



o Sambrasense

Mensário Regional de Defesa dos Valores do Barrocal e Serra Algarvios

FUNDADOR **JACINTO DUARTE** | DIRECTOR **BRUNO SOUSA COSTA** | 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

OPINIÃO

05

AS DIFERENÇAS DESTE MUNDO ANTIGO E MODERNO
JOSÉLIA VIEGAS



FECHAR

PARTIU JOSÉ SALGUEIRO, O MESTRE DO DOWNHILL

P.32 |



P.15 | EXCLUSIVO

Dário Rosa, Presidente do GDC Machados, esclarece situação do futsal feminino

HOMENAGEM

06

A VIDA APÓS A PERDA DE UM IRMÃO E PILAR DA CASA



P.03 | DESTAQUE

LAURA CONSTANTINO: do Alentejo para o Algarve de divã às costas



P.18 | LOCAL

Recordar o Passado: Joaquim Alcarias, um homem influente

DESPORTO

23

GOLIAZ TT CLUB INAUGURA CENTRO DE TREINOS DE EXCELÊNCIA EM SÃO BRÁS DE ALPORTEL



P.16 | EM FOCO

OTÍLIA CLARA NEVES: a mestria e arte da costura

PONTOS DE VENDA DO JORNAL



O SAMBRASENSE

- Todas as papelarias locais
- Pingo Doce
- Intermarche
- Cantinho dos Cereais
- Redacção do Jornal

A FECHAR

32

ANTÓNIO BOTINAS: A ALMA DE UM CORTICEIRO

A ABRIR

Editorial



BRUNO SOUSA COSTA

Presidente da Direção da UDRS.

Estimados São-Brasenses,

O mês de outubro é sinónimo de início de época desportiva, tendo marcado o início do campeonato e dos primeiros treinos da modalidade do Basquetebol.

Tivemos o primeiro jogo em casa da nossa equipa sénior com uma brilhante moldura humana, foram muitos os que quiseram estar presentes no nosso Espaço Bar e Bancada do Campo Sousa Uva, tendo chegado ao tempo final com uma importante vitória por 2-1 frente ao Louletano DC, é sem dúvida importante começar o campeonato de forma vitoriosa, com calor da presença e o apoio dos adeptos, estes fatores fazem com todas as dificuldades sejam momenta-

neamente esquecidas. Aproveitamos ainda para no intervalo apresentar oficialmente a equipa de juniores com a apresentação de José Pereira que abriu o dia, o qual agradecemos muito.

No campo das dificuldades realçamos para já duas, o aumento de custo das inscrições dos atletas que importa um custo quase insuportável para o clube que dificulta muito o sucesso desportivo pois apesar dos atletas estarem em regime de voluntariado, tal como toda a direção, as despesas são muitas face a um aumento que é sentido por todos, temos feito um esforço ao nível do bar para angariar receita, aproveitar para agradecer ao vice-presidente Mário Rosa, D. São e Sr. Rodrigo por permanentemente assegurarem o bar, têm sido o nosso "balão de oxigénio". Vamos também avançar com um programa para reativação dos sócios aos quais pedimos o encarecido apoio, a esses e a todos os que queiram ajudar o clube.

A segunda dificuldade prende-se ao nível do transporte, pois no passado dia 3 de outubro tivemos uma reunião na Câmara Municipal para discutir a situação do transporte municipal, onde nos foi feito o alerta para o problema que a câmara está a passar em disponibilizar transporte para os jogos, algo que (mal ou bem) tinha sido garantido até agora, isto, segundo informação prestada deve-se ao facto de haver falta

de motoristas. Uma situação que muito nos preocupa, pois, alheado a todas as preocupações inerentes à gestão de clube em que todos temos as nossas atividades profissionais, retirando tempo pessoal para a coletividade em regime "pro bono". Temos também de nos preocupar também com mais uma situação que era assegurada pela autarquia. Com isto não queremos parecer ingratos com todo o apoio que é garantido pela autarquia pois sem este apoio não seria possível proporcionar o número de atividades que as associações garantem e se encontram ao dispor da nossa população, no entanto, esta situação é mais uma agrura nas muitas que o associativismo passa nos dias de hoje.

A União D.R. Sambrasense de forma proativa e sem "jogar a toalha ao chão" iniciou no primeiro jogo oficial em casa com um processo de angariação de fundos, com intuito de adquirir uma nova carrinha de transporte dos jogadores, para assim conseguirmos mais um meio de transporte em boas condições para os nossos atletas, de forma a utilizar a nossa velha carrinha apenas quando for essencial, esta que até agora tem nos servido muito graças ao excelente serviço de manutenção prestado de forma gratuita pela empresa Auto Contreiras, ao qual agradecemos muito.

Uma notícia que muito nos alegra é o início dos treinos da modalidade do Basquetebol tendo iniciado no passado

dia 10, no Pavilhão Municipal, com forte adesão das nossas crianças, estamos cá para disponibilizar o clube para promover a diversidade desportiva, motivar os vossos filhos, ajudá-los a crescer de forma feliz, promovendo o companheirismo, a socialização, dar melhor qualidade de vida e saúde, obrigado por confiarem em nós!

Não gostaria de terminar sem realçar o brilhante trabalho feito pelos nossos diretores Cátia Horta e do Luís Santos, pelo apoio à equipa de seniores e de juniores, respetivamente, às equipas técnicas e jogadores por envergarem orgulhosamente as cores do clube, à secretaria, ao pessoal do campo, rouparia, todos os envolvidos que fizeram com fosse possível que tivéssemos um excelente início de época futebolista.

Realçar ainda que no mês passado alteramos a capa do jornal que acredito que mereceu a apreciação geral dos nossos eleitores e assim parabenizar a nossa designer Stephanie Boucinha pela qualidade de imagem que dá ao jornal e a nossa Chefe de Redação, Isa Vicente, que vive o clube 24h por dia, 7 dias por semana, sempre com enorme dedicação e espírito de entrega.

Quem quiser ajudar o clube tem aqui uma porta aberta para entrar, uma ajuda que será muito bem-vinda!

*A União Sambrasense faz a Força.
Um bem-haja a todos,*



MOMENTO DO MÊS

UDRS relança Basquetebol em São Brás de Alportel

A UDRS anunciou nas redes sociais ao dia 2 de outubro, o lançamento da modalidade de Basquetebol, algo que já era ambicionado pela antiga direção, mas que só agora foi concretizável, com a filiação do clube na ABA.

Os treinos começaram ao dia 10 de outubro, no pavilhão municipal Dr. José Pires, inicialmente, com horários após as 18h00 às terças e quin-

tas-feiras.

Com o objetivo de formar equipas dos 7 aos 12 anos, misto, uma equipa técnica composta por vários sambrasenses, inclusive, antigos jogadores do clube, como o Gabriel Erzini e Paulo Alexandre.

Estamos a trabalhar arduamente para reativar esta modalidade e colocar São Brás de Alportel no mapa!

BREVES

Médico de Família para todos já é uma realidade

O Município de São Brás de Alportel tem cobertura de médico de família para todos os são-brasenses. Uma conquista resultante do trabalho desenvolvido em parceria entre a Administração Regional de Saúde - Algarve (ARS) e a Câmara Municipal de São Brás de Alportel. Uma resposta há muito reivindicada pela autarquia, e que foi agora possível mediante o preenchimento de vagas disponíveis no Centro de Saúde de São Brás de Alportel, cujas melhorias têm contribuído para cativar mais profissionais de saúde.

Findo o período de recrutamento de médicos de Medicina Geral e Familiar, o Centro de Saúde de São Brás de Alportel, integrado no Agrupa-

mento de Centros de Saúde ACES - Central, conseguiu preencher as vagas de médicos de família disponíveis e reforçar a prestação de cuidados de saúde de proximidade que contempla agora a toda a comunidade são-brasense.

Os utentes são-brasenses com médico atribuído recentemente devem dirigir-se, em caso de necessidade, aos balcões de atendimento do Centro de Saúde de São Brás de Alportel a fim de solicitar informações e/ou efetuar marcações de consultas, todos os dias úteis, bem como ao fim de semana entre as 09h00 e as 15h00. A informação encontra-se igualmente disponível online, através da consulta do processo na apli-

cação do Serviço Nacional de Saúde. Na prossecução desta missão comum encontra-se previsto ainda este ano, o início das obras de conservação e beneficiação do Edifício do Centro de Saúde de São Brás de Alportel, um investimento superior a 300.000,00 euros, resultante de uma candidatura submetida e aprovada, no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência "Requalificar ou adaptar edifícios para aumentar a eficiência energética, cumprir planos de contingência e/ou assegurar a acessibilidade, a segurança e o conforto de utentes e profissionais".

Uma intervenção, adjudicada à empresa GJB Elektrokonstroi, Lda., que visa melhorar as condições de trabalho dos profissionais e dos serviços de cuidados de saúde prestados à população, mediante a reabilitação do edifício do centro de Saúde e reorganização funcional do espaço,

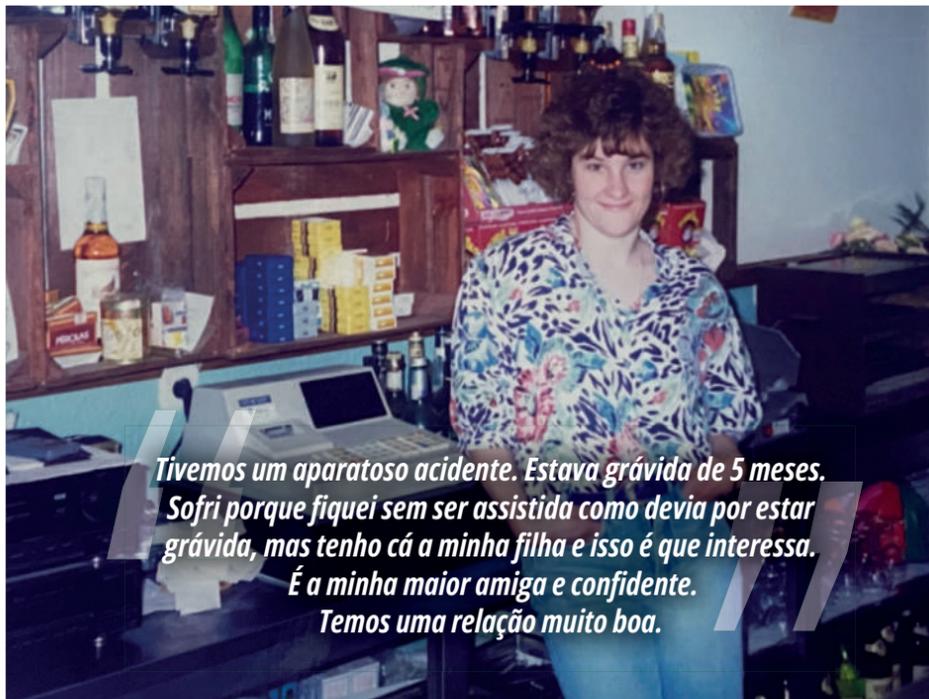
melhoramentos das infraestruturas, instalação de elevador e eficiência energética.

Neste âmbito e com o objetivo de continuar a cativar mais profissionais de saúde e garantir a evolução dos serviços de saúde prestados aos são-brasenses, a Câmara Municipal apresentou uma candidatura ao Programa CRESC ALGARVE 2020 para a construção de um edifício para a Unidade de Saúde Familiar de São Brás de Alportel. Um investimento da autarquia na ordem de 1.750.000,00 euros apoiado a 60% pelo Programa CRESC ALGARVE 2020, com início previsto para 2024. Este projeto resulta de uma parceria da autarquia com a Administração Regional de Saúde do Algarve, IP (ARS) e Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC).

DESTAQUE

LAURA CONSTANTINO

Do Alentejo para o Algarve de divã às costas



Tivemos um aparatoso acidente. Estava grávida de 5 meses. Sofri porque fiquei sem ser assistida como devia por estar grávida, mas tenho cá a minha filha e isso é que interessa. É a minha maior amiga e confidente. Temos uma relação muito boa.



Laura Maria Palma Constantino, natural de Mértola, mais precisamente do Monte do Mosteiro, aos 59 anos revela-se uma sambrasense de alma, mas alentejana de coração sempre.

A filha do meio de 5 irmãos, recorda uma infância feliz, com algumas dificuldades, dada a situação financeira dos pais, vem aos 15 anos para o Algarve à procura de uma vida melhor. Apenas com um divã e uma mala de plástico veio trabalhar para as estufas do Patacão enviando todas as semanas dinheiro para ajudar os pais e os irmãos mais novos.

Ao fim de três anos a trabalhar nas estufas conhece o seu primeiro amor, aquele que viria a ser o pai da sua filha Ana. Ao fim de algum tempo vem trabalhar para S. Brás de Alportel para o Café Olímpio que era do antigo companheiro e de outro sócio. Foi aí que começou a trabalhar na restauração e considera ter sido o ponto de viragem na sua vida para aprender tudo sobre o atendimento ao público.

Mais tarde, o companheiro juntamente com o sócio, deixam São Brás de Alportel e compram o restaurante "Austrália" em Faro para onde Laura também foi trabalhar, mas infelizmente, por pouco tempo, pois em janeiro de 1987, o casal sofre um aparatoso acidente ao ir para o restaurante lhes deixou sequelas para a vida toda.

Quando regressa ao trabalho Laura entra para a equipa da Pastelaria Chelsea em Faro, um emprego que viria a deixar rápido pois em 1991 regressa novamente a S. Brás de Alportel com o companheiro e a filha de 4 anos e decidem comprar uma loja e abrir o Snack-Bar O Arado.

Em 2004 o casamento chega ao fim, mas Laura decide continuar com o Arado, conta que se sente feliz e em casa junto dos seus clientes e já não se imaginava a fazer outra coisa. Agradece ainda todo o apoio que a filha tem prestado de forma incondicional.

Hoje em dia considera-se uma mulher realizada, gosta de andar na sua Zundap, ir às concentrações e pretende continuar no Arado até à reforma.

ENTREVISTA

O que recorda da infância passada no Alentejo?

Tive uma infância feliz, tenho saudades dos tempos de brincadeira com os meus irmãos em pleno Alentejo. As marotices a andar na motorizada do meu pai que era algo impensável para uma rapariga, mas que eu adorava fazer! E ainda hoje gosto muito.

Fiz a 4ª classe, era a escolaridade obrigatória, com apenas 12 anos comecei a trabalhar na agricultura, na apanha da azeitona e tomate em Ferreira do Alentejo, ainda fiz este trabalho três anos. Era um trabalho duro e na verdade era ainda uma criança, mas teve que ser.

Não tínhamos muitas posses financeira, por isso, aos 15 anos vim para o Algarve, todas as semanas enviava o dinheirinho

que ganhava, ficava com algum para o meu sustento, mas grande parte ia para o Alentejo para ajudar a sustentar os meus pais e irmãos mais novos.

Aos 15 anos não havia medo de deixar a família e a casa?

Não, não tive medo. Arrisquei. Também vim com mais raparigas, mas tinha mesmo que vir, pois, precisava de ajudar os meus pais e os meus dois irmãos mais novos.

E o que é que trazia de bagagem?

A minha mala de plástico trazia apenas as roupinhas de vestir e o meu divã fechado que abríamos para dormir. Sempre tive um caráter lutador, por isso, não me assustou. Sei que foi um ato de coragem.

O trabalho não lhe mete medo, é isso?

Nada. Nunca tive medo de arregaçar as mangas para fazer fosse o que fosse. Aprendi desde nova que para termos as coisas é preciso lutar por elas. Pelo menos comigo tem sido assim. Então nunca baixei os braços.

Até aos 18 anos trabalha nas estufas. Depois o que é que acontece que muda a sua vida?

Ao fim de três anos de estar a trabalhar, conheci o pai da minha filha, começámos a namorar e eu mudei-me para S. Brás de Alportel. Foi aberto o Café Olímpio pelo meu companheiro e um sócio e foi aí que trabalhei pela primeira vez num café e na área da restauração.

De início era muito envergonhada, eu vinha das estufas, não sabia fazer nada, nem tirar um café ou imperial, nem mexer na registadora, escondia-me atrás do balcão, mas foi ali que aprendi tudo o que sei hoje.

Ao fim de 5 anos, o meu ex companheiro e o sócio, decidem abrir o Austrália e fechar o Olímpio. Então vamos para Faro. Mas foi por pouco tempo, tivemos um acidente muito grave.

O que aconteceu nesse dia?

Estávamos a ir para o trabalho e tivemos um despiste, fomos contra um poste de luz. Fiquei com muitas sequelas. Parti uma perna ao meio, um pé. E estava grávida de 5 meses. Fui operada grávida. Ficámos muito mal.

Teve medo de perder a sua filha durante a gravidez?

Tive muito medo, estava de 5 meses, foi o maior medo que eu tive. Ainda assim, operaram-me a perna, foi mais de 7 horas!

Sofri porque fiquei sem ser assistida como devia por estar grávida, mas tenho cá a minha filha e isso é que interessa. É a minha maior amiga e confidente. Temos uma relação muito boa.

E como foi a recuperação deste acidente aparatoso?

Tive 3 anos sem trabalhar até melhorar, mas nunca recuperei totalmente o pé, ain-

da vou ser operada novamente pois na altura como estava grávida não podia fazer.

Depois quando voltei a trabalhar não quis ir para o Austrália, então fui para uma pastelaria na baixa de Faro, que é a Chelsea.

E como surge o Snack-Bar O Arado?

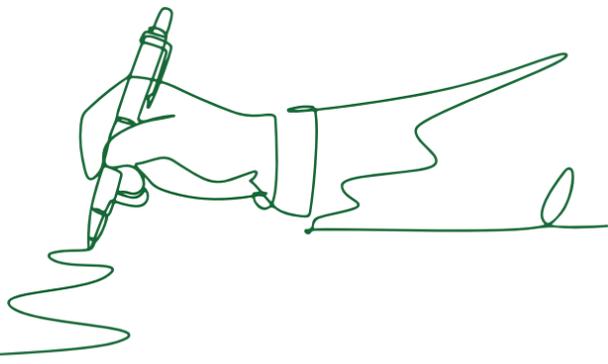
Em 1991 decidimos adquirir este espaço, ao fim de 13 anos, o meu casamento chega ao fim, mas eu decido comprar o café e continuar por cá.

São 33 anos aqui, é a minha casa, agradeço a todos os clientes que fazem do Arado o que é hoje.

Aqui pode consumir as suas cervejinhas, o cafezinho, os pratos do dia, à segunda-feira é o tal carapau alimado!



CULTURA

**Há dois banquinhos na rua**

À porta da minha amada
Há dois banquinhos na rua
Com muita gente sentada
Vendo o sol beijando a lua

E a lua beijando o sol
Com um abraço apertado
Ouve se cantar o rouxinol
Lá no campo no silvado

Canta a merla na Sobreiro
Vai de raminho em raminho
Está chamando o companheiro
Para irem fazer o ninho

DIAMANTINO BRITO

Em dia de soalheiro
Está cantando um pardal
Pousado num limoeiro
Que eu tenho no meu quintal

Minha aldeia é pequenina
Mas para mim é tão gira
É a Santa Catarina
Do concelho de Tavira

**Não conseguimos agradar o mundo.**

Nascemos já com a nossa
personalidade definida.
Passamos por várias fases de
personalidade, em algumas
situações até tentamos nos mudar
para sermos uma pessoa melhor.
Tentamos ser fortes e corajosos,
escondendo os nossos fracassos,
medos e fobias. Passamos por vários
testes em vida, superamos dores,
deparamo-nos com desilusões,
falsidades e mentiras, aí, se não
formos espertos o suficiente,
acabamos por sermos o reflexo

do inimigo ao ponto de quase
perdermos a nossa personalidade
e tornamo-nos o que os outros
querem que nós sejamos.
Ai, resta-nos sermos nós próprios,
tentando procurar a nossa
verdadeira essência.
Aprender a caminhar só, o silêncio e
a paz serão uma boa terapia, visto
que muitas vezes à nossa volta só se
ouve ruído.

**VERA SILVA****Do pensamento à escrita**

Já viste que somos ensinados para
ter conhecimento?
Para ter boas classificações, vencer,
superar, para sermos melhores!
Não existe ensino para seres
ignorante.
Imagina esforçares-te um pouco
mais
O génio que te podes tornar na área
que tanto gostas!
Aproveita a oportunidade de
cresceres em conhecimento.
Na verdade, quem se destaca mais
neste mundo.
São os que tem conhecimento e
põem em prática.

Os que não se acomodam.
Os que se incomodam de ter
classificações baixas.
Os que não baixam os braços
perante o desafio.
Aproveita esta grande oportunidade
que tens.
Estuda, foca-te, puxa mais por ti.
Irá te surpreender com o resultado.
Desejo que tenhas fantástico ano
lectivo 2023/2024.

**CECÍLIA AMADOR****Um bater de asas**

Ele chegou a janela da menina
com um ruflar de suas asas. Vinha
atender seu desejo.
Ela dormia serenamente como já
não o fazia por muito tempo.
Ao entrar sua luz inundou o quarto
e ela despertou. Assustada, a
menina de olhos grandes, sentou-
se rapidamente na cama, mas
logo entendeu o que se passava. O
anjo fez um gesto para que ela não
fizesse barulho e falou com ela, mas
sua boca não se mexeu.
Em sua mente ela ouvia a voz doce e
pensou: "Eu quero voar!"
Num piscar de olhos ele tomou-a
em seus braços, abriu as suas asas,
voou com ela pelo céu. Sentiu uma
mistura de sentimentos: dúvida,
medo, esperança, fé, mas também
uma sensação indescritível de
liberdade, de alegria, de paz.
Viu o sol, as nuvens, as estrelas.
Sentiu o vento, o calor, o frio.
Ouviu os pássaros, os risos, as
músicas.
Viu crianças brincando, casais se
beijando, idosos se abraçando. Ela
viu as pessoas ajudando umas às

**ZAIRO NETO**

outras, se perdoando, se alegrando.
Sentiu que o mundo era lindo e
bom, apesar de todos os problemas
e sofrimentos. Ela percebeu que a
vida era um presente e um milagre,
apesar de todas as limitações e
dificuldades.
Porém percebeu que ela era feliz e
amada, apesar de estar doente e
triste. Compreendeu que tinha um
propósito e uma missão, apesar de
não saber qual era.
Agradeceu ao anjo pelo desejo
realizado, mas também pela lição
aprendida.
Clara abraçou o anjo e disse: "- Eu
te amo."
O anjo disse: "- Você é bem-vinda.
Eu também te amo", colocando-a de
volta em sua cama.
Clara fechou os olhos uma última
vez e sorriu.

A minha escola...

Na minha escola primária...
Um tempo sem igual
Aprendíamos a tabuada
A numeração romana
Os rios do nosso Portugal

Os caminhos de ferro
Fascinavam o nosso trilho
Decorávamos seus nomes
Tudo aprendíamos rápido
E tudo tinha seu brilho

**ELEUTÉRIA PIRES**

Guardo com carinho
Lembranças tão queridas
A simplicidade da infância
Até a vida de estudante
Me traz memórias coloridas

Brincávamos no recreio
Ao arco, à corda e ao pião
Não havia computadores
Nem sequer telemóveis
Era linda a minha geração

O mosquito

Há mosquitos por todo o lado
e já são uma grande praga
deixam o povo chateado
e a nossa saúde é que paga.

O vinagre podemos aplicar
o que pode aliviar a comichão
mas uma pomada para esfregar
será sempre a melhor solução.

Com as aves a desaparecer
temos um problema complicado
pois os mosquitos iriam comer
e assim está tudo descontrolado.

Só à base de inseticidas
estes insetos podem morrer
em alguns países até tiram vidas
pois não há vacinas para proteger.

**ILDO CAVACO GUERREIRO**

Seja ele grande ou pequeno
o nosso sangue quer chupar
quando nos pica deixa o veneno
com ele temos que acabar.

Temos que ter a janela fechada
para o mosquito não entrar
assim nenhuma pessoa é picada
e já ninguém precisa de se coçar.

OPINIÃO

As diferenças deste mundo antigo e moderno

Eu não sou assim tão velha, mas o mundo mudou muito e as pessoas também.

Há sessenta anos atrás as crianças adoravam ouvir os contos que os seus avós contavam, ouviam entusiasmadas as histórias, algumas até inventadas.

Todos estavam em família, até se comia num tacho à volta de uma mesa redonda de madeira, a que chamavam banca com três pés. Comiam-se as papas de milho, com sardinhas, griséus e grãos e tão boas que eram!

Agora há as papas dos ricos! Xarém com conquilhas, gambas e berbigão, etc!

Comia-se uma sopa de batata com sardinhas ou sem elas, com sopas de pão.

Tudo sabia bem, não havia escolha, não se podia ir ao frigorífico escolher alternativas, não havia luz. A iluminação era com o candeeiro a petróleo ou azeite como o meu avô usava para ir à noite tratar das bestas. Muito mais tarde veio o petromax a gás.

A comida era feita em fogo de lenha. Tantas vezes que eu assim o fiz, até o café da manhã com o pão torrado. Aos

9 anos eu já cozinhava.

Era tudo diferente, mas não se passava fome.

Quase todas as famílias tinham animais. Galinhas que nos dava os ovos e tiravam pintainhos que depois em frangos já nos os comíamos. Coelhos que ajudavam na alimentação. Cabras que davam leite e uns cabritinhos. Porcos que consumíamos de várias maneiras, no sal, na banha, os enchidos no fumeiro.

As terras eram semeadas (ao contrário de hoje) e davam-nos muito: favas, griséus, grãos, chicharo, cevada, aveia, trigo para o pão. Íamos ao moinho e havia farinha para fazer pão o ano inteiro.

Comecei a trabalhar bem cedo, apanhava alfarrobas, amêndoas, figos, azeitonas. Chegava da escola e tinha sempre coisas para fazer. Limpava as coelheiras, ia à erva para os coelhos, limpava a cabana do macho, ia buscar água às bicas dos Vilarinhos e vinha a casa descarregar e voltava para trazer a roupa lavada enquanto a minha mãe ficava nas bicas a lavar.

As crianças ajudavam, hoje em dia, isso é considerado exploração infantil.



Mas a verdade é que hoje são mais mal-comportadas, não respeitam os mais velhos e não sabem fazer quase nada.

São ainda pequenos e já lhes entregam um telemóvel para a mão com jogos que os deixam viciados. Depois admiram-se que em adolescentes sejam violentos com colegas ou os companheiros. O comportamento dos mais velhos também mudou, os avós criavam os netos, hoje em dia, já não se pode confiar em alguns avós que acabam violando os netos. Avós, pais, tios, padrastos. Há muita

maldade nas pessoas.

Roubam-se os idosos, violam-se as crianças, matam por ciúmes e ganância. Há corrupção, falcaturas, mentiras.

Já não se pode confiar nos tempos modernos.



VÍTOR MANUEL HORTA

Subsídio de Alimentação: é obrigatório?

O subsídio de alimentação é o complemento salarial mais comum em Portugal. Trata-se de um benefício social concebido pelas empresas aos seus colaboradores, relativo a cada dia de trabalho, para compensar os custos diários com a refeição.

1. O que é?

1.1 O subsídio de alimentação é um valor monetário pago a cada trabalhador por dia efetivamente trabalhado, pelo que não é pago em caso de falta ao trabalho, férias, feriados e fins de semana.

2. Legislação

2.1 O subsídio de alimentação não é obrigatório por lei e, por isso, nem consta do Código do Trabalho. É, no entanto, considerado como um benefício social. E, como tal, no Orçamento do Estado é definido o valor mínimo de subsídio de refeição para o sector público.

2.2 Já a generalidade das empresas do sector privado paga subsídio de refeição, por sua iniciativa ou por estar incluído nos contratos coletivos do sector em que se inserem.

3. Valor do Subsídio de Alimentação

3.1 Os valores do subsídio não são parte integrante do Código Trabalho, pelo que os valores de referência são

balizados nos Orçamentos de Estado. A Portaria n.º 280/2022 em vigor determina que o valor mínimo para o subsídio de alimentação para 2022/2023 deve ser de 6€ para o sector público.

3.2 O sector privado usa este valor como referencial, mas têm liberdade para fixar o valor que entender ou até mesmo não pagar, uma vez que o mesmo não é obrigatório por lei, salvo quando esteja fixado nos contratos coletivos do sector em que se inserem.

4. Forma de Pagamento

4.1 A empresa pode pagar o subsídio de alimentação aos seus colaboradores em dinheiro ou em cartão refeição.

4.2 O cartão de refeição é uma solução cada vez mais usada pelas empresas, devido aos benefícios fiscais que, quer os colaboradores quer as empresas, têm se o pagamento for feito desta forma. Mensalmente, a empresa credita

no cartão o valor do subsídio de refeição, sendo que este valor não pode ser convertido em dinheiro.

Os trabalhadores que estejam em regime de teletrabalho mantêm os mesmos direitos, nomeadamente o direito a uma retribuição equivalente à que aufeririam em regime presencial, com a mesma categoria e função idêntica, de acordo com a Lei n.º 83/2021, de 6 de dezembro.



INDALÉCIO SOUSA | ADVOGADO

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

Viver com Dignidade

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), qualidade de vida envolve o bem-estar físico, mental, psicológico e espiritual do ser humano, além de fatores como: relacionamentos sociais, saúde, educação, habitação, segurança, saneamento básico, entre outros.

Viver de forma autónoma e independente parece ser cada vez mais uma utopia para um maior número de portugueses e se essa deveria ser a vontade do governo, e especialmente das autarquias, parece que esse é um caminho que não interessa seguir. Manter as pessoas dependentes dos subsídios parece ser do interesse daqueles que estão na frente de comando dos municípios.

Aparentemente entrámos num círculo vicioso e pouco ou nada virtuoso,

onde o estado está cada vez mais presente nas nossas vidas, mas essa presença não pode, nem deve, ser vista de uma forma positiva, mas sim como consequência de uma economia que não avança, de um país estagnado e de um conjunto de promessas que as leva o vento, basta que olhemos para o estado geral da saúde, da educação ou da habitação.

Todos sabemos que a vida de cada um de nós é feita de percalços, para os quais na maioria das vezes não estamos preparados. Se para situações pontuais devermos poder contar com o apoio do estado, obviamente que sim, mas que nunca esses pedidos de ajuda e a concretização dos mesmos, possam ser motivo de satisfação para qualquer autarca, mas sim de grande constrangimento.

O expectável é que cada um de nós possa ter condições para viver uma vida com dignidade, com trabalho, com habitação e com salários capazes de fazer face às despesas diárias e pedir isto não é pedir muito...é pedir aquilo a que temos direito.

Os subsídios, na maior parte das vezes e quando prolongados, tornam as pessoas dependentes e subservientes daqueles que os tornam possíveis, vivendo na constante incerteza que o mesmos possam vir a ser retirados.

Se sou contra a ajuda àqueles que mais precisam dela? Não, não sou, sou apenas contra os motivos que levam as pessoas a ter que viver nessa dependência (e estou certa que ninguém o faz de ânimo leve), sou contra um país que nada faz para melhorar as condições de vida de cada um de nós, onde os custos do aumento de vida são uma realidade, onde a carga fiscal é a maior de sempre, onde a falta de habitação é

uma realidade e onde depois se distribuem subsídios para a (não)resolução temporária de problemas de base, sem que os mesmos alguma vez sejam resolvidos.

"Precisamos de políticas focadas no apoio ao investimento, nos equipamentos e no melhoramento das condições das nossas empresas. Precisamos de políticas focadas na valorização da qualificação e na importância das pessoas, da mão-de-obra, nomeadamente ao nível da fiscalidade sobre o trabalho e da importância de qualificar e requalificar as pessoas..." - (Mesquita, P.)



SÍLVIA REVÉS

HOMENAGEM

A vida após a perda de um irmão e pilar da casa

“O Zé Luís apresentava uma sensibilidade humana impressionante, era emotivo, sentimental, empático, ternurento, dava muito valor à família, adorava uma boa conversa, passávamos horas a falar da vida.”

José Luís Neto partia precocemente aos 32 anos, decorria o ano de 2000, vítima de um acidente de mota, deixando uma família desolada, inclusive, os dois irmãos mais novos que viam em Zé Luís (como era carinhosamente tratado) um ídolo e a sua definição de proteção e amor.

Bombeiro desde novo, era um homem genuinamente bom, tirava de si para dar aos outros, engenhoca por habilidade autodidata, adorava criar e reparar peças eletrônicas e mecânicas, com uma inteligência apurada para estas artes, era também apaixonado por música, fez ainda de disco jóquei nas matinés da União Sambrasense.

A cozinha era outra das suas aptidões que ganhou ao longo da vida, confecionando pratos deliciosos, sempre de forma autodidata.

Um galã da sua geração, conquistou muitos corações, teve alguns namoricos, mas acima de tudo, criou bons laços de amizade em S. Brás de Alportel.

De piada fácil, adorava pregar uma boa partida e meter toda a gente a rir onde quer que estivesse. Tinha a capacidade de estar bem para os outros, mesmo que por dentro, por vezes, não se sentisse assim, fazendo de tudo para tornar acolhedora qualquer casa ou lugar.

Para realizar esta homenagem contámos com a ajuda preciosa dos irmãos, Salvador Gonçalves e Cláudio Gonçalves, que deram o seu testemunho emocionante sobre este irmão que deixa muita saudade, mas que fazem questão de manter presente diariamente nas suas vidas, nunca deixando cair em esquecimento a memória do mano mais velho, o eterno Zé Luís.

ENTREVISTA

Contem-me um pouco de como foi a vossa infância...

Salvador: A nossa infância foi marcada por uma educação rigorosa, disciplinada, éramos três filhos, com diferença de 5/6 anos, os nossos pais tinham que sair para trabalhar, e recordo-me do nosso irmão mais velho ficar em casa para cuidar de nós, também ele um miúdo. A porta ficava fechada à chave por razões de segurança, mas o Zé Luís às vezes saltava pela janela do primeiro andar e ia dar as suas voltinhas, regressando antes da nossa mãe chegar a casa.

Fizemos parte da geração dos miúdos da “Barreira”, vivíamos no Largo da Trindade, mesmo ao lado da Sr.ª Alexandrina de Sousa Negrão, mais conhecida por Menina Souzinha, Professora do ensino primário, que cheguei a conhecer e da venda do Pardal, família que ainda hoje em dia promove a vida na Barreira. É ali que nos sentimos mesmo em casa. É um espírito especial de quem cresceu naquela zona do centro histórico.

Como é que recordam o Zé Luís?

S: O Zé Luís era muito habilidoso, tinha aptidão para arranjar coisas, como telefonias, televisões, aprendia a arranjar sozinho, às vezes sobravam algumas, mas os aparelhos ficavam sempre a funcionar. Era algo natural, tinha grande capacidade para realizar tarefas complexas, dominando muitas artes.

Recordo os carrinhos de rolamento que fazia, dos jogos de flippers em madeira que criava, trabalhou inclusive no salão de jogos que existiu inicialmente aqui na Rua Luís Bivar e aprendeu a concertar as máquinas eletrônicas do salão.

Em termos de personalidade era uma pessoa simples, leve, adorava brincadeiras, pregava algumas partidas e metia

toda a gente a rir.

Há uma determinada altura, ainda na juventude, que nos aproximamos mais enquanto irmãos, pois a diferença de idade já não se notava tanto. Começamos a conviver mais, ele era muito carinhoso connosco, quando nos sentíamos mais tristes, a sua casa e companhia eram o nosso refúgio.

Cláudio: Ao longo da vida foi tendo vários ofícios, aprendeu mecânica, eletricidade, foi padeiro, entre outros, mas era como se fossem hobbies, mantendo-se sempre ao serviço dos Bombeiros.

S: O Zé Luís fez o 6º ano, era a escolaridade obrigatória, e depois começou a trabalhar, foi passando por várias profissões, quando gostava do que fazia era muito aplicado, mas quando não gostava do trabalho já era mais complicado. Foi nos bombeiros que estabilizou como profissional na sua juventude. Estamos a falar de um jovem que começou a trabalhar por volta dos 14 anos.

Como surge a entrada do Zé Luís para os Bombeiros?

S: Entrou em 1983, tinha 15 anos, passou metade da sua vida nos Bombeiros, era a sua segunda casa, passava lá imenso tempo. Foi Bombeiro a vida toda, na altura, em que faleceu estava em situação de inatividade, mas ia lá todos os dias, era lá que estavam os seus amigos.

Salvador, acabas por entrar também para os Bombeiros e hoje és um dos nossos Comandantes. Consideras que foi por influência do teu irmão?

S: Sem dúvida! A minha entrada nos Bombeiros dá-se precisamente por influência do Zé Luís, eu frequentava o quartel para o visitar e conhecia as pessoas que lá estavam. Uma noite, em 1990, tinha eu 15 anos, fui ao quartel com ele depois do jantar, estava lá o Comandante João Meira que me convidou para ingressar eu



como já conhecia a casa, facilmente me fui adaptando.

Com o passar do tempo, a diferença de idade foi se desvanecendo, fazendo com que vocês como irmãos se aproximassem mais. O que se recordam da vossa união como irmãos?

S: Chegámos a uma determinada altura da vida que as diferenças de idade deixam de se notar. O meu irmão foi pai cedo, tinha 21 anos, creio que não tivesse preparado, mas foi algo que o mudou muito e que nos aproximou bastante.

Ele exercia bem o papel de irmão mais velho, sempre atento ao que fazíamos.

C: Se ele achasse que algo não valia a pena e que nos ia prejudicar, aconselhava-nos para nos proteger. E isso era uma característica dele. Era cuidador.

S: Aos 32 anos, perto da altura de falecer, o Zé Luís apresentava uma sensibilidade

de humana impressionante, era emotivo, sentimental, empático, ternurento, dava muito valor à família, adorava uma boa conversa, passávamos horas a falar da vida. Também desabafava muito connosco, o nosso irmão Zé passou por algumas fases menos boas, na vida. Lembro-me de abdicar de comer para alimentar o seu cão. Com a maturidade tornou-se num ser humano muito mais sensível, que valorizava o que tinha.

O que aconteceu no dia do acidente há 23 anos atrás?

S: Não sabemos o que aconteceu em concreto. Sabemos que foi sair com os amigos até ao Zé Dias, voltou para a vila de mota, e depois ao fazer a Rua José Dias Sancho que estava em obras, embateu numa máquina dessas obras que estava estacionada.

Eu presenciei os últimos momentos do

HOMENAGEM

meu irmão, fui chamado ao local do acidente, apercebi-me logo que estava em coma, mas não esperava a gravidade da situação, acompanhei no percurso até ao hospital, mas o Zé acaba por morrer durante o caminho.

Vi os nossos colegas a fazer as manobras de reabilitação. Eu estava a assistir, mas não tinha reação. Isto muda-nos completamente. Foi avassalador.

Durante anos foi muito difícil, nós temos que aprender a viver com a dor, mas não foi fácil, para nenhum de nós. Foi a primeira situação de verdadeira perda e ter sido quem foi... e o que significava para nós, de forma tão trágica, repentina, sem uma despedida...

Sonhava quase todas as noites que o meu irmão estava vivo e quando acordava, via que não tinha passado de um sonho, começava logo a chorar. Foram anos assim.

C: Ainda é muito difícil. Ainda não consigo falar bem sobre isto tudo...tínhamos um encontro marcado para o fim-de-semana seguinte. Ficou este encontro por fazer...

Como ficou a vossa realidade familiar após esta tragédia?

S: Passámos a reunirmo-nos mais enquanto família, a valorizar mais os momentos de partilhar uma refeição.

Ao fim de 2 anos o meu pai acaba por falecer também, pouco tempo depois, uma prima e depois a nossa avó.

Ficámos só nós os dois e a nossa mãe, que todas as semanas, ia ao cemitério, colocar flores frescas. O luto que a minha fez pelo nosso irmão foi muito mais doloroso e difícil do que eu achava que seria, algo que fez até adoecer e falecer. Vai fazer 3

anos que a nossa mãe faleceu. Passou 20 anos a cuidar da campa, a levar flores. Atualmente estão os dois juntos na campa. Penso que seria a vontade dela.

C: Eu sinto que o Salvador assumiu o papel da casa, o papel de irmão mais velho. Faz comigo aquilo que o Zé fazia connosco. É um pilar que tenho na vida.

De que forma é que o Zé Luís continua a estar presente na vossa vida?

S: Está mesmo presente, praticamente todos os dias falamos sobre ele, as minhas filhas sabem que há tio Zé, fazem perguntas e pedem para ouvir histórias sobre ele.

C: Os nossos amigos também contam muitas histórias sobre o Zé e isso ajuda-nos a recordá-lo.

Gostava de ter passado mais tempo com o meu irmão, se pudéssemos voltar atrás, estávamos colados a ele.

Apesar de já terem construído a vossa vida e terem as vossas famílias, a verdade, é que as vossas origens só estão vocês os dois. Como é atualmente a vossa relação?

S: Temos uma proximidade muito grande. Não passamos mais de três dias sem falar. Gostamos muito de ir almoçar ou jantar para meter a conversa em dia.

A morte da nossa mãe veio reforçar a nossa ligação, agora, somos os dois. Temos a família que criámos, mas falta-nos as nossas origens.

C: Estamos mais unidos, uma relação muito coesa. Recordamos as alegrias, também as tristezas, da nossa infância e vida e vamos estando presentes na vida um do outro.



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



ENTREVISTA

A vida de mergulhador por **DIOGO AMARAL**

“Sentir a água e o silêncio é a sensação mais fantástica do mundo.”

Diego Amaral, 32 anos, natural de S. Brás de Alportel, vendedor imobiliário de profissão, mas mergulhador de coração contou em exclusivo a sua experiência nas profundezas dos mais belos oceanos.

Já bateu dois records do Guinness em Portugal, com a participação na maior limpeza subaquática do mundo e ainda com o prémio de maior galeria de fotografias debaixo de água.

ENTREVISTA

Como é que surge esta paixão pelo mergulho?

Resumidamente, a minha paixão surgiu pelo testemunho do meu amigo João Baireira, a maneira como ele falava de mergulho deu-me vontade de experimentar este desporto. Então, numa das minhas viagens, logo das primeiras vezes que visitei a Tailândia, descobri uma ilha chamada Koh Tao “Ilha da Tartaruga” e foi aí que tive a minha primeira experiência de mergulho.

Posso vos dizer que foi um terror ao princípio pois não conseguia respirar e ficava muito nervoso, mas depois ao ver tanta vida marinha à minha volta conseguia concentrar-me e relaxar e a partir daí tudo é maravilhoso.

Sentir a água e o silêncio é a sensação mais fantástica do mundo. Fiquei completamente viciado e a seguir fiz logo o primeiro curso.

E qual é esse curso que te permite mergulhar em todo o mundo?

“Open Water” é o curso que dá acesso a mergulhar em todo o mundo até uma profundidade máxima de 18m acompanhado por um instrutor ou colega que tenha o mesmo grau.

Quando voltei para Portugal não conseguia parar de pensar no mergulho e procurei evoluir e tirar o nível seguinte já aqui no Algarve. E assim foi.

Na viagem seguinte voltei à mesma ilha já com um plano traçado e completamente focado nos níveis que queria tirar e foi aí que me tornei instrutor de mergulho.

Quais são os maiores desafios no mergulho?

O maior desafio, para mim, é conciliar o meu trabalho no ramo imobiliário e conseguir viajar por todo o mundo.

Mas eu fiz uma promessa. Prometi viver intensamente todos os dias que me restam e aproveitar ao máximo a família, os amigos, e claro, conhecer culturais locais e mergulhar.

Já deste aulas de mergulho. Como surgiu essa oportunidade?

Sim, foi quando estive nessa mesma ilha e tirei todos os cursos até me tornar instrutor. Posteriormente, fui convidado pela mesma escola para ser instrutor, formei cerca de 65 alunos certificados num espaço de 4 meses, mas infelizmente a pandemia chegou e tive que adiar este sonho.

Há competição no mergulho?

Não, não é como nos outros desportos. Este é um desporto de companheirismo, feito a pares, caso haja alguma falha mecânica ou físico, temos sempre quem nos

ajude ao nosso lado.

O bom de mergulhar sempre acompanhado é a partilha, há momentos inesquecíveis, desde um tubarão enorme ou apenas uma sardinha, não há troféus para quem vê mais coisas. Mas é uma felicidade gigante quando vemos algo de diferente e fora do nosso panorama normal.

Poder interagir com estas criaturas marinhas é algo mágico. No silêncio das profundezas, ouvir um cântico das baleias, é algo que me emociona bastante.

Quais são as preparações físicas que tens de ter para esta modalidade?

Eu vou ser sincero... não tenho a melhor preparação física. Mas quanto mais preparados estiverem é mais fácil de mergulhar em segurança e ter menos desgaste físico e psicológico.

Outra sugestão é estar sempre bem hidratado, evitar constipações para não sentirmos qualquer dificuldade quando descemos e passamos pela pressão.

Qual é a sensação de estar em plena natureza, onde o silêncio impera junto de animais raros?

É algo que não consigo descrever por palavras. Convido toda a gente a experimentar este desporto e descobrir esta magnífica sensação de mergulhar nos melhores pontos de mergulho do mundo. Já tive o prazer de mergulhar nas Maldivas, Tailândia, Egito, México, Baja, Califórnia.

E agora vou embarcar em mais uma aventura para o continente asiático para fazer o triângulo dourado: Filipinas, Indonésia e voltar ao ponto onde tudo começou, a Koh Tao.

Perdeste um familiar próximo. Em várias publicações, fizeste questão de levar o Gonçalo contigo até ao fundo do mar. Como é que o mar te ajuda a curar esta dor?

É público que sou muito próximo da minha família, sempre que vou de viagem fico em contacto com todos e desde a partida do meu primo Gonçalo que o contacto mais bonito e puro que consigo ter com ele é onde não existem distrações nem sons. Debaixo do mar é uma espécie de meditação, procuro sempre levá-lo com uma fotografia plastificada para que ele esteja sempre comigo. É o meu anjo em todas as minhas aventuras.

Para terminar quero deixar uma frase para todos:

Prometo viver, Nankurunaisa.



TESTEMUNHO

“Ao aproximar-me do poço reparo num casaco vermelho, de malha, a flutuar na água e imediatamente o reconheci, porque aquele casaco já tinha sido meu, era a minha irmãzinha que estava ali. Tentei salvá-la, mas já não consegui.” - Helena Aïd

Helena Aïd não teve uma infância fácil foi negligenciada muitas vezes, mas ainda assim, não culpa a mãe a quem ainda deu assistência no final da sua vida.

Vinda de uma família pobre, irmã mais velha de 6 irmãos, teve a infelicidade de assistir à morte prematura de uma das irmãs, tudo aconteceu no “poço”, que na realidade se tratava de um buraco no chão, com pouco mais de um metro de meio de profundidade, onde as mulheres se encontravam para lavar a roupa.

Filha da conhecida contrerrãnea Maria Celeste, mais conhecida como A Tarzoa (por influência da alcunha do companheiro Chico Tarzan), desde cedo que soube as dificuldades da vida.

Nunca conheceu o pai biológico, e por ter sido criada com a avó, também não teve uma relação de grande proximidade com a mãe.

Foi para a França aos 16 anos onde conheceu o pai dos seus filhos, mais tarde, emigraram para Marrocos, já com uma filha de 3 anos, onde abrem uma loja de reparação de eletrodomésticos e também onde nasce o segundo filho.

Ao fim de 6 anos voltam para Portugal, mais precisamente para São Brás de Alportel, para o sítio onde apesar de toda uma infância e juventude difícil, Helena se sente em casa.

ENTREVISTA

O que se recorda da sua infância?

Não é uma infância fácil de recordar. Passei por dificuldades e momentos que nenhuma criança deve passar.

Aos 11 anos comecei a trabalhar na apanha da alfarroba para ajudar a minha avó nas despesas da casa. Fui viver com a minha avó ainda pequenina, a minha mãe não tinha condições para me criar e o ambiente familiar era complicado. O meu padrasto tinha problemas com o álcool e assisti a muitos episódios de violência doméstica.

A minha família é muito conhecida aqui na vila, a minha mãe era a Maria Celeste, conhecida por Tarzoa por influência da alcunha do meu padrasto, Chico Tarzan.

Nunca soube quem era o meu pai biológico, até aos dias de hoje continuo à sua procura. Cheguei a fugir para o Montijo para o procurar, mas não deu em nada.

Aos 7 anos encontra a sua irmã mais nova morta num poço. O que aconteceu nesse trágico dia?

Depois de sair da escola, fiz o caminho normal que fazia todos os dias para casa (Campina).

Tinha o hábito de passar pelo “poço” e gostava sempre de olhar para a água e esse dia não foi exceção.

Mas ao aproximar-me reparo num casaco vermelho, de malha, a flutuar na água e imediatamente o reconheci, porque aquele casaco já tinha sido meu.

Conseguiu logo perceber que estava ali a sua irmã?

Não... na minha cabeça era apenas o casaco que estava ali e aproximei-me para o ir buscar.

Só no momento em que o puxo é que percebo que se tratava da minha irmã. Foi desesperante.

Consegui puxá-la para terra e é nesse momento que percebo que algo não está bem e começo então a gritar a pedir aju-

da e a correr de um lado para o outro à procura de algum vizinho que me pudesse ajudar.

Muita gente veio logo à rua para ver o que se passava e houve um vizinho que ainda lhe fez respiração boca a boca, mas sem sucesso.

Foi levada para o hospital de São Brás, mas não conseguiram fazer nada para a salvar e acabaram por nos vir dar a notícia que ela tinha falecido.

Chegaram a saber o que aconteceu de facto?

Nunca ninguém soube ao certo o que aconteceu para ela ter caído dentro de água.

Pode ter-se desequilibrado enquanto brincava com os outros miúdos ou simplesmente para tentar chegar à água. Os poços não estavam tapados. Havia inúmeros por toda a parte no meio das terras.

Ninguém sabe o que se passou realmente.

A Helena era apenas uma criança. Como é que ficou depois desta situação tão perturbadora?

É uma dor que nunca se esquece. Tenho isto guardado comigo desde desse dia e de vez em quando as memórias dessa tarde de inverno vêm todas ao de cima e parece que estou a viver tudo outra vez.

No entanto, apesar da dor desta perda, não me culpo por não a ter conseguido salvar porque eu era apenas uma criança. Fiz o que pude naquele momento e tenho noção de que não conseguia fazer mais para a salvar.

Apesar de ter sido uma infância com algumas dificuldades, consegue recordar-se de momentos felizes?

Claro que sim.

O “poço”, onde tudo aconteceu, apesar de tudo, era o nosso ponto de referência para as brincadeiras. Era onde nos encontrávamos depois da escola, onde os moços procuravam as moças



para namorar.

Apesar das dificuldades e da pobreza, haviam momentos bons. Havia muita liberdade, eu andava pelos campos sempre a brincar, adorava apanhar caracóis e andar dentro da ribeira com as minhas botas de borracha.

Apesar de tudo, tenho memórias muito boas.

Aos 16 anos, depois do falecimento da sua avó, vai viver para França. Como é que foi essa adaptação a uma realidade tão diferente?

Foi muito difícil ter perdido aquela liberdade que o campo me dava. E de repente vejo-me numa cidade grande como Paris. Estive lá com uma tia, ajudava a cuidar dos meus primos e ajudava-a também no atelier de costura que ela tinha.

Lembro-me de chorar muito à noite, porque sentia muitas saudades.

Não foi uma adaptação fácil, mas aos poucos fui-me habituando à língua e aos novos costumes.

E foi lá que conheci o amor que mais tarde viria a ser o pai dos meus filhos.

Anos mais tarde volta para São Brás de Alportel e para o sítio onde ocorreu a tragédia com a sua irmã. Como foi regressar?

Esta tragédia vai acompanhar-me para o resto da vida. Sei que é algo que vai estar sempre na minha memória e, apesar do trauma que ficou, isso não me impediu de continuar a viver a minha vida.

Quando olho para aquele local, lembro-me que foi ali que tudo aconteceu, mas ao mesmo tempo, é o sítio onde me sinto mais em casa, onde sinto que pertenço.

Com tantos desafios na vida, quem é a Helena hoje?

Aprendi a ser uma pessoa muito resignada, a aceitar a vida como ela é.

Vivo a minha fé e isso também me ajudou a superar e aceitar as coisas.

Olhando para trás, vejo que tudo o que me aconteceu transformou-me numa pessoa resiliente e nunca senti revolta por nada do que me aconteceu.

SAÚDE E BEM-ESTAR

A palavra do Médico Veterinário



JOAQUIM MENDOZA

O tempo continua a correr sem parar neste mundo dos vivos! E "A palavra do Médico Veterinário" volta para vos apresentar mais umas reflexões sobre os dias que correm! E outubro já lá vai como 10º mês do ano no calendário gregoriano, mas que deve o seu nome ao latim "octo", dado que era o 8º mês do calendário romano que se iniciava em Março. Começando pelo primeiro, como dia mundial do Vegetarianismo, sendo o mês de Outubro dedicado ao vegetarianismo terminando com a chegada do dia 1 de Novembro que é o dia mundial do Veganismo com um "site" oficial da data: www.worldvegetarianday.org

Mas neste 1º dia também se comemora o Dia Mundial da Música e o Dia Internacional do Idoso, bem como o Dia Eu-

ropeu das Fundações e Doadores e do Leitor de CD e também o Dia Nacional da Água. O dia 2 assinala o Dia Mundial dos Animais de Quinta e da Não Violência., seguido logo a 4 pelo Dia Mundial do Animal e também Dia do Médico Veterinário e de S. Francisco de Assis.

No dia 5 chegamos ao Aniversário da Implantação da República Portuguesa e do Dia Mundial do Professor e do Sorriso. Dia 8 é o dia mundial do polvo e do ovo e a 9 dia dos Correios e das Aves Migratórias.

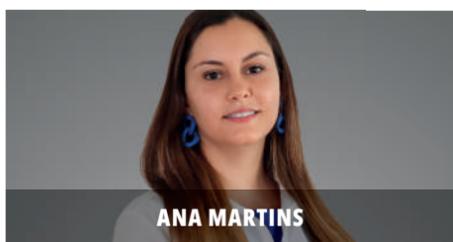
Dia 10 dedicamos à Saúde Mental e no dia 11 tratamos da saúde, dedicando o dia ao combate à obesidade, que temasão na ordem do dia como anedótico, pois segue-se a 14 o dia mundial da Visão e do Careca e a 15 o dia mundial da lavagem das mãos e dia nacional da luta contra a dor. E a 16 temos o Dia mundial da Alimentação, da Coluna e do Pão e a 17 o dia Internacional para a Erradicação da Pobreza. São tantos os dias dedicados que até celebramos este mês o dia 18 como dia mundial da Menopausa e a 20 temos o dia mundial da Estatística e da Osteoporose e também é dia da Paralisia Cerebral e Dia Mundial do Combate ao Bullying e do Controlador

do Tráfego Aéreo. Dia 22 é dedicado à Biblioteca Escolar e leiam bem que também é o Dia Internacional da Gaguez, eu sou Gago de nome, mas felizmente não sou gago da fala! Dia 24 é dia Mundial das Missões e também dia municipal para a Igualdade e dia do Exército Português e das Nações Unidas e também é o Dia Mundial do Combate à Pólio que tem sido uma grande causa incansável dos Rotários a nível planetário! Estamos quase a terminar, continuando pelo dia 25 que é o dia Mundial das Massas e o dia 27 o dia mundial da Terapia Ocupacional e do Património Audiovisual e dos Jornalistas Pela Paz! Dia 28 é o dia consagrado a São Judas Tadeu e é também dia mundial da 3.ª idade e da Animação. Dia 29 será o dia mundial da Psoríase e do AVC. Para o dia 30 temos um tema que nos preocupa desde sempre e que é também uma causa abraçada pelos Rotários a nível regional e nacional, é o dia nacional de Prevenção do Cancro da Mama.

Por último, no 31 como todos sabeis, temos o dia das bruxas - Halloween e dia mundial da Poupança e da Formação Financeira e também dia Mundial das Cidades.

Em suma, um mês de 31 dias com mais de 60 causas e motivos de reflexões de assuntos que nos preocupam a todos ou a alguns de nós, pese embora o mais grave seja o desta injusta e interminável Guerra entre a Rússia e a Ucrânia que nos repugna a todos e interroga como é possível o que está a acontecer com vidas humanas e o património edificado reduzido a ruínas! Para terminar neste Outono que ainda nos aquece, cumpre-me recordar da necessidade de desparasitar e vacinar ou revacinar os seus animais de companhia para estarem prevenidos para mais um inverno que se avizinha e para poderem nalguns casos renovar as licenças dos canídeos de companhia, seja de caça ou guarda, na respetiva Junta de Freguesia da sua residência que neste caso local é a de São Brás de Alportel. Uma última nota sobre saúde animal e que tem que ver com o aumento dos focos de peste suína africana na União Europeia que nos alerta para o aparecimento da doença em javalis pelo que todos os intervenientes no sector da caça deverão dar notícia às autoridades locais no caso de encontrarem javalis mortos a fim de serem analisados para despiste da doença.

Pré-requisitos para a aprendizagem da leitura e escrita?



ANA MARTINS

Começou mais um ano letivo, e com ele muitas crianças iniciam um percurso muito importante e desafiador das suas vidas, o início de aprendizagens estruturadas.

E como em qualquer desafio surge a questão, será que estou preparado?

Nunca haverá uma resposta a esta questão, porque na verdade, só percebemos que estamos preparados quando o fazemos.

Contudo, existem algumas coisas que ajudam as nossas crianças a se sentirem e efetivamente estarem mais preparadas e confiantes para as aprendizagens escolares.

O primeiro objetivo escolar é aprender a ler. Esta competência tem um grande peso, pois passarão a utilizar a leitura para aprender tudo o resto.

Para que a aprendizagem da leitura seja uma tarefa mais fácil existem pré-requisitos a serem cumpridos e a esses requisitos chamamos capacidades de pré-leitura.

Entre eles estão competências de diferentes áreas:

- Motivação e autoconfiança:** Existem evidências que crianças mais confiantes e sem medo de errar têm claramente uma aprendizagem mais rápida.
- Capacidades de memória auditiva e visual:** É necessário que a criança consiga lembrar-se e replicar itens que viu e ouviu.
- Capacidade de atenção:** A criança necessita ter a capacidade de direcionar a atenção e mantê-la de modo a desenvolver as tarefas.
- Coordenação visomotora:** Capacidade de coordenar o movimento com o olhar.
- Desenvolvimento da linguagem:** A linguagem é a forma que nos permite receber e transmitir mensagens e divide-se em 3 grandes componentes.

A forma (como se diz) - fonologia e morfossintaxe, o conteúdo (o que se diz) - semântica e o uso (onde se diz) - pragmática.

O desenvolvimento destas áreas da linguagem permite que a criança tenha uma comunicação eficaz conseguindo compreender e expressar-se com o mundo.

O domínio da linguagem é fundamental para que possa ocorrer a aprendizagem da leitura e da escrita que por sua vez vão influenciar todas as restantes aprendizagens.

O processo de leitura é uma atividade complexa que exige dois níveis distintos

que se complementam entre si.

Ao primeiro nível damos o nome de descodificação, que permite o reconhecimento das palavras. Para tal, a criança realiza uma associação das letras escritas ao som das mesmas (como se dizem). Esta é uma competência fulcral para a aprendizagem da leitura e da escrita, a qual damos o nome de correspondência grafema-fonema (letra-som).

O segundo nível necessário para a aprendizagem da leitura é a compreensão, o que possibilita a criança de descobrir o significado presente numa palavra, frase ou texto.

Basicamente resume-se ao significado das palavras. Para que a criança tenha uma compreensão mais ampla das palavras, frases e textos apresentados é necessário que ela apresente um vocabulário alargado de modo a facilitar a tarefa de compreensão.

Depois destas componentes da leitura estarem adquiridos a aquisição da escrita será muito mais fácil pois a escrita corresponde ao processo inverso da leitura onde haverá uma associação dos sons da linguagem oral (fala) a sinais escritos (letras) a que chamamos correspondência fonema-grafema (som-letra).

Embora todas as áreas da linguagem sejam fundamentais para que a aprendizagem da leitura e escrita seja harmoniosa, existe uma área com um peso maior, a consciência fonológica.

A consciência fonológica diz respeito à noção de que a língua falada pode ser segmentada em unidades, ou seja, a fra-

se pode ser segmentada em palavras, as palavras podem ser segmentadas em sílabas e as sílabas podem ser segmentadas e sons a que chamamos fonemas.

Tendo em conta que a consciência fonológica tem um papel preponderante na aquisição da leitura, deixo aqui algumas brincadeiras com palavras, que podemos fazer com as crianças de modo a trabalhar a consciência fonológica e deixa-las preparadas para este novo desafio.

- **Brincar com Rimas- Palavras que terminam da mesma forma. (Ex cão-pão)**
- **Dividir palavras em sílabas ou em letra/sons. (Ex sílabas: sapato- sa.pa.to; Ex sons: s.a.p.a.t.o)**
- **Tirar/colocar sílabas ou letras/sons de palavras (Ex sílabas: sapato tira sa fica pato;**
- **Ex sons: lupa tira o p fica lua)**
- **Trocar a ordem das sílabas na palavra (Ex. boca-cabo)**
- **Encontrar palavras que comecem com a mesma sílaba ou pela mesma letra/som. (Ex. sílaba: boca - bolo; Ex. Som: pera-pato)**
- **Associar as letras aos respetivos sons.**

Terapeuta da Fala Ana Martins
C-052494179 | ACS5

OPINIÃO COM DIREITO DE RESPOSTA

HOMENAGENS na UNIÃO SAMBRASENSE



O passado dia 10 de Junho, por ocasião das celebrações do 53º aniversário da União

Desportiva e Recreativa Samsbrasense, quiz a Direcção do clube, e com toda a justiça, homenagear, entre outras personalidades, os guarda-redes que defenderam, com dignidade e brio, as balizas do clube.

Coube a distinção a OCTÁVIO MOLEIRO e a ILÍDIO CRISTINA, por longevidade e dedicação na defesa do último reduto defensivo da equipa, frequentemente criticado e nem sempre distinguido, como o “mestre” que salva a embarca-

ção quando a tripulação não consegue estancar os efeitos do temporal...

De louvar a intenção dos dirigentes, pois nunca é demais compensar, com atitudes de reconhecimento, o amor ao clube de quantos sacrificam, até, a sua vida pessoal, em prol do serviço que, gostosamente, prestam à colectividade. Mesmo que o fizesse de forma material, nunca isso pagaria o preço justo do abandono da zona de conforto dos próprios e de suas famílias.

Sendo tudo isto uma verdade por todos reconhecida, não é fácil igualizar os conceitos de avaliação do merecimento,

não só em termos de desprendimento de si próprio em favor da instituição, como pela qualidade da prestação, avaliada pela fasquia alcançada pelo rendimento, sobretudo quando se trata de uma entidade externa que superintende na matéria e avaliza o mérito em causa.

Neste caso concreto, sem pôr em dúvida a justeza das homenagens prestadas, a União criou uma dívida de gratidão para com outro seu atleta que se viu esquecido pelo sentido de justiça que a um dirigente nunca deve faltar. Trata-se do, também guarda-redes, CARLOS MIGUEL, que recorde ter treinado comigo e com Eduardo Parreira, enquanto, Juvenil, em 1976/77, no tempo do saudoso presidente e meu Amigo, José Inácio Rosa.

Efectivamente, este atleta que, enquanto praticante, só representou a União, foi chamado à selecção do Algarve em 1977/78. Foi, por isso, distinguido pela Associação de Futebol de Faro, através do seu Comunicado Oficial nº 59, de 16.02.1978, com a entrega de uma medalha alusiva ao “1º Torneio Internacional de Futebol Juvenil do Algarve” e um público e colectivo LOUVOR, onde se pode ler “pelas qualidades morais demonstradas, bem como o alto apreço a que fazem jus, quer como desportistas, quer como cidadãos”.

Está, portanto, em causa, o ostracismo a que foi votado o jogador que mais alto levou estandarte da UNIÃO, em termos de único representante são-brasense ao nível de selecção do Algarve.

É certo que a recente (ao tempo) tomada de posse da nóvel Direcção, ameniza o erro de uma descuidada passagem de testemunho, nomeadamente ao nível do merecimento a homenagear. Todavia, colhida informação fidedigna, fica do seu lado a obrigação de, ao abrigo dos elementares conceitos de justiça, colmatar a falha e promover a merecida consagração ao mérito do atleta.

Creio bem que, conhecendo a sadia forma de ser e de estar dos actuais dirigentes, não tardará a oportunidade para vermos ressarcido o tributo merecido pelo CARLOS MANUEL.

Setembro/2023



CÉSAR CORREIA

DIREITO DE RESPOSTA

A direcção da União Desportiva e Recreativa Samsbrasense vem por este meio esclarecer os motivos e critérios que nos levaram a homenagear Ilídio Cristina e Octávio Moleiro no passado dia 10 de junho em direito de resposta ao artigo enviado pelo Sr. César Correia à comunicação social local com o título: “Homenagens na União Samsbrasense”.

Primeiramente, a direcção da UDRS, agradece publicamente, o interesse na vida e eventos do clube, tendo o Sr. César Correia estado presente no nosso 53º aniversário tendo dado o apito inicial do jogo das Velhas Glórias e fazendo parte das celebrações desportivas, inclusive, do batismo das balizas em honra de dois antigos guarda-redes do nosso clube.

Esta iniciativa foi sugerida por um elemento da direcção da União Samsbrasense em janeiro de 2023, levando a restante direcção, a deliberar e votar em que elementos iria recair a homenagem do batismo das redes. Os critérios de nomeação foram bastante justos, na nossa opinião, baseados no talento, dignidade e entrega ao futebol, mas também ao clube. Foram escolhidos dois homens que deram mais de 35 anos a esta casa, que colocaram este clube

em primeiro lugar, deixando as famílias em casa à espera enquanto estavam a treinar e a jogar. Para além de jogadores foram também elementos dos órgãos sociais e que ainda hoje um deles se mantém no ativo como treinador de Guarda-Redes. Foram conselheiros e elementos paternos vistos pelos mais novos que viram neles os seus ídolos para querer ser jogador de futebol no clube da terra.

Mais do que o talento, prémio e classificação em campo, foi valorizada a entrega total ao clube.

Claramente, que escolhas e opções é sempre uma decisão ingrata, pois, felizmente, têm passado no nosso clube grandes homens, grandes atletas, que mereciam também um louvor. Obviamente que o facto de não ter sido feito até agora não quer dizer que se vá fazer.

Não queremos ser um clube com sentimento de injustiça e ingratidão perante ninguém que tenha por cá passado, desde jogadores, treinadores, diretores, staff, sócios e todos os elementos que têm feito deste um clube com história!

Trabalhamos arduamente, diariamente, para dar asas ao futuro, mas também valorizar o passado!

Falando, concretamente, de Carlos Miguel, uma velha glória, um orgu-



lho e honra por ter pertencido ao nosso plantel, considerado um amigo, que tivemos o prazer de ter presente no nosso 53º aniversário e de ter feito parte desta homenagem a dois colegas, queremos, dizer, mais uma vez e publicamente, o quão orgulhosos somos desta pessoa tão genuína e bondosa ter feito parte da nossa história.

O Carlos Miguel tem feito parte das nossas iniciativas, sempre de forma discreta e subtil, mas tem estado presente, fez parte do livro, foi

capa do nosso Jornal O samsbrasense com um grande destaque para a sua vida desportiva e pessoal. O Carlos Miguel nunca ficará esquecido da memória coletiva do clube e da nossa terra.

Todos os que por aqui passaram, serão sempre merecedores de homenagens, consagrações e votos de mérito, mas acima de tudo, são merecedores da felicidade que este clube sempre proporcionou e que se evidencia de cada vez que há um reencontro no Sousa Uva.

PATRIMÓNIO

*Tributo aos Antigos Combatentes São-brasenses na Guerra Colonial***Uma Homenagem a ILÍDIO VIEGAS**

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



Ilídio da Conceição Viegas, nasceu no dia 15 de janeiro de 1944 no bonito sítio de Vilarinhos, já lá vão 79 anos.

A Guerra Colonial é uma página negra da nossa História que Ilídio recorda sempre com a voz embargada de emoção... lembra-se que até aos seus 17 anos, os rapazes queriam que o tempo passasse mais depressa, mas com a chegada da guerra do Ultramar, deixaram de pensar assim. No fundo já sabiam para o que iam e estavam conformados...

Ilídio embarcou para a Guerra Colonial a 25 de agosto de 1965, tendo como destino a província de Cabinda, em Angola, onde haveria de cumprir a maior parte do tempo da comissão.

Foi colocado no segundo grupo da companhia de Administração Militar do Lumiar. Pertencia à intendência, o grupo de militares que fazia o abastecimento das outras unidades que estavam no mato. Tinham dois grandes armazéns, em Cabinda e no Belize e passavam a vida de um lado para o outro, a cruzar o mato, para levar e distribuir os mantimentos para as tropas. Faziam os per-

curso quase sempre de noite, pois a deslocação em coluna era perigosa.

Como estava em contacto com várias companhias da região, conhecia muitos rapazes... muitos dos quais infelizmente, ficaram lá... conta-nos com a mesma revolta que lhe cravou o peito naqueles dias negros: "num dia estava a falar com eles, a entregar-lhes os mantimentos à entrada do quartel e no outro, ficava a saber que tinham saído para uma operação e que já não tinham regressado. Num dia eram enterrados seis, no dia seguinte sete Muitos conhecia-os, nem que fosse por terem trocado dois dedos de conversa."

Como nos diz "em tempo de guerra, os soldados são todos 'amigos'. Refere que conversavam sobre as vidas, de onde eram, conversa, muitas das vezes, para passar o tempo. Outros já conhecia realmente bem. Perdeu até companheiros são-brasenses, que nunca esquecerá. Era uma situação muito dura, talvez por isso se sintia um privilegiado, por ter podido regressar. Ainda hoje, tem dificuldade em lidar com notícias sobre a morte ou ferimentos de soldados por-

tugueses e não consegue ver na televisão, por exemplo, um enterro de um soldado.

Durante a guerra do Ultramar, as emboscadas eram um dos maiores perigos para as tropas que apanharam de surpresa muitos militares, fazendo muitas vítimas. As minas eram também a principal causa das mortes e das mutilações entre os militares portugueses em Angola.

Durante a sua comissão, entre os momentos mais complicados que viveu refere também as longas horas de espera e de receio, quando chovia, pois, os campos ficavam todos alagados. Nesses casos, não podiam prosseguir e ali ficavam, sem abrigo, à noite, à espera de serem rebocados. O medo assaltava-os, podiam ser atacados a qualquer momento e não tinham como fugir. Refere que uma vez não foram atacados por muito pouco, tendo vindo mais tarde a saber que o inimigo tinha todas as informações sobre as horas a que iam partir, por onde iam passar e onde estava previsto chegar, contudo, no dia anterior à saída da coluna, uma outra companhia

capturou essa célula do inimigo e aborrou o plano.

Refere que a percepção, quando se está lá, é diferente, «há uma altura em que até deixamos de pensar muito nas coisas, o que creio que talvez seja um mecanismo da nossa mente para não se angustiar tanto. Às tantas parece que estamos vacinados contra aquilo e vai-se fazendo o que for preciso, dia após dia, em piloto automático, como se tivéssemos levado uma lavagem cerebral. O contexto era diferente: éramos ensinados que as colónias pertenciam a Portugal e que era preciso defender o que é nosso».

A 29 de agosto de 1967 chegou o feliz dia do regresso a Portugal! E quase sete anos depois o melhor dos dias: a Revolução da Liberdade, que acompanhou à distância, emigrado em França.

Para sempre, Ilídio recorda as amizades que fez e que se mantiveram até hoje. Quando se juntam nos convívios dos ex-combatentes realizados por todo o país, choram e riem juntos, recordando aqueles tempos que passaram na guerra, em terras de África.

A convite do Município de São Brás de Alportel, iniciamos este novo espaço de Tributo aos Antigos Combatentes são-brasenses, uma parceria com os jornais da terra, para prestar a justa homenagem, aos são-brasenses que combateram na Guerra Colonial e noutras guerras e conflitos, honrando a nossa Pátria. Mensalmente, publicaremos Retratos-Memória dos Antigos Combatentes, no âmbito da iniciativa do Município, no seio da qual está a ser preparado o Monumento ao Combatente, a instalar no Futuro Jardim dos Combatentes, na zona norte da Vila.

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

A criação da Delegação de São Brás de Alportel do Núcleo de Faro Liga dos Combatentes, da qual tem a honra de ser coordenador, tem sido um importante desafio, um espaço de diálogo e reencontro, para dignificar a memória destes heróis anónimos. Todos são convidados a juntar-se e conhecer o trabalho da Liga, nas tardes de 4.ª feira e manhãs de sábado, no Espaço Comunidade, na Rua Silva Nobre, a nascente do Mercado Municipal.

HOMENAGEM**AOS ANTIGOS COMBATENTES
SÃO-BRASENSES**

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



PATRIMÓNIO

Por vales da Memória... À descoberta das Lojas, Empresas E Casas com história

RESTAURANTE UNIÃO



Este mês fomos até ao n.º 14 do Largo de São Sebastião para conhecer melhor a história do Restaurante União, conhecido ponto de encontro e convívio no centro da nossa vila, onde se pode provar a comida tradicional algarvia e saborosos petiscos.

Localizado no edifício sede da União Desportiva e Recreativa Sambrasense (UDRS), ali instalada há 53 anos, este café começou por ser gerido pela própria União, passando por diversas gerências que deixaram memória deste local de petiscos e convívio, entre os quais o Sr. José Madeira Fernandes e o Sr. José Conceição e a sua esposa Lurdes.

Anteriormente, o edifício era ocupado pelo clube Primeiro de Dezembro, criado no final do século XIX e ainda há me-

mória que naquele espaço na década de 30, do século passado, os irmãos Dias tinham ali o seu negócio de comércio de amêndoas, alfarrobas, figos para destilar, mercearia e aferição de balanças (a).

Gabriela Mendonça, carinhosamente conhecida por Belinha, está a cargo do restaurante União bem conhecido dos são-brasenses desde 1995, já lá vão 28 anos!

Belinha trabalhava em contabilidade quando o marido, José Maria Mendonça e dois amigos, Manuel Farias e José Eusébio decidem comprar o trespasse do restaurante. Contudo, nenhum revelou grande interesse pelo negócio. Passados alguns meses, Belinha e o marido compram as quotas da sociedade aos restantes sócios e Belinha, reticente, assume o negócio.

“Na altura achava que não era coisa para mim”, confessa recordando que trabalhava numa área muito diferente. “Mas a gente vai-se adaptando!”, acrescenta admitindo que apesar de se tratar de um negócio exigente foi ajustando o restaurante ao que se propôs e indo ao encontro dos clientes que são maioritariamente portugueses, apesar de já contar com muitos estrangeiros residentes que frequentam o espaço regularmente a par dos turistas.

Também já teve oportunidade de receber alguns clientes inesperados e mais famosos a nível nacional como a Marina Mota e o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa.

A par da comida tradicional a preços acessíveis num espaço amplo, Belinha revela que as suas cinco funcionárias

são outro dos segredos do seu sucesso: *“tenho uma equipa em que posso confiar a 100%”.*

Com a pandemia COVID-19, iniciaram a venda de refeições em take-away. Uma prática que mantiveram e que Belinha diz ter aumentado o volume de vendas.

Hoje, sem esquecer todas as dificuldades vividas naquele espaço, Belinha admite que se sente orgulhosa por saber que o restaurante é um espaço de referência da vila.

Podem todos visitar um local em São Brás de Alportel onde podem comer comida tradicional Algarvia.

(a) Correia, César. “Vivências no Centro do Universo”. In SBA Revista de Cultura, pág. 15. Edição n.º 1 – Outono de 2020

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

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

BAFRUTAL, LDA.

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

NECROLOGIA



À memória de
DR. JOSÉ ROCHA

13/11/1937 - 11/09/2023
FARO

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

Que descanse em paz.



À memória de
FLOR MARIA SOARES CASACA

25/05/1934 - 18/09/2023
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

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

Que descanse em paz.



À memória de
ROGÉRIO EUSÉBIO RODRIGUES CONTREIRAS

14/08/1959 - 19/09/2023
SÍTIO DO CORTELO

Quem exercer fé em mim, ainda que morra, voltará a viver; 26 e todo aquele que vive e exerce fé em mim nunca jamais morrerá.

João 11:25,26



À memória de
MARIA DE LOURDES BOTELHO CABEÇUDO

26/02/1936 - 22/09/2023
ESTOI

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 SERAFINA PASSINHA

10/02/1931 - 25/09/2023
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

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

Que descanse em paz.



À memória de
RITA MARIA SILVÉRIA ELIAS

22/08/1935 - 30/09/2023
SÍTIO DO 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
ILDA MARIA DE JESUS DA SILVA

25/03/1953 - 01/10/2023
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

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

Que descanse em paz.



À memória de
LUCINDA DE JESUS SOUSA MARTINS

27/06/1930 - 01/10/2023
SÃO BRÁS DE ALPORTEL

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

Que descanse em paz.



7 anos de Eterna Saudade
TEOLINDA MENDES DE SOUSA VIEGAS

30/10/2016 - 30/10/2023

Os seus familiares recordam com muita saudade a sua ente querida pela passagem do 7º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.



5 anos de Eterna Saudade
ALBERTO HORTA

31/10/2018 - 31/10/2023

Sua Esposa, Filha, genro e restantes familiares recordam com saudade este seu ente querido pela passagem do 5º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.



Agência Funerária
Rosa & Rosa

E-mail: agrosarosa@sapo.pt

Telef. 289 842 237 • Telm. 969 032 750

Rua João de Deus, 12/14

8150-152 São Brás de Alportel

EXCLUSIVO



COMUNICADO GDC MACHADOS

Dário Rosa, Presidente do GDC Machados, esclarece situação do futsal feminino

"Infelizmente damos conhecimento a todos os sócios, adeptos e apoiantes que o GDC Machados, não contará com equipa de Futsal Sénior Feminina em competição esta temporada uma vez que, apesar de todos os esforços por parte da Direção, não se conseguiram reunir as condições necessárias para inscrição na época 23/24 e para que este projeto continuasse a representar o clube e a região, da melhor maneira possível.

Sendo desde há muitos anos a única equipa a nível do futsal feminino que se mantinha a competir ininterruptamente nas provas da AFA, contando com 23 épocas consecutivas desde a criação da equipa Senior Feminina, fruto de muito esforço, dedicação e empenho de todos quanto por aqui passaram.

Embora esta tenha sido uma decisão extremamente difícil de tomar, foi de todo impossível garantir uma época estável e digna tanto para o clube como para com as jogadoras que se haviam comprometido.

Sabendo de antemão que muito do que se desenvolve a nível do associativismo, a nível distrital e sobretudo a nível feminino tem por base muito da carolice dos que aqui andam, do gosto pela modalidade e pelo respeito ao clube, resta-nos por agora agradecer a todas as atletas, treinadores e patrocinadores que criaram, passaram, mantiveram e fizeram parte de mais de duas décadas de história a nível do Futsal Algarvio e mais recentemente nos últimos anos a nível Nacional.

Neste momento é altura de organizar e procurar estruturar de novo a "casa" tentando começar pelo princípio e por uma base que possa vir a ser sólida."



ENTREVISTA

Ao dia 12 de setembro foi anunciado nas redes sociais que não iria haver equipa de futsal sénior feminina. O que aconteceu para não competirem este ano?

Este ano houve sempre a incerteza se éramos convidados para o Nacional ou não, o que se veio a verificar, no final do mês de agosto, ou seja, tivemos alguma dificuldade em planear a época devido a essa incerteza. Porque para fazer parte do Nacional temos que ter um treinador de Futsal nível II e não há muitos.

Quando fomos convidados para integrar o Campeonato Nacional tentámos resolver a situação, procurar um treinador, contactámos mais de 30! Não estou a exagerar... é a verdade. Todos recusaram, por motivos pessoais ou profissionais, outros porque não queriam andar a fazer jogos a longa distância.

Conseguimos, entretanto, arranjar uma treinadora, muito perto da hora que depois veio a rejeitar o projeto, depois de se ver com falta de jogadoras, isto porque, havia jogadoras que não queriam ir para o Nacional nem estar sujeitas a toda a logística que o nacional tem.

Resumindo, não tínhamos condições para competir. Não tínhamos treinador nem jogadoras para de quinze em quinze dias fazer jogos acima de Lisboa.

Já o ano passado não foi fácil de continuar. Terminámos o campeonato com 9 jogadores e só 1 é que era de São Brás.

Ao fim de 23 anos, é a primeira vez que não vão competir?

Sim, é isso...

Como Presidente qual é a sensação de ver esse objetivo desfeito?

Foi uma decisão tomada em conjunto, mas sinto-me desmotivado. Ninguém estava à espera disto, é muito difícil hoje em dia praticar desporto e ter condições. Falta também pessoal que pela carolice ajudem as associações. Tem que haver uma grande envolvimento dos sócios, direção, autarquia e nem sempre há.

Agora, vamos pensar no futuro...

Que atividades continuam de pé no clube?

Atualmente, temos as Charolas, o Encontro de Ciclomotores, o Encontro de Poetas, a Festa de Verão e em termos desportivos temos a Petanca. Nem futebol podemos fazer pelo problema com o campo.

Se tivéssemos outra infraestrutura gostava de reativar o futebol porque foi assim que começámos, mas é muito difícil ter receita suficiente e fazer renascer esta modalidade.

Qual é o balanço que fazes como Presidente do teu mandato?

Eu só tomei posse em abril, sinto-me igual, mas com mais responsabilidade, eu já vivia o clube ainda antes dele ter sido fundado. Comecei aqui aos 13 anos a jogar à bola num terreno lavrado com

balizas de pau e a partir daí foi tudo evoluindo.

Fui assistindo à minha família a fazer parte do clube, inclusive, o meu pai que dedicou tudo a esta casa.

Faço um balanço positivo, temos estado a reestruturar a casa, a parte negativa foi mesmo ter acabado com o futsal feminino, mas vamos continuar a trabalhar arduamente para tentar ter condições e voltar assim que possível.



Ana Neves
Consultora Imobiliária



AMI 19137



(+351) 914 179 967
aneves.realestate@gmail.com

JVB ALUMÍNIOS

T. 911 064 266 | joavitorbarros.aluminios@outlook.com

EM FOCO

OTÍLIA CLARA NEVES: A MESTRIA E ARTE DA COSTURA

“(...)O Desfile dos Vestidos de Chita era um dos eventos mais importantes em São Brás de Alportel, eram noites imperdíveis no Quartel dos Bombeiros”

Mestre de Corte e Costura, Otília Clara Neves, aos 89 anos, é uma sambrasense dotada de talento, um espírito irreverente, conta ter sido aventureira toda a vida, afirma não ter medo de nada, desde jovem que se habituou a viajar pelo mundo, uma das suas paixões que partilhou com o amor da sua vida, o saudoso Sr. José Gabriel Clara Neves. O seu perfeccionismo a costurar fizeram de Otília uma das costureiras mais solicitadas da nossa vila, realizando todo o tipo de costura, recorda os vestidos de noiva, as magníficas noites no Quartel dos Bombeiros a ver os seus vestidos de Chita desfilar, para si, os mais desafiadores.

A dois meses de fazer a bonita idade de 90 anos conta-nos que ainda gostava de atravessar o mundo e visitar a sua irmã de 95 anos que vive na Argentina e as saudades que tem do seu esposo a quem carinhosamente chamava “menino”.

ENTREVISTA

O Ofício de Costureira foi um dos trabalhos femininos mais seguidos no século XIX. Foi um processo natural para si aprender a costurar?

Eu frequentei a Escola na Barreira dos Porcos, até à 4ª classe, quando terminei os estudos, fui para aprendiz de costura. Era o normal para as raparigas da minha idade. Andei a aprender costura aqui no Largo S. Sebastião ao lado da Farmácia. Fiz também o curso de corte para poder fazer peças sozinha.

Apesar de ser uma profissão quase exigida a todas as raparigas da altura, foi uma profissão que gostou?

Eu adorei aprender a costurar e mais tarde a ensinar também! Trabalhei durante muitos anos como costureira e mestre de costura. Mais tarde é que decidi pensar no meu futuro e na minha reforma e seguir os passos da minha mãe e entrar para a Câmara Municipal.

Fui telefonista, recordo os tempos com a Fátima Horta, em que íamos todos os domingos hastear a bandeira.

Ainda a trabalhar na Câmara ia fazendo alguns trabalhos de costura que me pediam. Nunca consegui deixar totalmente a costura.

Que peças recorda com mais saudade de fazer?

Eu fiz todo o tipo de qualidade de costura, tive tantos pedidos, não dava conta! Vestidos de casamento, os famosos Vestidos de Chita, fatos completos para figuras da alta sociedade da nossa vila.

Sou muito perfeccionista. Se tivesse a fazer uma peça e algo não tivesse bem, fazia tudo de novo. As minhas peças tinham que ficar perfeitas. Passei muitas noites em claro, tantas vésperas de Natal a preparar os últimos fatos. A Páscoa também era uma altura muito concorrida.

E o que tinham de especial os vestidos de chita?

O Desfile dos Vestidos de Chita era um dos eventos mais importantes em São Brás de Alportel, eram noites imperdíveis no Quartel dos Bombeiros, ficávamos de ano para ano a pensar que vestido íamos

desenhar e produzir. E à procura da chita porque é um tecido que não é fácil de encontrar. Eu engomava com os vestidos com um spray e passava a ferro para ficar armado.

Particpei muitas vezes com os vestidos que a minha Marina desfilava. Alcançámos muitas vezes o pódio, ganhando o 1º lugar.

E quando é que surge o amor na sua vida?

O amor já surge um bocadinho mais tarde, para a altura, já foi um casamento tardio! Eu e o José Gabriel, o meu menino, eramos amigos, íamos aos bailes juntos, tantas idas à Verbena, à Sociedade, aqui às matinés do Clube (ainda não era União!), fazíamos também os mastros de antigamente, até que acabou por surgir um pedido de casamento. Aceitei e ao dia 26 de dezembro de 1971 trocávamos juras de amor. E foi uma vida maravilhosa a seu lado.

Casámos na Capela da Pousada, foi tudo muito bonito, infelizmente, não há fotografias desse dia porque como era depois do natal, não estava ninguém disponível. Mas posso garantir que íamos muito bonitos. Casei com um vestido de noiva feito por mim, cor creme, muito elegante.

Porque é que diz que casar com o José Gabriel foi uma maravilha?

Porque o meu menino foi um companheiro excepcional. Nós tratávamo-nos sempre assim, por menino ou menina, raramente era pelo nome. E foi assim até ao último dia da vida dele.

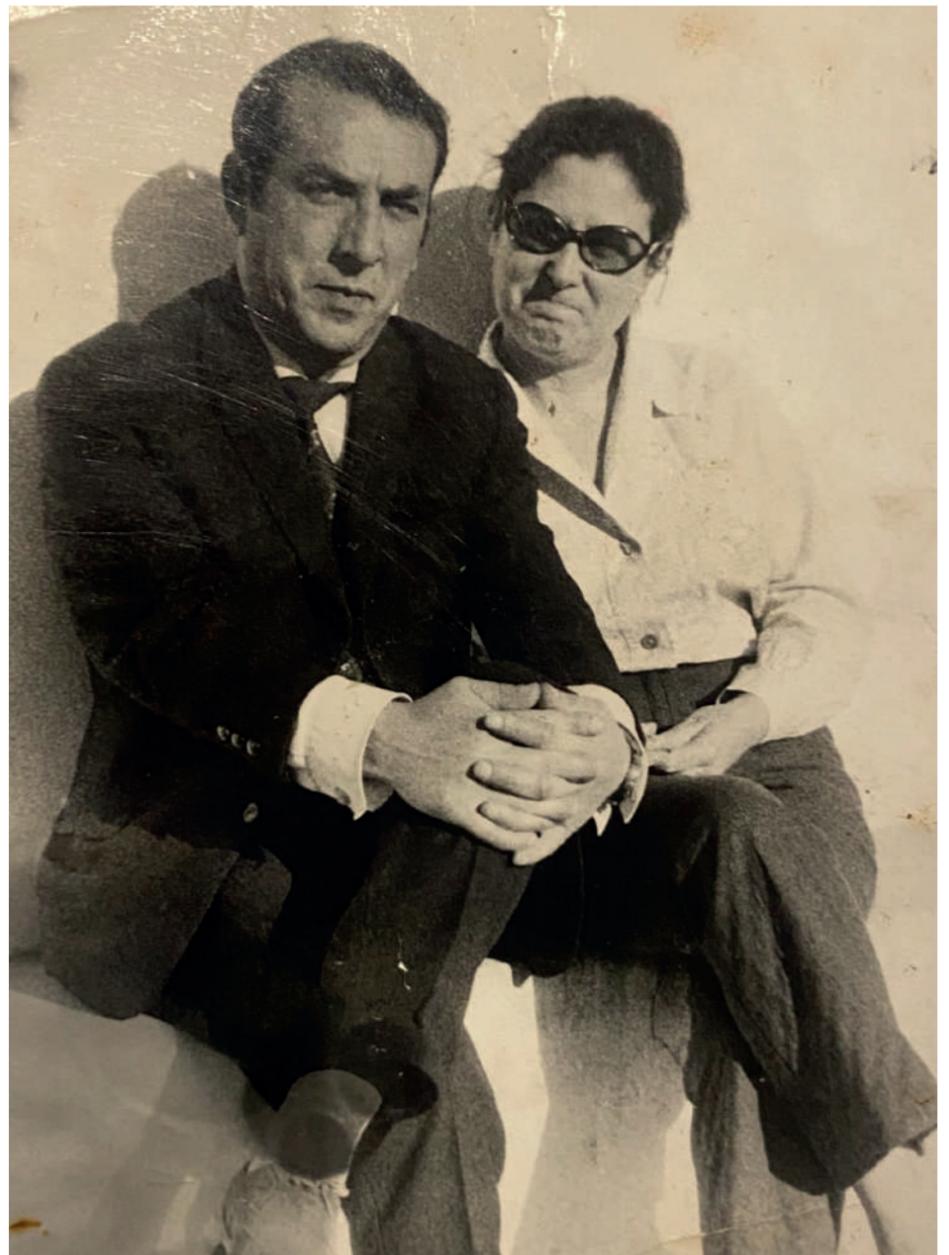
Não tenho uma queixa, tudo o que eu dizia ele alinhava. Percorremos o mundo. Fomos felizes, aproveitámos bem a vida. Eu desafiava-o para as excursões e ele só dizia: queres ir? Vamos!

Fizemos muitas viagens juntos, conhecemos o mundo, íamos fazer 50 anos de casados em 2021, mas infelizmente, três anos antes perdi-o, ao dia 11 de maio de 2018 após largos meses a sofrer com Parkinson.

Foi muito difícil de lidar com a sua perda, cuidei dele até ao fim. Faz-me muita falta.

Como é que descreveria o seu esposo?

Era uma pessoa sempre bem-disposta,



EM FOCO + LOCAL

gostava de ajudar os outros, fez parte dos Bombeiros Voluntários de S. Brás de Alportel e adorava estar na Santa Casa da Misericórdia, pediu, inclusive, para ir para lá passar o tempo durante o dia até que acabou por ficar lá a tempo inteiro já perto do seu falecimento.

Foi um homem que se destacou pela sua vontade em ajudar a vila, desempenhou funções enquanto autarca e membro do associativismo local.

Teve o cargo de Presidente da Junta de Freguesia nos anos 80, mais tarde, foi membro da Assembleia Municipal e ainda vogal.

A nível profissional, o José Gabriel foi Tesoureiro no serviço das Finanças até à idade da reforma.

Adorava música tradicional, chegou a fazer parte do Grupo Cante Andarilho, também participava em pequenas peças de teatro ou declamações e ainda fez parte da Recriação Histórica S.Brás de Alportel.

Um marido exemplar, nunca metia em causa das minhas decisões, sempre respeitou o tempo que passava a trabalhar

e a costurar.

Aos 89 anos o que é que ainda gostava de fazer?

Ir visitar a minha irmã à Argentina! Há muitos sambrasenses emigrados e famílias a residir em Comodoro.

Já lá fui três vezes e a primeira vez fui sozinha. Não tive medo nenhum. Fiz mais de 20 horas de voo, fiz várias escalas. Sempre fui aventureira. Adorei conhecer o mundo.

E gostava de ver mais jovens interessarem-se pela costura, tenho pena, não vejo ninguém com vontade de aprender a costurar e qualquer dia perde-se este ofício.

Tenho aqui o meu dedal para lhe mostrar, é um especial! Não tem cabeça, é só para proteger os dedos de lado, habituei-me a trabalhar assim, ainda costuro, pequenas peças para a minha filha e neta. Mas se eu quisesse ainda trabalhava, ainda tenho pessoas a procurar o meu trabalho!



LOCAL

A tradição do Alentejo em São Brás de Alportel

Um feliz evento inteiramente dedicado ao Alentejo e que foi realizado pela Junta de Freguesia de São Brás de Alportel no passado dia 16 de setembro, no Museu do Traje.

Com abertura do certame pelas 18 horas e de entrada gratuita, este foi um evento para todas as idades, onde os visitantes tiveram a oportunidade de degustar pratos típicos do Alentejo, encontrar produtos e artesanato variados e ainda assistir a um maravilhoso espetáculo, com a atuação de três grupos distintos.

“Noite do Alentejo”, um evento especial que contou com o apoio da Câmara Municipal, do Museu do Trajo, do Rancho Típico Sambrasense, do Grupo Cul-

tural e Desportivo do Peral, da Confraria Gastronómica da Serra do Caldeirão e da Confraria Gastronómica do Alentejo.

Um agradecimento aos Grupos musicais participantes, Canteábras, Beira Serra e Allcante foi uma noite memorável.

E como nunca é demais agradecer, aqui fica, mais uma vez o nosso MUITO OBRIGADO A TODOS OS PARTICIPANTES, APOIANTES E VISITANTES!

Créditos Informativos : Junta Freguesia
Créditos Imagem: Anabela Eusébio.



Maria da Luz Pinto, pianista e compositora musical



Falar da minha falecida mãe “Luzinha Pinto”, isto é, Maria da Luz Brito Pinto, não é tarefa fácil.

Maria da Luz Brito Pinto conheceu o meu falecido pai, Joaquim Mendes Pinto Júnior, quando este regressou da 1ª Guerra Mundial, na França, pois este foi mobilizado e o regresso foi em 1918. Casaram em 1920 na Igreja de S. Pedro em Faro.

A minha saudosa mãe ainda muito jovem foi estudar para Faro, frequentou um Colégio Interno de Freiras, já cidade de Faro, estudando aulas de piano.

Era natural de S. Brás de Alportel e Joaquim Mendes Pinto Júnior era natural de Santa Bárbara de Nexe. Foram morar em 1930 para a antiga aldeia Galega do Ribatejo, hoje, Montijo.

“Luzinha Pinto” como era mais conhe-

cida aqui na vila de S. Brás de Alportel, compôs várias músicas, tais como “Recordações do Meu Algarve”, “Corridinho Cabo de S. Vicente”, “Rapsódia Algarvia” e a Marcha “Viva o Benfica” estando todas elas registadas na Sociedade Portuguesa de Autores.

Nasceu ao dia 24 de abril de 1901 e faleceu a 10 de março de 1981, aos 79 anos, perto de fazer os 80.

Com consideração,
O filho.

Joaquim José Luz Pinto

LOCAL

RECORDAR O PASSADO: *Joaquim Alcarias, um homem influente*

Joaquim Dias Rodrigues, mais conhecido por Joaquim “Alcarias”, foi um nome influente durante vários anos em São Brás de Alportel, o mundo da tabaqueira e a sua participação ativa na vida da vila foi o que mais marcou a história deste sambrasense.

Situada no Largo S. Sebastião, a tabacaria “Alcarias”, tinha as marcas de tabaco mais consumidas nas décadas de 60 a 80, um estabelecimento multifacetado com predomínio aparente de mercearia (mas vendia de tudo!).

José de Brito Martins, vulgo “Zé Barroca”, era o encarregue pelo transporte de tabaco entre as duas tabacarias existentes na altura, a Alcarias e a Tabacaria da família Belchior que representavam a Companhia Portuguesa de Tabacos, denominada INTAR (no início da década de 1970); a Companhia Portuguesa de Fósforos e a Fosforeira de Espinho.

A amizade e boa relação com a família Belchior mantém-se até aos dias de hoje, tendo esta homenagem sido feita com a imprescindível ajuda do Dr. Belchior.

Joaquim Alcarias foi um dos membros fundadores da Sociedade Empresa Unidos LDA, responsável pela inauguração do Cine Teatro há 71 anos atrás, contribuindo sempre para o desenvolvimento cultural do concelho.

Também a nível político teve a sua participação, tendo presidido à Junta de Freguesia de 1967 a 1971 e era pessoa influente na Santa Casa da Misericórdia.

Em 1991, aos 79 anos, a um mês de fazer os 80, acabou por falecer, após um acidente de bicicleta, do qual a sua saúde nunca mais recuperou.

Esta homenagem foi realizada com o testemunho de Maria Salomé Engrácia Dias Rodrigues (filha) que manteve a tabacaria Alcarias aberta até há poucos anos atrás e que continua a ser um local de eleição para todos os visitantes à nossa terra que consideram esta antiga loja como um autêntico museu vivo.

E ainda com a contribuição do Dr. Belchior com o seu testemunho, documentação e informação.

ENTREVISTA:
MARIA SALOMÉ ENGRÁCIA
Testemunho da filha “Menina Salomé”

O que recorda com mais saudade do seu pai? Como é que ele era em termos de personalidade?

Era uma pessoa compreensiva, bondosa, bem-disposta, muito dada aos outros. Toda a gente o conhecia.

Posso dizer que era um pai excepcional, passei a minha vida com os meus pais, inclusive, aqui nesta loja onde hoje nos encontramos.

Quais são as suas memórias de infância?

As minhas memórias são aqui, este espaço, foi arranjado em 1952, foi um pouco de tudo, mercearia, tabacaria, perfumaria, livraria, o meu pai também tinha armazém de revenda de tabaco e mercearias.

Havia mais tabacarias na altura em que a vossa abriu?

Sim, havia a nossa tabacaria e a do pai do Dr. Belchior, eram muito amigos, o pai dele vendia uma marca ou duas de tabaco

e o meu pai vendia as outras, como eram amigos, havia uma troca que beneficiava todos.

É verdade que José de Brito Martins (conhecido por Zé Barroca) trabalhava convosco? Como o recorda?

Sim, sim! Para nós, era o Zé da Boina, mas toda a gente o conhecia por Zé Barroca. Ele ajudava no que podia, fazia recados, mas ele estava quase sempre doente.

Lembro-me que quase ninguém o fazia entrar num carro, mas o meu pai conseguiu. Mas depois fugiu. Não gostava de estar fechado.

Era comum vê-lo a transportar num carro de empurrar, de duas rodas, que estava sempre, dia e noite, junto ao passeio, na Avenida, onde havia o armazém e quinta onde se guardavam variadíssimos produtos.

Quando as trocas eram pequenas, e se faziam pequenos acertos, o “Zé Barroca” transportava às costas o tabaco ou fósforos numa saca de abono (saca agrícola).

O seu pai era uma pessoa influente em São Brás de Alportel. Chegou a ser Presidente da Junta de Freguesia.

Que memórias tem dessa convivência com outras personalidades sambrasenses?

Sim, o meu pai dava-se com muita gente, foi humilde a vida toda, mas recordo alguns nomes que se reuniam aqui perto da nossa janela, cada um tinha a sua cadeira, havia sempre alegria.

Estes encontros de amigos eram chamados, em brincadeira, de “Assembleia da República”, onde participava juntamente com o meu pai, o Dr. Basílio, o Dr. Porto (pai), o Sr. Matias, o Sr. Brito, o Dr. Evaristo Sousa Gago, todos tinham o seu lugar perto do postigo, onde apreciavam quem passava e falavam da vida sempre com alegria.

ENTREVISTA:
DR. JOSÉ BELCHIOR
Amigo da família

Era amigo próximo da família. O que recorda de Joaquim Alcarias?

O Senhor Joaquim, como eu o tratava, ocupava-se com escrita e contas ao canto do balcão virado para a Avenida, sentado num banco de madeira sem recosto. Recebiam-me sempre com muita simpatia. Foi

meu fiador quando pedi uma bolsa de estudo a pagar quando terminasse o curso de Medicina. O que não veio a acontecer pois o 25 de Abril perdoou a dívida. Deu-me muito jeito essa bolsa!

A família era muito religiosa e muito ligada à Igreja. Certa vez que fui com eles à praia de Quarteira, durante o trajeto rezava-se o terço - interrompido por outro assunto - retomou-se de novo, com uma expressão do Sr. Joaquim, para mim inesquecível, tanto quanto desadequada - “Vamos lá voltar ao fado!”

Como é que era o dia-a-dia de Joaquim Alcarias?

Era um homem muito ativo, recordo que se deslocava com frequência às Repartições Públicas de bicicleta a pedal.

Escolhia os filmes a exibir no Cine Teatro como sócio da Empresa Unidos Lda., dos mais ativos, talvez devido à proximidade.

Foi uma figura importante na vida política, Presidiu à Junta de Freguesia de 1967 a 1971 e foi também uma pessoa influente na Santa Casa da Misericórdia.

LOCAL

PROMETO VIVER: espetáculo emocionante e único em prol da inclusão

“Prometo Viver” regressou ao Teatro das Figuras no passado dia 30 de setembro num espetáculo emocionante e único em prol da inclusão contando com o Alto Patrocínio da Presidência da República e a presença da Secretária de Estado da Inclusão, Ana Sofia Antunes.

Dezenas de artistas subiram a palco, entre eles, os conhecidos artistas, Miguel Gameiro, Jimmy P, Íris, António Manuel Ribeiro (UHF), Pedro Chagas Freitas, Tozé Santos (Perfume), Mário Augusto (jornalista) e Rita Bulhosa, João Tiago Neto e ArtMusa que aceitaram fazer parte deste espetáculo de cariz solidário que angariou fundos os utentes do Núcleo de Faro da Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral (APPC) e outras famílias.

A associação continua a ter a cultura como ferramenta fundamental para ajudar causas nobres relacionadas com a inclusão.

Nesta edição, os esforços foram revertidos na ajuda a famílias que convivem com situações de paralisia cerebral e precisam de equipamentos essenciais

em prol da dignidade e igualdade de todos, são os objetivos desta nova edição.

Foram vários os momentos imponentes durante a noite do Prometo Viver, entre eles, a atuação dos embaixadores Íris, que apresentaram dois originais nascidos do desafio da primeira edição em parceria com as letras do escritor Pedro Chaga Freitas.

Outro momento bastante emocionante foi a atuação de Jimmy P com um coro de crianças sambrasenses, sob coordenação do Professor Ricardo Silva, num momento inesquecível, tocando todos os presentes com a performance da letra “Entre as Estrelas” dedicados a todos os que já partiram.

Era possível ainda a visita a uma exposição de pintura coletiva de arte inclusiva revelaram a perseverança, a sensibilidade e o talento ultrapassam as limitações da paralisia cerebral.

Uma exposição com trabalhos dos utentes da APPC Faro e do jovem artista sambrasense José Eduardo Coelho, que representa o Espaço Inclusão de São Brás de Alportel.



Orçamento Participativo 2024

São Brás de Alportel

Mais participação! Mais democracia!
Para continuar a desenvolver São Brás de Alportel e a promover bem-estar e qualidade de vida de todos os são-brasenses é fundamental uma gestão autárquica rigorosa e equilibrada!
Em cada ano a elaboração do Orçamento Municipal é um exercício de planeamento da maior importância! Desde 2006, através do Orçamento Participativo, convidamos a comunidade a participar deste exercício de gestão participada!

Queremos continuar a contar consigo!
E para o Orçamento Municipal de 2024 trazemos-lhe um desafio: **70.000€ para dar futuro à sua ideia!**

De 16 de outubro a 10 de novembro
Apresentação das suas ideias/propostas de investimento

Até final da 1ª quinzena de Novembro
Avaliação técnica das propostas

2.ª Quinzena de Novembro
Votação das propostas selecionadas

Dezembro: Apresentação da proposta vencedora, a incluir no Orçamento 2024

As suas ideias são Futuro!
Envie-nos a sua proposta de investimento, com pequena descrição e estimativa de orçamento nos formulários de participação, que pode encontrar na Câmara Municipal e serviços municipais ou no sítio do município em www.cm-sbras.pt
Pode também enviar por email: orcamento.participativo@cm-sbras.pt

MERCADO MUNICIPAL

de São Brás de Alportel

De confiança!

A pensar em si!
Agora também estamos abertos nas tardes de quinta-feira: 17h > 20h!

Temos sempre os produtos mais frescos para a sua mesa!

HORÁRIO
de funcionamento
2ª feira > sábado: 08h00 > 13h00
5ª feira à tarde: 17h00 > 20h00
encerrado aos domingos

www.cm-sbras.pt
mercado@cm-sbras.pt

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.

PROJETOS E NEGÓCIOS

VIA VERDE PARA O DESENVOLVIMENTO...SÃO BRÁS DE ALPORTEL ON ADRIANA AGOSTINHO - MARIA DAS FLORES – FLOWER BOUTIQUE

É na rua João de Deus nº 1, que encontramos a bonita loja “Maria das Flores”, que nos desperta os sentidos com lindos arranjos, cores e aromas, resultado da arte e bom gosto da jovem são-brasense Adriana Agostinho, que temos o prazer de vos dar a conhecer este mês.

Mais um projeto que floresceu de ideias em plena pandemia, “Maria das Flores – Flower Boutique deu os primeiros passos na altura do confinamento em que comecei a pensar seriamente sobre abrir um negócio na área das flores e fui desenvolvendo esta ideia, assim como os moldes em que o faria.”

Adriana Agostinho tem 34 anos e um gosto muito especial pela natureza, plantas e decoração, que aliado à vontade de ter um negócio próprio lhe permitiu começar a investir em plantas e em formações na área. “O sonho de ter um projeto meu sempre me acompanhou ao longo dos anos e agora com a certeza do caminho que queria seguir, foi pôr as mãos na massa e iniciar o percurso.”

Este negócio que não envolve apenas a venda de uma simples flor, mas passa por todo um “know-how”, conhecimento da arte floral, “a Maria das Flores é uma loja de flores, frescas, secas e preservadas, onde também podem encontrar uma vasta oferta de plantas ornamentais, artigos de decoração, tais como vasos, jarras e cestas. Outros dos serviços a que nos dedicamos é a decoração floral de espaços e eventos, de todo os géneros, como por exemplo casamentos, batizados, eventos corporativos e privados. Quem nos visita também pode encontrar alguns bouquets de flores secas e preservadas, e jarras com arranjos florais prontas a levar e a disfrutar. Gostamos de receber os nossos clientes como gostaríamos nós próprios de ser recebidos.”

Desafios? Adriana não esconde que no início, houve alguns desafios que fazem parte do percurso de empreender...“A procura do espaço físico foi algo moroso, ainda assim, as maiores dificuldades foram a nível financeiro, pois tive de tomar algumas decisões pessoais de forma a ter a oportunidade de criar o projeto, e internamente, no que toca a seguir em frente sem receios. O medo pode paralisar-nos e é algo com que me debati bastante.”

Hoje, com um ano de casa aberta, vê o seu esforço ser recompensado e muito apreciado por quem recorre aos seus

serviços e não resiste a passar naquele cantinho bastante mimoso! “Tem mudado e tenho a certeza que vai continuar a mudar a minha vida! Sinto-me mais vezes cansada, tenho menos tempo disponível para lazer, no entanto, sinto-me muito mais feliz, e orgulhosa de mim própria. Os meus dias são mais preenchidos no real sentido da palavra, porque estou a fazer algo que me dá um gozo enorme ao criar e sentir a evolução do meu trabalho.”

Para o futuro? A ideia é “continuar o seu crescimento e já com alguma ajuda diariamente em loja. Também pretendo expandir a nossa rede de parcerias, sempre com projetos com os quais nos identificamos. Neste momento, não tenho quaisquer apoios. Tenho alguns parceiros com quem trabalho, como empresas de casamentos “Wedding Planners” (William Burret e Essência Eventos), uma empresa ConceptStore (L’Annexe) na qual tenho alguns bouquets de flores secas e preservadas expostos.”

Sobre momentos que ficaram guardados na memória, Adriana recorda: “Recordo-me de uma cliente para a qual fiz um arranjo floral para a Páscoa e passado uns meses esteve novamente na loja, feliz, porque tinha gostado bastante do arranjo e este tinha-lhe durado muito tempo. No final de estar um bocadinho na loja a conversarmos, em despedida, abraçou-me. Estes pequenos gestos são gratificantes, sinto que o cliente é bem-recebido e sente isso!”

Que conselho daria a alguém que quer ser empreendedor?

“Pensar seriamente na sua ideia, estudar o seu nicho de negócio, dedicar-se e acreditar em si próprio. Seguir em frente sempre com os “pés assentes na terra” e trabalhar muito.”

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

Para Adriana, sem dúvida! “Temos uma comunidade cada vez maior e mais exigente. A oferta é mais variada atualmente em São Brás e isso faz com que haja mais vontade de passar tempo e consumir localmente.”



CONHEÇA MELHOR O PROJETOS | Maria das Flores – Flower Boutique

Email: mariadasflores.sba@gmail.com

Telefone: 927 792 104

Facebook: Maria das Flores

Instagram: mariadasflorespt

Textos: Joana Revez – Espaço Jovem / Marlene Guerreiro [coordenação]

Caso deseje participar nesta iniciativa, contacte-nos: 289 840 019 | jovem@cm-sbras.pt

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. Pode ler mensalmente esta rubrica em ambos os jornais locais, no sítio do município em www.cm-sbras.pt e nas redes sociais.

ÁGUA é VIDA
Não a desperdice



PROJETOS E NEGÓCIOS

BREVES

NEGÓCIOS & PROJETOS IN SÃO BRÁS DE ALPORTEL

SHE- CENTRO DE ESTÉTICA

Ao dia 14 de setembro, na Rua Bernardo Rodrigues de Passos, no número 15, o She - Centro de Estética, ganhava uma nova vida com a inauguração tão esperada após um conturbado início durante as obras tal como Sónia André contou ao Sambrasense no passado mês de setembro.

Sónia André, a gerente e alma do She, convidou toda a comunidade a estar presente neste dia tão especial que contou ainda com o momento musical de ArtMusa e de Charlie Spot para animar o convívio.

Parabéns Sónia pela tua resiliência! Votos de muito sucesso.



SUL OFFICE- CENTRO DE CÓPIAS E PRODUÇÃO

Tiago Nascimento, é um jovem empresário criativo e com ideias futuristas, com um papel especial na responsabilidade social tem vindo a demonstrar a sua capacidade e progresso no empreendedorismo local.

No passado dia 2 de outubro abriu outro sonho. Após a loja informática e a papelaria surge agora o Centro de Cópias e Produção.

Este novo desafio traz para a nossa comunidade mais uma possibilidade de produzir os seus produtos personalizados, seja t-shirts, lonas, vinis, equipamentos, brindes e muito mais! Pode encontrar aqui a sua solução para as suas ambições gráficas.

Parabéns Sul Office e toda a equipa por continuarem a inovar, mantendo o espírito solidário que tanto vos caracteriza e enaltece!



SAMPAIO MOTORES

Inaugurou ao dia 5 de outubro, a nova loja oficial da marca Stihl, no final da Avenida da Liberdade, junto à rotunda do 100, Sampaio Motores de José Sampaio.

A Stihl é uma marca alemã conhecida a nível mundial pelos produtos de qualidade desde motosserras, aparadores, sopradores e muitos mais equipamentos!

Muito sucesso!



CK HAIR & BEAUTY STYLISTS

Cláudia Marques celebrou 20 anos de carreira, junto de clientes, amigos e família, no salão CK Hair & Beauty Stylists que há 10 anos atrás acolheu ainda os serviços de Kátia Gaspar e que juntas têm vindo a progredir na área da beleza e bem-estar.

Ao dia 7 de outubro, o salão foi palco para uma tarde de convívio com música, animação, demonstração de trabalhos e produtos, representação da marca Alfaparf e também de muita emoção junto das empreendedoras Cláudia e Kátia bem como das suas funcionárias.

Parabéns às duas empreendedoras pela sua progressão e inovação nesta área que para além de embelezar também empodera outras mulheres.



DESPORTO

2ª Edição Torneio Delfim Madeira terminou com fervorosa final entre UDRS e Quarteira SC



A UDRS realizou nos passados dias 9 e 10 de setembro, bem como, 16 e 17 de setembro, a 2ª Edição do Torneio Delfim Madeira "Seniores" que terminou com uma fervorosa final entre a equipa da casa UDRS e a equipa Quarteira SC que acabou por ser a vencedora após um magnífico jogo de bola de ambas as partes que encantou todos os sócios e simpatizantes.

A nossa equipa mostrou a sua raça e empenho, debatendo-se até ao último minuto, onde após uma falta na zona da grande área acabaria por provocar um penalti contra a UDRS, empatando após o tempo regulamentar.

Seguiu-se o desempate nos penaltis, onde acabámos por ficar em 2º lugar, sendo a equipa Quarteirense a grande vitoriosa.

Durante a tarde, jogou-se para o 3º e 4º lugar, que ficou entregue ao Mentos do Desporto e ao CD Marítimo Olhanense respetivamente. A taça de 3º lugar foi patrocinada pela empresa BSC Projetos e entregue pelo nosso Presidente Bruno Sousa Costa. Já o prémio de 4º lugar teve o patrocínio da empresa sambrasense Estores do Algarve entregue pelo diretor Luís Santos e ainda Fernando António antigo proprietário da empresa, agradecemos também ao atual proprietário João Nunes todo o apoio prestado ao associativismo.

Para entregar o 2º prémio foram chamados ao relvado, o Presidente da Junta de Freguesia, João Rosa, patrocinador oficial, bem como o Presidente da Assembleia da UDRS, Joaquim João, para o prémio mais especial da noite, o da União Sambrasense!

O título de Campeão "2ª Edição Torneio Delfim Madeira" foi então entregue à equipa de Quarteira SC pelas mãos do Presidente da Câmara Municipal, Vitor Guerreiro, contando ainda coma presença especial de Reinaldo Teixeira,

Presidente da AFA, amigo do clube e de Delfim Madeira que quis prestar a sua homenagem ao estar presente.

Após os prémios coletivos, seguiu-se a entrega dos prémios a título individual, com o Prémio de Melhor Guarda Redes a ser entregue por Élio Cavaco, antigo guarda-redes, e patrocinador deste prémio, ao jogador Rafael Chorondo da UDRS que demonstrou grande mérito em todas as suas intervenções e defesas prestadas ao longo do torneio.

O prémio de Melhor Marcador, com patrocínio, do projeto MOSS, foi entregue a mais um jogador da casa, Tiago Cavaco, um nome implacável do nosso plantel que renovou mais uma temporada com a UDRS.

E para terminar, o Prémio de Melhor Jogador, que também ficou para um atleta da casa, Miguel Pires, que regressa após um ano de lesão e tem vindo a demonstrar a sua vontade em voltar a jogar, trabalhando para estar na sua melhor performance.

Este prémio foi entregue por Fábio Miguel, em representação, da empresa Bicho do Mato que tem vindo a fazer parte dos patrocinadores dos últimos eventos da UDRS.

Ainda sobre o torneio dos Juniores, queremos salientar o bom fair play em campo, felicitando, todos os atletas que a título individual recebem os prémios de Melhor Guarda Redes (Lucas Chifa UDRS), Melhor Marcador (Pedro Cabrita GUIA) e Melhor Jogador (Gabriel Jesus UDRS).

À nossa equipa UDRS, que obteve um honroso 2º lugar e ao Farense que alcançou a vitória, o nosso maior aplauso.

Queremos agradecer a todas as equipas participantes, arbitragem, treinadores, sócios e amigos, staff e patrocinadores que foram as peças essenciais para que realizássemos mais um torneio de sucesso no nosso Campo Sousa Uva.

UNião à CONVERSA COM OS SÓCIOS:

11 NOV 2023

DESVENDAR ALCUNHAS E APELIDOS SAMBRASENSES

SÁBADO 15H00

LOCAL: CAMPO SOUSA UVA OU SEDE DO CLUBE (CONFORME CONDIÇÕES METEOROLÓGICAS)

GRÁTIS

JEROPIGA
CASTANHAS ASSADAS

ENTRADA LIVRE PARA TODOS OS SÓCIOS E SIMPATIZANTES

AGENDA DESPORTIVA OUTUBRO

CAMPEONATO

15 DOMINGO - 15-00 MONTENEGRO

22 DOMINGO - 15-00

29 DOMINGO - 15-00 CC TAVIRA

JUNIORES

PATROCINADOR OFICIAL: WAM

APOIO DE: ALGARVE

NOTA: HORÁRIOS SUSCETIVOS A ALTERAÇÕES

AGENDA DESPORTIVA OUTUBRO

CAMPEONATO

08 DOMINGO - 15-00 LOULETANO DC

11 QUARTA - 20-00 TAÇA DO ALGARVE

14 SÁBADO - 18-00

21 SÁBADO - 15-00

28 SÁBADO - 18-00

SENIORES

PATROCINADOR OFICIAL: WAM

APOIO DE: ALGARVE

NOTA: HORÁRIOS SUSCETIVOS A ALTERAÇÕES

DESPORTO + APRESENTAÇÃO: EQUIPA TÉCNICA

Goliaz TT Club Inaugura Centro de Treinos de Excelência em São Brás de Alportel

O dia 23 de setembro foi um dia marcante para o ténis de mesa e para o desporto em geral em São Brás de Alportel e em toda a região do Algarve. Localizado no sítio de Barrabés, no complexo industrial da ECIS (Entrepósito Comercial e Industrial Sambrasense), o Goliaz TT Club inaugurou um espaço de treino ímpar, que promete elevar o nível da modalidade a novos voos.

O evento contou com a presença de várias personalidades tanto do mundo do desporto como da esfera política. Entre os convidados estavam Pedro Moura, Presidente da European Table Tennis Union e da Federação Portuguesa de Ténis de Mesa; Fernando Bitoque, Presidente da Associação de Ténis de Mesa do Algarve; Vítor Guerreiro, Presidente da Câmara Municipal de São Brás de Alportel; e João Rosa, Presidente da Junta de Freguesia. Estiveram ainda presentes diversos atletas e amigos do ténis de mesa.

O novo espaço dispõe de condições excelentes para a prática do ténis de mesa, incluindo uma iluminação de alta qualidade e um piso certificado pela ITTF, autoridade máxima que tutela

este desporto, o que torna o Centro de Treinos Goliaz uma das instalações mais modernas do país.

Eduardo Santos, Presidente do Goliaz TT Club, expressou a sua gratidão a todos os envolvidos na criação deste espaço ímpar. Após agradecer os apoios da Câmara Municipal e da Junta de Freguesia, das Construções Beira Serra e do Entrepósito Comercial e Industrial Sambrasense, fez ainda uma menção especial aos atletas Goliaz, que não só utilizam o espaço para treino, mas também participaram ativamente na sua construção.

SOBRE O GOLIAZ TT CLUB

O Goliaz TT Club nasceu há 4 anos com a missão de desenvolver o ténis de mesa no concelho de São Brás de Alportel e na região, focando-se especialmente na formação de jovens talentos. Paralelamente, o clube nutre um carinho especial pelos entusiastas "menos jovens", que são vistos como peças chave na tapeçaria diversificada e dinâmica que compõe a comunidade do Goliaz TT Club.



APRESENTAÇÃO: EQUIPA TÉCNICA

Equipa Técnica Seniores



CÁTIA HORTA
DIRETORA SENIORES



CARLOS LOPES
TREINADOR PRINCIPAL



ANDRÉ COSTA
TREINADOR ADJUNTO



ANTÓNIO PIRES
TREINADOR GUARDA REDES



FÁBIO MIGUEL
TÉCNICO ASSISTENTE



LEONOR CONDINHO
MASSAGISTA

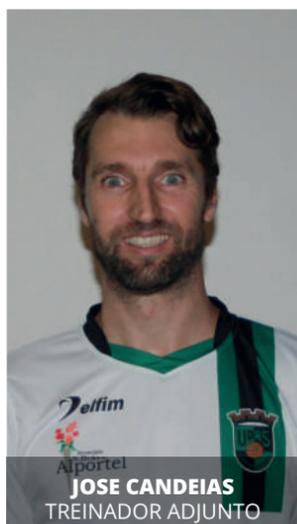
Equipa Técnica Juniores



LUIS SANTOS
DIRETOR JUNIORES



CESAR MARTINS
TREINADOR PRINCIPAL



JOSE CANDEIAS
TREINADOR ADJUNTO



ILIDIO CRISTINA
TREINADOR GUARDA REDES

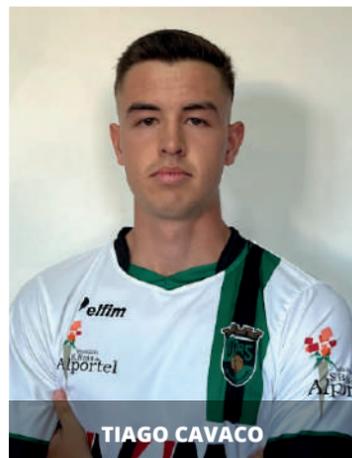
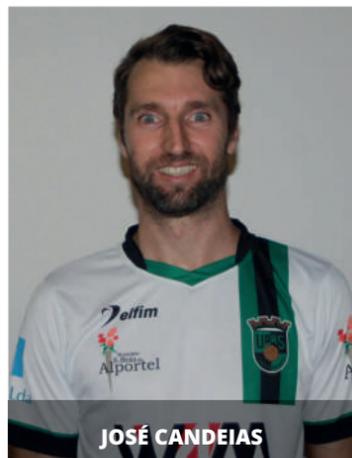
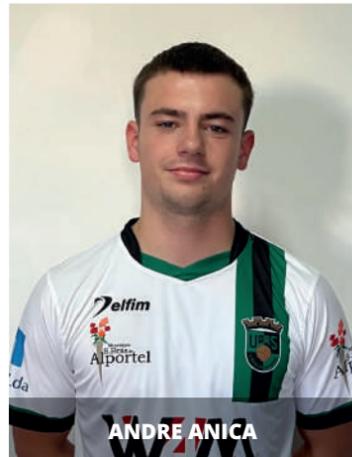


RAUL ABADÉ
TÉCNICO ASSISTENTE

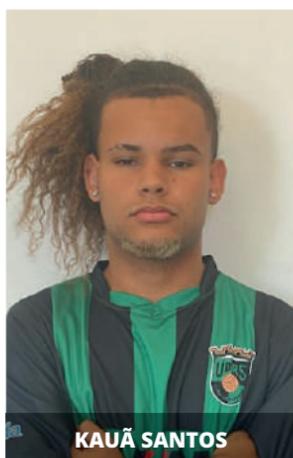
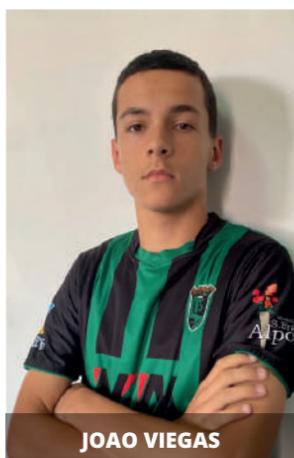


SANDRA CRISTINO
MASSAGISTA

APRESENTAÇÃO: PLANTEL SENIOR



APRESENTAÇÃO: PLANTEL JUNIOR





SEGUIMOS JUNTOS

Esta nova coluna de opinião, escrita a diversas mãos, pretende-se despretensiosa e livre, sobre os mais diversos temas e perspetivas, num desafio partilhado por toda a vasta equipa que se associa ao Projeto autárquico "Seguimos Juntos por São Brás de Alportel" -

MAS AFINAL O QUE É ISSO DA TERAPIA DA FALA?

Estamos a reiniciar a escola e nesta altura muitas das crianças são referenciadas pelos respetivos professores para serem avaliadas/acompanhadas na área da Terapia da Fala.

Uma área relativamente recente, mas da maior importância no desenvolvimento das crianças e no bem-estar de todos. Trazemos por isso este tema às nossas conversas.

Atualmente, já existe apoio de terapia da fala na escola. No entanto, nem sempre é possível abranger todas as crianças. Surge a necessidade de recorrer ao setor público de saúde por existirem ainda listas de espera para atendimento desta população mais jovem, algumas famílias acabam por recorrer ao setor privado, de forma a obterem uma resposta mais rápida e fornecer aos seus educandos um apoio mais rápido também.

Mas não falamos apenas de crianças... Assim, como profissional desta área, posso falar-vos um pouco mais sobre o que é um Terapeuta da Fala, quem pode ajudar e em que pode ajudar.

O Terapeuta da Fala é o profissional de saúde responsável pela prevenção, avaliação, diagnóstico, intervenção e estudo científico das perturbações da comunicação humana. Engloba não só as funções do corpo associadas à compreensão e expressão da linguagem oral e escrita, mas também outras formas de comunicação não-verbal. Pode intervir ao nível

da estética facial, pós-AVC's, paralisias faciais, doenças degenerativas, casos de rouquidão, estalidos ou dor na ATM (articulação temporomandibular, situada junto ao ouvido) entre outras alterações. Este profissional de saúde tem um papel importante também ao nível da deglutição (passagem segura de alimentos e bebidas através da orofaringe), de forma a garantir uma adequada nutrição.

A avaliação e intervenção em Terapia da Fala pode ser realizada em todas as idades, desde os recém-nascidos aos idosos, tendo por objetivo tornar o indivíduo o mais funcional possível, melhorando assim a sua qualidade de vida.

Podem ser muitos e variados os sinais que deixam os pais preocupados e até sem saber a quem recorrer para ajudar os seus filhos.

Apresento-vos então alguns dos sinais de alerta que lhe podem indicar que deve procurar um Terapeuta da Fala:

Sinais de alerta | No caso das crianças se:

- Não reage ao nome ou a sons; Comunica apenas por gestos; Tem 2 anos e ainda não fala; Não consegue dizer determinadas palavras ou sons. Troca alguns sons ao falar; É "sopinha de massa" (distorce os sons); Apresenta dificuldades em comunicar ou compreender o que lhe é dito; Apresenta sinais de gaguez; Está frequentemente rouco; Fala pelo nariz; Não consegue falar de forma clara e organizada;

Apresenta dificuldades ao ler ou ao escrever; Apresenta um vocabulário pobre para a sua idade; Isola-se frequentemente e não interage com as outras crianças; Tem dificuldades em mastigar ou engolir certos alimentos ou engasga-se frequentemente;

Sinais de alerta | No caso dos adultos: O acompanhamento pode ser necessário quando:

- Sente "estalidos" ou dor enquanto mastiga; Está rouco ou apresenta alterações vocais; Tem dificuldade em lembrar-se dos nomes dos objetos; Apresenta uma paralisia facial; Engasga-se com facilidade quando ingere alguns alimentos (ex: água, arroz, ...); Estes são alguns dos sinais/ problemas que podem levar à procura de apoio junto de um Terapeuta da Fala.

Em meio hospitalar (internamento), verifica-se que muitos dos doentes com apoio de Terapia da Fala, apresentam sinais de disfagia. A disfagia é caracterizada por uma dificuldade em engolir, o que significa que demora mais tempo e implica maior esforço para transportar os alimentos da boca até ao estômago, sejam eles líquidos ou sólidos. Nos casos mais graves, a pessoa pode ter impossibilidade em deglutir, sendo necessário recorrer a outras formas de alimentação. Este problema surge devido a alterações nos nervos ou nos músculos, podendo ser dolorosa. É uma dificuldade que ocorre mais em idosos e bebés. Pacientes com

esta dificuldade, podem mesmo correr perigo de vida, caso não sejam acompanhados por um Terapeuta da Fala.

Como profissional, e trabalhando tanto com crianças como com adultos, avaliado e intervindo em diversas patologias, posso afirmar que os últimos anos não têm sido fáceis. Desde que o COVID-19 começou, houve maior dificuldade em intervir nesta área uma vez que a utilização de máscaras impedia as crianças de poderem olhar para os lábios do terapeuta (podendo realizar leitura labial de forma a compreender o que e como estão a ser pronunciadas as palavras). Já no caso dos adultos, tornou-se difícil perceber o que está a ser dito, imitar os exercícios a realizar.

Assim, este profissional pode ter um papel fundamental na vida de uma pessoa ou da família da mesma, sendo que o seu objetivo principal é tornar o paciente o mais funcional possível.

Esteja atento à saúde!



BRUNA SILVÉRIO

Licenciada em Terapia da Fala, com pós-graduação em Motricidade Orofacial e Especializada em Eletrofisiologia. Elemento da lista de candidatos à Câmara Municipal, apresentada pelo PS São Brás nas eleições Autárquicas 2021

SAN
Saúde Integrativa

Há 13 anos a cuidar de si e da sua família.
Obrigado pela confiança.

Áreas clínicas e Serviços

• Psiconeuroimunologia Clínica	• Nutrição Funcional	• Terapia da Fala
• Fisioterapia	• Terapia Ocupacional	• Naturopatia
• Osteopatia	• Osteopatia Pediátrica	• Acupuntura
• Fisioterapia	• Psicologia	• Entre outras.

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

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

vale
Plano de Apoio à Família
Município de São Brás de Alportel

vale educação
Ano Letivo 2023/2024

25€

No âmbito das suas medidas de apoio à família, a Câmara Municipal de São Brás de Alportel apoia a aquisição de material escolar para os alunos do 1.º, 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário.

Vales educação disponíveis a partir de:

21 AGOSTO a 31 OUTUBRO

Gabinete de Apoio à Presidência
Câmara Municipal de São Brás de Alportel

Iniciativa:

Apoio:

POLÍTICA



São Brás de Alportel com uma gestão exemplar redobrada de ano para ano!

Enquanto são-brasenses temos mais um motivo de orgulho pela boa gestão financeira que o nosso executivo municipal tem levado a cabo nos últimos anos.

Como tem sido habitual ao longo da última década, São Brás de Alportel vem mais uma vez em destaque no Anuário Financeiro dos Municípios Portugueses, que 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, nas pessoas do Presidente Vítor Guerreiro, da Vice-Presidente Marlene Guerreiro e dos Vereadores Acácio Martins e David Gonçalves, que têm sido responsáveis por este trabalho exemplar.

O Município de São Brás de Alportel subiu 3 lugares no Ranking Global dos municípios do Distrito de Faro com melhor pontuação global, onde atualmente atingiu o **4º lugar** após no ano de 2021 ter atingido o 7.º lugar em 16.

Em 2022 mantém o **39º lugar** em 308 no índice de Municípios com menor valor no Passivo Exigível referenciados pelo ano de 2022;

Sobe 12 lugares para o **23º lugar**, depois de em 2021 ter estado em 35º lugar de 308 no índice de municípios com melhor índice de dívida total;

Destacamos ainda que São Brás de Alportel subiu para **7º lugar** tendo estado no 25.º lugar em 2021 no ranking global dos municípios de pequena dimensão, integrados na lista dos 100 melhor classificados globalmente.

Esta é mais uma prova incontornável da boa gestão do executivo municipal que ao longo dos anos tem investido em infraestruturais, mas sobretudo em pessoas.

Mais do que números, estes resultados revelam uma aposta muito forte no desenvolvimento do concelho, sempre com a responsabilidade de respeitar uma política interna de contas certas. Enaltecemos a esforço e dedicação dos autarcas do Partido Socialista em São Brás Alportel sobretudo pela proximidade: porque todos estes índices não apenas percentagens ou dígitos, são

peçoas! Vidas que dependem desta gestão rigorosa com sentido de causa pública!

40.ª EDIÇÃO DA FESTA SOCIALISTA MANTEVE A TRADIÇÃO

No passado dia 5 de outubro, realizámos a nossa tradicional Festa Socialista que comemorou este ano a 40ª edição, juntando como sempre militantes e amigos, num grande convívio da família socialista são-brasense, onde todos são sempre bem-vindos.

Durante a manhã, teve lugar, como é já tradição, uma romagem ao cemitério de São Brás de Alportel, para prestarmos homenagem ao grande republicano e fundador do concelho, João Rosa Beatriz, bem como a todos socialistas que já não se encontram entre nós. Uma sentida homenagem que neste dia a nossa concelhia pretende sempre estender a todos os autarcas, militantes e amigos que já partiram.

No Restaurante Zé Dias, numa sala repleta de amigos, prosseguimos o programa de um dia de grandes memórias e com muita emoção, com o tradicional Almoço Convívio de 5 de outubro que há 4 décadas une à mesa a família socialista.

O convívio contou com as intervenções de Ulisses Brito, Presidente da Assembleia Municipal; João Rosa, Presidente da Junta de Freguesia; José Apolinário, uma das figuras de referência do PS na região e no país que desempenha o cargo de Presidente da CCDR-Algarve. A culminar o período de intervenções Marlene Guerreiro, Presidente da Concelhia do PS São Brás de Alportel perspetivou os próximos 2 anos a nível de desafios de gestão e planeamento, reafirmando as grandes prioridades de ação, em prol de um desenvolvimento para todos, com a segurança de que o trabalho realizado até aqui vai fazer colher frutos nesta segunda fase do mandato.

Por último, Vítor Guerreiro, que exerce o cargo de Presidente da Câmara Municipal, deixou uma mensagem de presente e para o futuro, assegurando que o Partido Socialista tem na sua equipa



peçoas de muito valor e com capacidade de honrar o trabalho feito até aqui, desde o tempo do saudoso Dr. José Pires. Vítor Guerreiro revelou depositar toda a sua confiança e convicção na sua Vice-Presidente Marlene Guerreiro, para vir a encabeçar a candidatura autárquica em 2025. É uma pessoa em quem revê competências técnicas e políticas para ocupar o lugar de Presidente da Câmara com determinação, visão e

estratégia respeitando o lema do projeto autárquico "A nossa Missão são as Pessoas".

A prioridade do trabalho dos autarcas eleitos pelo Partido Socialista é desenvolver o concelho, zelando pela qualidade de vida de todos os são-brasenses.

A Concelhia do Partido Socialista de São Brás de Alportel | Outubro 2023



POLÍTICA



JANTAR ANUAL DO PSD DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL: Compromisso renovado e unidade com a comunidade



No passado dia 16 de setembro, o Partido Social Democrata de São Brás de Alportel reuniu os seus militantes, simpatizantes e amigos para celebrar a reentrância política no aguardado Jantar Anual de Convívio.

O evento, realizado no Restaurante Zé Dias, em São Brás de Alportel, contou com a participação notável de diversas figuras políticas proeminentes, reforçando o compromisso contínuo do PSD com a comunidade local e o espírito resiliente que o partido abraça.

O evento reuniu mais de 100 pessoas que compartilharam momentos de união e esperança em relação ao futuro de São Brás de Alportel. A atmosfera acolhedora e amigável que permeou o evento realçou o desejo unânime de colaborar para construir um futuro mais promissor para São Brás de Alportel.

Rui Silva, o Presidente do PSD de São Brás de Alportel, deu início ao Jantar Anual de Convívio com uma mensagem calorosa de boas-vindas. Durante o seu discurso, expressou a sua sincera gratidão pela presença de figuras notáveis, enfatizando o apoio fundamental de Cristóvão Norte e a destacada participação de Mendes Bota. Rui Silva reiterou o compromisso inabalável do PSD com

São Brás de Alportel, delineando uma visão que coloca ênfase no progresso, sustentabilidade e na melhoria da qualidade de vida de São Brás de Alportel. Rui Silva sublinhou a importância da unidade e do envolvimento de todos os cidadãos na construção de um futuro mais promissor para São Brás de Alportel. Tal como há um ano atrás, o líder social democrata reforçou o objetivo do PSD de conquistar as eleições autárquicas em 2025, convocando todos para unirem-se a este projeto.

Silvia Revés, vereadora do PSD na Câmara Municipal de São Brás de Alportel, abordou os desafios políticos que marcaram os últimos dois anos. Para Sílvia Revés, a resiliência tem sido um fator determinante para enfrentar um ambiente político frequentemente caracterizado pela falta de cordialidade e por um apego incansável ao poder, criando a sensação de uma espécie de "Donos Disto Tudo", como se fosse uma dinastia. Sílvia Revés ressaltou a importância de envolvimento ativo dos cidadãos de São Brás de Alportel nesse projeto político e elogiou a qualidade e a força da equipa atual do PSD.

O vereador do PSD, Bruno Sousa Costa, destacou os desafios prementes que o

concelho enfrenta, abordando questões cruciais, como o desperdício de água e a tão aguardada ligação de São Brás de Alportel à A22, uma promessa eleitoral do partido socialista que se estende ao longo das últimas duas décadas. Além disso, Bruno Sousa Costa dedicou atenção ao cenário habitacional em São Brás de Alportel, onde a oferta disponível é limitada e os preços são proibitivamente altos. Bruno Sousa Costa enfatizou a necessidade urgente de uma visão clara e de um compromisso sólido por parte do município para abordar eficazmente essa questão premente. O vereador enfatizou que uma abordagem eficaz requer a revisão do Plano Diretor Municipal (PDM), que se encontra com quase duas décadas de atraso, a fim de possibilitar o desenvolvimento de habitações acessíveis à comunidade local.

Luís Santos, Vice-Presidente da Juventude Social Democrata (JSD) de São Brás de Alportel, abordou os desafios que os jovens enfrentam na política, enfatizando que a idade não deveria ser um fator limitante na participação política, mas sim a "incompetência". Para Luís Santos, os jovens têm o poder de fazer a diferença no presente, aqui e agora, e devem capitalizar em sua irreverência,

criatividade e energia para redefinir o papel da juventude na participação política.

O jantar foi enriquecido ainda pelos discursos inspiradores proferidos pelo Dr. Mendes Bota e por Cristóvão Norte, Presidente do PSD Algarve. As palavras entusiasmaram todos os presentes, reforçando o compromisso inabalável do PSD em servir a população e contribuir para o desenvolvimento não apenas da região, mas de todo o país. Ambos teceram duras críticas ao atual governo socialista, reforçando igualmente a importância do envolvimento da comunidade e da união de esforços para enfrentar os desafios e alcançar um futuro próspero para o país.

O Jantar Anual do PSD de São Brás de Alportel não apenas fortaleceu os laços entre os membros do partido, mas também reafirmou o compromisso duradouro com a comunidade local. A noite foi marcada por um clima de otimismo e solidariedade, enfatizando o compromisso inabalável do PSD em contribuir ativamente para o crescimento e o bem-estar da região, refletindo a determinação do partido em promover um futuro próspero para São Brás de Alportel e seus habitantes.



Faro: R. Ivens, 24-26 8000-364 - Telf 289823270

S. Brás de Alportel: Av. da Liberdade, 43-F 8150-101
- 289841159

opticagraciete@gmail.com



Pacote A-MONOFOCAL aro + lentes a partir de € 39,00
Pacote A-PROGRESSIVO aro + lentes a partir de € 149,00

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

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

preços c/ IVA incluído à taxa em vigor

CONSULTAS DIÁRIAS

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

brasopticasba
@opticasbras@gmail.com

289 845 305
915 768 218

POLÍTICA



O Imobilista Radicalismo Imobiliário

É amplamente evidente que o atual governo tem combinado a reivindicação constante com a mais serena inação. A culpabilização do passado tem sido essencial nesta estratégia, mas o passar do tempo e, sobretudo, a erupção da crise na habitação têm vindo a erodir esta abordagem. Dada a sua rápida e recente deterioração, não existe nenhum culpado passado para os problemas na habitação. Sendo o governo incapaz de assumir responsabilidades, tratou-se de encontrar um culpado presente – os privados e o alojamento local.

Ninguém nega o impacto do turismo na habitação. Temos testemunhado alterações significativas no nosso mercado imobiliário, como o aumento da procura por parte de estrangeiros e o uso de partes crescentes do nosso parque habitacional para atividades turísticas. Mas tem sido precisamente António Costa que tem encorajado o prejudicial investimento estrangeiro na habitação.

O número de alojamentos locais cresceu de forma exponencial em Lisboa durante a governação socialista¹, passando de menos de 500 em 2011 a quase 18 mil em 2018. E recorde-se que foi o governo de José Sócrates que criou o regime fiscal especial para não residentes. Este programa, parte integral da estratégia do PS em atrair nómadas digitais², visava captar estrangeiros qualificados e incluía tributação a taxa fixa especial de 20% de IRS para trabalhadores por

conta de outrem e independentes e de 10% de IRS para pensionistas. Evidentemente, esta borla fiscal³ exacerbou pressões sobre os preços da habitação, e a sua abolição atempada teria contribuído para a resolução da atual crise da habitação. No entanto, o governo preferiu embarcar numa cruzada contra os proprietários do alojamento local em vez de admitir responsabilidade pelas suas próprias políticas. Foi apenas há dias⁴ que o fim deste regime especial foi anunciado – tarde e a más horas.

O que vemos, portanto, é um governo incauto, que se tem recusado a tomar ação necessária em tempo útil, que, muito pelo contrário, contribuiu ativamente para a crise que hoje vivemos, e que vem só agora, pelo arrasto da opinião pública, finalmente fazer qualquer coisinha.

Ora, perante um problema que deve muito à falta de políticas públicas⁵ estruturadas, estratégicas, e a longo-prazo que visem a expansão da oferta, medidas que visam apenas cobertura mediática são ineficazes e indesejáveis.⁶ Se os portugueses, e sobretudo os jovens, precisam hoje de apoio concreto para a habitação, é também essencial limitar a burocracia e instabilidade no domínio imobiliário, reestabelecer confiança no mercado de arrendamento, e sobretudo investir na construção dum maior e melhor parque habitacional público, possibilitando também a expansão do setor imobiliário cooperativo.

Como investir a sério custa, toda esta

estratégia tem estado ausente e o governo vai-se satisfazendo com casas de papel. A execução do PRR na habitação está a 3% (muito abaixo dos valores correspondentes nos Açores ou na Madeira), e mesmo assim o programa contempla menos de 20% dos objetivos do governo.

Quanto ao alojamento estudantil, o governo vai repetindo a mesma promessa ano após ano, e ano após ano não cumpre. Em 2018, anunciou o objetivo de 12 mil novas camas de alojamento para estudantes entre 2019 e 2022. Não só não cumpriu com o objetivo, como falhou em toda a linha⁷, sem qualquer aumento da oferta de alojamento estudantil. Sem vergonha nenhuma, António Costa anunciou em 2022 um aumento de 11 mil camas até 2026 – objetivo que, evidentemente, não pretende cumprir. É claro que, perante este falhanço completo⁸, é conveniente culpar os privados e lançar campanhas mediáticas polémicas.

Os portugueses não se distraem tão facilmente, e exigem soluções sérias. Sem preconceitos ideológicos, importa apoiar os portugueses neste momento de crise através de medidas como um subsídio temporário de arrendamento, a isenção do IMT, ou o apoio aos capitais próprios na compra da primeira casa. São precisamente estas as propostas que têm sido feitas pelo Partido Social Democrata⁹ e pela Juventude Social Democrata¹⁰, e que têm sido chumbadas pelo PS.

Mas importa ir mais longe. O PSD reconhece a expansão da oferta habitacional como fulcral para a solução a longo prazo desta crise, e tem feito múltiplas propostas nesse sentido: acelerar os licenciamentos, reduzir a burocracia, aproveitar os imóveis devolutos, começando pelos dos Estado, e melhorar a execução do PRR no domínio da habitação. O investimento num parque habitacional público deve ser parte da solução, e o PSD orgulha-se do seu contributo histórico na construção do Programa Especial de Realojamento, em 1993, o maior programa de habitação pública em democracia. As propostas do PSD existem e estão disponíveis em www.psd.pt/habitacao.

A solução para a crise que enfrentamos, que afeta sobretudo os jovens e com grande expressão no Algarve¹¹, não passa pelo radicalismo bacoco, que diaboliza os privados para melhor justificar a inação do governo, mas por políticas de bom senso, postas em ação de forma decisiva.



DUARTE AMARO

Membro da CPS do PSD de São Brás de Alportel e Presidente da Mesa do Plenário da JSD de São Brás de Alportel

FONTES

- 1 - <https://poligrafo.sapo.pt/fact-check/alojamento-local-em-lisboa-cresceu-de-menos-de-500-unidades-para-quase-18-mil-em-sete-anos-sob-gestao-do-ps>
- 2 - <https://www.idealista.pt/news/financas/mercado-laboral/2022/11/04/54764-nomadas-digitais-a-aposta-do-governo-para-atrair-sangue-fresco>
- 3 - <https://rr.sapo.pt/artigo/explicador-renascenca/2023/10/03/regime-especial-para-nao-residentes-em-portugal-vai-terminar-que-regime-e-este/349181/>
- 4 - https://eco.sapo.pt/2023/10/02/governo-acaba-com-regime-fiscal-para-residentes-nao-habituais/?doing_wp_cron=1696489054.4070351123809814453125
- 5 - <https://ffms.pt/pt-pt/estudos/o-mercado-imobiliario-em-portugal>
- 6 - <https://ffms.pt/pt-pt/atualmentes/que-solucoes-para-crise-no-imobiliario-em-portugal>
- 7 - <https://poligrafo.sapo.pt/fact-check/sim-governo-prometeu-criar-12-mil-camas-em-residencias-universitarias-entre-2019-e-2022-e-nao-cumpriu>
- 8 - <https://visao.pt/opiniao/ponto-de-vista/lugar-aos-novos/2023-02-16-o-ps-e-a-habitacao-uma-mao-cheia-de-casas-de-papel/>
- 9 - <https://www.psd.pt/sites/default/files/2023-02/Um-Novo-Caminho-para-a-Habitacao.pdf>
- 10 - <https://jsd.pt/noticias/jsd-apresenta-6-propostas-para-habitacao-jovem-no-parlamento-e-quer-acabar-com-entrada-na-compra-da-1a-casa/>
- 11 - <https://www.sulinformacao.pt/2023/09/estudar-onde-nao-consigo-viver-falta-de-habitacao-marca-desfile-do-caloiro/>

"PACHARRA"
Construções Manuel Martins Negrão Júnior Lda.

É bom viver em São Brás

☎ 910 001 809 (chamada para rede móvel nacional) titonegrao@gmail.com

Caring for you. A Cuidar de Si
Serviço de Apoio Domiciliário

OS Nossos Serviços INCLUEM:

- Acompanhamento 24 horas por dia, no domicílio e a consultas;
- Cuidados de higiene, conforto e bem-estar;
- Assistência medicamentosa;
- Higiene habitacional;
- Gestão e confeção de refeições;
- Tratamento de roupa;
- Estimulação cognitiva;
- Cuidados paliativos;
- Enfermagem, fisioterapia e médico ao domicílio;
- Entre outros serviços.

EMPRESA DE CUIDADOS E SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO, LICENCIADA PELA SEGURANÇA SOCIAL E COM SEDE EM SÃO BRÁS DE ALPORTEL

CONTACTOS
www.caringforyou.pt
geral@caringforyou.pt
919001987

Dra. Patrícia Vaqueirinho
Assistente Social e Diretora Técnica

PUBLICIDADES

pão & pão Boutique
S. Brás de Alportel

BC GARDEN
MANUTENÇÃO, CONSTRUÇÃO, PODAR
966 502 371
bcgarden00@gmail.com

TABACARIA ALCARIAS
Tabacco shop
Tabakladen
Bureau de Tabac

Talho Damásio
De: Damásio Martinho Viegas
Comércio e Produção de Gado
S. Brás de Alportel
TEL. 289 842 419 AV. DA LIBERDADE, 76

TALHO JORGE
DE: HORACIO & MADALENA VIEGAS, LDA
MERCADO MUNICIPAL SÃO BRÁS DE ALPORTEL LOJAS 1-4
Cell.: 917287075
Tel./Fax: 289842759
Email: talhojorge@sapo.pt
Facebook: talhojorge.charcutaria

GRELHADOS NO CARVÃO - "FRANGO SEMPRE A SAIR"
ENCOMENDAS PELO
Tel.: 289 845 679
Tlm. 925 663 543
São Brás de Alportel
ABERTO TODOS OS DIAS
11:45 às 14:45
e das
18:30 às 22:00
Brasa Frango
churrasqueira+take-away

DROGARIA GAGO
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!

Eleutéria Pires
Consultora imobiliária
+351 912 576 456
eleuteria.pires@iadportugal.pt
São Brás de Alportel
iadportugal.pt
IAD Portugal S.A. AMI: 11220

O PARAFUSO
Comércio de Ferragens e Ferramentas, Lda.
Somos uma loja de referência, abertos há 30 anos e conhecidos pela disponibilização de uma alargada gama de produtos e com um atendimento personalizado para o cliente.
Venha-nos visitar na Rua Dr. José Dias Sancho, 140 em São Brás de Alportel!
TLM: 963094090 TEL: 289840520
email: oparafusolda@gmail.com
www.facebook.com/oparafuso.lida



ASSISTENTE DE ESCRITÓRIO (F/M) - S.B.Alportel

A IPD é uma empresa com origem no sector dentário, especializada na fabricação e comercialização de COMPONENTES PROTÉSICOS para implantes dentários. Presente em mais de 30 países, conta com uma ampla

variedade de produtos da mais alta qualidade, fornecendo soluções inovadoras, que a converteram no líder mundial na comercialização de componentes de conexões compatíveis. Estamos a recrutar um Assistente de Escritório para São Brás de Alportel.

PROCURAMOS:

- Entrada imediata
- Autonomia e iniciativa
- 10H00 - 19H00, com uma 1h de almoço
- Full-time (2ª a 6ª feira)
- Residência em S.B.Alportel ou arredores

OFERECEMOS:

- Formação continua
- Inserção em equipa jovem e dinâmica
- Possibilidade de crescimento em função do desempenho

DEVERÁ ENVIAR O CV PARA:
suporte@ipd2004.com

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: Bruno Sousa Costa
Chefe de Redacção: Isa Vicente

Redacção: Isa Vicente
Colaboradores/Colunistas: David Mendes, Silvia Revés, Rita Guapo, Alain Guerreiro, Gilmar Brito, Vânia Mendonça, Paulo Bernardo, Celso Brito, Diogo Duarte, Joaquim Mendoza, Bruno Costa, Susana Lourenço, Graça Passos, Sílvia Viegas, Carmen Macedo, Hugo Barros, Marisa Belchior, Henrique Dentinho, Armando Ventura e Gonçalo D. Gomes
Fotografia: Isa Vicente
Design: Stefanie Boucinha
Créditos Capa: Flávio Costa | Captiv8.pro
Triagem Média: 1500 exemplares
Expedição e distribuição: LUSOIBÉRIA e CTT (Assinantes), União Desportiva e Recreativa Sambrasense (Bancas e Postos de Venda)
Redacção e Administração: Tel/fax: 289 841 439
Email: redacao.jornal.osambbrasense@gmail.com
Morada Redacção/Administração: Rua Luís Bivar

Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel

Membro: AIND

Os artigos e notícias publicadas em "O Sambrasense" quando assinados, ainda que por simples iniciais ou pseudónimos - devidamente identificados, são da exclusiva responsabilidade dos seus autores. As opiniões expressas nos artigos ou colunas, não são nem reflectem necessariamente, as opiniões dos responsáveis pelo jornal. Do mesmo modo, não nos consideramos obrigados a publicar os originais que nos enviem sem serem solicitados, salvo nos casos que a Lei de Imprensa o impõe. Mais informamos que não devolvemos os originais que nos enviam 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: 20,00€, para a

Europa: 30,00€ e para o resto do mundo: 40,00€

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

BOA VIDA

Sugestão do Chef Maria Gonçalves

RESTAURANTE HORTA

Maria Gonçalves, tal como muitos portugueses, foi em emigrante em França. Após muitos anos de trabalho, Maria juntamente com o esposo, regressa para Portugal, com o sonho de abrir um restaurante.

Primeiramente, compraram o terreno, onde hoje é o restaurante, iniciando o negócio de estufas para produção agrícola. Mais tarde é que

constroem o restaurante que viria a chamar-se Horta em homenagem às estufas e também ao nome de família.

Decorria o ano de 2000 quando Maria concretiza o seu sonho e abre o restaurante Horta que se mantém aberto até aos dias de hoje e é um dos mais notórios restaurantes do nosso concelho.

A comida caseira e com sabores da nossa gastronomia são a alma da casa e Maria Gonçalves é a grande responsável pelo menu que tanto delicia os clientes.

Fica a sugestão da Chef de cozinha do Restaurante Horta para os nossos leitores.



ENTRADA
Gambas ao alho

INGREDIENTES:

- 10 gambas
- 3 dentes de alho
- Azeite q.b
- Salsa q.b
- Manteiga
- 5 ml Whiskey
- Tabasco (opcional)

PREPARAÇÃO:

- Saltear as gambas com alho e azeite
- Depois das gambas ganharem uma cor, juntar a manteiga e o whiskey. Flambear as gambas.
- Meter um pouco de Tabasco (opção a gosto).
- Servir num prato com salsa.



PRATO PRINCIPAL
Pernil de Porco no forno

INGREDIENTES:

- 2 Cenouras
- 1 cebola
- 4 pernis de porco
- Azeite q.b
- 1 colher Calda de pimentão
- Sal q.b
- Pimenta Branca q.b
- Noz moscada q.b
- 4 alhos
- 1 copo de vinho branco

PREPARAÇÃO E CONFECÇÃO:

- Juntar todos os temperos com o vinho branco e os quatro alhos e barrar sobre os pernis.
- Fazer uma camada com a cenoura e a cebola num tabuleiro.
- Levar ao forno a 180 graus mais ou menos uma hora ou até alourar.
- Levar o conteúdo do tabuleiro para uma panela em lume brando meia hora ou até ficar a carne terrinha.
- Servir com o seu acompanhamento de preferência.



SOBREMESA
Doce à casa

INGREDIENTES:

- 1 lata de leite condensado
- 4 gemas de ovo
- 1 leite (mesma dose do leite condensado)
- 1 pacote de natas ou se preferir as claras batidas em castelo
- 1 pacote de bolacha torrada
- 1 dose de café grande (estilo abatanado)

PREPARAÇÃO E CONFECÇÃO:

- Em lume brando leva-se o leite com as gemas e com o leite condensado até engrossar.
- Deitar o preparado antes de arrefecer na forma pronta a servir.
- Bater as natas ou as claras e reserva-se.
- Demolha-se a bolacha no café e mete-se por cima do primeiro preparado.
- Depois de concluir o passo anterior junta-se as natas por cima ou as claras.
- Triturar algumas bolachas para enfeitar a nossa sobremesa, depois de uma hora no frigorífico está pronta a servir.

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



A FECHAR

ANTÓNIO BOTINAS: a alma de um corticeiro

António Santos Botinas, aos 92 anos, é um sambrasense de gema, com a sua independência e garra de viver, ainda conduz, faz as suas compras do dia-a-dia, a sua caminhada diária e gosta de ir ao café conviver com os amigos.

Conta que nunca teve uma infância normal, pois para ele, o normal seria viver com o pai e a mãe, mas infelizmente, perdeu o pai quando tinha apenas 3 anos de idade. Teve a sorte de ter um tio, irmão da mãe, que vivia na mesma casa e que de alguma maneira representou a figura paterna e o ajudou a criar.

A Escola Primária foi à da Menina Souzinha onde esteve dos 5 aos 8 anos. Até aos 15 anos ajudou sempre a mãe nas horas vagas da escola com as lides do campo. E a partir dessa idade, o jovem adolescente António, começou a trabalhar na cortiça. A sua grande paixão foi sempre lidar com a cortiça. Considerado por isso mesmo um homem da cortiça em São Brás de Alportel.

Aos 19 anos foi cumprir a vida militar, rapidamente, foi promovido a 1º cabo dado as suas excelentes prestações. Foi escolhido para monitor na Escola para a dar a possibilidade aos colegas que só tinham a 3ª classe de fazer a 4ª.

Ao regressar da tropa, em 1959, forma uma sociedade com o irmão, no sítio dos Poços Ferreiros e começam a vida de empresários corticeiros.

Passados apenas 6 anos, os irmãos Botinas, com o dinheiro amealhado e compram um terreno na Calçada onde constroem uma Fábrica de Cortiça que só viria a fechar passados 35 anos, após o falecimento do irmão.

Um cidadão ativo e preocupado com a gestão do seu concelho, integrou ainda, entre os anos 70 a 74, pertenceu à direção da Junta de Freguesia. E após o 25 de abril, foi Presidente da Casa do Povo, durante 10 anos.

Foi ainda responsável pela fundação do Banco Caixa de Crédito Agrícola, seu sócio número 3 e onde trabalhou durante 14 anos como secretário.

É ainda de salientar que durante toda a sua vida trabalhou em prol de instituições sempre de forma voluntária onde nunca recebeu nenhum ordenado, apenas pela boa vontade de ajudar os seus conterrâneos.

Atualmente, vive a sua vida, de forma tranquila, feliz e ainda muito independente, tendo a capacidade ainda para realizar as suas tarefas do dia-a-dia.

**Partiu José Salgueiro, o Mestre do Downhill**

O jornal O Sambrasense lamenta profundamente a partida precoce de José Salgueiro, aos 60 anos, que faleceu ao dia 10 de outubro, deixando a nossa terra em choque e perturbada com o falecimento de alguém tão querido na nossa vila.

José Salgueiro era um amante do desporto, em especial, do Downhill e enduro. De espírito juvenil, um homem afável, simpático e gentil, trazendo a qualquer casa, um brilho especial!

Com uma carreira notável, foi um dos praticantes históricos do DH nacional, tendo somado 13 títulos nacionais das disciplinas de DHI, DHU e Enduro BTT. Foi campeão europeu de DHI em masters 50, em 2018, e vice-campeão mundial da mesma disciplina no escalão 55-59 anos, em 2021.

A história no Downhill começou como treinador dos dois filhos, sendo que, rapidamente ganhou o bichinho por este

desporto e começou a praticar também.

Representava a equipa MCF/Xdream/Município de São Brás de Alportel, onde era conhecido e tratado como o "Mestre". A família Xdream está de luto e a todos os elementos do clube endereçamos o nosso maior abraço bem como à família enlutada.

São Brás de Alportel foi a terra que escolheu para ser sua de coração, cativou e conquistou os sambrasenses, não só pelos seus feitos e méritos, mas também pela sua personalidade e carisma.

Uma referência para muitos jovens, um amigo e companheiro de muitos apaixonados do mundo das duas rodas, um eterno sonhador e campeão!

Obrigado José Salgueiro pela tua amabilidade e disponibilidade sempre demonstrada com o jornal.

Nunca serás esquecido.

Recordar o Passado**Memórias de Amor**

Ao dia 6 de setembro de 1975, o casal sambrasense, Pedro Relvas Nunes e Maria Eduarda Nunes, jurava amor eterno, passados 48 anos, são um dos casais mais enamorados da nossa vila de São Brás de Alportel.

Muitos parabéns pela bonita história de amor!

