenciado, desde o tapete

de fibra de coco até às sementes de qualidades, e mesmo materiais necessários para a produção. Foi necessário esperar algum tempo até conseguir tudo para ter a qualidade que tenho atualmente."

Os seus microvegetais já correm o Algarve enriquecendo vários pratos e para experimentar os podemos encomendá-los diretamente ao Nuno através das suas redes sociais. "Para além da venda a clientes particulares, também já tenho ido a diversas feiras para divulgar o produto. Também tive oportunidade de visitar escolas e falar acerca das suas vantagens que são muitas para além da estética no prato."

Nuno sempre contou com o apoio da sua família para investir no seu projeto e tem atualmente diversas parcerias locais "como a Sofia Cruz da Aloha, o Chef André Pereira, a nutricionista Sónia Dias, o Nuno Garcia do Circular e a criadora de conteúdos digitais e fundadora da ZenWorkout, Andreia Revez e muitas mais, que me têm ajudado muito na divulgação do projeto. Já há algum bom tempo que tenho também muito apoio da câmara Municipal de São Brás de Alportel, o qual sou muito grato pois têm ajudado muito no meu projeto."

Um dos seus objetivos é mostrar que se pode comer de forma mais rica a nível nutricional e ao mesmo tempo de forma mais sustentável e menos agressiva para o meio ambiente. "Este projeto mudou completamente a minha vida, não só me ajudou a conhecer um produto cujo os seus benefícios são enormes, como conheci pessoas fantásticas de diversas áreas. Ajudou-me a evoluir como pessoa, pois por di-

versas vezes tive de sair da minha zona de conforto, adaptar-me e melhorar. Deu-me uma nova perspetiva de vida."

Sobre boas memórias que tenham ficado guardadas?... "Tenho vários momentos especiais que estão guardados tanto na memória como no coração, mas a primeira venda é inesquecível."

Para os próximos 5 anos o objetivo é ter um espaço físico em São Brás onde as pessoas possam visitar e adquirir os meus produtos, assim como as escolas poderem fazer visitas, e claro enviando os meus produtos para todo o país e quem sabe por toda a Europa."

Que conselho daria a alguém que quer ser empreendedor? "Em primeiro lugar não desistir quando as dificuldades aparecerem, pois é assim que aprendemos, e daí surgem sempre coisas novas. No início, terás sempre muito trabalho para fazer, isso é normal, o mais importante é começar. Não importa o que as pessoas digam, se é o que queres fazer, então continua e adapta-te ao longo do caminho. Assim que o projeto começar a evoluir, nós temos de evoluir em conjunto com ele, seja

fisicamente, seja mentalmente seja espiritualmente.

São Brás de Alportel é um terreno fértil para o empreendedorismo?

Nuno confirma... "Muito fértil, com muitas oportunidades e acima de tudo com muita ajuda e muito interesse na inovação por parte da Câmara Municipal."

Existem mais sonhos?

"Muitos sonhos empreendedores, este projeto abriu-me o caminho para novos projetos e novos sonhos. Por isso, muitas novidades se esperam...!"

CONHEÇA MELHOR O PROJETO "Nuno Clara - Microvegetais"

☎ 918 294 787

✉ nuno.clara@gmail.com

🌐 Instagram
nuno clara_microvegetais

Espaço de divulgação de projetos de empreendedorismo são-brasense da responsabilidade do Gabinete do Empreendedor do Município de São Brás de Alportel, com o apoio dos jornais locais.

Textos: Joana Revez – Espaço Jovem / Marlene Guerreiro [coordenação]
Caso deseje participar nesta iniciativa, contacte-nos: 289 840 019 | jovem@cm-sbras.pt

SÃO BRÁS DE ALPORTEL

BOLSAS DE ESTUDO PARA ACESSO AO ENSINO SUPERIOR

Entraste na Universidade, tens boas notas e não tens acesso à Bolsa de Estudo estatal? Esta medida pode ser para ti! Informa-te e candidata-te!

Esta é uma medida social do Município de São Brás de Alportel de apoio aos alunos são-brasenses que frequentam o ensino superior, com bons resultados e baixos rendimentos económicos.

Candidaturas para atribuição ou renovação até: 30 de novembro de 2022.

Regulamento disponível no site do Município
[www.cm-sbras.pt]

Informações e candidaturas:
Unidade de Serviços Sociais
Centro de Apoio à Comunidade:
289 840 020 / cac@cm-sbras.pt

Atendimento presencial c/marcação:
3ª feiras | 9h30>13h00 / 14h00>17h00



ARTE E DESIGN



BIOGRAFIA

ONLINE



INVESTIGAÇÃO



CIÊNCIA



PROJETOS E NEGÓCIOS

Flor e Serra inspiram projeto de bem-estar animal de Silvana Correia



Nasceu em São Brás, mais um projeto, "Flor da Serra", pela criatividade da sambrasense Silvana Correia, de 27 anos, auxiliar de ação educativa, mas que teve sempre ligada ao mundo animal.

Flor da Serra é um projeto dedicado principalmente a acessórios para cães, tendo começado tudo em Maio deste ano, quando Silvana experimentou fazer duas coleiras para as suas cadelas, Flor e Serra. O sucesso foi tanto que a família e os amigos incentivaram Silvana a lançar o projeto.

Silvana conta-nos que o objetivo principal de Flor da Serra é promover o bem-estar animal e a sua própria segurança, algo que diz já ser prioritário para vários tutores de animais, a seleção do material é sempre da mais alta qualidade de forma a proporcionar conforto aos clientes de quatro patas.

Para esta jovem sambrasense, a con-

vivência com o mundo animal, começa ainda muito cedo, com a equitação, mas também com a criação de raça Rotweiler que o pai fazia na altura. Mas confessa que o cão que mais a marcou foi um Rough Collie que o pai lhe ofereceu e a acompanhou durante a sua adolescência. A sua paixão por esta raça marcou tanto a vida de Silvana que assim que teve possibilidade foi buscar outro, que é a Serra, uma das inspirações deste projeto.

Com uma panóplia de artigos já variada, desde coleiras, trelas, peitorais, bandas, lacinhos, almofadas e capas para a chuva/frio, Flor da Serra, dispõe de uma página online onde poderá fazer as suas reservas.

Foi lançada também uma linha de coleiras de cortiça, dedicado à nossa vila de São Brás de Alportel, homenageando esta coleção com material local e regional.



O verdadeiro espírito do Natal... Está no Comércio Local!

Compre cá dentro, juntos somos mais fortes!



sorteios de
VALES DE NATAL

Comércio Local e Restauração
e Mercado Municipal

1 Dez > 6 Jan

5 Sorteios
500€ /semana



Festa de Chegada
do Pai Natal
NOITE VERMELHA

3 Dezembro

Largo de São Sebastião e
principais artérias da Vila

Promoções
Sorteio de 500€ em
Vales de Compras

Mostra/Venda
PRESEPIOS ARTESANAIS

Até 7 Janeiro

Átrio do Cineteatro São Brás

COMPRE CÁ DENTRO!
Por todos Nós!

www.cm-sbras.pt



BAFRUTAL, LDA.

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

ASSOCIATIVISMO

FÁBIO MIGUEL: voluntariado e amor à camisola



Fábio Ricardo da Luz Miguel, 35 anos, natural de São Brás de Alportel, tem integrado vários projetos locais, particularmente ligados ao desporto, sendo na maior parte feito por amor à camisola, dando a sua ajuda de forma voluntária.

Um jovem cheio de garra e sonhos que quer fazer do seu clube, o Campeão da 2ª Divisão Distrital, voltando à União Sambrasense, uma casa que já fez parte durante três épocas.

A título particular, como atleta, tem como objetivo a curto prazo, participar no Campeonato Nacional de Tiro com Arco, outra das suas paixões, que integra no Clube dos Marafados.

- Catarina da Fonte do Bispo (Futsal)
- União Desportiva Recreativa Sambrasense (Subida de divisão dos seniores da 2ª Divisão Distrital como adjunto)
- Casa do Benfica de São Brás de Alportel (Conquista do título da 2ª Divisão Distrital e da Subida à 1ª Divisão)
- Núcleo de Arqueiros Marafados (Atleta)
- Equipa de Dardos do Sport Café
- Há vários anos que faço também parte da organização da Concentração do Moto Clube, comecei a ajudar com o Marco Pedro.

Qual é a parte que mais gostas em colaborar com as associações locais?

Primeiro que tudo é conhecer novas pessoas, mas acima de tudo, a minha preocupação é com os atletas, para que os treinos e jogos corram sempre bem, tendo o máximo de condições possíveis e é isso que mais gosto de fazer, ajudar.

O que significa para ti regressar à União Sambrasense?

Para mim é regressar a uma casa que conheço bem, onde já estive três épocas, fui uma das pessoas que ajudou a reerguer este clube. Agora, estou de volta, para mais uma vez meter este clube onde deve estar, na 1ª Divisão Distrital, com uma equipa jovem e mais de 98% de atletas sambrasenses. É um feito histórico que nunca tinha acontecido, para além dos atletas, também a equipa técnica ser totalmente sambrasense.

Estamos aqui para mostrar que na terra há muito valor escondido, não é gente de fora que faz um grupo unido como já somos.

Sentes que reconhecem a tua ajuda?

Sim, sinto-me agradecido por fazer parte de vários projetos a ajudar que é o que eu gosto e sei fazer. Ajudar os outros dá-me sempre alegria.

ENTREVISTA

Qual foi o primeiro projeto voluntário em que entraste?

A primeira Associação que fiz parte, foi a Sociedade Recreativa 1 Janeiro de São Brás de Alportel, onde integrei a equipa técnica com o João Moreno e o Vítor Barros, no escalão de Iniciados, tendo como função, treinador os Guarda-Redes.

Também dei treinos aos guarda-redes dos Juniores, pois na altura, a Sociedade também tinha este escalão e eu fiz parte. Deveria ter 19 anos na altura, portanto, há mais de 16 anos.

Tens feito sempre voluntariado. É por amor à camisola?

Sim, tenho feito sempre voluntariado, desde muito jovem que sempre gostei de ajudar, é a minha forma de contribuir. E gosto de fazer parte das associações sem receber nada em troca, desde que me sinta bem no grupo de trabalho, que tudo se faz com amor à camisola.

Conta-nos um pouco do teu percurso associativo...

Eu já fiz parte de vários projetos, onde conquistei alguns títulos de campeão, os projetos que já tive foram:

- Sociedade Recreativa 1 Janeiro de Iniciados (Equipa Campeã de Iniciados)
- Clube Recreativo 1º de Janeiro de Santa

Acompanhaste o Mister André na Casa do Benfica e agora regressas ao Sambrasense com ele. Que prevês desta época?

Sim, é verdade, acompanhei sempre o mister na Casa do Benfica a convite do mesmo, onde criámos um grupo muito unido, alcançando o nosso maior objetivo, ser Campeões Distritais da 2ª Divisão, foi uma experiência muito boa.

Para esta época, estando nós agora na União Sambrasense, prevejo subirmos à 1ª Divisão que é o nosso maior objetivo, mas também criar um grupo forte e unido seja no balneário ou no campo, para podermos vir a obter muito mais conquistas e títulos para este clube.

JVB ALUMÍNIOS
T. 911 064 266 | joaovitorbarros.aluminios@outlook.com

Bicho do mato
912 960 170
Vitor Viegas
Limpeza de Árvores e terrenos
Serviço de roçadeira
Tiragem de Cortiça

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

TRIBUTO

Recordando a memória do jovem André Torpes "Quinzinho"

Rosa Pereira, recorda com saudade e amor, o seu filho André Torpes, que faleceu em 2010, com apenas 19 anos, vítima de septicemia após entrada no Hospital de Faro com uma pneumonia grave.

André era conhecido entre os amigos como "Quinzinho" apelido que herdou do pai no mundo do futebol, uma das suas paixões, tendo sido atleta na Sociedade 1º Janeiro por mais de dez anos.

ENTREVISTA

Como é que recorda o André?

O André era de uma grande simpatia, muito amigo dos amigos, a minha casa estava sempre cheia, era muito carinhoso comigo também. Tínhamos uma relação muito próxima, não tínhamos problemas em dizer "eu amo-te", eramos muito amigos. Era um miúdo espetacular.

Nunca faltou ao respeito a nenhum familiar, nunca levantou a voz, era muito educado em casa e fora.

Era louco pela irmã, foi ele que a pediu! A Beatriz veio por causa do irmão. Foi sempre muito protector. Ela tinha apenas 13 anos quando o irmão faleceu, fechou-se muito, fez um luto muito duro.

O que aconteceu para o André ter partido?

O André tinha apenas 19 anos, estava a um mês de fazer os 20, quando faleceu. Tudo começou com uma gripe em casa, fez a medicação normal, mas depois começou a piorar, levei-o então ao Hospital de Loulé, fez um raio x e disseram que os pulmões estavam limpos, deram-lhe só mais medicação e veio para casa.

No dia seguinte, já estava muito pior, chamei o INEM, foi de urgência para Faro, mal chegou, fez outro raio x que acusou logo uma grave pneumonia, mas o médico disse que o ia tratar e então começaram as tratamentos, mas tiveram que o colocar em coma induzido pois as dores eram imensas, e enquanto esteve coma, apanhou então uma septicemia e foi o que veio no relatório da autópsia, o meu filho faleceu de septicemia ao fim de 36 horas em coma.

Nenhuma mãe que leva o filho de 19 anos para o hospital com gripe, pensa que o vai deixar lá. Como é que reagiu à notícia?

Nunca na minha vida. Pensei sempre que ele se ia curar.

Receber a notícia foi horrível, foi-me dada a mim, às 10 da noite, o médico ligou-me

a dizer que ele não tinha resistido, mas a ficha não me caiu logo, eu nem queria acreditar. Eu fui hospitalizada nessa noite, fui sedada, não me recordo de mais nada. Foi um tremendo choque.

Eu não me recordo, mas sei que estava um mar de gente no funeral e os amigos fizeram-lhe uma homenagem.

Como é que se recomeça a viver depois de se perder um filho?

Muito mal. Mas havia uma filha. E eu tive que me agarrar a ela. Mas foi muito difícil.

A esperança veio quando comecei a estudar a Bíblia.

Perante a perda de um filho. Perdeu a fé ou ganhou?

Eu agarrei-me completamente à fé. É ali que reside a minha esperança de um dia reencontrar o meu filho. Eu acredito na ressurreição. E está escrito na bíblia.

Vive com essa esperança no seu coração de reencontrar o André?

Sim. É a minha maneira de viver. Sei que o vou reencontrar e dar-lhe um grande abraço.

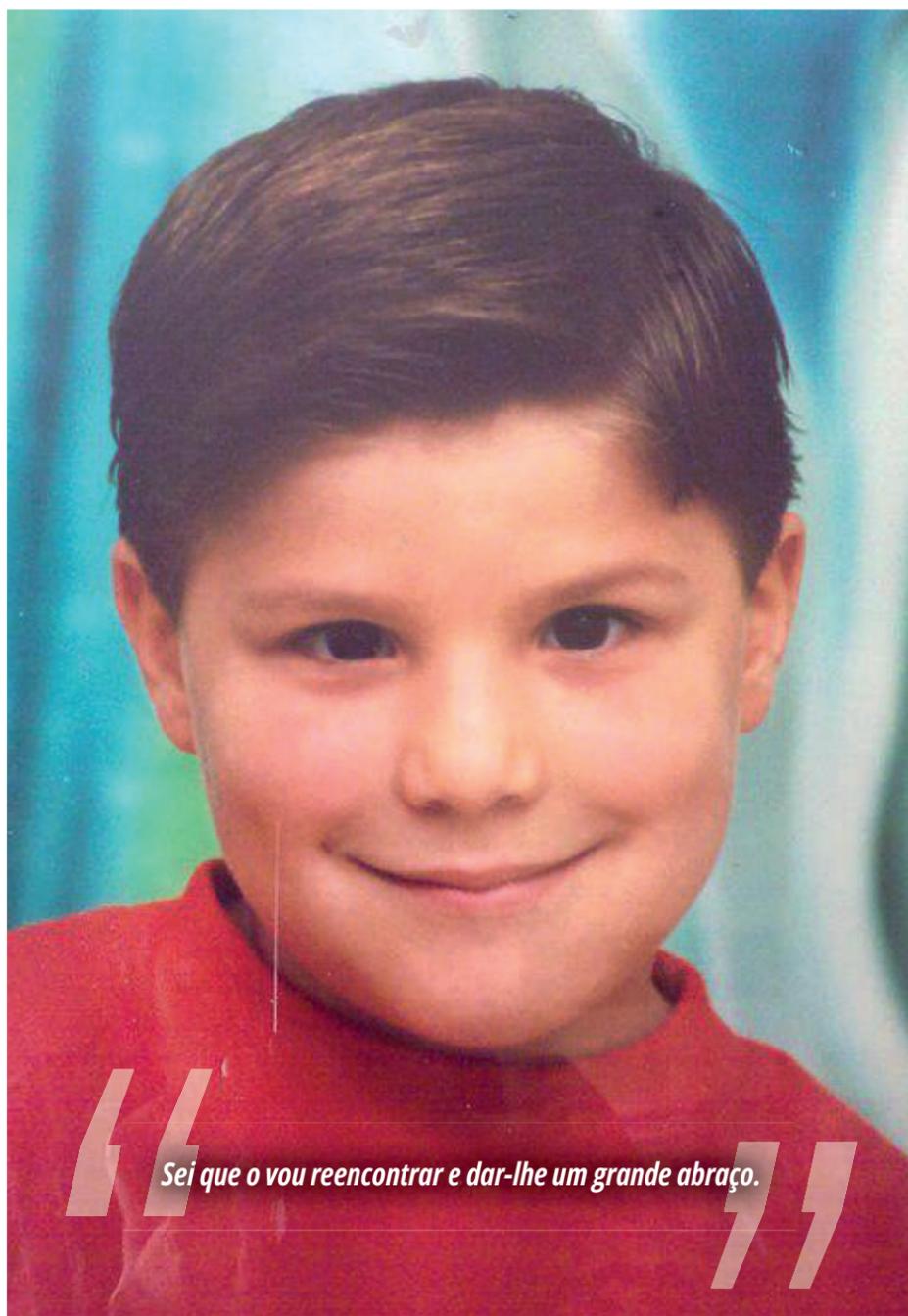
O que é que deixa mais saudades do André?

A voz... o abraço! De chegar a casa e dizer-me "Olá mommy". Essa saudade é muito grande. E também as saudades de ver os meus filhos juntos. Tive muita pena que eles não tivessem vivido mais anos juntos.

Ainda uso o roupão dele, ao início, nem queria lavar os casacos para continuar sentir o seu cheirinho...

Como é que tem feito o luto pelo seu filho?

O luto nunca se faz. Porque num dia podemos estar melhor, mas noutros, podemos sentir a dor como se fosse o próprio dia em que o perdemos. Esta é a minha forma de estar e pensar.



Sei que o vou reencontrar e dar-lhe um grande abraço.



Orçamento Participativo 2023
São Brás de Alportel

23 NOV > 5 DEZ
Votação das propostas
seleccionadas



BOA VIDA

Sugestão do Chef

Pedro Ramos | Sabores do Campo

CHEF PEDRO RAMOS

Pedro Ramos é natural de São Brás de Alportel e apenas com 31 anos é um apaixonado pela cozinha desde de criança. A sua paixão cresceu devido à proximidade no ramo da cozinha, pela família.

Tirou a formação na Escola de Hotelaria e Turismo do Algarve e já conta com cerca de 10 anos de experiência e formação em alguns restaurantes por onde passou.

De espírito aventureiro e jovem, teve uma breve passagem pela Inglaterra numa cadeia de restaurantes italianos.

Atualmente, abraçou a oportunidade no Restaurante Sabores do Campo com a responsabilidade de dinamizar um espaço já apreciado por muitas pessoas e colocar as suas sugestões de pratos em execução.

RESTAURANTE SABORES DO CAMPO

O Restaurante Sabores do Campo conta com 17 anos de existência e é muito procurado no concelho de São Brás de Alportel.

Sabores do Campo é um espaço muito acolhedor e apresenta uma excelente gastronomia e garrafeira para os apreciadores de vinho.

Atualmente o proprietário João Aleixo, saiu da cozinha e passou o testemunho ao chef Pedro Ramos, estando mais disponível para receber e servir os clientes.

O chef trabalha com foco na tradição, mas apresentando alguns apontamentos modernos.

ENTRADA
Camarão CremosoINGREDIENTES:
(PARA 4 PESSOAS)

- 200 gr de camarão
- 2 dentes de alho
- 2 colheres de sopa molho sweet chilly
- Vinho branco q.b.
- 1 colher de manteiga
- Nata q.b.
- Azeite q.b.
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Salsa q.b.
- Sementes Sésamo q.b.

PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO
(DURAÇÃO APROXIMADA: 10 MIN.)

- Descasque o camarão, apenas o meio, deixe a cabeça e o rabo;
- Lamine o alho e coloque num sauté com um pouco de azeite;
- Adicione os camarões, sal, pimenta e salteie até selar;
- Refresque com vinho branco;
- Junte a manteiga e o sweet chilly e deixe reduzir um pouco;
- Retifique os temperos, coloque um pouco de salsa e faça o empratamento;

Sugestão de empratamento:
Decore com umas sementes de sésamo a gosto.

Sugestão de acompanhamento:
Vinho João Clara Rosé

PRATO PRINCIPAL
Açorda de CamarãoINGREDIENTES:
(PARA 4 PESSOAS)

- 800 gr de camarão
- 2 cebola
- 1 cabeça de alho
- 1 pão grande (800 gr)
- 1 molho de coentros
- 2 alhos francêss
- Azeite q.b.
- 2 colheres de manteiga
- Tomilho limão q.b.
- Limão
- 4 ovos
- Vinho branco q.b.
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO
(DURAÇÃO APROXIMADA: 40 MIN.)

- Descasque o camarão e arranje todos os legumes;
- Coloque numa panela as cascas do camarão e dos legumes, os talos dos coentros, um fio de azeite e deixe refogar um pouco;
- Refresque com vinho branco cubra de água e deixe ferver cerca de 40 minutos;
- Triture tudo e passe no chinês. Reserve;
- Corte o pão em cubos e demolhe com água e um pouco do caldo do camarão;
- Pique os alhos, o alho francês e as

cebolas e coloque num tacho de preferência anti-aderente faça um refogado, junte os camarões e um pouco do tomilho limão picado para uma breve selagem.

- Quando os camarões estiverem a gosto retire e reserve;
- No mesmo tacho coloque o pão previamente demolido, junte o caldo pouco a pouco e deixe cozinhar;
- Quando estiver com a consistência pretendida desligue o lume, junte metade dos camarões tempere com sal, pimenta e raspa de limão;
- Sirva a gosto com uma gema de ovo e os restantes camarões para decoração.

SOBREMESA
Pavlova de Romã e HortelãINGREDIENTES:
(PARA 4 PESSOAS)

- 4 claras de ovo
- 200 gr de açúcar refinado
- 1 colher de sopa de maizena

Para recheio e geleia:

- 100 gr de natas para montar
- 3 iogurtes naturais
- Hortelã q.b.
- 200 gr de açúcar
- 7 romãs
- 1 limão
- 1 folha de gelatina

PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO
(DURAÇÃO APROXIMADA: 120 MIN.)

- Pré-aqueça o forno a 120 C° com ventilação;
- Coloque as claras na batedeira em velocidade média;
- Assim que as claras começarem a ficar esbranquiçadas coloque o açúcar pouco a pouco sem parar de bater;
- Aumente a velocidade até obter um merengue firme, liso e brilhante;
- Adicione a maizena e envolva com um Salazar;
- Coloque o merengue num saco de pasteleiro ou mesmo com uma colher distribua por um tabuleiro com folha de papel vegetal, cerca de 10 pavlovas depende do tamanho que pretende;
- Coloque no forno e reduza a temperatura para os 100 C°, cerca de 1 hora e 20 minutos sem abrir o forno;
- Deixe arrefecer no forno.

Recheio:

- Bata as natas com uma colher de sopa de açúcar;
- Coloque no iogurte um pouco de sumo de limão e duas ou três folhas de hortelã picadas e misture;
- **Geleia:**
- Triture os bagos de 5 romãs (aproximadamente 400 ml de sumo) e coe;
- Coloque o sumo das romãs num tacho, quando começar a ferver junte o açúcar e a folha de gelatina;
- Mexa até ficar com a consistência pretendida, reserve e arrefeça no frio.
- Finalize as pavlovas colocando o recheio da nata e o iogurte em cada pavlova, decore com umas folhas de hortelã, uns bagos das restantes romãs e um pouco da geleia da Roma.

A FECHAR

São Brás de Alportel entrega voto de Louvor ao Chef Manuel Brazão Pires

O Município de São Brás de Alportel entregou, no passado dia 25 de outubro, um voto de louvor a Manuel Brazão Pires, finalista do 33.º concurso Chefe Cozinheiro do ano 2022 e vencedor do prémio "Helmut Ziebell".

Um voto aprovado por unanimidade pelo executivo municipal que destaca "o relevante desempenho e contributo para a valorização da gastronomia, de um Chef cozinheiro, desde muito jovem dedicado, com talento e paixão, a esta arte dos sabores, num percurso profissional exemplar, pautado pelo mérito e sentido cívico e altruísta, sempre disponível para contribuir para o bem-estar da sua comunidade, que o têm conduzido a uma carreira reconhecida a nível nacional, representando Portugal no estrangeiro".

A par da sua honrosa presença em inúmeros espaços de prestígio na ho-

telaria e restauração, Manuel Pires lançou-se em mais um desafio com muito carinho e trabalho, aventurando-se no mais importante concurso gastronómico de Portugal – o 33.º CONCURSO CHEFE COZINHEIRO DO ANO 2022, no seio do qual, a 11 de maio, sagrou-se vencedor da etapa regional Sul e Ilhas e na qualidade de um dos seis finalistas, tendo ainda participado na final que decorreu a 29 de junho, em Lisboa, tendo sido o vencedor do prémio Prémio "Helmut Ziebell", com a Melhor Sobremesa do Ano.

Exemplo relevante de mérito e profissionalismo, dedicação e sentido de compromisso com a sua comunidade, Manuel Brazão Pires recebeu este voto de louvor e de reconhecimento pelo seu percurso e contributo que dignifica o setor da gastronomia na região, eleva o nome do Município de São Brás de Alportel e muito orgulha a comunidade são-brasense.



Recordamos o Jornalista Teixeira Marques...



Recordámos no passado dia 9 de novembro, o jornalista Carlos Teixeira Marques que partiu há 8 anos deixando o jornalismo regional de luto.

Carlos Alberto Teixeira Marques fez um percurso no jornalismo que o levou a colaborar com muitos órgãos de comunicação social, regionais e nacionais, e a granjear o respeito como jornalista, no Algarve.

Mas não é a única área em que se notabilizou, já que também integrou a equipa de arbitragem daquele que seria o primeiro árbitro internacional algarvio, o são-brasense César Correia, e aliou, durante muitos anos, uma carreira de bancário com a de jornalista.

Até há cerca de ano e meio, e durante mais de 15 anos, integrou a redação do

Correio da Manhã, em Faro. Nesta fase, Teixeira Marques já estava dedicado exclusivamente aos jornais, depois de se ter reformado do setor da banca.

O facto de ser bancário nunca o impediu de fazer o seu percurso, como jornalista. Foi o diretor da secção de Desporto do jornal Algarve Região durante vários anos, colaborou em diversos programas radiofónicos na RDP Algarve e com o diário desportivo Record, esteve mais de quatro anos ligado ao jornal Algarve Press e contribuiu para o Jornal de São Brás, vila onde viveu, entre outros.

Teixeira Marques junta-se a um lote de grandes figuras do jornalismo regional já desaparecidas, como Marcelino Viegas e José Mealha.

Info: Sul Informação

Recordar o Passado

A aventura de César Correia e Mestre Afre no Simca 1000

César Correia partilhou no grupo "São Brás Memórias" uma imagem do Simca 1000 que em 1963 o transportou juntamente com o mestre Afre até Lisboa ao encontro do Comendador Domingos Sancho de Sousa Uva.

A viagem correu bem e no regresso traziam uma boa notícia, já tinham um terreno com figueiras, na Campina, para começar a construir o campo de Futebol do Unidos que mais

tarde se veio a transformar no Campo Sousa Uva.

O primeiro passo estava dado, depois foi o empenho e dedicação, com a ajuda dos sócios que por amor ao clube foram fazendo a estrutura do campo que hoje podemos ver, o Sousa Uva.

