



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

Feliz Natal
e um próspero
Ano Novo

ENGENHARIA | ENERGIA | ECO-BUILD

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

HOMENAGEM

15

TIM KARRER, UM ETERNO SAMBRASENSE DE CORAÇÃO



DESPORTO

O RENASCER DE UM SONHO: Basquetebol na União Sambrasense

P.22 |



P.03 | DESTAQUE

A coragem, superação e sobrevivência de António Avelãs

REPORTAGEM

17

ARTMUSA LANÇA "SAUDADE" COM ELENCO ESPECIAL



P.06 | EM FOCO

ECO FÁBRICA de Cortiça Francisco Carrusca é museu vivo que atrai mais de 18500 visitas anuais



P.08 | ENTREVISTA

Recordando a Perfumaria Sol e Sombra de Leopoldina Ramos

LOCAL

20

ANA ABRUNHOSA, MINISTRA DA COESÃO TERRITORIAL, VISITOU OBRA DO LAR DA MISERICÓRDIA



P.19 | LOCAL

Parises celebra natal com tradição e magia

PONTOS DE VENDA DO JORNAL



O SAMBRASENSE

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

A FECHAR

32

FEIRINHA DE NATAL NO MUSEU DO TRAJE FOI UM SUCESSO

A ABRIR

Editorial



BRUNO SOUSA COSTA

Presidente da Direção da UDRS.

Estimados São-Brasenses,

Neste mês de dezembro, em que a alegria do Natal se mistura com a expectativa do novo ano, a União Sambrasense faz uma retrospectiva positiva de 2023, com destaque para as conquistas desportivas que enriqueceram nossa comunidade.

Em termos desportivos o clube tem conseguido diversificar a oferta desportiva o que muito nos orgulha.

O Boccia, com aproximadamente uma

dezena de atletas, destacou-se pela sua capacidade inclusiva, promovendo a participação de todos. O Basquetebol, com a participação de mais de duas dezenas de atletas, contribuiu significativamente para a diversidade desportiva do clube. Os veteranos do futebol continuam a praticar regularmente, e a União Sambrasense está à procura de um treinador para preparar a equipa para futuras competições. Os juniores trilham o seu caminho, enquanto os seniores disputam o primeiro lugar no campeonato, evidenciando a qualidade do futebol regional.

No entanto, apesar das conquistas desportivas, lamentavelmente, o Orçamento Participativo, uma ferramenta de grande importância para a nossa comunidade, enfrentou a suspensão da votação. Atualmente, encontra-se em curso uma nova votação, com quatro propostas aprovadas, sendo uma delas proveniente de um sócio da UDRS. Esta proposta visa a requalificação da bancada no campo Sousa Uva, um espaço público de responsabilidade do Município, transformando-o em um Anfiteatro ao Ar Livre. Trata-se de uma ambição acalentada há mais de 30 anos, que, infelizmente, persiste como um sonho para o clube, respeitando também a necessidade e a vontade de todas as outras.

Diante da suspensão da votação, é lamentável observar os ataques hediondos de um determinado partido político, à Chefe de Redação, a minha pessoa enquanto Presidente e ao clube como um todo. Tais ataques buscam estabelecer conexões entre o clube e a política, uma associação que não tem fundamento, pois cada membro dos órgãos sociais é livre para seguir sua orientação política na vida pessoal, uma prática comum em diversas direções, deste e de outras associações.

No seio do clube, nossa única ideologia é a União Desportiva e Recreativa Sambrasense, repudiando qualquer forma de tratamento diferenciado com base em ocupações de cargos públicos ou questionamentos dos valores que norteiam a minha pessoa e esta instituição, que conta com mais de 50 anos de história. Acreditamos na autonomia política dos indivíduos fora do âmbito do clube e rejeitamos qualquer tentativa de associar a UDRS a controvérsias políticas externas ao seu propósito primordial: a promoção do desporto da cultura

São-Brasense e da recreação na nossa comunidade.

Acreditamos que a União Sambrasense desempenha um papel crucial não apenas no desporto, mas também como suporte para atividades culturais no concelho. A prática desportiva vai além do jogo em si; ela é um veículo de valores, superação e integração, onde a honestidade e a integridade do clube não poderão ser colocadas em causa por razões políticas. Ao celebrarmos os sucessos, também celebramos o espírito de comunidade que essas atividades promovem, sendo reconhecido por todos.

À medida que nos despedimos de 2023, desejamos a todos os atletas, treinadores, dirigentes e apoiantes um Feliz Natal e um próspero Ano Novo. Que 2024 seja marcado por novas conquistas desportivas, momentos de companheirismo e, acima de tudo, muita saúde e felicidade para toda a família Sambrasense.

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

MOMENTO DO MÊS

Bombeiros de S. Brás de Alportel apresentam o maior e mais tecnológico presépio de sempre



Nesta edição deste ano, a já tradicional Rota dos Presépios de São Brás de Alportel está a novamente a surpreender todos os visitantes com um número recorde de presépios cada vez mais diversificados e inovadores que nascem das mãos de associações, entidades, escolas, estabelecimentos comerciais e de toda a comunidade, cada vez mais empenhada em celebrar o Natal, em partilha e fraternidade.

Em destaque está o Presépio da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel que este ganhou uma nova dimensão, sendo mesmo o maior de sempre!

Um presépio que passou dos 40m² que ocupava em 2022 para 140 m²

com diversos cenários e momentos animados por cerca de 1.200 figuras e por um sem número de elementos tecnológicos e ainda quatro lagos onde os visitantes podem deitar a moeda da sorte!

Uma gigantesca obra de arte, que está a ser criada desde 18 de outubro, por quatro bombeiros deste quartel, com o apoio de amigos e beneméritos, que esperam surpreender e maravilhar os visitantes.

Mas a Rota dos Presépios tem muito mais para oferecer e até 8 de janeiro, estão expostos em mais de uma dezena de espaços públicos do concelho mais de seis dezenas de presépios que desafiam a uma viagem através das tradições, dos materiais e locais...

BREVES

Piscinas Municipais Cobertas: Há 15 anos ao serviço do desporto e da saúde

As Piscinas Municipais Cobertas de São Brás de Alportel completaram 15 anos de existência, em prol do desenvolvimento desportivo, da promoção da saúde e do bem-estar da comunidade. Um investimento fundamental que marcou o início da implementação do Parque de Desporto e Lazer e alcançou um novo paradigma no desenvolvimento e qualidade de vida de São Brás de Alportel.

Localizado no Parque de Desporto e Lazer do Município, este equipamento desportivo já conta com 9.938 utentes e somou perto de 348 mil acessos, tendo tido apenas como interregnos os períodos de verão, em que são ativadas as Piscinas Mu-

nicipais Descobertas e o período de contingência em virtude da pandemia Covid-19.

Para além do uso em regime livre, atualmente são lecionadas diversas modalidades no complexo: aulas para bebés, adaptação ao meio aquático, aprendizagem, aperfeiçoamento, pré-competição, hidroginástica, aquafitness, hidroterapia, adaptação ao meio aquático para adultos, aprendizagem para adultos, aperfeiçoamento para adultos e ainda o que é fundamental: atividades para cidadãos portadores de deficiência sendo ainda possível frequentar as piscinas através do regime de livre utilização.



S. BRÁS DE ALPORTEL

ESTATUTO EDITORIAL

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

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

DESTAQUE

A CORAGEM, SUPERAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA DE ANTÓNIO AVELÃS

“Só me lembro de rezar e pedir a Deus para não morrer. Não há palavras. Ficámos completamente destruídos (...) sei que lutámos muito para viver e estar cá hoje.”

Natural de Moçambique, António Avelãs, recorda a sua juventude e início de vida adulta, no sítio da Guarda, filho único, admira a força de trabalho dos pais que após o Ultramar começaram a laborar com os recursos que havia e apostaram na agricultura, uma vida dura de sacrifício.

O seu espírito de partilha conta vir desses tempos na aldeia em que era comum ajudar os vizinhos. Foi através dos valores altruístas dos seus pais que António ingressa para as provas da GNR, apesar de não ser o seu sonho de vida, arrisca e a verdade é que hoje em dia confessa ter sido a melhor decisão para a sua vida profissional.

É através da GNR que vem viver para o Algarve quando é colocado em Al-mancil, em 1998, já casado com a sua esposa Sandra, professora de profissão, que viria a dar aulas pelo Algarve todo.

S. Brás de Alportel surge na vida deste casal, após Sandra ter sido colocada na Escola dos Parises, gostaram do bom ambiente que se vivia nesta terra, e encontraram a sua casa de sonho.

Aos 52 anos, aposentado, com uma carreira ímpar de sucesso, dignidade e honra, António gosta de passar o tempo na sua pequena horta, adora andar de bicicleta, a culinária é a sua paixão, está sempre disponível para os amigos e família, faz visitas regulares à Aldeia dos pais onde os ajuda na vindima, e claro, aproveita ao máximo todos os momentos com a sua esposa e os filhos que são a sua maior prioridade.

Esta entrevista relata acima de tudo o espírito de sobrevivência e altruísmo de António, contado na primeira pessoa, num testemunho de grande carga emocional, sobre o grave acidente que sofreu em 2007. António integrava a Equipa de Desativação de Engenheiros Explosivos da GNR de Faro, quando, numa operação de destruição de material pirotécnico no Campo de Tiro de Tavira, acontece uma grande explosão que tirou a vida a um camarada e deixou em estado crítico António e o outro camarada.

ENTREVISTA

Porque é que decidiu ingressar na Guarda Nacional Republicana?

Foi um bocadinho por imposição e sugestão do meu pai, havia poucos trabalhos, na altura, que dessem estabilidade e o meu pai sugeriu ir para GNR. Inicialmente não me fazia sentido, já tinha estado na tropa 2 anos, fui fuzileiro. Mas fui fazer os testes. E fui fazendo e passando e quando dei por mim estava em Portalegre a fazer o Compromisso de Honra e mais tarde fui colocado no Algarve e a partir daí foi sempre a fazer mais cursos.

Quando decide tirar o Curso de Desativação de Engenheiros Explosivos houve algum receio?

Primeiramente concorri ao curso de Cabos, tanto que quando ingressei a equipa de inativação, já era Cabo, mas nunca tive receio, quis arriscar porque ao entrar para esta equipa estaria mais próximo da minha família.

Em 2007 fazendo parte da Equipa de Desativação de Engenheiros Explosivos de Faro sofre um acidente gravíssimo que o deixa entre a vida e a morte. O que aconteceu nesse dia?

O nosso serviço era muitas vezes com pirotecnia, eramos responsáveis pela recolha e destruição deste material. E foi neste âmbito que aconteceu o acidente com pólvora na Carreira de Tiro em Tavira.

Foi muito duro. Perdemos um camarada. É muito difícil perder um dos nossos. E eu e o outro camarada (eramos 3) tivemos que lutar pela vida. Foi a lei da sobrevivência.

O que se recorda da explosão?

Foi tudo muito confuso, parecia mesmo um filme, mas fiquei sempre consciente du-

rante o acidente, o que torna tudo muito mais difícil de superar, nunca me vou esquecer de ver o meu camarada sem vida.

Fiquei sem noção do tempo após o impacto e a projeção. Só me lembro de rezar e pedir a Deus para não morrer. Não há palavras. Ficámos completamente destruídos, queimados, sem partes do corpo.

Só sei que lutámos muito para viver e estar cá hoje.

Qual é que era o prognóstico quando chega ao Hospital?

Primeiramente, vim para Faro, estabilizaram-me e então é que fui para Santa Maria, para a Unidade de Queimados.

O prognóstico era mais que reservado, não havia esperança, eles não sabiam como é que nós estávamos. Ficámos com ligaduras pelo corpo todo. Não vias nem eras visto. Estava completamente ligado e dependente das máquinas. Foi um processo de luta para sobreviver. Tive 20 dias em que nem os médicos sabiam o que esperar. Depois começo a acordar ainda com a respiração muito afetada, mas já estava a dar sinais, e a partir daí foi outra luta. Tudo que reaprender a fazer tudo, inclusive, a respirar!

Ao que é que se agarrou para projetar a sua luta?

Aos meus filhos, a minha esposa e à Fé em Deus. Tinha a fotografia dos meus filhos, santinhos e anjos, para me dar força. Todos os dias, depois de estar consciente, olhava para o quadro dos meus filhos e só dizia a mim próprio: tens que ficar bom. Esta foi a minha força.

Não perdeu a Fé após o acidente?

Nunca, pelo contrário. Claro que fiz todas as perguntas, o porquê a mim, qual o propósito. Mas tornei-me ainda mais crente.



DESTAQUE + CULTURA

Como é que foi a recuperação e com que sequelas ficou?

Em termos hospitalares, superei todas as expectativas, tanto dos médicos, como minhas. Ao fim de 21 dias, com 50% do corpo queimado, voltei para casa pelo meu próprio pé.

Claro que tive que assegurar ao hospital que tinha as condições todas em casa para fazer os pensos diários, utilizei fatos de compressão para a regeneração da pele, tive um apoio espetacular da GNR e da minha esposa.

Em termos de sequelas, são imensas, tanto físicas como psicológicas. Fiz algumas operações, nomeadamente, aos ouvidos, para reposição dos tímpanos, a mão foi toda recuperada, mas ainda assim perdi um dedo. E as queimaduras, eram metade do meu corpo, são para a vida, algumas já não se notam muito, mas tenho que cuidar delas e usar protetor solar sempre.

A nível psicológico, entrei em depressão quando estive no Hospital, tenho acompanhamento psicológico desde aí, nisso a GNR também foi eximia, depois vivia uma grande aflição para saber do meu Camarada Conceição porque ele tinha ido para outro Hospital, quis ir vê-lo. Temos uma relação de irmãos. É inexplicável.

O outro camarada, infelizmente, eu soube logo no acidente que tinha falecido, e foi uma grande dor para todos nós. Durante muitos anos sonhei com ele, marcou-me muito tê-lo perdido da minha vida, desta forma.

Como foi regressar a casa?

Era algo que eu precisava já, pois como referi, no hospital, já estava numa fase depressiva. Mas ao chegar a casa passei por um momento muito difícil, pois o meu filho mais novo, não me reconheceu quando saiu do carro da GNR, veio-me dar a mão, mas perguntou-me quem é que eu era.

Antes do acidente tinha 85 kilos, regresso a casa com 40, com os olhos muito esbugalhados, completamente seco porque estava desnutrido, foi um momento mesmo complicado.

Mas regressar a casa foi um alívio e tinha ali o meu pilar que foi e é sempre a minha família.

Ao fim de quanto tempo é que regressa ao trabalho?

Ao fim de 3 anos, a GNR teve sempre uma

intervenção muito boa, nunca me deixou faltar nada, desde consultas a transportes. Trabalhei em tempo parcial e tinha o restante tempo para recuperar, fazer exercício físico, ir às consultas e estar junto da família.

Promoveram-me por distinção pelo ato que tinha praticado e fui promovido a cabo chefe e isso para o nosso ego é motivador.

Fui promovido a Cabo-Mor e fiquei muito satisfeito pelo reconhecimento. Alguns camaradas viram-me como exemplo e eu fiz sempre para que isso acontecesse, ia partilhando sempre as vitórias que tinha com eles, tudo o que conseguia partilhava sempre.

Após o acidente, fui um dos impulsionadores da implementação do Estatuto de Deficiente das Forças Armadas, é uma lei que auxilia o cidadão que no cumprimento do serviço militar e na defesa dos interesses da Pátria adquiriu uma diminuição na capacidade geral de ganho, diminuição das possibilidades de trabalho para angariar meios de subsistência, em resultado de acidente e/ou doença. Isto orgulha-me muito.

Atualmente, que tipo de atividades gosta de fazer? Faz parte de algumas associações?

Já na altura do acidente fazia parte de uma associação local, o Kempo, que depois foram-me visitar a casa e tudo. Sempre quis integrar-me na vida social da vila porque já na minha terra tinha o hábito de ajudar o próximo, foi algo que me foi transmitido desde pequeno em casa.

Depois veio o convívio através do futebol, porque tanto o Bruno como o André foram atletas da Sociedade 1º Janeiro, nasceram grandes amigos para a minha família, foi algo mesmo crucial.

E estive durante muitos anos nos Escuteiros, identifico-me com os valores de partilha, de responsabilidade, disciplina, lutar perante as dificuldades, respeitar o próximo, tudo aquilo que o escuteiro deve ser.

E atualmente, faço parte da Xdream ajudando nos eventos e gosto de participar nas corridas, admiro a amizade e camaradagem que temos no grupo.

Entretanto, o seu filho Bruno, decide enveredar para a GNR também. Como é que reagiu a essa escolha?

O Bruno sempre gostou da vida militar, o



posto foi sempre uma segunda casa, uma realidade no seu dia-a-dia. Então essa vontade não me surpreendeu.

Tem o meu apoio total e bastante me orgulha. Está no Esquadrão Presidencial em Lisboa, tirou o curso na Arma de Cavalaria.

Para terminar, acredita que nasceu outra vez, após o acidente?

Totalmente, foi uma oportunidade que só quem passa, sabe. Ficamos pessoas diferentes. Nós vemos o mundo a acabar, apagamos e achamos que já não há mais nada, e eu tive esse momento. Até que voltas a abrir os olhos e ainda estás cá. E tens que lutar.

Todos os dias aproveito a vida, de for-

ma simples, apenas o acto de grelhar um peixinho, já é uma dádiva. Ir até à aldeia dos meus pais, estar com eles, ajudá-los na vindima, isso é aproveitar. Visitar o meu Bruno em Lisboa, ou convidar o André para uma volta de bicicleta, fazer passeios a minha esposa e o melhor ainda é quando estamos todos juntos, e é isso que me preenche.

Voltava a escolher ser Guarda Nacional Republicano?

Sim, sem hesitação. Acima de tudo, foi bom, uma experiência para a vida e uma escola como homem e humano.

A Caminhada da Vida**Mote**

O meu livro estou a terminar agora vai ser publicado com a minha família a apoiar sinto-me um homem realizado.



ILDO CAVACO GUERREIRO

I Para os meus poemas fazer foram muitas horas a pensar a quem me ajudou quero agradecer o meu livro estou a terminar.

II Este livro, A caminhada da Vida, é no futuro uma lição do passado e para que nunca seja esquecida agora vai ser publicado.

III Dizem que parar é morrer e eu até vou acreditar os poemas continuarei a fazer com a minha família a apoiar.

IV Este meu livro podem oferecer e espero que seja apreciado pois tem bons poemas para ler sinto-me um homem realizado.

Avó Vitória...

Na jornada da minha vida
Encontrei um anjo sem asas
Uma mãe muito querida
Que sempre me acarinhou
Deus lhe dê muita saúde
E a quem dela sempre gostou
Trata a todos com carinho
Raio de sol sempre a brilhar
Nunca ouvi de seus lábios
Uma palavra amarga ou rude
Está sempre no meu coração
Como um exemplo de virtude
Dedico-lhe a minha poesia
No dia dos seus 90 anos
Apesar das costas curvadas
E das rugas em seu rosto
Até parece que em sua vida
Não sofreu nenhum desgosto



ELEUTÉRIA PIRES



CULTURA

Um cartão postal

Na pequena cidade coberta de neve, David, um homem solitário, preparava-se para enfrentar mais um Natal distante de sua terra natal. Vivendo em um país estrangeiro, longe de amigos e familiares, ele sentia o peso da solidão. As luzes festivas e a alegria ao seu redor apenas amplificavam sua sensação de isolamento.

Enquanto caminhava pelas ruas iluminadas, David notou um pequeno café decorado com guirlandas e luzes cintilantes. Um convite silencioso para escapar da melancolia natalina. Ao entrar, o aroma acolhedor do café recém-preparado o envolveu, e ele escolheu um canto discreto para saborear sua bebida quente.

Em meio a pensamentos solitários, David notou um cartão postal na mesa ao lado. Curioso, pegou-o e leu as palavras escritas à mão: "Às vezes, a magia do Natal está onde menos esperamos. Junte-se a nós amanhã, na praça da cidade, às 15h." Sem entender completamente, David sentiu uma pontada de esperança.

No dia seguinte, David dirigiu-se à praça. O frio cortante contrastava com a crescente expectativa em seu coração. Ao chegar, encontrou um grupo de pessoas, todas sorrindo e ansiosas. Um senhor de barba branca se aproximou, revelando-se como o organizador do evento. "Somos uma família de natal para aqueles que estão longe de casa", disse ele, estendendo as mãos



ZAIRO NETO

amigáveis de boas-vindas. David, inicialmente hesitante, sentiu-se acolhido pela calidez daquele grupo improvável.

Eles compartilharam histórias, risadas e tradições natalinas de diferentes partes do mundo. A solidão que pesava sobre David começou a desaparecer, substituída pela conexão humana que ele ansiava. À medida que a noite avançava, uma árvore de Natal improvisada ganhava forma, decorada com enfeites de todos os cantos do globo.

Ao final do encontro, David percebeu que não estava mais sozinho. Ele havia encontrado uma família temporária, uma comunidade de almas afins. Na despedida, prometeram se reunir novamente no próximo Natal.

Naquela noite, David voltou para casa com o coração cheio de gratidão e esperança renovada. A magia do Natal não estava apenas nos laços de sangue, mas na capacidade humana de se conectar e fazer novas famílias, mesmo longe de casa. E assim, naquela cidade distante, o Natal de David tornou-se um testemunho de que a alegria e a companhia podem surgir quando menos se espera.

O Natal da minha infância

JOSÉLIA VIEGAS

Se ainda pudesse voltar
Ao tempo de acreditar
Que o Pai Natal existia
Eram tempos diferentes
Muito mais inocentes
Mas que nos davam alegria

Ao pôr o sapato na chaminé
Era com esperança e fé
Que de manhã ao acordar
Alguma coisa lá estava
Mesmo pouco nos contentava
Não éramos de lamentar

Para o pinheiro enfeitar
Alguns chocolates de pendurar
E também bolas coloridas
Pedacinhos de algodão
Fingindo neve no chão
Tudo simples como a nossa vida

Iluminação não havia
Tirando a luz do dia
Só o antigo candeeiro
Mas assim que amanhecia
Começava a correria
Para ver quem chegava primeiro

As prendas não eram de valor
Mas dadas com amor
E recebidas com prazer
Vários chocolates sortidos
Alguns brinquedos pedidos
Que achávamos merecer

E as filhós tão apreciadas
Com batata doce recheadas
Que a minha mãe tão bem fazia
Tinham um gostinho especial
Era assim o nosso Natal
Para nós tinha magia

Busca

BETH MELETI

A estrada já não é o que era.
A vida do meu amigo anda como ele
costuma dizer, numa linha reta sem
curvas e sem contracurvas.
Não é de fato a sua essência em
ação, no entanto, são as entregas
que lhe calham.
Se por um lado há a certeza da
autovia sem percalços e com os
tempos todos definidos, a funcionar
tal e qual relógio suíço, cheio de
precisão e qualidade.
Por outro lado, a exata ausência
desta precisão é o que no mais
íntimo sua alma deseja e vai
aguardando.
A imersão em estradas secundárias
com os tais obstáculos que o
mantém sempre em alerta nesta
condução de expectativa e de uma
certa ou exagerada vivacidade. O
sair de uma qualquer localidade

pode ser o teste ao seu instinto que
proporcionará as alegrias da vida
adulta.
Ao longe feito miragem no deserto, é o
amanhã a spreita. A incentivar o não
desistas, ele está pronto. Só depende
de ti sentir e perceber onde reside a
necessidade da satisfação pessoal.
Vamos pintar com as cores
emprestadas do arco-íris, no bolso de
trás de cada um de tem a sua própria
caixinha milagrosa.
O meu amigo tem presente que a busca
não cessa, (it's now or never...it's my
life), e é isso que lhe comanda a vida.

Época especial

Recordo meus pais é verdade
Nesta época tão especial
E aumenta mais a saudade
Neste tempo de Natal

Caminhando de mente sã
Recordo sogros e amigos perdidos
Lembro cunhados e minha saudosa irmã
Tios, e primos, já falecidos

Em cada belo momento
Época de cores e luz
Anunciando o Nascimento
De nosso menino Jesus



DIAMANTINO BRITO

Eram momentos tão queridos
E foram tantos os natais
Em que foram vívidos
Na simples casa de meus pais

Desejo nas páginas deste jornal
Paz, saúde e compreensão
Para todos feliz e santo Natal
Do fundo do meu coração

Do pensamento à escrita

Há dias cansativos
Difíceis
Trabalhosos
Requerem muitos compromissos
E a palavra têm de valer
Sorrir e um bom cumprimento
também faz parte
Durante a luta
Prosseguir é a solução
Sem baixar a guarda
Até o objetivo ser concluído
É fácil?
Não...



CECÍLIA AMADOR

Mas faz-se
Depois valeu tudo a pena!
Mas no trajeto
Só Deus sabe
Quantos obstáculos foram
ultrapassados
Depois...
Amanhã é outro dia!



Feliz Natal e próspero ano novo para todos!
Muita saúde, que o resto a gente conquista...

EM FOCO

ECO FÁBRICA DE CORTIÇA FRANCISCO CARRUSCA é museu vivo que atrai mais de 18500 visitas anuais

Localizada na Mesquita Baixa, perto da popular “Alfarrobeira da Tumba”, encontramos a Eco Fábrica de Cortiça de Francisco Carrusca, aberta sem interrupções desde 1980, dedica-se à preparação de cortiça em prancha e encontra-se em plena laboração.

A origem tradição familiar no sector de cortiça remonta ao século XIX, sendo que o tetra-avô e o Bisavô do proprietário, na zona do Alportel, já negociavam a cortiça. Só em São Brás de Alportel vários membros da família Carrusca tiveram fábricas abertas (pai e tios do proprietário), o que muito beneficiou o concelho dando emprego a operários locais, alimentando várias famílias São-Brasenses.

Esta experiência familiar e o grande conhecimento do mercado faz desta fábrica, um monumento do património industrial de São Brás de Alportel constituindo uma das últimas fábricas que ainda subsiste em plena laboração no concelho.

A redação do jornal O Sambrasense foi conhecer melhor a Eco-Fábrica através do testemunho de Sofia Carrusca que de forma apaixonante nos deu a conhecer a dinâmica deste espaço que se tornou um ícone no turismo industrial e que recebe centenas de visitas diariamente (época alta) dando a conhecer o património histórico-cultural e ambiental da região.

O PERCURSO EXCECIONAL DE SOFIA CARRUSCA

Sofia Carrusca é licenciada em Património Cultural pela Universidade do Algarve, Técnica Superior de HST nível V, detém Pós-Graduação em Arqueologia Subaquática pela Universidade Autónoma de Lisboa/Politécnico de Tomar, encontra-se a realizar Mestrado em Inovação e Empreendedorismo pela Universidade Isabel I / Escola de Negócios Europeia de Barcelona. A nível complementar reúne várias formações nas áreas do património, turismo de natureza, marketing e gestão.

Atualmente é Vice-Presidente da Algarve Film Commission, foi gestora do projeto Zing Planet Lisboa e Algarve, aprovado ao Portugal Inovação Social que em parceria com o Plano Nacional das Artes, durante 3 anos, envolveu nas atividades do projeto aproximadamente de 900 crianças e jovens em ambiente escolar, provenientes de contextos socioeconómicos mais desfavorecidos.

Foi produtora dos conteúdos e consultora de museografia para a Exposição “Faro Story Spot- A Cidade e a Ria”. Foi, igualmente, a gestora turística e a empresa convidada pela Techsalt que deu início ao roteiro de visitas guiadas às Minas de Sal Gema de Loulé.

Desde 2000 que trabalha em projetos diversificados nas áreas do ecoturismo, turismo de natureza e património cultural, foi Diretora executiva na Algarve Rotas, atualmente designada de Picturesque Journey, uma empresa de animação turística sediada no Algarve onde trabalha com operadores, empresas de cruzeiros, agências nacionais e internacionais, desenvolvendo programas de turismo de natureza, turismo cultural e criativo.

Promoveu, igualmente, a interpretação e valorização do património regional através da organização de roteiros de património industrial, roteiros de natureza e desenvolvimento de workshops na área das artes e ofícios tradicionais através da oferta de experiências criativas e autênticas aos seus clientes.

Foi Investigadora pela Universidade do Algarve do Ciclo de exposições Algarve

do Reino à Região- Alcoutim 2009, -Investigação e Produção de conteúdos culturais os para programa de visita interativa “Vila- Adentro Faro”- Tertúlia Algarvia 2012-2013, e Investigadora convidada para inúmeros documentários televisivos na área do turismo industrial e de natureza, nomeadamente o programa de televisão da RTP 1 na área da genealogia “ Achas que sabes quem és”, com a figura pública Elisabete Jacinto-2012

Atualmente é Presidente da Associação Alçapão das Memórias que foi convidada pela Direção Regional da Cultura do Algarve para participar no projeto Divam (Dinamização e Valorização dos Monumentos do Algarve), onde desenvolveu atividades de dinamização no Sítio Arqueológico das Minas de Milreu.

Trabalhou em projetos de ecoturismo como a Via Algarviana (2006-2008), onde desenvolveu ativamente esta rota. Trabalhou como Product Manager na Rota da Cortiça Algarve onde desenvolveu o produto e realizou trabalhos com operadores turísticos, agências de viagens e hotéis. Colaborou, igualmente, com a Rota da Dieta Mediterrânica através da associação Inloco e a CCDD no levantamento de recursos na região. Colaborou com a empresa Tertúlia Algarvia no Projecto Sabor Sur (Programa Interrg) na Produção de Manual de boas práticas de Higiene e Segurança no Trabalho.

Durante vários anos associou a sua atividade profissional com projetos de conservação e restauro, interpretação do património e turismo, tendo passado por alguns projetos tais como o ciclo de exposições “Algarve do Reino à Região pela Universidade do Algarve.

Tem realizado, igualmente, trabalhos na área da formação, consultoria e elaboração de projetos para fundos comunitários para várias empresas, dando a título de exemplo, respetivamente, os trabalhos de produção de conteúdos e consultoria, realizados para a empresa Corque.

Apresenta experiência nas áreas turismo de natureza, turismo cultural e criativo colaborado atualmente e ativamente com inúmeras unidades hote-



“Chegámos a um posicionamento no mercado na área do turismo industrial que nos demarcou e posicionou, (...) somos procurados por empresas nacionais e internacionais.”

leiras da região onde desenvolve programas de turismo ativo e de natureza e workshops de artesanato tradicional e criativo, inclusive, na Eco Fábrica de Cortiça Francisco Carrusca em S. Brás de Alportel.

ENTREVISTA

Como surge a ideia de criar um projeto turístico dentro da fábrica da cortiça?

Neste ano de 2023 celebramos 11 anos de turismo industrial na Eco- Fábrica de cortiça Francisco Carrusca, sendo que somos duas empresas a trabalhar em dois sectores de atividade em paralelo: a Fábrica de Cortiça Francisco Carrusca (Carruscork), que labora desde 1980 e a Picturesque Journey que é uma empresa de animação turística que dinamiza o turismo industrial e o potencial turístico do espaço.

A ideia de criar um projeto turístico dentro da fábrica de cortiça surge no âmbito do meu trabalho final de licenciatura em Património Cultural que foi na área a arqueologia industrial, aquando da minha tese final, em que realizei um inventário das fábricas de cortiça existentes em São Brás de Alportel na segunda metade do

séc. XIX e primeira metade do séc. XX.

Posteriormente, desenvolvi trabalho com a associação Rota da Cortiça (2009-2012) onde aprendi bastante, trabalhando diretamente com os agentes locais, realizando visitas guiadas que davam a conhecer o potencial da serra algarvia e do sobeiro, (a árvore nacional de Portugal), através de percursos pedestres interpretativos, visitando o museu Etnográfico do Traje Algarvio e aliando ao roteiro a visita a produtores locais de doçaria regional e licores. Conheci mais aprofundadamente o potencial do turismo industrial e criativo, sendo que durante este trabalho tive bastantes pessoas que me incentivaram a criar uma empresa na área, algo que na época não estava nos meus planos como carreira profissional.

Mais tarde, já com alguma experiência, fundei em 2012 uma empresa de Animação Turística com o nome comercial de Algarve Rotas (atualmente Picturesque Journey), e delineei um roteiro de visita, ainda em parceria com a Associação Rota da Cortiça (2012-2014). Neste período, falei com o meu pai sobre a possibilidade de abrir a sua fábrica ao público em geral para realização de visitas guiadas ao recinto indus-

OPINIÃO

trial. No ano de 2014, já bem implantados no mercado e desvinculada da extinta Associação RC, criei e organizei novas rotas e circuitos de visita, com programas que passavam por todos os concelhos do Algarve. Mais tarde, devido à extensa procura da visita à Eco-fábrica de cortiça, produzi painéis informativos em vários idiomas para complementar e dar apoio ao circuito da visita. A Eco-fábrica passou a ser um museu vivo em plena laboração, em que aliámos workshops temáticos associados à cortiça e promovi provas de vinhos e licores associados às visitas, tal como outros workshops e iniciativas que foram complementar a nossa oferta de programas.

O que é que o turista ou visitante pode esperar de uma visita? Existem outros passeios/ opções de atividades fora da fábrica?

Na eco-fábrica de cortiça o turista visitante pode ter uma visita com a duração de 1h15 min para visitar a Eco-fábrica que inclui também a visita a uma sala de interpretação para visionamento de um filme e visitar no fim uma pequena loja com artigos em cortiça que dão a conhecer o potencial deste produto ecológico. Neste momento, está em conclusão o novo "Centro Interpretativo do Sobreiro e da Cortiça da Eco-Fábrica de Cortiça", que é constituído por 4 salas de exposição com painéis informativos, sistema audiovisual e áudio-guias. Temos outras opções de visita que incluem a visita à fábrica de cortiça com percurso pedestre, provas de vinhos e licores e doçaria regional, provas de azeite, provas de café de alfarroba, workshops temáticos para produção de malas, candeeiros e bijuteria em cortiça, sessões de ioga no sobreiral, passeio interpretativo pelo sobreiral com o apicultor que inclui provas com produtos de mel, almoços e piqueniques no sobreiral e no interior do recinto da fábrica, ou seja, são inúmeras as atividades que realizamos para valorizar e complementar o tour da cortiça. Realizamos, igualmente, inúmeras iniciativas para empresas e grupos de grande dimensão (300 pessoas ou mais), como a Allianz seguros, BP Energia, Mercedes Benz, Tesa internacional, que foram alguns dos nossos clientes. Tivemos, igualmente, a grande operação de cruzeiros que recebemos por vários anos e que nos trazia entre 120-130 clientes em simultâneo, em que realizámos uma parceria com a comunidade local e promovemos os almoços nas casas das famílias São-Brasenses, uma experiência única que aliava visita-guiada com workshops de cortiça e almoço em casa de host local, em que se proporcionou um contacto direto com as famílias e gastronomia locais. Realizámos, em paralelo, inúmeros workshops de artes e ofícios tradicionais em museus e unidades hoteleiras. Devido à recorrente procura de informação dos nossos visitantes sobre a cortiça, escrevi um livro infantil denominado "Suberina, a sobreira que queria viajar pelo mundo", que se encontra à venda para os nossos clientes.

Atualmente, chegámos a um posicionamento no mercado na área do turismo industrial que nos demarcou e posicionou, pois mesmo sem realizarmos ações de promoção, somos procurados por empresas nacionais e internacionais. A nossa fábrica integra ainda, o roteiro do turismo industrial criado pela região de Turismo do Algarve, convite de que muito nos orgulhamos.

A valorização do património e da cultura local é uma das vossas prioridades. O sobreiro sendo um ícone de São Brás de Alportel deve ser preservado. De que forma é que apelam à valorização do mesmo?

Ao longo de vários anos temos realizado várias iniciativas, sendo que estive envolvida diretamente na recolha das assinaturas juntamente com a Associação Rota da Cortiça, Associação de Transumância e Natureza e Associação Árvores de Portugal, para a elevação do sobreiro a "Árvore Nacional de Portugal", objetivo que foi cumprido e de que me orgulho muito. Realizámos campanhas de reflorestação com a Ana Aeroportos ou com empresas de team building, sendo que nestas iniciativas conjuntas, conseguimos plantar mais de 3000 sobreiros em zonas de área florestal ardida. Também somos uma entidade que recolhe e recebe rolhas usadas, e o nosso objetivo é dar nova vida a estas rolhas através da sua utilização nos nossos workshops, ensinado aos nossos clientes o potencial da cortiça como eco-produto reciclável.

É verdade que em São Brás de Alportel existe a melhor ou das melhores cortiças do mundo?

A cortiça Portuguesa é considerada uma das melhores devido às suas características únicas, sendo que detemos em território nacional quase metade da produção mundial de cortiça. A serra do Caldeirão tem áreas que produzem cortiça de excelente qualidade, a chamada "flor da cortiça", que é bastante compacta e com a espessura suficiente para produzir rolhas para os melhores vinhos.

A eco fábrica da cortiça é das poucas em São Brás de Alportel ainda no ativo. Sendo São Brás uma terra de cortiça porque é que este tipo de negócio tende a fechar?

Muitas fábricas de cortiça em território nacional e no nosso concelho têm fechado na última década por inúmeras razões, algumas delas passam pelas gerações seguintes que não dão continuidade ao negócio, enveredando por outras áreas e deixou de ser um negócio interessante para as camadas mais jovens. Existem também casos em que esta área se tornou desafiante pela competitividade das grandes empresas localizadas no centro e norte de Portugal que monopolizam os preços de venda da cortiça em bruto, constituindo um desafio para pequenas e médias empresas em termos de concorrência. Esta área tem uma grande necessidade de inovação e é necessário investimento para inovar nesta matéria-prima, o que nem sempre é fácil para as novas gerações devido à grande necessidade de financiamento. Outro flagelo na área, são os incêndios que impactaram de sobremaneira a área de sobreiral no Algarve e em outras áreas do país, diminuindo a área florestal.

O turismo industrial pode ser uma das soluções para reativar alguns projetos na área da cortiça?

Sim, o turismo industrial pode ser uma das soluções para atrair novos negócios para a área. Para além de visitantes interessados em conhecer a matéria-prima e como se realiza a seleção e triagem da cortiça numa fábrica preparadora, o turismo de negócios é bastante patente nesta área. Muitos dos nossos visitantes procuram-nos com o objetivo de realizar negócios, pretendendo adquirir a cortiça para os seus

países de origem, com destaque para a Alemanha, Holanda, América do Norte e China. A Eco-fábrica já exportou para vários países, inclusive para Índia.

Quantos visitantes costumam ter por ano? E de onde costuma vir maioritariamente?

A nossa média anual é de aproximadamente 18500 visitantes anuais, tendo em média um número de visitantes estimados mensal de 1650 visitantes por mês, sendo

que apenas os meses de dezembro e janeiro são mais calmos, ainda assim nunca deixamos de ter visitas guiadas durante todo o ano. Somos procurados por agências de viagens, DMC, operadores turísticos, empresas de animação turística, hotéis, posto de turismo. Trabalhamos, igualmente, com plataformas de reserva internacionais o que nos garante uma afluência diária de visitantes que procuram uma experiência única.



ENTREVISTA

Recordando a Perfumaria Sol e Sombra de LEOPOLDINA RAMOS



Leopoldina Ramos, natural de Santa Catarina da Fonte do Bispo, nascida em plena serra algarvia, no sítio da Malhada do Nobre, ainda em criança, veio viver para a Cabeça do Velho, após a aquisição de umas propriedades por parte do seu saudoso pai e aí começa a sua ligação à nossa terra.

Realizou a escola primária, no sítio dos Parises, até à 3ª classe, na altura, já era órfã de pai e tinha que ajudar a mãe em casa, bem como os irmãos, assim, quando saía da escola, era costume ir guardar o gado, neste caso, vacas, pelos montes, algo que dizia ser comum entre as raparigas do sítio.

"Passámos algumas dificuldades. Eramos 4 filhos. A minha mãe foi uma mulher de garra. Após a morte precoce do meu pai foi ela que nos acabou de criar. Tivemos a ajuda de um tio que veio moer trigo para pelo menos termos pão para comer. Mas foi difícil. E a ligação à vila ainda era complicada, não havia estradas, estávamos muito limitados ao que havia ali no monte." conta Leopoldina.

A paixão pela costura aparece pouco tempo depois de terminar a escola, quando começa a ajudar uma costureira na Cabeça do Velho, e onde diz ter aprendido tudo o que sabe sobre esta arte. Durante muito tempo aprendeu a chulear, uma técnica de costurar em ziguezague que se faz na beirada do tecido para dar o acabamento e evitar que a roupa se desfie. Apesar de nunca ter fei-

to da costura uma profissão, continuou sempre a fazer peças para si e ainda hoje se pode ouvir o trabalhar da máquina quando se passa na Rua João de Deus.

Sobre o amor: *"(...) mantive sempre ligação à casa dos meus padrinhos, por isso, fui muitas vezes para o Barranco do Velho, ajudar a minha madrinha Bia no Restaurante. Foi aí que conheci o meu marido. Tinha apenas 13 anos, mas só quando ele voltou de Angola é que casámos."*

Após o casamento, Leopoldina e o esposo, decidem emigrar à procura de melhores condições de vida, Alemanha foi o país escolhido, onde viveram durante 15 anos. Trabalharam muito tempo numa fábrica de borracha para toda a espécie de motores, criaram condições para ter o primeiro filho, tudo corria bem, mas a doença do sogro fez com que tivessem de regressar à pátria mais cedo para dar assistência à família.

Dá-se então o regresso para S. Brás de Alportel, onde já tinham uma casinha comprada, na rua João de Deus, no número 5, onde viriam então a abrir em 1984, a Perfumaria "Sol e Sombra".

"Ponderámos várias ideias de lojas e negócios para abrir. Queríamos muito abrir algo que ainda não existisse em S. Brás, então lembrei-me de uma perfumaria! E os primeiros anos correram muito bem, mas quando abri o Fórum Algarve, as vendas baixaram muito, o impacto foi muito forte e levou-nos muitos clientes." relata sobre a abertura do Sol e Sombra.

Uma loja com história que marcou os sambrasenses, esteve aberta 16 anos, perfumou e encantou muitos dos clientes que por lá passavam. Leopoldina destaca o perfume "Cacharel" com o preferido das senhoras sambrasenses.

Decorria o ano de 2002 quando a Perfumaria Sol e Sombra acaba por fechar: *"Quando fechei a perfumaria comecei a trabalhar no alojamento local, como falava alemão, conseguia falar com muitos estrangeiros, então ia gerindo as casas enquanto estavam fora."*

Aos 79 anos, confessa que quase nada a amedronta, após os últimos anos marcados por alguns momentos difíceis, mais concretamente, a doença do marido e os períodos difíceis em que viveu até ao seu falecimento.

Após a viuvez, depara-se com o aparecimento de uma doença oncológica, algo que diz ter recebido com tristeza, mas sem medo.

É sem preconceitos ou tabus que fala sobre a doença oncológica que suportou: *"Foi em plena pandemia, faz 2 anos em 2024, no mês de abril. Descobri que tinha um cancro no intestino e tinha que ser operada. Esta doença já faz parte da minha história familiar, infelizmente, por isso, quase que não me surpreendeu nem deitou abaixo. Aceitei e fui logo procurar o médico de gastro para me informar melhor. Foi então que me operaram e fizeram uma colostomia que basicamente é colocar um saquinho."*

A colostomia trata-se de um procedimento que altera de forma significativa a vida de uma pessoa, com impacto na sua sociabilidade, mas apesar disso, Leopoldina diz ter continuado a fazer a sua vida. Aceitou bem a sua condição e trata de si de forma independente. Garante que tem qualidade de vida e que apesar de tudo não sente preconceito por parte das outras pessoas.

Quando questionada sobre o eventual incómodo após a operação: *"Isto não tem odor. É um procedimento que já se tornou tão natural na minha vida que o único receio que tenho é que um dia não consiga fazê-lo sozinha. Não mudou quase nada do que faço no dia-a-dia. Não deixei de estar com as minhas amigas e de fazer passeios. A única coisa que deixei de fazer foi ginástica e ir à piscina porque não me sinto confortável."*

Atualmente, passa os seus dias a ver televisão, fazendo alguma costura, durante o verão gosta de sentar à porta de casa com as vizinhas onde fazem serão e partilham as suas histórias de vida! É fã de bailaricos, mas só de tarde! As ditas matinés onde vai com as amigas que também já são viúvas.

Um sonho que ainda pretende realizar é uma grande festa no dia dos seus 80 anos junto dos seus familiares e amigos.

Talho Damásio
De: Damásio Martinho Viegas

Comércio e Produção de Gado

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

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 | Tl. 289 842 793
mais próximo de si!

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: 063094090 TEL: 289840520
email: oparafusolda@gmail.com
www.facebook.com/oparafuso.lda

PUBLICIDADE



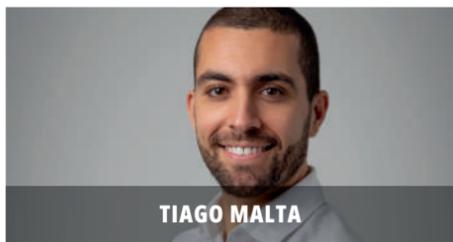
• HAPPY HOLIDAYS •

Boas Festas

DIVINE HOME
Real estate • Imobiliária

SAÚDE E BEM-ESTAR

Psiconeuroimunologia clínica (PNIC) A inflexão entre passado e o futuro da saúde



TIAGO MALTA

As dúvidas sobre o que faz um especialista nesta área começa na dificuldade em pronunciar o nome. Por isso mesmo reduzimos a designação para PNIC.

Numa era, em que as especialidades, áreas e conceitos de saúde se propagam como cogumelos, é legítimo que cada vez que nos deparamos com um nome novo e quase ininteligível existam emoções que nos possam fazer dar um passo atrás. E tem mesmo de ser assim. E também é sobre isso que tratamos em PNIC.

Sobre a percepção humana, ligada às nossas emoções e pensamentos, que se conjugam com o nosso estilo de vida. Sobre as pessoas com quem nos rodeamos, as crenças limitantes e muitos outros “afins” que fazem jus ao nome complexo que define esta área fantástica. O nome tem de ser complexo, porque a saúde humana, por mais que a queiramos simplificar, também ela é, extraordinariamente complexa. Complexa no sentido de ser o fruto da interação de multissistemas - o psicológico (psico-) neurológico (-neuro-) e o imunológico (-imunologia). São muitos mais, mas imagine-se um nome em que ainda tivesse de ser integrado o conceito de

endocrinologia e sociologia, por exemplo. É aqui que percebemos que afinal psiconeuroimunologia é só o nome em versão simplificada.

Nascida nos EUA, numa perspetiva exclusivamente teórica na década de 70, pela mão de um imunologista (Nicholas Cohen) e um psicólogo (Robert Adler), os primeiros estudos focaram-se em entender a simples interação entre o stress psicológico e a forma como este, através da indução à alteração de algumas hormonas, pode suprimir o sistema imunitário. Abre-se então a porta à percepção de que afinal existe uma ponte entre as emoções e a doença física.

Desde aí, o crescimento da área alarga os horizontes das pesquisas em saúde, para a ideia lógica e de senso comum, de que a saúde humana não é fruto da junção de diferentes fracções mas de uma interacção complexa e constante entre elas. Perder a consciência dessa ligação e interação é perder também a possibilidade de tratar um ser humano como um todo, e mais grave ainda, perder a possibilidade de guiar um paciente no caminho da sua cura.

Mais tarde e já na década de 90, o investigador holandês Leo Priumboom, dá início ao caminho que acaba por culminar na psiconeuroimunologia clínica, ou seja, na aplicação clínica desta ciência à vida e à saúde das pessoas.

Alicerçada em conceitos base, como o de “medicina baseada no filme”, a PNIC ao invés de olhar para a doença como um momento estagnado no tempo, olha para a patologia humana como uma junção e acumulação de factores de risco acumulados, cuja consequência é o or-

ganismo ir tentando compensar através de chamados “mecanismos de acção”, enviando sinais (sintomas) que se não estivermos aptos para interpretar, ou tal como acontece frequentemente, os anularmos com fármacos, acaba por culminar numa doença grave. Isto deita também por terra o conceito de monocausalidade, ou seja, a associação de um problema / doença a uma causa única. Excluindo exceções raras, os problemas crónicos de saúde são sempre multifatoriais e multicausais. Resolver esses mesmos problemas, implica investigar quais são e como se foram instalando cronologicamente.

O factor disruptivo da PNIC está no pormenor de um especialista nesta área, não estar comprometido nem programado para só procurar num campo concreto, como acontece nas especialidades médicas e técnicas com treino universitário no ocidente. Logicamente que a fisiologia (tudo o que é objetivo e mensurável e através de exames, análises, etc) tem relevância. Mas não mais nem menos que outros campos altamente importantes como o emocional (o que sentimos), o cognitivo (o que pensamos), o social (com quem nos relacionamos) e o sexual. Existem mais. Todos eles com o mesmo grau de importância. Até porque o mesmo diagnóstico médico pode ter origem em campos completamente distintos. Podemos usar como exemplo, uma das doenças pandemia da nossa era, a depressão:

Pode ter origem no campo fisiológico - défice de sono conjugado com alterações nutricionais; no campo emocional - má gestão de emoções tóxicas por pe-

ríodos longos de tempo ou um trauma anterior; social - contexto laboral agressivo e destrutivo.

Numa abordagem médica clássica, o paciente apresenta sintomas de depressão e será medicado de forma despersonalizada. Na PNIC investigamos e procuramos. Temos de saber o que sente, como dorme e o que come. Como foi o parto, se ama o que faz e se quer mesmo resolver o seu problema. Não perguntamos por perguntar. Perguntamos para conhecer.

Quando estão claras as origens e factores de risco, avançamos para um plano que é delineado em comunhão com o paciente. O especialista PNIC é um guia e um suporte. A mudança depende exclusivamente do paciente. Por isso mesmo, é um processo a dois, que requer um elo de confiança e ligação. Não propomos soluções mágicas porque infelizmente, não existem. Propomos um caminho de autoconhecimento que inevitavelmente acaba na cura ou melhoria da condição de saúde.

No caminho de trabalho da PNIC, o próprio terapeuta também trabalha a sua cura e as suas feridas, porque na verdade estamos todos do mesmo lado da barricada.

A PNIC representa esta coerência e este amor, nos quais tem de assentar o futuro da saúde e dos profissionais que se dedicam a curar os outros.

*Especialista em Psiconeuroimunologia clínica (PNIC)
Cédula Fisioterapeuta: 5336 | Ordem dos Fisioterapeutas
Cédula Osteopata: C-0031819*

DESEJAMOS A TODOS OS
SÓCIOS E SIMPATIZANTES

*Feliz
Natal*

E UM PROSPERO ANO NOVO

*Estimado(a)s São-Brasenses,
Nesta época festiva, queremos expressar os nossos
sinceros votos de Feliz Natal e um Próspero Ano Novo!
Que a alegria e a união estejam presentes em todos os
lares, trazendo paz e prosperidade. Agradecemos a cada
sócio e amigo pelo apoio contínuo no engrandecimento da
União Desportiva e Recreativa Sambrasense.*

*Com estima,
Bruno Sousa Costa
(Presidente da Direção da UDRS)*

Feliz Natal

Diner

Quick

BURGERS • STEAKS • TOASTS • FRIES

SINCE 1999

DESEJAMOS A TODOS OS
NOSSOS AMIGOS E CLIENTES
UMAS BOAS FESTAS!

TALHO JORGE

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

Cell.: 917287075
Tel./Fax: 289842759
Email: talhojorge@sapo.pt
Find us on Facebook / [talhojorge.charcutaria](https://www.facebook.com/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

SAÚDE E BEM-ESTAR

A palavra do Médico Veterinário



JOAQUIM MENDOZA

Chegámos em boa hora ao último mês do Ano 2022, ao 12º, embora deva o seu nome à palavra latina "decem" que se refere ao décimo mês do Calendário Romano que começava em março.

No nosso País começámos por comemorar a Restauração da Independência no primeiro dia do mês e por isso é feriado nacional tal como o dia 8, mas este por ser um feriado religioso e que é como todos sabeis, o dia da Imaculada Conceição.

Pediram-me alguns leitores que fizesse referência ao papel dos Médicos Veterinários no mundo em que vivemos e, por conseguinte, devo referir que tal como noutras profissões médicas, a função do Médico Veterinário é a de prevenir e combater o mal, a doença nos nossos animais de companhia e de produção e garantir a salubridade dos alimentos de origem animal desde a criação até à mesa do consumidor, também dito do prado ao prato.

No caso de doença nos animais de companhia somos sempre confrontados com o dilema da pergunta se valerá

a pena ou não os tratar em função da idade que eles apresentam ou dos anos que ainda lhe restam para viver e dos transtornos pessoais, económicos e familiares que possam eventualmente trazer aos seus proprietários que deverão estar sensibilizados desde o momento em que pensaram e decidiram ter um animal de companhia para a vida! Enquanto há vida há esperança e só os exames clínicos complementares poderão permitir avaliar e determinar o prognóstico para garantir o conforto necessário do animal.

A propósito de vida, tal como a curiosidade de saber o tempo de gravidez, gestação ou prenhez surge muitas vezes a pergunta de quanto tempo poderá viver este ou aquele animal em função da espécie e da raça ou até do sexo.

O tempo, o tal que é o mestre de todas as coisas! E lá diz o povo que quem não morre novo, de velho não escapa!

Assim sendo, lembremos então da idade média ou de duração de algumas espécies de animais que têm o privilégio ou não de estar ou de partilhar conosco esta vida terrena. Começemos pelo nosso "Fiel Amigo", o Cão, grande companheiro e por vezes excelente caçador, poderá viver até aos 14 ou 20 anos. Outro grande companheiro e caçador, mas às vezes um pouco falso, famoso por ter muitas vidas, o Gato, que poderá viver entre 9 e 20 anos também.

Uma espécie com referência na Bíblia por ser imolada em honra de Deus, o carneiro sendo poupado pelo talho po-

derá viver até aos 15 anos. O rato seja do campo ou da cidade, conforme as crises dos mercados abastecedores ou da acumulação de lixos orgânicos, poderá viver entre os 2 a 6 anos. O animado e célebre Papagaio vive em média até aos 49 anos ou até um século, tal como o ganso entre os 80 e os 100 anos. Em contrapartida a tal ave que dá a entender às meninas solteiras quantos anos lhes faltam para casar, poderá existir até aos 32 anos, estamos a falar do Cuco!

Relativamente ao pombo, vive até aos 30 anos e o Galo se escapar à panela no Carnaval poderá viver entre os 15 e os 30 anos. O canário encantar-nos-á até aos 12 a 15 anos e o pardal 12 anos, mais que o rouxinol que só vive em média 8 anos.

Sem ofensa para o Benfica, mas a Águia poderá durar até aos 104 a 114 anos, muito mais que o Leão que poderá viver entre os 25 e os 30 anos se não for caçado inadvertidamente. Poderíamos citar mais casos, mas não pretendemos cansar o nosso leitor que provavelmente estará atarefado com as compras e os preparativos para mais uma quadra Natalícia que se aproxima, e só para terminar o rol dos anos de vida, comparemos a idade que pode atingir uma árvore como o Castanheiro que pode ir ao milénio ou o Embondeiro aos 5000 anos, não esquecendo o Teixo que pode atingir os 9000 anos! A propósito não esqueça de votar na nossa "Azinheira de Alportel" que é candidata pelo Município a Árvore do Ano 2023 e está entre

as 10 árvores nacionais selecionadas!

No mês de dezembro, decorre mais um período obrigatório de Declarações de Existências de Suínos (DES), conforme Aviso PCEDA (Plano de Controlo e Erradicação da Doença de Aujeszky) da Direção Geral de Alimentação e Veterinária, publicado no seu portal.

A declaração das existências de suínos poderá ser efetuada diretamente pelo operador na Área Reservada do portal do IFAP, ou em qualquer departamento dos Serviços de Alimentação e Veterinária Regionais ou ainda nas organizações de agricultores protocoladas com o IFAP, através do Mod.800/DGV desmaterializado.

E a propósito do Natal e das prendas, se optar por oferecer um animal de companhia certifique-se primeiro se há condições para receber esse animal dignamente, sobretudo se há espaço e tempo adequado às suas necessidades, para que assim ele possa viver o tempo que o nosso criador lhe destinou e assim todos ficaremos bem com a nossa consciência por contribuímos decididamente para o bem estar e proteção dos animais. Se porventura precisar, não hesite em consultar o seu Médico Veterinário Assistente que lhe poderá dar o melhor conselho a seguir.

Resta-me desejar a todos os estimados leitores do Jornal "O SAMBRASENSE" um Santo e Feliz Natal 2022 e um Próspero Ano Novo de 2023! Bem hajam todos e Saúde da melhor possível!



VISTAS DO ALGARVE
IMOBILIÁRIA

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



PROJETOS & NEGÓCIOS

VIA VERDE PARA O DESENVOLVIMENTO...SÃO BRÁS DE ALPORTEL ON
ANA BANON - ART STUDIO GALLERY & SHOP

Foi na rua António Viegas Calçada, nº 32, que fomos conhecer o ateliê da artista Ana Banon, um espaço que respira arte, em diversas manifestações!

Ana Banon, São-Brasense de coração desde os seus 17 anos, conta como chegou a este projeto que é arte e que tem acompanhado a sua vida desde que se lembra de ser gente. *"Começa de um sonho bem antigo, o meu pai era artista plástico, e eu embora não pensasse em fazer disto a minha profissão, sempre fui sentindo este apelo e gostei muito desta área."*

Formada em artes, o seu projeto começou há pouco mais de um ano na porta ao lado do seu atual ateliê... *"Pintava em casa e então, levei tudo para ali, fiquei um ano e, entretanto, os projetos vão mudando na nossa cabeça e vão evoluindo. Havia quem me perguntasse se eu podia dar aulas, essencialmente às crianças, um ou outro adulto interessado e então pensei: porque não? Esta loja estava fechada havia mais de um ano e como a senhoria é a mesma falei com ela."*

Art Studio Gallery & Shop é um ateliê artístico para todas as idades, mas essencialmente mais frequentado por crianças dos 7 aos 15 anos, oferece aulas de desenho, pintura, workshops variados, pintura de retratos, quadros personalizados consoante gosto e ainda vende artigos personalizáveis.

O objetivo é *"Acima de tudo, desenvolver artistas, mesmo que não o sejam profissionalmente, todos nós temos um bocadinho de artistas cá dentro. Olhamos para as nossas crianças e vê-se isso, então, é desenvolver essencialmente o pensamento crítico e artístico pessoal. Não é porque alguém disse que a linha tinha de ser na vertical que ela tem que ser efetivamente na vertical, na minha perspetiva pode ser um pouco na diagonal e a arte é muito isso. O que eu tento fazer aqui com as crianças é exatamente isso, não me limito a ensiná-las a desenhar, eu gosto que eles olhem para uma imagem e conheçam os vários artistas, as correntes artísticas, mas que trabalhem o tema consoante as suas interpretações."*

Os maiores desafios, desde a abertura da loja, foram a dificuldade de adesão das pessoas a um projeto artístico... *"Eu vivo cá, mas não nasci cá, então, apesar de estar cá desde os meus 17 anos eu não sou São-Brasense, sou de coração, e São Brás tem uma certa dificuldade nisso, da adesão da comunidade, mas essa é uma dificuldade que vai sendo ultrapassada aos pouquinhos. Outro dos desafios tem sido a localização da loja, apesar de um espaço aberto e amplo, está numa rua menos movimentada."*

Quando perguntámos como a arte tem mudado a sua vida, Ana relembra que esteve sempre envolvida em arte. Filha de pais artistas, a mãe foi ceramista e o seu pai pintor, as suas primeiras aulas de desenho foram com o seu pai aos 12

anos. *"Não posso dizer que a arte me tenha mudado, talvez me tenha moldado, qualquer artista acaba por ter uma sensibilidade diferente ao mundo exterior. Ansiedades, frustrações, pânicos, hoje em dia é a tendência, então enquanto me foco na pintura e acima de tudo, quando consigo transmitir isso aos meus alunos, deixa-me muito feliz. Portanto, não é o ter-me mudado, é talvez o ter-me moldado e ajudar outros a serem moldados, a ver as coisas de uma perspetiva diferente, não é melhor nem pior, é só diferente."*

Conta-nos ainda a sua perspetiva de como a arte pode ajudar na saúde mental, *"por exemplo, em pessoas que tenham depressão, na arte é como se os pensamentos se silenciassem, focando nas artes, das por ti e passaram 2, 3, 4 horas, um dia inteiro. Seja qualquer outro tipo de arte, canto, música, dança, não importa, tudo o que mexe com o nosso lado criativo abstém-nos do mundo real. O nosso cérebro é dividido em dois, o lado esquerdo é o analítico e o direito é o criativo, e quando estamos a usar o lado direito, a ser criativos, nem damos pelo tempo passar, que é o lado analítico, são as horas, o saber quanto tempo já passou e estar a tomar atenção naquilo."*

Sobre momentos que ficaram guardados na memória, Ana recorda a sua chegada ao Algarve... *"Quando vim para o Algarve vim morar para Estoi e o meu pai foi dar aulas de pintura no Palácio. Se há memórias marcantes é dessa época. Não há uma, há muitas, porque o que hoje em dia é uma pousada, para mim era um passeio de criança. Ia brincar nos jardins do palácio, o ateliê do meu pai era no que era chamado a casa dos caseiros, que já não era usada assim, eram salas que estavam fechadas que foram disponibilizadas para se fazer ateliês de arte. Então, das minhas memórias mais queridas, é lembrar-me que eu podia correr ali livremente e ver o meu pai a pintar sempre que me apetecia. A ele, aos alunos dele, e isso para mim é das memórias mais queridas. Eu tinha 11 /12 anos e aquele era o meu dia a dia."*

Para o futuro, há esperança e muito trabalho pela frente. *"Gostava de concluir os ateliês para as várias idades, dos 4 aos 6 anos, dos 7 aos 11, ter workshops todos os fins de semana. Agora o que eu vejo, não sei. Tenho aprendido, não só aqui, mas ao longo da minha vida é que tem de ser um dia de cada vez. É importante projetar lá à frente o que queremos que vá acontecer, mas a ir pelo caminho, nós temos de saber ir moldando, ir dando as curvas, esperando quando é para esperar. O que eu dizia há três ou quatro anos atrás que ia ser hoje, não está a ser. Vamos andando e vamos lutando para chegar lá. Se vai ser daqui a 5 anos ou 10 ou 5 meses, não sei, o tempo dirá."*



Que conselho daria a alguém que quer ser empreendedor?

"Paciência, perseverança, que às vezes me falha. E procurar pessoas que os apoiem. Para mim, os melhores apoiantes são sem dúvida o meu núcleo: a minha mãe, o meu marido, os meus filhos, são sem qualquer sombra de dúvida os meus maiores apoiantes, mas fora isso, independentemente de terem uma família a apoiar ou não, é procurar um núcleo de apoio, porque sozinho não dá. Eu não vou dizer cairão à primeira batalha, mas poderão ir à segunda ou à terceira. Eu mantenho este projeto, porque tenho todo o apoio que tenho tido até aqui, porque não é fácil, de todo. Nenhum projeto é, depois há áreas específicas."

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

Para Ana, *"Em determinadas áreas, sim, não vou estar a especificar áreas, mas talvez como em todo o lado, há áreas que são mais fáceis do que outras. É um município que está aberto a novos projetos sim, e há áreas mais fáceis do que outras."* Existem mais sonhos? *"De momento é este. De momento é este, porque este engloba muita coisa, exposições, engloba num futuro um espaço maior para ter uma galeria mais vincada. Engloba os tais workshops. Engloba, ter cá outras pessoas que não só eu a dar outras áreas, formações. Portanto, este projeto ainda é muito bebé e ainda tem muito para crescer, muitas áreas que eu ainda nem sequer me aproximei delas, portanto, para já, é este que vai crescer aos pouquinhos."*

CONHEÇA MELHOR O PROJETOS | Ana Banon - Art Studio Gallery & Shop

Email: ana.banon.art@hotmail.com

Telegram: @AnaBanonArt

Site: www.anabanon.com

Instagram: @anabanon_art

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.

PATRIMÓNIO

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

SALÃO DE CABELEIREIRO BENILDE



Prosseguiamos o nosso caminho por Vales da Memória... Este mês descemos ao Cento Histórico, até à rua Manuel Arriaga, para conhecer melhor o Salão da Cabeleireira Benilde que há cinco décadas é responsável pelos cabelos de muitos são-brasenses.

BENILDE GAGO nasceu no sítio da Calçada e recorda que ainda miúda ia à cabeleireira com as amigas e quando chegavam a casa dava uns retoques nos cabelos quando achava que algo não estava bem.

Mais tarde começou a aprender o ofício com a D. Bitinha que trabalhava na Rua João de Deus.

“Era muito boa”, recorda apontando que na época, na vila só existia o salão do Sr. Júlio Negrão e o da D. Bitinha.

Por gostar do ofício acabou por tirar a carteira profissional na Escola da Associação de Cabeleireiros, em Faro. Recorda que levava as amigas para serem as

suas modelos no curso.

Aos 26 anos muda-se para a vila, numa casa na Rua Alexandre Herculano, que tinha um espaço pequeno, mas onde começou o seu salão.

“Coloquei um espelho e duas cadeiras e comecei a trabalhar”, conta observando que alguns clientes que a conheceram no salão da D. Bitinha passaram para o seu salão e, entretanto, foi ganhando novos clientes. Mais tarde a D. Bitinha foi viver para França e acolheria os seus clientes no seu espaço.

Benilde chegava a trabalhar até de madrugada nas vésperas das festas e, dada a hora, às vezes ia levar as clientes a casa. Além dos clientes da vila tinha ainda clientes que vinham da serra e até de Santa Catarina, já concelho de Tavira. Sempre a tentar dar o melhor serviço, foi muitas vezes à serra pentear noivas no dia do casamento. Lembranças que ficam para sempre...

“Sou do tempo da permanente a quen-

te. Era um pesadelo para não queimar as orelhas das clientes”, recorda.

Com tanto serviço e com o salão pequeno, recorda que muitas vezes as clientes esperavam a sua vez sentadas nas escadas da casa e confraternizavam umas com as outras. A confiança e a fidelidade dos clientes foram ganhas aos poucos entre a mestria de tratar dos cabelos ao mesmo tempo que ouvia confidências, desabafo e dava alguns conselhos.

Desde a primeira hora teve em média duas a três raparigas que lhe davam apoio e que queriam aprender a profissão.

Mais tarde, comprou uma casa ali bem perto, onde está instalado o salão. Mas antes de mudar para lá o salão de cabeleireira, casou e fez a festa do copo d’água na casa nova.

O jeito para os cabelos está na família e a sua filha Nani também tirou o curso e trabalhou vários anos no salão.

O salão permanece ainda hoje neste local, agora só com a ajuda de Fátima que ali trabalha há três décadas e é uma referência da casa

Embora já tenha reduzido as horas no salão para se ocupar com os seus passatempos, Benilde garante que não se arrepende de nada e que gosta muito do seu trabalho.

“Gosto muito de fazer cortes de cabelo, penteados ao alto, cortar cabelos a rapazes e de fazer brushings”, comenta.

Fazendo uma rápida análise sobre a evolução das tendências e dos clientes, diz que atualmente as tendências são melhores e os clientes são menos exigentes, pintam menos o cabelo e preferem penteados mais práticos, exceto quando se trata de eventos.

“Antigamente as pessoas andavam mais arranjadas”, observa recordando que tinha clientes que iam ao salão duas vezes por semana.

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



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

CONSULTAS DIÁRIAS

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

[brasopticasba](http://brasopticasba.com) [@opticabras@gmail.com](mailto:opticabras@gmail.com)

289 845 305 915 768 218



alsanitrab

higiene, segurança e saúde no trabalho, Lda

Tel. 289 845 902 Fax. 289 845 904

www.alsanitrab.pt | geral@alsanitrab.pt

NECROLOGIA

Em memória...*... Eterna Saudade**À memória de***BEATRIZ CONCEIÇÃO RODRIGUES MARTINS****26/12/1935 - 12/11/2023**
JOÃO CAVALEIRO

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***CONSTANTINO DE HORTA****17/10/1931 - 15/11/2023**
ALMARGENS

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

Que descanse em paz.*À memória de***JOSÉ CÂNDIDO LEAL****10/11/1930 - 01/12/2023**
CAMPINA

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 FERNANDES RODRIGUES****07/05/1963 - 01/12/2023**
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***VIRGÍLIO FERNANDES MARTINS****05/10/1939 - 02/12/2023**
COROTELO

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

Que descanse em paz.*1 ano de Eterna Saudade***JOSÉ FRANCISCO PEREIRA GONÇALVES****11/12/2022 - 11/12/2023**

Os familiares recordam com saudade este seu ente querido na passagem do 1º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.*1 ano de Eterna Saudade***RUI MANUEL MESTRE GUERREIRO****13/11/2022 - 13/11/2023**

Os familiares recordam com saudade este seu ente querido na passagem do 1º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.*2 anos de Eterna Saudade***JOSÉ ANTÓNIO PARREIRA CONDINHO****28/12/2021 - 28/12/2023**

*Pai,
O tempo passa, as flores que coloco na sua lápide murcham, mas a saudade e o amor que sinto por si será eterno.
Até sempre.*

Os familiares recordam com saudade este seu ente querido na passagem do 2º aniversário do seu falecimento.

Que descanse em paz.*2 anos de Eterna Saudade***DOMINGOS RODRIGUES MARTA****20-12-2017 - 20-12-2023**

Os familiares recordam com saudade este seu ente querido na passagem do 6º 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**

HOMENAGEM

TIM KARRER, um eterno sambrasense de coração

Tim Karrer, um rapaz apaixonado pela vida, pela natureza, pelo bom convívio, viajante, atento aos pormenores e às pessoas, foi alguém que passou pela nossa vila de S. Brás de Alportel há 8 anos atrás e nunca mais deixou de fazer parte!

Tinha apenas 17 anos quando ficou a conhecer a nossa terra, através de uma aplicação na internet, chamada "couchsurfing" que se trata de um serviço de "casa partilhada" prestando hospitalidade por todo o mundo. Foi então que o destino o trouxe até à casa do sambrasense João Barreira e em boa hora que isso aconteceu pois dizem ter sido amizade e amor à primeira vista para João e o seu grupo.

A partir desta experiência, Tim apaixonou-se por S. Brás de Alportel, pela nossa cultura e pelas nossas gentes. Tanto que nos últimos anos veio cá quase de forma consecutiva, integrando-se na vila e na vida de muita gente.

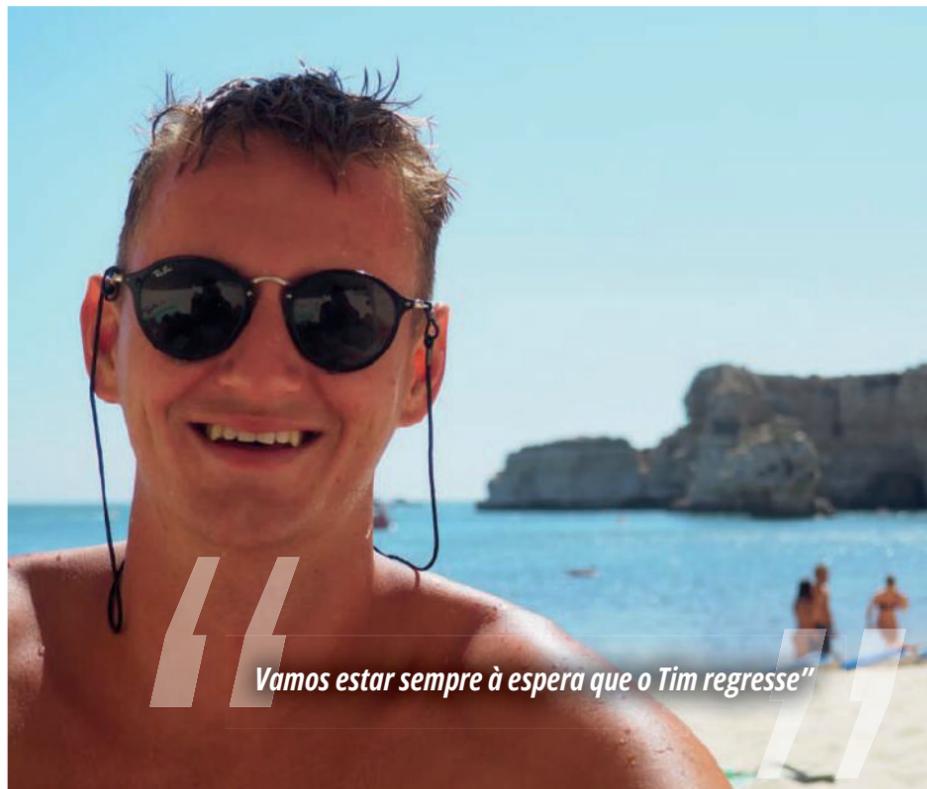
De estilo descontraído, sorriso cativante, era comum vê-lo a passear pelas nossas ruelas de skate, dizendo " bom dia" a toda a gente, no seu humilde português, bem como podíamos vê-lo sentado na esplanada da Joconde a deliciar-se com uma tosta mista, sempre rodeado de amigos!

Entre os dias 20 e 21 de outubro, chega até S. Brás de Alportel, a terrível notícia do falecimento deste jovem após um acidente num acampamento, um autêntico choque para todos os amigos e conhecidos.

O grupo de João Barreira, Pedro Ramos, Jorge Evaristo, Melissa Carneiro, Hélio Correia e muito mais amigos, juntou-se para prestar a última homenagem a Tim e foram durante este mês até à Suíça para uma celebração de amor e partilha.

Ao jornal O Sambrasense, Pedro Ramos, deu o seu testemunho, em nome de todos os seus amigos que tiveram o prazer de se cruzar com Tim, com o intuito de prestar esta pequena homenagem a alguém que de fora tanto amou a nossa terra!

Tim, serás sempre dos nossos!



Vamos estar sempre à espera que o Tim regresses

ENTREVISTA

O Tim aparece em S. Brás com apenas 17 anos. A partir do primeiro contacto que tiveram como é que foi a vossa amizade?

O Tim veio com um amigo, em contexto de viagem, para conhecer melhor o Algarve, foi então que o conhecemos através do "Janita". Foi amor à primeira vista. Eles eram mais novinhos, mas houve logo uma conexão muito especial.

A partir daí, o Tim veio todos os anos a Portugal, excepto durante o covid, mantivemos sempre contacto, principalmente o Janita no primeiro ano, mais tarde, eu comecei a aproximar-me muito. E nós também fomos à Suíça ter com ele! Várias pessoas de S. Brás de Alportel foram visitá-lo lá porque ele era realmente muito acolhedor e queria era ver todos bem e felizes.

O que é que o Tim mais gostava de fazer quando estava cá?

Tudo, ele adorava a nossa cultura, tentava falar português, era muito interessado em tudo o que acontecia em S. Brás e no Algarve. Adorava ir à pesca, ao futebol, enfim, dava-se com toda a gente, criou uma verdadeira conexão.

E quando não estava cá, ficava constantemente a ligar-nos e a perguntar pelos nossos.

Para quem não o conheceu, como é que descreves a sua personalidade?

Ele tinha só 25 anos, mas tinha uma sensibilidade especial, era muito atento aos pormenores, preocupava-se com os nossos avós, tinha mesmo um cuidado diferente, como nunca conheci.

Um rapaz muito educado, alegre, sonhador, queria fazer coisas bonitas e simples. A alma dele era pura. Era muito amigo do seu amigo. Tinha sempre as palavras certas. A distância nunca se sentiu, ele fez sempre do longe, perto.

Como é que era estar perto do Tim?

Era uma alegria, ele adorava ser livre e transmitia-nos essa liberdade e vontade de fazer mais.

Os nossos convívios era quando nós próprios também aproveitávamos para ter novas experiências. Ele puxava sempre pelo nosso melhor, vivi muito através da sua alegria e vontade de viver.

Ele juntava muita gente, as pessoas gostavam de estar perto do Tim, sentiam-se bem.

Quando é que souberam do falecimento do Tim?

Eu, sem saber de nada, coloquei uma fotografia com ele nas redes sociais, como fazia regularmente, na sexta-feira, dia 19 de outubro. Mas ele não respondeu. Achei estranho, porque ele nem viu. E no domingo de madrugada recebo mensagens de uma senhora com "emojis" a chorar, mas eu não liguei, pensei que tivesse sido um engano.

Quando acordo, tenho uma mensagem de um amigo dele que conheci quando fui lá no primeiro ano, a perguntar se eu sabia o que tinha acontecido ao Tim. E eu disse que não, nem fazia a mínima ideia. E depois ele então é que me conta que o Tim tinha falecido.

O que é que aconteceu nessa viagem a Córsega?

O Tim estava a acampar em Córsega, na França, com um amigo de infância. A ideia era aproveitarem o momento.

Infelizmente, correu mal, o tempo estava muito mau, previa-se uma tempestade, que acabou por acontecer, e crê-se que foi um raio que atingiu a árvore onde eles tinham a tenda.

Foram encontrados por um guarda florestal e a partir daí foi um processo complicado até conseguir apurar tudo e trazê-lo



para a Suíça.

Qual foi o impacto da notícia da morte do Tim em S. Brás?

Quando se confirma que o Tim falece... foi uma sensação difícil, estranha. Não estávamos à espera que o Tim tivesse marcado tanta gente, inclusive, aqui na nossa terra. Ele tinha tantos sonhos, queria vir para Portugal, tinha uma namorada que o adorava. Isto foi um choque.

Enquanto grupo, não sabíamos o que fazer, mas depois fomos informados que ia haver uma cerimónia e obviamente que nos unimos e movemos para ir até à Suíça e prestar-lhe a última homenagem.

Como é que correu a última homenagem ao Tim?

A cerimónia estava muito bem organizada, ofereceram-nos logo alojamento e ajuda monetária, foram muito prestáveis. Realizou-se num pavilhão com todos os amigos e familiares do Tim. Sentimos muito amor. É um luto diferente do nosso. Houve muitos abraços, uma celebração à vida do Tim. Penso que foi tudo feito como

ele gostaria. Estava a passar vídeos e fotografias de vários momentos.

Ficámos pasmados quando lá chegámos porque muita gente, sem nos conhecer, já sabia quem era o Janita, quem era o Pedro, ou o Jorge, ele falava muito de nós e de Portugal. Temos a certeza que fomos tão importantes para o Tim como ele foi para nós.

O que é que fica em vocês do Tim?

O Tim viveu de forma intensa, viveu muito mais em 25 anos, do que muitas pessoas que ficam cá uma vida toda. É triste saber que ele não conseguiu usufruir de mais. Ele merecia viver tudo o que sonhava.

Do Tim fica muitas recordações boas, fica a força de viver dele, o lema que ele tinha era "Pura Vida". É quase inexplicável falar do Tim. Ele criou ligações especiais com toda a gente com quem se cruzou.

Se calhar, fez o que tinha para fazer aqui... e agora está a ajudar outras pessoas, noutra lado, ninguém sabe, mas conforta-nos pensar que ele está em algum sítio onde estava a ser necessário.

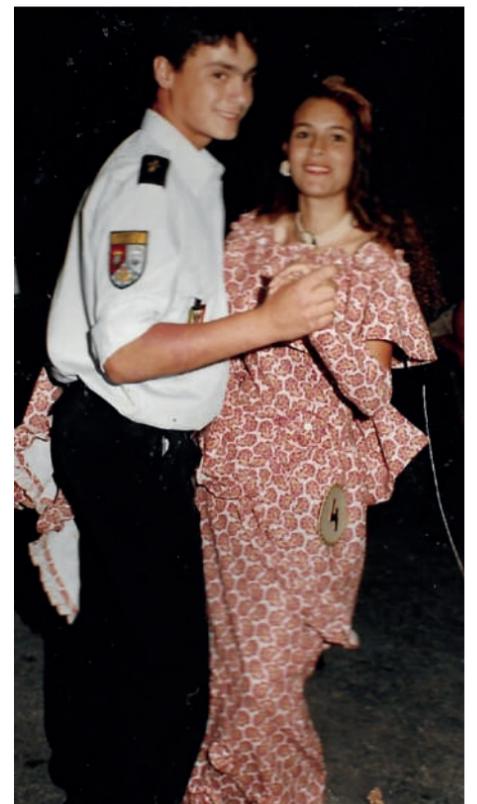
VOLUNTARIADO



IV. Os nossos Bombeiros

Em dezembro, continuamos este projeto de valorização dos nossos Bombeiros que mensalmente pretende dar a conhecer os homens e as mulheres que formam o nosso exército de paz... prestando o justo tributo ao seu exemplo de cidadania e altruísmo!

Iniciativa do Município de São Brás de Alportel, em parceria com a Associação Humanitária de Bombeiros de São Brás de Alportel


DANIEL MATEUS PEREIRA
Subchefe | 42 anos

Bombeiro profissional desde fevereiro de 2008.

O exemplo de familiares que ingressaram nos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel e o gosto pela aventura levaram Daniel a abraçar esta missão em 1994, ainda com 14 anos.

Mas só um ano depois, em 1995, Daniel seria registado no Recenseamento Nacional dos Bombeiros Portugueses.

A sua dedicação tem sido constante.

Entre as primeiras memórias enquanto bombeiro destaca a sua participação como cadete na Festa dos Vestidos de Chita em 1996, que se realizava no Quartel dos Bombeiros.

"Poderia falar de tantas ocorrências marcantes, (...)mas quero aproveitar para agradecer aos Bombeiros que estavam de serviço no dia do meu acidente e que me socorreram de forma exímia e profissional, esta é a minha melhor recordação", conta.

A SUA MENSAGEM PARA OS JOVENS?

"Para se ser bombeiro voluntário em Portugal, os jovens têm que estar fisicamente preparados, emocionalmente resilientes e comprometidos com a causa. Os bombeiros são indivíduos que despendem de muitas horas na sua formação, treino e capacitação, bem como na realização de serviço a nobre causa dos bombeiros Portugueses.

Quem se junta a causa tem que estar pronto para saber servir a comunidade com dedicação, zelo e responsabilidade!"

INICIATIVA

Câmara Municipal | Parceria: Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários
Colaboração: Jornais Locais - Notícias de São Brás e *O Sambrasense*
Texto: Eliana Santos e Marlene Guerreiro


MENSAGEM DE NATAL

Caras e caros amigos.

O Natal é sempre uma época do ano muito especial, rodeada de alegria, magia e propícia à intensidade de sentimentos, à qual é difícil ficar indiferente. Perante um leque tão variado de emoções fortes, há quem vislumbre esperança, alegria e solidariedade, no entanto sabemos que, para outros, esta é uma época vivida com preocupação, em consequência do frágil contexto económico, da saudade de familiares e amigos ou até mesmo da ausência de saúde.

É precisamente nestes tempos mais difíceis que temos de ter mais força, mais foco, mais determinação, para conseguirmos superar os inúmeros desafios que a vida nos coloca, independentemente da sua natureza e contexto.

Acreditar é preciso e, recorrendo à nossa capacidade de resiliência, vamos fazer deste Natal um ponto de viragem, aclamar uma nova luz para a nossa vida, uma luz de que todos somos merecedores, para que assim, o novo ano de 2024 chegue repleto de magia e felicidade. E claro, desejamos que não seja um ano somente de melhoria da qualidade de vida e de concretizações pessoais, mas que, também seja mais um ano em que os mais vulneráveis se sintam continuamente acarinhados e apoiados.

O ano de 2023 está praticamente no fim. Acre-

dito que, todo o trabalho desenvolvido, assim como o caminho percorrido, contribuíram positivamente para a história da nossa freguesia e acredito também que, o próximo ano, será certamente mais um ano de felizes realizações.

A nossa terra é única, repleta de valores que estão presentes em cada pessoa, quer seja nas associações, em cada movimento, em cada organismo e são exatamente as pessoas que fazem a diferença no dia a dia que nos assiste, mas também na vida de quem nos visita e nos quer conhecer.

Juntos, vamos continuar a trabalhar, sem nunca deixar de sonhar, de acreditar e de procurar continuar a fazer e a dar o nosso melhor pelo amor que sentimos pela nossa terra e pelo bem que desejamos, aos que nela se movem.

Sabem que tudo farei para que assim seja! Antes de terminar, não poderia deixar de enviar a todos os São-brasenses, uma mensagem de esperança e de confiança no futuro. Aos nossos colaboradores, aos nossos voluntários, aos nossos emigrantes, a todos vós, faço votos de um Santo e Feliz Natal e de um Próspero Ano Novo de 2024.

Um abraço fraterno.

O Presidente da Junta de Freguesia
João Rosa



- Parises -
Aldeia Natal Verde!
Visite até 6 jan

O espírito de Natal
invadiu a aldeia de Parises!








REPORTAGEM

ARTMUSA lança "Saudade" com elenco especial

A banda sambrasense ArtMusa lançou no passado dia 3 de dezembro, mais um brilhante trabalho, com a música "A Saudade Também Se Pega" letra da autoria do notório autor Pedro Chagas Freitas. Desta vez contou com um elenco especial para o videoclipe, tendo como intérpretes, os sambrasenses Rafael Peyroteo e Andreia Viegas, com instrumental de Ryan Anderson (Ryini Beats), Mix & Master: Tommaso Antico, Produção: Dj Jexxx | Jean Richard e Vídeo por Fábio Pereira.

Mara Costa, Nestor Guerreiro, Natalina Revés e Alberto Revés, foram os sambrasenses convidados para ilustrar e animar esta música que fala sobre a saudade e o amor para a vida toda.

O Jornal O Sambrasense falou com este elenco especial que se revelou muito animado por ter feito parte deste projeto. "Gostei muito deste dia. Foi uma experiência gira" - conta Mara entusiasmada. Nestor apesar de um pouco mais tímido acaba por dizer que: "Gostava de participar outra vez."

Mara e Nestor representaram no videoclipe o início de uma história de amor, que foi continuada por outros dois convidados, Natalina e Alberto Revés, que representaram o amor de uma vida a dois ao longo de várias décadas.

"Agora na casa dos oitenta é que nos tornámos atores!" conta animada Natalina que confessa ter ficado surpreendida com o convite, mas que aceitaram com muito gosto. "Gostei muito de trabalhar com os jovens, são muito simpáticos" afirma Alberto.

Sem medo de desafios este casal que está junto há mais de 60 anos, representaram com grande honra e dignidade,

uma história de amor e de respeito, representando a letra da música sobre a saudade que se vive ao longo da vida.

"Esta música surge de uma letra do Pedro Chagas Freitas, através da Cristina Terêncio, que com o projeto "Prometo Viver" fez a ponte de ligação com este autor de renome nacional e a nossa banda. Aceitámos o desafio de criar uma interpretação para a letra e apresentámos no dia em que o Pedro veio a S. Brás lançar o seu livro, ficou surpreendido com a nossa interpretação, gostou muito e até a partilhou nas suas redes sociais." - refere Andreia Viegas

Rafael menciona que o feedback tem sido muito positivo: "É outra perspetiva do que é o amor. Já não é a primeira vez que convidamos outras pessoas para participarem nos videoclipes, mas este é especial, pela representação que tem do amor na juventude e depois na terceira idade."

Uma música que retrata um amor para a vida toda projetado desde a infância até à vida adulta de balão na mão, é a mensagem principal desta produção.

Com um reportório musical muito ligado ao tema do amor, a banda ArtMusa, assegura que irão surgir outros ritmos: "Estamos a acabar de lançar um EP, esta música já faz parte dele. Tem outras batidas, mas acaba por ser à volta do amor e das várias formas de amar." revelam os intérpretes da ArtMusa.

A música está disponível no Youtube como nas redes sociais da banda, apelamos à partilha e divulgação do trabalho destes jovens sambrasenses!

Votos de muito sucesso!



Rute Guerreiro Consultora Imobiliária

t. 915 934 084

rguerreiro.farosaobras@era.pt

Boas Festas



ERA FARO SÃO BRÁS

farosaobras@era.pt

era.pt/farosaobras

t. 289 895 151

Feliz Natal

A CARIGON deseja a todos os clientes Feliz Natal e próspero Ano Novo! Para o ano 2024 faz o teu agendamento de atendimento para compra venda e arrendamento de imóveis, seguros, créditos, contratos de electricidade e gás e telecomunicações e serviços administrativos.

919174002 | www.carigon.pt

LOCAL

Noite Vermelha animou quadra natalícia em S. Brás de Alportel



Irresistíveis promoções no comércio local, deliciosos Sabores de Natal, presentes a preços apetecíveis, artesanato, sorteios, animação, espetáculos, uma maravilhosa Rota de presépios, uma edição especial do Mercadinho Solidário e ainda... a estreia do ano: Parises – Aldeia de Natal Verde, animam a quadra natalícia em São Brás de Alportel!

A Noite Vermelha marcou a abertura do calendário natalício com irresistíveis promoções no comércio local, com porta aberta até ao final da noite, e pelas artérias comerciais da vila, com artesanato e produtos locais, a espreitar por aqui e por ali.

No Largo de São Sebastião, coração da vila, aguardou-se a Chegada do Pai Natal, dando início a um programa de animação que se prolongou noite dentro, com muito artesanato e produtos locais.

A nível musical, passaram largo conjunto de grupos, tais como São Brás Bailando, Urban Xpression, Clube do Museu, o novo Grupo Coral Infantil de São Brás de Alportel.

Em estreia teve ainda o trio Tiago Botinas, Isaac Costa e Matilde Belchior, mais um projeto a nascer para dar a conhecer os jovens talentos locais. Os divertidos

“Sniffy Marfads” com a belíssima voz de Sofia Guerreiro a fechar a noite.

SABORES, SONS, DANÇA, SABERES, CONVÍVIO E PRESÉPIOS ANIMAM NATAL

Aberta que está a época natalícia sã-brasense, o Município preparou atividades de dinamização do Mercado Municipal que, além da sua dinâmica habitual, vai contar com a participação de doceiros/as na mostra “Sabores de Natal” assim como de artesãos que vão apresentar as suas propostas para presentes únicos e originais.

E porque o espírito natalício “anda de braço dado” com a solidariedade e a fraternidade, o Largo de São Sebastião acolheu o Mercadinho Solidário no domingo, dia 3, um evento em que várias associações locais e regionais participam e apresentam os seus trabalhos únicos como sugestão de presentes de Natal e, cujo palco vai ser animado com música e dança.

O Espaço Comunidade, antiga sede da Junta de Freguesia, foi o ponto de encontro de vários artesãos aos sábados de manhã no mês de dezembro e dão

corpo a uma nova iniciativa da Junta de Freguesia de São Brás de Alportel: a Feira de Natal.

No segundo fim de semana de dezembro, todos os caminhos foram até a aldeia Parises que por estes dias se transformou em Aldeia Natal Verde. Uma iniciativa que está a envolver a comunidade e onde todos podem colaborar.

Para além do mercadinho da aldeia havia várias oficinas de Natal a espalhar a magia do Natal através de sons, sabores e animação.

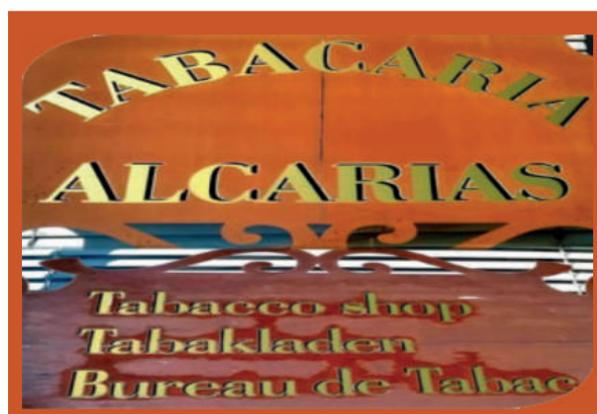
Os alunos da Escola de Música da Associação Cultural Sambrasense apresentam a sua audição de Natal no Centro de Artes e Ofícios a 16 de dezembro, a partir das 16h00. Um

No dia de Natal, o Moto clube de São Brás de Alportel “Os Unidos da Estrada” voltam a dinamizar a sua festa de Natal

em pleno Centro Histórico, junto à sede do clube.

A Rota dos Presépios também regressa a vários espaços do concelho. Este ano, a rota dá a conhecer aproximadamente de 30 presépios instalados na Santa Casa da Misericórdia, no Museu do Traje, na Quinta do Peral, do Miradouro da Cabeça do Velho, no Centro Museológico do Alportel, na Biblioteca Municipal, no Centro de Convívio de Parises, no recreio do Jardim de Infância do Corotelo, no Quartel dos Bombeiros Voluntários, no átrio do São Brás Cineteatro Jaime Pinto e na Igreja Matriz.

Os Amigos da SãoBrazArte vão apresentar o Presépio ao Vivo na Biblioteca Municipal no dia 6 de janeiro, pelas 16h30.



LOCAL

Parises celebra natal com tradição e magia



No coração da Serra do Caldeirão de São Brás de Alportel, uma pequena aldeia deixou-se invadir pela mais genuína magia do natal... numa iniciativa da Câmara Municipal, das mãos dos seus habitantes, com a ajuda de voluntários e amigos, por aqui e por ali, brotam decorações naturais de natal, sem plásticos ou efeitos artificiais, apenas com o que a terra dá, recuperando e reutilizando materiais, num trabalho de muitos dias na Oficina do Natal.

Muito convívio, divertidas oficinas de Natal, momentos mágicos com luzes, artesanato, animação, magia e sabores de Natal animaram o programa no fim de semana prolongado.

Uma iniciativa promovida pela Câmara Municipal de São Brás de Alportel que contou com um intenso envolvimento da comunidade marcando o Natal Algarvio de 2023 de todos os sambrasenses e os seus visitantes.

As cores, os cheiros e as texturas naturais inspiraram os habitantes da serra que, nua oficina de Natal improvisada, deram largas à imaginação e mestria nas últimas semanas, para transformar a aldeia, tendo com o ponto de partida a decoração de toda a aldeia com o tema natalício utilizando apenas materiais naturais encontrados na serra e materiais reutilizados.

As ruas da aldeia estiveram cheias, o Mercadinho da Aldeia, junto à Casa da Serra, convidou todos os visitantes a participar nas Oficinas de Natal onde puderam fazer grinaldas com elementos recolhidos da serra.

O chocolate quente da chocolateira no fogo de lenha feito à moda antiga deliciou miúdos e graúdos.

As iluminações de natal junto da nossa serra e das suas casinhas tradicionais fizeram uma bonita moldura para recordar mais tarde um dia natalício em plena serra do caldeirão.

Os visitantes tiveram ainda a oportunidade de aprender a fazer filhós lêvedas e o tradicional jantar de feijão no forno de lenha, seguido da atuação do Rancho Típico Sambrasense, degustando o jantar de feijão preparado nas oficinas de Natal e conhecer a magia das iluminações de Natal.

Parises integra ainda a Rota dos Presépios de São Brás de Alportel com um presépio tradicional algarvio patente na Capela de Parises e um presépio de pedra feito por crianças da escola EB1 n.º 2 de São Brás de Alportel que foi instalado na paragem de autocarro que podem ser visitados até 6 de janeiro.

Até ao Dia de Reis, 6 de janeiro, pode visitar a aldeia de Parises, em modo Aldeia de Natal Verde, mas é bem-vindo todos os meses do ano.

No coração da Serra pode respirar o melhor ar puro, apreciar a paisagem, percorrer trilhos de percursos pedestres ou de todo o terreno, conhecer o património local. A não faltar uma visita à Casa da Serra que desde o passado dia 6 de janeiro, acolhe os visitantes com um espaço interpretativo da Serra do Caldeirão. Uma casa pequenina onde cabe a Serra dentro, com a sua história, as suas gentes e tradições.

Imagens: Município S. Brás Alportel



Boas Festas

"PACHARRA"

Construções Manuel Martins Negrão Júnior Lda.

É bom viver em São Brás

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

Going for you. A Cuidar de Si

Serviço de Apoio Domiciliário

CONTACTOS

www.caringforyou.pt
geral@caringforyou.pt
919001987

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

Dra. Patrícia Vaqueirinho

Assistente Social e Diretora Técnica

LOCAL

Ana Abrunhosa, Ministra da Coesão Territorial, visitou obra do Lar da Misericórdia

A Santa Casa da Misericórdia de São Brás de Alportel recebeu no passado dia 21 de novembro, a visita da Ministra da Coesão Territorial, Ana Abrunhosa, que teve a oportunidade de conhecer os trabalhos em curso da grande obra de ampliação e remodelação do Edifício da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

Acompanhada por representantes da Mesa Administrativa e de técnicos da Santa Casa da Misericórdia de São Brás de Alportel, bem como da Câmara Municipal e da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve, assim como pelos responsáveis pelo projeto e pela sua execução, a ministra percorreu os espaços em construção.

A ampliação está a ser concretizada com a construção de raiz de uma nova área que vai permitir ampliar a capacidade de acolhimento da Misericórdia em 11 novos quartos duplos, acompanhados de uma sala de estar e de atividades e compartimentos de apoio.

Uma parte da zona já existente será preservada e remodelada para assegurar maior conforto dos utentes.

A execução deste projeto prevê a ampliação para 85 camas de capacidade e a previsão de acordo a celebrar com a Segurança Social para esta capacidade, desejando-se que este número possa no futuro ser ampliado para dar resposta à crescente necessidade deste apoio vital para as famílias.

Um projeto ambicioso que está a merecer total empenho por parte da instituição, num investimento superior a 3,5 milhões de euros, que conta com financiamento da União Europeia, através do programa Portugal 2020 - CRESCE Algarve, bem como do Fundo Rainha D. Leonor e da Câmara Municipal de São Brás de Alportel, que tem como objetivo aumentar a qualidade dos serviços prestados por parte da instituição e a capacidade de resposta relativamente ao número de utentes apoiados e proporcionar-lhes melhores condições de conforto, bem como a criação de novos postos de trabalho.



BAFRUTAL, LDA.

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

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



Festas Felizes e Próspero Ano Novo 2024

Estimadas e estimados conterrâneos são-brasenses

Aproxima-se mais uma quadra natalícia evocativa dos valores humanistas de solidariedade, paz e amor em torno deste milagre universal que é a vida.

Esta narrativa do passado convida à reflexão sobre a necessidade de promover a tolerância e uma visão global de desenvolvimento e paz. Este caminho de futuro define-se hoje, através da união de todos nós enquanto cidadãos do mundo, conscientes e responsáveis pelo nosso contributo nesta jornada.

Os desafios da atualidade exigem capacidade de resposta a novas realidades, bem como o fortalecimento de parcerias de confiança que permitam otimizar recursos. O compromisso de combate às alterações climáticas, o apoio à recuperação económica e social, a promoção da igualdade e do acesso à habitação, a transição digital e a defesa dos valores democráticos são objetivos prioritários desta missão partilhada pela Câmara Municipal com instituições, associações, entidades, empreendedores e população em geral.

Este trabalho partilhado e em constante diálogo reforça o testemunho e espírito de missão vividos de forma altruísta e abnegada por voluntários e trabalhadores de instituições, associações e da própria autarquia que celebram o espírito natalício 365 dias no ano e dão provas desta dimensão humana bem presente na comunidade são-brasense.

Imbuído deste espírito de luz que alimenta a esperança num mundo melhor, desejo a todas as famílias são-brasenses um Feliz Natal. Deixo ainda uma palavra de conforto a todas e a todos aqueles que, por vicissitudes da vida se encontram sozinhos ou longe da família nesta quadra.

Que este Natal traga a Paz, Tolerância e Solidariedade ao Mundo.

Um fraterno e caloroso abraço,



Vitor Guerreiro

O Presidente da Câmara Municipal

PUBLICIDADE

2023

Rota dos Presépios SÃO BRÁS DE ALPORTEL

Siga a Estrela da Tradição...

Dezenas de presépios, em todo o concelho, aguardam pela sua visita até ao Dia de Reis!

✦ **PRESEÍPIOS DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA**
Museu do Traje
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Presépio Tradicional Algarvio
Visita: durante o horário de funcionamento do Museu

Centro Infantil António Calçada
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Horário de visita | de 2ª a 6ª feira | 08h00 - 19h00

Lar de 3ª Idade
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Horário de visita | Todos os dias, sem restrições de horário
Org: Santa Casa da Misericórdia

✦ **PRESEÍPIO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS**
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Visite o Maior e Mais Tecnológico presépio de sempre e ajude os Soldados da Paz!
Org: Ass. Hum. Bombeiros Voluntários

✦ **PRESEÍPIO DOS PARISES**
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
[Capela] Presépio Tradicional Algarvio
[Paragem do Autocarro] Presépio em Pedra feito pelos alunos das turmas 1 e 2B da Escola E. B. n.º 2 da Prof.ª Noémia Pires
Org: Casa da Serra, Centro de Convívio de Parisés e Moradores

✦ **PRESEÍPIO ARTESANAL [QUINTA DO PERAL]**
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Exposição de presépio artesanal da autoria da artesã Emília Guerreiro.

✦ **PRESEÍPIO DA CABEÇA DO VELHO [PARQUE DO MIRADOURO DA CABEÇA DO VELHO]**
De 1 de dezembro a 8 de janeiro
Org: Futebol Clube Cabeça do Velho

✦ **PRESEÍPIO DO ALPORTEL [CENTRO MUSEOLÓGICO]**
De 8 de dezembro a 8 de janeiro
Org: Sociedade Recreativa Alportelense

✦ **PRESEÍPIO DO COROTELO [JARDIM DE INFÂNCIA DO COROTELO]**
De 8 de dezembro a 8 de janeiro
Org: Jardim de Infância do Corotelo

✦ **PRESEÍPIO TRADICIONAL ALGARVIO [BIBLIOTECA MUNICIPAL]**
De 09 de dezembro a 7 de janeiro 2024 | Átrio da Biblioteca

✦ **PRESEÍPIOS DA PARÓQUIA [IGREJA MATRIZ]**
De 20 de dezembro a 8 de janeiro
Conheça os 10 presépios preparados pelas turmas da catequese da paróquia de São Brás de Alportel.
Org: Paróquia de São Brás de Alportel

✦ **MOSTRA COLETIVA DE PRESEÍPIOS ARTESANAIS 2023**
Átrio São Brás Cineteatro Jaime Pinto | 7 de dezembro até 6 de janeiro
Visitas no horário de expediente Galeria Municipal
Org: Câmara Municipal

✦ **PRESEÍPIO AO VIVO**
Dia 6 de janeiro 2024 | sábado | 16h30 | Biblioteca Municipal
Org: Câmara Municipal em colaboração com a Associação SãoBrásArte

✦ **PRESEÍPIO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS**

■ Uma iniciativa do Município de São Brás de Alportel, com a colaboração das associações e entidades locais. Alportel

Sunbox Storage Solutions BOX PARKING

Alugar

São Brás de Alportel
6X3x3.3 / 59m³
fechado, seguro e seco
Acessível 24/7

967 551 388

~~250 €~~

200 €/m

BLACK FRIDAY

As 10 primeiras garagens

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

Compre cá dentro, juntos somos mais fortes!

sorteios de
VALES DE NATAL

Comércio Local e Restauração
e Mercado Municipal

1 Dez > 6 Jan

5 Sorteios
500€ /semana

Mostra/Venda
PRESEÍPIOS ARTESANAIS

Até 7 Janeiro

Átrio do
Cineteatro São Brás

Festas Felizes

www.cm-sbras.pt

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

DESPORTO

O renascer de um sonho: Basquetebol na União Sambrasense



A história do basquetebol na União Sambrasense remonta aos anos 90 mais concretamente ao ano de 1995 quando se iniciou o basquetebol feminino. Ainda no final do milénio, em 1999, também havia uma equipa masculina inscrita na 2ª divisão. Mas o abandono precoce de ambas as equipas fez com que a UDRS se direccionasse para a formação. Começa então a escola de basquetebol UDRS com escalões entre os 6 e os 12, femininos e masculinos, onde passaram centenas de jovens alcançando títulos a nível distrital de grande mérito bem como atletas a serem chamados para a Seleção do Algarve. A modalidade manteve-se no clube até ao ano de 2011, altura em que a UDRS teve pouca dinâmica a nível desportivo, e em que o Basquetebol acabou tal como o Futebol.

A anterior direção, liderada por Joaquim João, já havia apresentado vontade de voltar a reativar o Basquetebol em S. Brás de Alportel, dando os primeiros passos em contactos com a Associação de Basquetebol do Algarve e com antigos atletas que queriam reativar o projeto. A atual direção deu continuidade ao trabalho e agarrou-se a essa vontade, tornando real o sonho de muitos jovens e adultos que queriam ter novamente Basquetebol em S. Brás de Alportel e reativar a história da UDRS. Foi neste contexto que o Jornal O Sambrasense entrevistou alguns elementos da equipa técnica atual a fim de dar a conhecer o trabalho feito e os objetivos a que se propuseram quando decidiram assumir a projeção deste projeto juntamente com a UDRS.

ENTREVISTAS



GABRIEL ERZINI
31 anos

“Gabriel Erzini, tenho 31 anos e sou natural de Faro. Comecei a gostar de basquetebol por causa do meu tio Younes Erzini, que jogou basquetebol universitário na América. Joguei federado pela primeira vez no escalão de iniciados pela UDRS. Depois de ingressar na faculdade, joguei pela Equipa Universitária de Aveiro onde estive 3 anos. Lá jogámos CNB2 e torneio nacional universitário (campeões de 2010/2011). Aqui o nível era muito superior ao que estava habituado. Apesar de ser um jogador constantemente na luta pela convocatória, a minha evolução foi exponencial. 10 anos depois, joguei pelo Bonjoanense em Faro.”

O que vos fez agarrar este projeto de relançar o basquetebol em S. Brás de Alportel?

Considero trágico não haver um clube

de basquetebol bem estabelecido em São Brás tendo em conta a popularidade do basquetebol em Portugal.

Que necessidade havia de implementar esta modalidade na nossa terra?

É um desporto de equipa, extremamente popular que tem de existir como opção em São Brás de Alportel para benefício dos jovens.

Como é voltar a representar um clube como a UDRS?

Sinceramente o clube UDRS não está imediatamente presente em espírito quando penso no basquetebol. O futebol costuma estar no centro das atenções, fruto do panorama nacional e historial do clube. Tenho alguns dissabores relacionados com a falta de recursos no passado (enquanto fui atleta) e na forma como foi recebida a

minha abordagem de reiniciar o basquete há dois anos.

No entanto, desta vez foi o clube que tomou a iniciativa de nos incluir e estou otimista que poderá ser diferente... O facto de haver minis e seniores a treinar é a prova disso.

Têm pretensão de criar uma equipa sénior?

Sim, a vontade é muita e a ideia é essa. Daí estarem a decorrer 2 treinos por semana para pelo menos manter os interessados minimamente preparados para um eventual arranque do escalão. Além disso, os jovens passariam a ter uma referência.

Quais os maiores objetivos a nível de competição para tempos próximos?

Julgo que preparar os minis para participarem em torneios será o objectivo imediato.

DESPORTO



RUI CALÇADA
31 anos

“Rui Calçada, 31 anos. Joguei basquete federado desde o ensino básico até ao primeiro ano de faculdade. Desde aí o basquete tem sido mais acessório, mas sempre mantendo viva a chama.”

O que vos fez agarrar este projeto de relançar o basquetebol em S. Brás de Alportel?

O desaparecimento de uma modalidade que tanto me fez crescer era só por si um facto muito triste. Impulsionado pela motivação dos restantes treinadores e também do crescente interesse da comunidade neste desporto, surgiu esta oportunidade de proporcionar a uma emergente equipa o espírito do basquete que é para a nossa geração tão nostálgico. É um prazer fazer parte disso e ao mesmo tempo voltar a poder jogar com os meus companheiros.

Que necessidade havia de implementar esta modalidade na nossa terra?

A necessidade já vinha a crescer há muito tempo e acho que a dinamização do recente campo de basquetebol exterior veio renovar o fervor que existia pela modalidade. A partir daí, acho que a nossa (de todos os treinadores) disponibilidade e lealdade para com a vila veio possibilitar o que é agora uma experiência que já dá frutos.

Como é voltar a representar um clube como a UDRS?

Acho que é ótimo podermos vestir a camisola pela UDRS novamente e espero que possamos inspirar outros a fazer o mesmo.

Têm pretensão de criar uma equipa sénior?

Uma equipa sénior seria um sonho tornado realidade. Com ambição, mas tendo noção do desafio pela frente, seria uma

extraordinária forma de crescimento pessoal, mas também do cultivo do desporto cá na vila.

Quais os maiores objetivos a nível de competição para tempos próximos?

Como treinador, acho que ainda estou no início da curva de aprendizagem. A aposta na formação oficial vai ser importante, mas acho que acima de tudo, há que continuar a investir tempo no cultivo do espírito de equipa e de basquetebol junto dos atletas.

É importante tentar acompanhar os mesmos à medida que vão progredindo nos escalões. Esperemos que continue a haver interesse de ambas as partes de modo a que os miúdos não se dispersem na prática da modalidade.

Como jogador, acho que o sonho de fazer parte da equipa sénior sambrasense seria o objetivo último.



DAVID RODRIGUES
23 anos

que esta modalidade devia estar acessível a todos, tive a ideia de propor, no âmbito do Orçamento Participativo de São Brás de Alportel, a construção de um campo público de street basquetebol, para utilização livre pela comunidade. A proposta foi vencedora, e o campo foi inaugurado em maio de 2023, tendo sido concretizado pelo Município, em parceria com a start-up Hoopers e com o IPDJ. Com um campo disponível para todos, estavam abertas as portas para relançar o basquetebol no concelho.”

O que vos fez agarrar este projeto de relançar o basquetebol em S. Brás de Alportel?

O basquetebol é uma modalidade que permite trabalhar aspetos interrelacionais muito importantes, como a capacidade para trabalhar em equipa, cooperação, superação, e desenvolvimento de competências pessoais, além de todos os benefícios físicos aliados à prática desportiva. Sentíamos que faltavam oportunidades para as crianças e jovens experimentarem esta modalidade no concelho, e que valia a pena tentar relançá-la, já que tanto sucesso e atratividade tinha há anos atrás, e que hoje ainda tem.

Que necessidade havia de implementar esta modalidade na nossa terra?

Percebemos, pelo contacto com várias pessoas da comunidade, inclusivamente pais, e crianças, que as pessoas manifestavam vontade e interesse no basquetebol,

e que inclusivamente algumas pessoas se queixavam que tinham que inscrever os filhos fora do concelho. Quando foi inaugurado o campo de street basquetebol no âmbito do Orçamento Participativo, vimos que havia procura, que jovens, crianças e famílias tinham interesse e usavam o campo para passar os seus tempos livres. Isso, aliado à vontade pessoal que o nosso grupo de amigos tinha de ver a modalidade a ganhar mais força em São Brás, motivou-nos a avançar com esta iniciativa.

Que escalão está a ser treinado neste momento?

Neste momento temos dois escalões: minis (6-8 anos) e sub-12 (9-12 anos). Idealmente é nosso propósito ter uma equipa de iniciados e uma equipa sénior, que sirvam também de referência para os mini-atletas.

Como é voltar a representar um clube como a UDRS?

É uma sensação de responsabilidade e de realização, uma vez que está cumprido o primeiro passo, que é arrancar com a iniciativa. Queremos que esta modalidade contribua, em campo, para dignificar ainda mais a UDRS a nível nacional. Pretendemos que seja uma referência ao nível da formação, o que é essencial para traçar o presente e o futuro para a modalidade. Para tal, é muito importante o apoio e a mobilização da comunidade, para que consigamos formar equipas e treinar as várias gerações.

Têm pretensão de criar uma equipa sénior?

A prioridade será sempre estabelecer a base, que é formação de minis, mas sempre com uma projeção de formarmos uma equipa de referência que será constituída por jogadores seniores. A prova dessa ambição é que, duas vezes por semana, treinamos um grupo constituído por elementos de várias faixas etárias, formado por pessoas entre os 18 e os 35 anos de idade, com o intuito de, num futuro próximo, reunirmos as condições para constituir formalmente a equipa sénior.

Quais os maiores objetivos a nível de competição para tempos próximos?

Para termos resultados positivos e pensar em competição temos que ter uma base sólida, quer em número de praticantes, quer em técnica e capacidade competitiva. As nossas expectativas é que tenhamos equipas prontas para futuros desafios competitivos, e gostaríamos de vir a ter uma ou um jovem atleta que venha a ser uma referência ao nível nacional, como hoje temos o caso do jogador federado Guilherme Lacerda Santinhos, sambrasense, que joga atualmente no Ginásio Clube Olhanense, e que já foi convocado para os sub-23 da seleção nacional de basquetebol.

Um outro objetivo será, sem dúvida, ter uma equipa sénior que seja competitiva ao nível da região do Algarve, e que dignifique o basquetebol no concelho, alcançando bons resultados, com fairplay.



PAULO INÁCIO
29 anos

“Paulo Inácio, tenho 29 anos e sou um apaixonado pelo basquetebol desde que me lembro. Fiz toda a minha formação de basquetebol em São Brás de Alportel, começando nos Iniciados (Sub.14) até aos Juniores (Sub.18). Devido à minha vida pessoal e profissional, optei por não jogar nos seniores, mas nunca deixei de praticar este desporto, sendo que jogava principalmente na rua entre amigos. Obviamente, com este projeto, espero poder completar esse meu percurso nos seniores, a jogar pela minha terra.”

O que vos fez agarrar este projeto de relançar o basquetebol em S. Brás de Alportel?

Penso que o que me fez agarrar a este projeto de relançar o basquetebol, tem muito a ver com o meu próprio percurso enquanto criança e adolescente a nível

desportivo.

Inicialmente, antes de sequer conhecer esta modalidade desportiva, eu não era uma criança muito ligada ao desporto. Era magro, alto, descoordenado e tinha pouca força e agilidade. Como é normal, tentei jogar futebol inicialmente, e a coisa não correu nada bem. Não gostava e não tinha jeito nenhum com os pés.

Foi então que, num jogo de rua, experimentei o basquetebol e a coisa resultou!

Fiquei viciado no basquetebol e acabei por jogar pelo Sambrasense. E pouco a pouco, a minha coordenação, força, agilidade e tudo resto, melhorou de forma drástica, ano após ano. E acima de tudo, o meu gosto pela atividade física.

E é por esta razão que acho importantíssimo relançar novamente o basquetebol ou qualquer outra modalidade, pois, decerto que haverá bastantes crianças exatamente

na mesma situação em que eu estive.

Como é voltar a representar um clube como a UDRS?

É voltar às origens, sentir uma nostalgia por vestir as cores verdes, que me deram tantos bons momentos e tantas boas memórias. Mas desta vez com um novo papel, o de ensinar.

Têm pretensão de criar uma equipa sénior?

Sem dúvida que sim, é uma parte fundamental de qualquer bom clube. São os Seniores que servem de inspiração para os mais novos, e essa é uma grande responsabilidade.

DESPORTO - DIÁRIOS DE JOGO

A rúbrica do treinador: Carlos Lopes | Seniores



JS CAMPINENSE x UDRS
11/11/2023

Sabíamos que ia ser um jogo bastante físico contra uma equipa que defensivamente está muito bem montada.

Na primeira parte não cumprimos com o plano de deixar os nossos extremos mais perto dos defesas adversários, pois baixávamos demasiado para ter bola ficando pouca gente na frente o que deixou o adversário completamente à vontade.

Poucas subidas dos nossos laterais e muito pouca fluidez no nosso jogo com bola, o golo surge de uma perda de bola nossa em zona ofensiva onde o adversário aproveitou bem e saiu em vantagem

com toda a justiça intervalo.

Na 2 parte era preciso mudar, necessitávamos que os nossos homens mais avançados jogassem mais perto da baliza adversária deixando os médios assumir a construção de jogo.

Melhoramos bastante na 2 parte, chegamos ao empate tendo ainda mais 3 oportunidades de golo claras. No minuto 90 fomos castigados por uma falta de atenção ao 2 poste e sofremos um golo de canto que deu a vitória ao adversário.

Resultado injusto para o que fizemos na 2 parte, mas dar os parabéns aos meus jogadores pela entrega e melhoria progressiva durante toda a partida contra um adversário que está a fazer uma excelente época até ao momento.

UDRS x QUARTEIRA SC
18/11/2023 | Quarteira

Jogo contra uma equipa com jogadores de 1ª Distrital, que na época passada fez 45 pontos e que se batia contra todas as equipas do distritalão.

Manteve os mesmos jogadores e ainda se reforçou.

Sabíamos que tínhamos de estar muito atentos à manobra ofensiva do adversário que tem jogadores fortes em largura como Pele Aldair Vinicius e Leo.

Fomos muito competentes a defender e sempre criando perigo em transições ofensivas por parte do Abdou e do Gonçalo Martins que fizeram um grande jogo

adicionado ao Galanducho que segurou sempre bem a bola permitindo aos nossos extremos romperem com frequência.

Primeira parte fomos claramente superiores chegando ao intervalo com uma vantagem de 1-0.

Na 2 parte era importante manter os níveis de concentração defensivamente e falhamos um pouco por aí dando demasiados livres e cantos ao adversário onde mais uma vez fomos penalizados com um golo sofrido de canto.

A seguir a isso fomos novamente a equipa que mais criou e merecíamos ter terminado o jogo com uma vitória.

Eu sei que se dá muito valor ao ganhar e perder, mas eu vou mais além que isso.

Jogamos contra uma equipa com excelentes intérpretes que já estiveram em campeonatos nacionais alguns deles e outros no distritalão a lutar por lugares cimeiros.

Tendo disputado o jogo desta maneira a merecer a vitória deixa-me com um orgulho enorme mais uma vez nos meus jogadores que trabalharam bastante mais uma vez como têm feito durante toda a época.

CD MARÍTIMO OLHANENSE x UDRS
25/11/2023

Um jogo que sabíamos que o mais importante era ganhar e levar os 3 pontos, sendo que enquanto o primeiro golo não

entrasse o adversário ia estar confortável, então teríamos de apressar ao máximo o golo.

Entrámos com uma estratégia bastante ofensiva com o Pedro Ascensão quase ao lado do Galanducho a atacar.

Fizemos o golo após 4 tentativas flagrantes.

De seguida chegamos logo ao 2-0 e tudo se previa tranquilo, mas uma falha de concentração nossa permitiu ao nosso adversário estar no 1x1 contra o nosso guarda-redes que foi obrigado a cometer falta que ditou a sua expulsão.

Jogamos com menos 1 jogador desde o minuto 28, mas mesmo assim chegamos ao 3-0 antes do intervalo

Na 2 parte a conversa foi simples. Dar alguma iniciativa ao adversário que se iria sentir mais confiante por ter mais 1 jogador em campo, aproveitando as suas subidas para contra-atacar e foi assim toda a 2 parte.

Tínhamos a sorte de contar com jogadores velozes e talentosos no banco como o Xandi e o Phillipp que juntamente com o Miguel Pires fizeram os 3 golos da 2 parte que terminou com uma vantagem grande a nosso favor.

Jogo sem muita história para contar o importante foi a vitória.

A rúbrica do treinador: César Martins | Juniores



SC FARENSE x UDRS
05/11/2023

Nesta tarde de domingo deslocamos à Penha para defrontar a Equipa B do Farense.

Adversário com muita qualidade técnica e tática, muito dinâmica, principalmente quando complementados com alguns atletas da equipa A.

Optámos por encarar o jogo de igual para igual, sem autocarros estacionados.

Uma primeira parte onde tentámos a espaços contrariar a grande dinâmica do adversário, com algumas dificuldades conseguimos ir resistindo até meio da primeira parte onde sofremos o primeiro golo.

Até final da primeira parte sofremos mais um golo e conseguimos com uma boa entrega da equipa mantermos na discussão do jogo.

Na segunda parte tentámos corrigir alguns pormenores ofensivos e defensivos, mas a nossa entrada foi muito passiva permitindo ao adversário marcar 3 golos em 3 minutos e praticamente acabar com o jogo.

A partir daqui foi um jogo sem história onde a lei do mais forte se impôs de forma natural, acabando por sofrermos mais 2 golos.

Resultado desnivelado, castigador para a nossa audácia, parabéns ao adversário pela dinâmica apresentada e parabéns aos nossos atletas pela forma como lutaram numa tarde de aprendizagem e evolução.

UDRS x 4 AO CUBO
12/11/2023

Jogo em casa com um dos adversários diretos, uma equipa de futebol direto em procura constante do erro do adversário.

Iniciamos o jogo de forma competente, a disputar os lances com a mesma atitude do adversário e colocando a nossa identidade de jogo que nos permitiu ir acumulando oportunidades de golo desperdiçadas ou às quais não demos a definição mais correta.

Um jogo bem disputado e equilibrado onde a nossa equipa ia controlando os momentos do jogo, não permitindo ao

adversário criar oportunidades de golo e procurando alcançar a desejada vantagem no jogo.

Sem nada fazer por isso e num erro defensivo da nossa equipa o adversário chega a vantagem. A equipa continuou a acreditar nos princípios voltando a controlar o jogo e a criar situações de finalização, no entanto, seria este o resultado ao intervalo.

Para a segunda parte corrigimos pequenos pormenores, transmitindo à equipa confiança no trabalho que estavam a realizar.

Mais uma vez num erro defensivo da nossa equipa a meio da segunda parte o adversário aproveita para aumentar o resultado.

A nossa equipa voltou a responder bem, acreditou que era possível, alteramos o sistema tático, arriscando mais ofensivamente, lutaram como guerreiros.

Mas as oportunidades não concretizadas, a vantagem do adversário, uma expulsão a 10 minutos do final, foram contrariedades a mais que a boa entrega e empenho dos nossos atletas não permitiram ultrapassar.

Resultado injusto para a nossa equipa, jogo bem disputado onde o resultado mais justo seria a divisão de pontos.

JS CAMPINENSE x UDRS
19/11/2023

Deslocamo-nos a Loulé para jogar com

o Campinense, uma equipa com boa qualidade de jogo, bem organizada, mas que podíamos discutir o resultado.

Entramos bem no jogo, olhos nos olhos com o adversário num jogo muito bem disputado, com ambas as equipas a procurar a vitória.

Foram surgindo oportunidades de ambas as partes, mas seria mais uma vez o adversário a ganhar vantagem numa bola parada.

De novo atrás do resultado a equipa respondeu de forma positiva, inclusive a impor-se mais afincadamente em alguns momentos do jogo.

Resultado que se manteve até ao intervalo.

Na segunda parte o jogo manteve-se na mesma toada até ao momento que voltamos a cometer um erro que o adversário aproveitou para o segundo golo.

Neste momento alteramos o sistema tático, arriscando mais, o que viria a dar frutos com um golo a 10 minutos do final.

Nesta fase fomos claramente superiores ao adversário, acreditando até final que o empate era possível.

Mais uma vez não conseguimos concretizar as oportunidades e acabámos por perder num resultado mais uma vez injusto uma vez que o empate seria o resultado mais correto para o que as duas equipas produziram em campo.

DESPORTO - CLASSIFICAÇÕES

CLASSIFICAÇÕES SENIORES		CLASSIFICAÇÕES JUNIORES	
1	UDR Sambrasense 8 6 1 1 20 8 19	1	SC Fareense 8 8 0 0 53 2 24
2	SC OLHANENSE 1912 8 6 1 1 27 10 19	2	SC OLHANENSE 1912 8 5 2 1 32 12 17
3	JS Campinense 8 5 2 1 18 13 17	3	JS Campinense 7 4 1 2 19 10 13
4	LGC Moncarapachense 8 5 1 2 18 7 16	4	Internacional CA 7 4 1 2 30 11 13
5	Quarteira Sc 8 4 1 3 20 13 13	5	FC São Luís 7 4 1 2 14 11 13
6	Sport Faro Benfica 8 3 1 4 13 12 10	6	4 Ao Cubo Ad Olhão 7 3 0 4 16 15 9
7	Louletano DC 6 0 1 5 7 18 1	7	UDR Sambrasense 8 3 0 5 10 18 9
8	Cd Marítimo Olhanense 6 0 0 6 5 33 0	8	CD Montenegro 7 2 1 4 14 17 7
8	4 Ao Cubo Ad Olhão 6 0 0 6 5 19 0	9	GC Tavira 6 0 0 6 3 36 0
8	A INDICAR 0 0 0 0 0 0 0	10	Sr Almancilense 7 0 0 7 2 61 0
		11	Lusitano Fc Vrsa 0 0 0 0 0 0 0

BOAS FESTAS!

Rua 1º de junho, Lote 8, Loja A - São Brás de Alportel
+351 913 634 168
@uniquebeautybynr

UNIQUE BEAUTY
Du-nicole ramos

LAVANDARIA GOTA D'ÁGUA

LAVAGEM À SECO ENGOMADARIA LAVAGEM DE TAPETES

+351 289845060 (rede fixa nacional)
+351 938987860 (rede móvel nacional)
gotadagua2022@outlook.pt
Rua João de Deus N13, 8150-152 - São Brás de Alportel

Atletas da ACS concluem com sucesso a Taça de Portugal nos Açores



No passado dia 18 de novembro, a Equipa de atletismo da ACS, esteve representada pelos atletas Filomena Sabino e Celso Brito apurados, para a Final da Taça de Portugal da Associação de Trail Running de Portugal.

A prova decorreu na "Ecologic Trail Run Azores", em Ribeira Grande, na Ilha de S. Miguel nos Açores.

Durante os dias anteriores, choveu bastante e o terreno estava bastante escorregadio, mas durante a prova foram brindados com um bom tempo para desfrutar da beleza natural dos Açores.

A atleta Filomena Sabino, mesmo sem

grandes preparações e objetivos devido à sua metade da época de baixa com uma fratura no pé... acabou por fazer uma excelente prova e obteve um 3º lugar no escalão F50.

• **Filomena Sabino - 36º classificada F (3º F50), com 6:03.03h**

• **Celso Brito - 38º classificado M (13º M35), com 4:44.44h**

Celso Brito também ficou satisfeito com a sua prestação, pois não se aleijou, não ficou muito massacrado da distância e ainda conseguiu desfrutar da prova.

Parabéns aos atletas pelos 40km das lindas paisagens dos Açores!

A Junta de Freguesia de São Brás de Alportel
Deseja a todos um Feliz Natal e um Próspero Ano Novo de 2024

Que neste Natal tenhamos a grandeza da humildade, para que possamos colher por todo o Ano Novo as glórias do Amor, os frutos do nosso trabalho e as bênçãos da fraternidade.

POLITICA - PS



REQUALIFICAÇÃO DA EN2 PARA LIGAÇÃO DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL À VIA DO INFANTE ESTÁ PREVISTA NO ORÇAMENTO DE ESTADO PARA 2024



INFRAESTRUTURAS DE PORTUGAL JÁ PODEM LANÇAR OBRA!

É com muita satisfação que partilhámos mais uma etapa conquistada no longo caminho de intensa luta dos nossos autarcas, pela requalificação da EN2 e ligação de São Brás de Alportel à Via do Infante: depois da aprovação do projeto, segue-se a dotação em orçamento para que o concurso de construção possa ser lançado.

Entendemos que esta obra é fundamental na estratégia de desenvolvimento do concelho, para potenciar a centralidade de São Brás de Alportel e a atratividade do território, criar melhores condições para a fixação de empresas e criação de emprego e naturalmente para servir melhor os são-brasenses com melhores acessibilidades que são essenciais

na sua qualidade de vida.

Tendo sido garantida a inscrição em Orçamento de Estado da avultada verba necessária para a execução da obra, as Infraestruturas de Portugal já têm autorização para lançar o concurso para a construção da ligação rodoviária de São Brás de Alportel com a Via do Infante.

O PS São Brás de Alportel felicita os autarcas eleitos pelo partido socialista, pelo incansável trabalho que têm desenvolvido, em prol da concretização deste projeto e saúda a proposta subscrita pelos deputados Jamila Madeira, Jorge Botelho, Luís Graça, Isabel Guerreiro e Francisco Oliveira que foi aprovada pela Assembleia da República no âmbito da discussão na especialidade do Orçamento de Estado para 2024.

A proposta apresentada pelos deputados do Partido Socialista acrescentou

um novo artigo (139 - A) ao Orçamento de Estado que mandata as Infraestruturas de Portugal a lançar o concurso de conceção e desenvolvimento da ligação do nosso município de à A22.

A obra de requalificação da atual EN2 desenvolve-se ao longo de 8 Km até à Via do Infante permitindo a ligação de São Brás de Alportel a Faro e ao MARF - Centro Logístico do Algarve e representa um investimento estimado em 10 milhões de euros, que em muito vem beneficiar São Brás de Alportel e os São-Brasenses.

PS EXIGE SERIEDADE AOS ELEITOS DO PSD NO PROCESSO DE VOTAÇÃO DO ORÇAMENTO PARTICIPATIVO

São Brás de Alportel foi um dos primeiros municípios do país a adotar, em 2006, as práticas de Orçamento Participativo, para aproximar os cidadãos dos processos de decisão sobre o investimento na comunidade que é a casa de todos.

Infelizmente, 17 anos depois do primeiro orçamento participativo, assistimos a episódios lamentáveis de incumprimentos das regras básicas no processo de votação de propostas, com situações gravosas de uso abusivo de identidade que colocaram em causa o livre exercício de direito de voto e que levaram a Câmara Municipal, em boa hora, a cancelar o processo, anular a votação e marcar um novo prazo para a votação.

Nesta infeliz circunstância, lemos com surpresa um comunicado demagógico do PSD São Brás relativamente a este processo, sobre o qual, em defesa da verdade, e pelo respeito que os são-brasenses nos merecem, não podemos deixar de tecer algumas considerações.

Estamos de acordo em considerar de grande gravidade os atos de incumprimento praticados no processo de votação do Orçamento Participativo 2024 e sobretudo no apoio à decisão da Câmara Municipal que resultou no cancelamento da votação, com anulação dos votos já exercidos e definição de novo prazo para

o processo eleitoral.

Mas quando o Vereador eleito pelo PSD teve conhecimento de que neste processo as mais gravosas ações de incumprimento estiveram relacionadas com a União Desportiva e Recreativa Sambrasense, da qual é Presidente da direção, aliás vestindo e despindo esta camisola a um ritmo cada vez mais frenético que nem conseguimos dar conta, e sendo que uma das propostas em votação beneficia diretamente um equipamento gerido pela mesma associação, (que curiosamente não é original, pois já surgiu no processo de 2023, não tendo sido a proposta vencedora), em vez de assobiar para o lado, como se de nada soubesse, e colocar em causa a formação e honestidade dos colaboradores da câmara municipal, que assumiram as suas falhas, não lhe teria ficado melhor, assumir as suas responsabilidades como compete a um dirigente máximo de uma coletividade e apresentar um pedido de desculpa?

Quando o Presidente da UDRS compactua com estes atos, aliás vestindo e despindo, conforme lhe é mais conveniente, a camisola de Presidente da UDRS e o fato de Vereador, questionamo-nos se estas funções, exercidas com este total desrespeito pelos são-brasenses, são compatíveis.

Questionamo-nos até que ponto está alguém disposto a abdicar da sua honestidade, seriedade e dos seus valores. Entendemos que o que aconteceu foi muito grave e é revelador de posturas que são um autêntico atentado à democracia e um desrespeito à cidadania.

Os sócios da UDRS, associação que muito respeitamos, e toda a comunidade são-brasense merecem mais respeito!

Não podemos permitir que não importe os meios para atingir os fins!

São Brás de Alportel e os são-brasenses merecem respeito! O Município merece respeito!

Dezembro de 2024

A Comissão Política Concelhia de São Brás de Alportel

Feliz Natal

SUL OFFICE
Na Vanguarda da Tecnologia

A PAPELARIA SUL OFFICE DESEJA A TODOS OS CLIENTES E AMIGOS UM BOM NATAL!

Um Santo Natal É um Próspero Ano Novo

Estimados leitores,

A Misericórdia de São Brás de Alportel deseja a todos os São-brasenses votos de um Santo e Feliz Natal e um próspero ano de 2024.

Que nesta quadra natalícia, e sempre, o espírito da solidariedade e da união estejam presentes em todos os corações, e que o ano novo seja de esperança e renovação para todos.

Boas Festas.

Santa Casa da Misericórdia
São Brás de Alportel

AGENDA DESPORTIVA
CAMPEONATO Torne-se Sócio

JANEIRO
CAMPO SOUSA UVA

SENIORES

06/01 | SÁBADO | 15-00

07/01 | DOMINGO | 15-00

20/01 | SÁBADO | 15-00

JUNIORES

NOTA: HONRÁRIOS SUSCEPTÍVEIS A ALTERAÇÕES

POLÍTICA - PS

Mensagem de boas Festas

Nesta quadra festiva, que a todos nos deve unir, em torno dos valores da paz, da solidariedade e da tolerância, a concelhia do Partido Socialista de São Brás de Alportel vem desejar a todos os são-brasenses um Feliz e Santo Natal, com muita saúde, vivido com momentos de amor e fraternidade, com o abraço da família e que reine a fraternidade entre todos nós.

É tempo de apelar à concórdia entre os povos, à harmonia das famílias e de dar espaço aos sonhos e fantasias das crianças. Que este Natal seja vivido em espírito de celebração, em ambiente de partilha e de prosperidade para que, em conjunto, possamos dar continuidade ao caminho que vimos trilhando para fazer de São Brás de Alportel, cada vez mais o nosso centro do universo, com desenvolvimento, qualidade de vida e respeito pelo próximo.

Gostaríamos ainda de enviar um abraço amigo a todos aqueles que por razões diversas estarão longe dos seus familiares ou mesmo da sua terra nesta quadra festiva... e deixar

uma palavra de sentido reconhecimento a todos os que não podem estar presentes na ceia de natal, pois estarão a trabalhar, nas suas missões, para assegurar o funcionamento dos serviços essenciais.

Muito obrigada a todos os que fazem o Natal acontecer todos os dias!

CONVITE A VISITAR A ROTA DOS PRESÉPIOS, com paragem obrigatória no PRESÉPIO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE SÃO BRÁS DE ALPORTEL

Como já vem sendo habitual a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de São Brás de Alportel construiu um grandioso presépio... este ano estamos perante o maior e mais tecnológico Presépio de sempre no nosso concelho e seguramente um dos maiores da região e do país, com 140 m², diversos cenários e momentos animados por cerca de 1.200 figuras e por inúmeros elementos tecnológicos.

Este presépio é uma verdadeira obra de arte, que se deve ao empenho e dedicação dos nossos soldados



da paz, que merecem todo o nosso reconhecimento e apoio, pelo que vos apelo que nesta quadra visitem a Rota dos Presépios com uma visita obrigatória ao Presépio dos Bombeiros, onde ao visitar estará a ajudar!

Endereçamos um agradecimento especial ao bombeiro Eduardo Baradas, mentor e obreiro deste lindo presépio, assim como ao braço direito Alexandre e ao benemérito Sr. John e a toda a equipa que contribuiu

para o resultado final.

Para todos os Bombeiros, elementos dos corpos sicais da Associação Humanitária e suas famílias, os nossos votos de uma feliz quadra natalícia e de um próspero Ano Novo!

Abraço fraterno!

*A Presidente da Comissão Política Concelhia de São Brás de Alportel
Marlene Guerreiro*



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" -

ALTERAÇÕES NOS DIAS DE HOJE E AS CRIANÇAS NA ERA DIGITAL...

O meu nome é Beatriz Pereira, sou licenciada em Gestão, mas sempre adorei o ato de refletir acerca do que se passa à nossa volta. Aquilo que me tem realmente feito refletir muito nos últimos tempos é que o mundo está a mudar, as pessoas vivem com pressa e sem tempo para disfrutar da vida devidamente. Tanto o homem como a mulher trabalham e as coisas não são como foram outrora, trazendo à tona o stress, a ansiedade, a pressão social, exigência laboral, etc. Tudo isto faz com que se verifique cada vez uma menor disponibilidade de tempo e até de paciência dos pais para com os seus filhos. Nos dias de hoje encontramos uma geração que nasceu completamente dentro desta nova era digital, tornando-se impossível contornar isso. Verificamos um conhecimento e utilização cada vez mais precoce nas crianças em relação ao digital e à utilização de tecnologias.

Será que as vantagens de tudo o que o digital nos traz justificam a precocidade com que facultamos às nossas crianças este escape?!

A verdade é que o mundo está a mudar e isso não é refutável, conseguimos verificar imediatamente algumas coisas como as que refiro em seguida e que nos fazem pensar:

- Cada vez se recorre mais ao digital para entreter as crianças de forma mais ins-

tantânea e fácil de forma a facilitar os pais na realização das mais diversas tarefas e aliviá-los para que consigam ter um pouco de tempo para si.

- Para quase tudo a internet é utilizada e necessária nas mais diversas áreas. Ficar sem internet é impensável para qualquer empresa neste momento ou para um estudante, inclusivamente há certas tarefas que já não conseguimos resolver sem recorrer à internet.
- As crianças nascem já quase a saber como funcionam os telemóveis e o mundo digital e com maior facilidade de aprendizagem em relação às novas tecnologias.
- Cada vez existe mais conteúdo online tanto para crianças quanto para adultos.

Quais são os benefícios para apresentar o digital e as tecnologias às crianças?

- Um mais rápido e fácil acesso a qualquer tipo de informação, facilitando o conhecimento.
- É uma forma de as manter mais facilmente entretidas permitindo aos pais aproveitar esse bocadinho para realizar tarefas que não conseguiriam tão facilmente realizar com as crianças pedindo atenção e querendo brincar.
- Pode ser uma forma de captar a atenção da criança para a aprendizagem, com jogos interativos e formas novas

de estudar e aprender.

- Ajuda no desenvolvimento de habilidades criativas e de concentração, ajudando ainda a formar uma opinião crítica e capacidade de resolução de problemas, que podem ser aplicadas em situações do dia a dia.

Porque não apresentar o digital e as tecnologias às crianças?

- É notável o desenvolvimento de comportamentos agressivos ou autoritários nas crianças em relação aos pais, quando lhes é negado o acesso à televisão, telefone, tablet etc. Isto porque claramente, como em nós adultos, se nos oferecem algo que nos capta o interesse e nos "vicia", aparecerá um sentimento de frustração e revolta quando disso não poderemos usufruir.
- A criança pode vir a perder aos poucos a capacidade de encontrar o próprio entretenimento em brincadeiras simples ou em certas atividades. E eventualmente poderá começar a optar por se recusar a realizar atividades que exijam um pouco mais de trabalho e esforço da sua parte, como ler ou ouvir histórias, pintar, desenhar, brincar com plasticina, etc., isto porque lhe foi oferecido algo muito mais interessante e que exige muito menos trabalho.
- Problemas linguísticos devido à vasta oferta de conteúdo digital em Português do Brasil. A verdade é que nas

mais diversas plataformas é muito mais fácil encontrar conteúdo neste idioma do que em Português de Portugal, mas não é impossível. Se a criança assiste a conteúdo em Português do Brasil numa fase de desenvolvimento da sua linguagem é normal que comece a falar de imitando aquilo que ouve.

- A insegurança das plataformas online que podem expor a criança ao que não é adequado.

Tendo em conta todos os pontos apresentados e sendo isto uma mera reflexão baseada naquilo que vejo e identifico à minha volta penso que a decisão de oferecer ou não oferecer conteúdo digital e tecnologias às crianças deve ficar ao critério de cada pai ou mãe, como em tudo para os seus filhos, devendo merecer uma especial atenção.

O equilíbrio é o melhor caminho, ponderando aquilo que estas mudanças trazem de bom e de mau para os seus filhos.



BEATRIZ PEREIRA
Licenciada em gestão

*Elemento do Duo "Love Me Duo" e de outros projetos musicais
Elemento da lista de candidatas à Assembleia de Freguesia -PS
São Brás nas eleições Autárquicas 2021*

POLÍTICA - PSD

**Caros São-Brasenses,**

Nesta época festiva, é com grande alegria que, enquanto presidente do PSD de São Brás de Alportel, me dirijo a todos vós. O Natal é um momento de reflexão, união e esperança, valores que, mais do que nunca, devemos cultivar na nossa comunidade.

Ao nos despedirmos de 2023, olhemos para o futuro com determinação e otimismo, mesmo diante das dificuldades e desafios que o mundo enfrenta.

Que o novo ano nos traga prosperidade, saúde e novas oportunidades para o crescimento do nosso concelho. Como presidente

do PSD local, reitero o compromisso em trabalhar incansavelmente por São Brás de Alportel, contando com a colaboração e participação de todos para construirmos juntos um futuro melhor para todos os são-brasenses.

Desejo a cada um de vós um Natal repleto de paz e alegria, e que o Ano Novo seja uma jornada de realizações e conquistas.

Feliz Natal e Próspero Ano Novo!

Rui Silva

Presidente do PSD de São Brás de Alportel

Luís Montenegro reúne com empresários São-Brasenses durante visita ao Algarve

No dia 13 de novembro, como parte do programa "Sentir Portugal no Algarve", o Presidente do PSD, Luís Montenegro, promoveu um encontro com vários empresários de São Brás de Alportel. O cenário foi o Restaurante Zé Dias, onde líder social-democrata participou num almoço, em que teve oportunidade de estabelecer diálogo com o sector empresarial local.

Durante a reunião, 12 empresários tiveram a oportunidade de partilhar as suas experiências e desafios diários no atual panorama empresarial do concelho.

O evento contou com a presença destacada do Presidente do PSD/Algarve, Cristóvão Norte, o Presidente do PSD de São Brás de Alportel, Rui Silva, os vereadores Bruno Sousa Costa e Sílvia Revés, os deputados da Assembleia da República Rui Cristina e Ofélia Ramos. Também pres-

tigiam a reunião o Presidente da Câmara Municipal de Faro, Rogério Bacalhau, e o Vice-Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, Cristiano Cabrita, juntamente com diversos membros ativos do PSD de São Brás de Alportel.

Este encontro foi fundamental para aprofundar a compreensão das complexidades que afetam o setor empresarial em São Brás de Alportel. A dedicação demonstrada por Luís Montenegro em compreender minuciosamente as necessidades específicas da comunidade empresarial local foi evidente durante essa interação direta. O seu compromisso ativo em procurar soluções eficazes, reflete uma abordagem proativa e orientada para resultados, visando impulsionar o desenvolvimento económico do país e da região do Algarve em particular.



41.º Congresso do Partido Social Democrata

No passado dia 25 de novembro de 2023 o PSD de São Brás de Alportel fez-se representar no 41.º Congresso do PSD, em Almada através dos vereadores Bruno Sousa Costa e Sílvia Revés, pelo Presidente da Comissão Política de Secção, Rui Silva e pelo

membro do PSD na Assembleia de Freguesia Pedro Pereira.

Um congresso histórico que perdurará certamente na memória do PSD, pelo entusiasmo, pela alma, pela emoção e sobretudo pela qualidade das intervenções realizadas, e pela união entre todos em torno do

líder social democrata, Luís Montenegro.

O 41.º congresso ficou igualmente marcado pela presença do Professor Aníbal Cavaco Silva, 28 anos depois da sua última participação, referindo que "Portugal precisa de uma mudança que traga uma nova esperança aos

portugueses".

Acrescenta-se que este congresso reforçou igualmente a união do PSD Algarve, liderado pelo Presidente da Distrital, Cristóvão Norte, contando com uma comitiva de 72 representantes da região, um recorde absoluto em congressos do PSD.

POLÍTICA - PSD

NATURALMENTE A NOSSA REALIDADE...

O socialismo é conhecido no resto do mundo como uma ideologia, mas em Portugal parece ser apenas uma forma de governar baseada no logro, no engano e na ilusão, maneira essa de governar que dura já há demasiado tempo. O sinal que o PS dá aos portugueses neste momento é que Portugal é um país sem futuro e sem ambição, que governou 20 dos últimos 27 anos e que resultaram num crescimento económico medíocre ou inexistente, serviços públicos em ruptura e instituições públicas debilitadas (Prates, D.)

As dificuldades enfrentadas pelos portugueses são muitas, variam e são influenciadas por uma combinação de fatores quer sejam económicos, sociais ou políticos. Mas as dificuldades parecem ser sobejamente conhecidas, incluindo o desemprego, as desigualdades sociais, o custo de vida, a educação, o sistema de saúde...entre outros.

O desemprego parece ser uma preocupação para muitos portugueses, especialmente nos setores mais afetados por crises económicas, como o turismo e, ou, a hotelaria. Em outubro, e de acordo com dados provisórios do Instituto Nacional de Estatística, a 29 de novembro de 2023 a taxa de desemprego em Portugal terá sido de 6,7%, tendo regis-

tado um valor 0,1 pontos percentuais, superior ao de setembro (6,6%), ao de julho (6,3%) e ao de outubro do ano passado (6,1%).

O desemprego é responsável, muitas vezes, por uma deterioração do nível de vida, de um afastamento da vida social, uma marginalização e com efeitos que podem acumular-se e provocar uma situação de pobreza extrema e de desigualdades sociais.

Lado a lado com o desemprego espreguiça um inimigo feroz, o elevadíssimo custo de vida.

O custo de vida em Portugal vem aumentando consideravelmente nos últimos anos e com aparatoso agravamento em 2023, causando-nos elevada preocupação. Grandes são as dificuldades que muitos portugueses enfrentam para fazer face às despesas relativas com a alimentação, a saúde e até aos medicamentos. Cada vez são maiores as dificuldades em pagar o aluguer ou prestações do financiamento de imóveis ou até mesmo as básicas contas da luz, gás ou eletricidade. Uma ida ao supermercado, significa cada vez mais voltar com um saco cheio de nada e muito mais caro.

De acordo com o dado do relatório Eurobarómetro divulgado pelo Parlamento Europeu em janeiro de 2023, a

subida do custo de vida já preocupa 93% dos cidadãos europeus e em Portugal esse número sobe para 98%.

Na educação, a escassez crónica de professores é uma realidade. Até 2030, dizem os entendidos, o país vai precisar de mais de 30 mil novos professores, que só poderá ser vislumbrado com a valorização desta classe, atraindo sangue novo e travando muita saída precoces. Segundo o PISA 2022 (Programa Internacional de Avaliação de Alunos), 62% dos alunos em Portugal estudam em escolas onde a capacidade de ensino é prejudicada pela falta de professores. A precariedade é grande, o aumento da idade da reforma envelheceu o corpo docente. O número de aluno por turma desrespeita muitas vezes o limite máximo. Os baixos salários são incompatíveis com as deslocações e com a falta de alojamento ou com os elevados valores praticados na actualidade.

Na Saúde, os portugueses enfrentam graves desafios no acesso a cuidados de saúde primários e de qualidade, especialmente em zonas rurais, causados pela sobrecarga do sistema. O Serviço Nacional de Saúde enfrenta uma crise que se estende aos olhos de todos nós. A falta de profissionais é um grave e reconhecido problema. Faltam médi-

cos, enfermeiros e outros profissionais de saúde. As horas extras são uma carga insustentável.

As listas de espera crescem a um ritmo impressionante, os utentes aguardam meses por uma consulta ou por uma cirurgia, resultando daí, muitas vezes, complicações graves na saúde. As infraestruturas são desadequadas, obsoletas e hospitais superlotados. A falta de investimento, ou o desinvestimento, é uma realidade. Os números mais recentes dizem-nos que há em Portugal 1 milhão e 20 mil utentes sem médicos de família. O caos no SNS em Portugal é uma crise que não pode ser ignorada (Macieira, A.)

E esta é naturalmente a nossa realidade e o retrato daquilo em que o PS e a sua máquina persistem para o país... a resiliência da mentira.



SÍLVIA REVÉS

Vereadora da Câmara Municipal de São Brás de Alportel e Secretária da Comissão Política de Secção do PSD de São Brás de Alportel

PSD de São Brás de Alportel apresenta 55 propostas para as grandes opções do Plano e Orçamento de 2024

No passado dia 23 de novembro os vereadores Bruno Sousa Costa e Sílvia Revés apresentaram as **55 propostas do PSD de São Brás de Alportel para as Grandes Opções do Plano e Orçamento de 2024 (GOP/2024)**, distribuídas pelas seguintes áreas temáticas:

- Ordenamento do Território e Ambiente;
- Economia e competitividade;
- Habitação e ação social;
- Educação;
- Saúde;
- Desporto;
- Cultura;
- Proteção civil e segurança;
- Proteção dos animais.

No entanto, é importante salientar que não foi realizada uma reunião conjunta de trabalho que permitisse conhecer previamente as propostas incluídas pelo executivo a tempo inteiro, assim como as verbas disponíveis neste orçamento.

Na reunião de câmara do dia 22 de novembro de 2023, o executivo socialista informou que o orçamento estava praticamente fechado, solicitando que as propostas do PSD/SBA fossem apresentadas com carácter de urgência.

Esta atitude demonstra que esse pedido é, aparentemente, apenas um "pró-forma", conforme exigido pelos Estatutos do Direito de Oposição, desconsiderando o contributo desta força política que recebeu cerca de 30% dos votos dos São-Brasenses nos diversos

órgãos autárquicos. Essa postura autoritária, fruto de muitos anos de poder, não beneficia a nossa democracia local.

Apesar dos eleitos do PSD/SBA não terem sido envolvidos atempadamente no processo de elaboração das GOP/2024, consideram preponderante que o próximo orçamento centre a sua estratégia no **apoio às pessoas** neste período extremamente difícil para todos os portugueses, devido à subida generalizada dos preços, especialmente da habitação.

O PSD/SBA reconhece que a atual Estratégia Local de Habitação do município é manifestamente insuficiente, defendendo a construção de **habitação a custos controlados, com o objetivo de apoiar, prioritariamente, indivíduos e famílias jovens, tal como acontece**

noutros concelhos.

Ao nível do **desenvolvimento económico e competitividade**, São Brás de Alportel é um concelho que continua estagnado, com poucas oportunidades de emprego para os jovens, enquanto o tecido económico local se limita a serviços e pequeno comércio.

São Brás de Alportel necessita claramente de uma **estratégia de dinamização das áreas empresariais**, nomeadamente da área afeta ao Plano de Pormenor do Parque Empresarial de São Brás de Alportel (PPESBA), permitindo a **atração de investidores, a geração de emprego e consequentemente a melhoria da qualidade de vida dos são-brasenses**.

São Brás de Alportel merece mais! Os são-brasenses merecem mais!

JVB
ALUMÍNIOS

FELIZ NATAL E BOM ANO
NOVO A TODOS OS
NOSSOS CLIENTES E
AMIGOS!

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

SAMPAIO
MOTORES

STIHL

A SAMPAIO MOTORES DESEJA
UM FELIZ NATAL E UM
PRÓSPERO ANO NOVO A TODOS
OS SAMBRASENSES

IMIGRANTES



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

À conversa com Marcone Alves de Sousa



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

Textos: Suzel Gonçalves/Sofia Silva

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

Nesta edição damos a conhecer Marcone Alves de Sousa, mais um bom exemplo de integração na comunidade de São Brás de Alportel.

Este mês estivemos à conversa com Marcone Sousa, um brasileiro natural de Nova Cruz, do Estado de Rio Grande do Norte que veio para o Algarve há dois anos.

Formado em Biologia e em técnicas de construção civil, Marcone é um verdadeiro homem dos sete ofícios. Multinstrumentista, artesão, professor, carpinteiro, pedreiro são apenas algumas das profissões que este brasileiro (descendente de portugueses, italianos, ingleses e indígenas brasileiros) já exerceu ao longo da sua vida.

Foi exatamente a sua habilidade e capacidade de adaptação que levou uma amiga, com quem tinha trabalhado no Brasil na área do artesanato, a convidá-lo a vir para o Algarve para trabalhar na

reconstrução de uma ruína em Santa Catarina da Fonte do Bispo. No Brasil ficaram a esposa e o filho de 24 anos.

Marcone explica que, ao fim de seis meses, surgiram dificuldades que acabaram com a amizade e também com o trabalho e o alojamento onde estava. Foi um momento difícil superado quando encontrou trabalho com um empreiteiro que o contratou como pedreiro.

“Só tenho gratidão por vocês. Me receberam muito bem, consegui casa para morar, trabalho, roupas. Se tivesse noutra país não teria sido recebido assim”, conta recordando um episódio em que lhe deixaram sacos com coisas à porta de casa. Durante semanas não sabia de quem era e não abriu. Por fim, abriu e encontrou um cartão pequeno que di-

zia: “Muito obrigada por me ter ajudado”. Nos sacos tinha roupas, cobertores, tachos...

Acabou por descobrir que tinha sido uma senhora a quem tinha ajudado a apanhar flores para a Festa das Tochas Floridas e que lhe tinha ficado grata.

A adaptação inicial foi relativamente fácil, o idioma não era novidade. Apenas algumas expressões e algumas palavras lhe causaram curiosidade ou surpresa. A título de exemplo diz que por cá se diz: “muito giro” como algo engraçado, bonito, enquanto no Brasil significa girar muitas vezes!

Apreciador de gastronomia, diz que a comida em Portugal é “inteiramente diferente”, até a brasileira! A açorda, por exemplo, foi uma receita que nunca ti-

nha provado até chegar ao Algarve.

Recentemente, começou a tocar com um grupo de música jazz e tem apostado na pintura. A sua técnica minuciosa e o seu olhar inspiram-no a criar diversas obras que já apresentou em exposições em Faro e, mais recentemente, numa exposição inspirada na vila de São Brás de Alportel que foi exibida no Espaço Comunidade, espaço que foi sede da Junta de Freguesia e agora tem uma imensa dinâmica. De traço talentoso, está aberto a outros desafios artísticos.

Atualmente a morar no sítio do Bengado, diz que está bem onde está. Ávido ciclista, afirma: “São Brás é um local especial. Quando chego aqui, sinto que cheguei a casa”.

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 Bívar Nº13
8150-156 São Brás de Alportel

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

Fotografia: Isa Vicente

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.osambrasense@gmail.com

Morada Redacção/Administração: Rua Luís Bívar

Nº 11, 8150-156 São Brás de Alportel

Membro: AIND

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

Assinatura do Jornal: Para Portugal: 20,00€, para a

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

Modo de pagamento: Pagamento na Secretaria - Rua Luís Bívar 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 Bívar 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

PUBLICIDADE



Boas festas



Est. 1987
ZÉ DIAS
S. BRÁS DE ALPORTEL

966 074 250 • 289 842 430



SC
CLÍNICA
MÉDICA DENTÁRIA

Boas Festas!

DESEJAMOS A TODOS OS
NOSSOS CLIENTES E AMIGOS
UM FELIZ NATAL E
PRÓSPERO ANO NOVO!

feliz Natal



CORES INVULGARES



CKSTYLISTS

DESEJA A TODOS
Feliz Natal

DESEJA
Feliz Natal

Estores Algarve



João Nunes
T.925673990
estoresalgarve@gmail.com
facebook.com/EstoresAlgarve
Vilarinhos | S. Brás de Alportel

Merry Christmas
AND HAPPY NEW YEAR



CONSULTOR IMOBILIÁRIO
MARCO MARIANO
+351 912 123 004



Neste Natal, que a luz da esperança
brilhe em seu coração, a alegria
contagie seus dias e o amor
aqueça cada momento.

A sua consultora imobiliária
ELEUTÉRIA PIRES
+351 912576456



A FECHAR

FILIPE PALMA: o fascínio pela manutenção industrial e doméstica

Filipe Palma, 45 anos, empresário a título individual, mas também técnico de manutenção na Blocos S. Brás, é um sambrasense dinâmico, que após ter estado emigrado 11 anos para o Reino Unido, decidiu voltar e apostar na área da manutenção industrial.

Ao emigrar para o Reino Unido, Filipe passou por várias áreas que viriam a ser excelentes ferramentas para o seu futuro, trabalhou em termolacagem, como fiel de armazém, mas a maior parte dos anos foi como técnico de manutenção.

"Fascina-me a área da criação e da inovação, acho que o desafio de descobrir uma avaria, ou implementar um melhoramento que aumente a produção ou a fiabilidade de uma máquina. São desafios que sabem bem vencer." - afirma Filipe.

Confessa que ao regressar a Portugal tem se deparado com algumas dificul-

dades, *"(...) não é só chegar, ver e vencer, mas devagar está a dar os seus frutos"*. O choque cultural foi uma realidade dura para Filipe que conta ter ficado assustado com a situação económica do país, mas que resolveu voltar para estar mais perto da família também.

Filipe consegue ajudar um cliente desde uma pequena avaria doméstica a um arranjo numa máquina complexa empresarial: *"Há muito poucos profissionais que percam tempo com pequenos serviços, como mudar um cabo de um eletrodoméstico ou pendurar uma estante numa parede..., mas eu gosto de ajudar a facilitar a vida das pessoas no dia-a-dia e faço este tipo de trabalho com todo o gosto."*

A nível industrial tem pretensão de aumentar os seus serviços na área da mecânica e da automação industrial num futuro próximo.



Feirinha de Natal no Museu do Traje foi um sucesso



Para celebrar a quadra natalícia, como já é habitual, os Amigos do Museu organizaram uma Feirinha de Natal. Trata-se de um evento muito aguardado onde encontramos uma grande variedade de produtos tradicionais de várias culturas. Este ano, reuniu nos jardins do Museu cerca de 100 participantes entre artesãos, pessoas criativas e produtores locais. É também um evento importante de angariação de fundos para várias organizações, tais como os animais abandonados "2hand4footers", e o Canil da Goldra. Participaram também o Agrupamento dos Escuteiros 1271 de São Brás de Alportel, "Helping Hands Algarve" e o "Clube de Rotários" de Estoi.

Os Amigos do Museu lançaram o desafio à comunidade da recolha de presentes de Natal para crianças. Durante

a Feirinha foi possível chegar aos 300 presentes! A sua distribuição ficou a cargo do Exército de Salvação e dos Serviços Sociais da Câmara Municipal de São Brás de Alportel.

Durante a Feirinha de Natal a animação alusiva a esta época contou com Steve Bland no saxofone, o grupo de música tradicional portuguesa "Cantabrás", o "Coro dos Amigos do Museu", o grupo de música tradicional da Ucrânia "Jasmim" e a participação especial da cantora Viktoriia Shpak. O evento contou ainda com um desfile de moda sustentável de Manoli Ortiz que utiliza estamparia vegetal e pigmentos de plantas autóctones.

Agradecimentos finais à Santa Casa da Misericórdia, aos Bombeiros Voluntários e à Câmara Municipal de São Brás de Alportel.

Recordar o Passado

RECORDANDO JOÃO FAUSTINO COM AMOR

"Meu Amor hoje era e é, pois, continuo a recordar o Dia do Nosso Casamento! Já passaram 48 anos e continuo a amar-te da mesma maneira! Mesmo sem a tua presença física, mas como o Amor também existe na Espiritualidade e na Eternidade irei sempre lembrar como eramos felizes."

Meu Amor recebe um grande beijo onde quer que estejas. Até ao dia em que nos vamos reencontrar."

Ao dia 7 de dezembro, Ana Paula Teixeira Faustino, recordava com amor e saudade, o seu saudoso esposo, João Carlos Nobre Faustino, numa fotografia com 48 anos, aquando do seu casamento onde se pode ver os noivos e a menina das alianças que é a sambrasense Margarida Teixeira Catarino.

O amor está na alma e a alma nunca morre!

