

ROTEIRO 30 DIAS

SET06

CÂMARA MUNICIPAL DE OIRAS | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA | Nº 14

CICLO INTERNACIONAL
DE JAZZ

JORNADAS EUROPEIAS
DO PATRIMÓNIO 2006

DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO
24 SET. PRAIA DE SANTO AMARO DE OIRAS

ENTREVISTA

LUÍS NEGRÃO

FUNDAÇÃO PORTUGUESA DE CARDIOLOGIA



DESTAQUES | 4



JAZZ | 8



DANÇA | 21

ENTREVISTA | 10

Luís Negrão

RUAS DAS NOSSAS LOCALIDADES | 15

Avenida General Norton de Matos, Miraflores

CAFÉ COM LETRAS | 16

Francisco José Viegas

INOVAÇÕES | 17

Parkids

Música | 19

Teatro | 21

Dança | 21

Montra do Mar | 22

Exposições | 24

Livros | 25

Cinema | 26

Cursos | 28

Diálogos | 29

Bibliotecas | 30

Crianças | 32

Jovens | 32

Seniores | 34

Desportos | 35

Passear | 36

Feiras | 36

Museus | 36

Comida Vegetariana | 38

Utilidades | 39

Farmácias de Serviço | 40

Em Outubro | 42

RUN 

22 DE OUTUBRO 2006 > 10Km

CORRIDA DO TEJO

Informa-te: 21 4408548 ou www.corridadotejo.com

SENIORES



em Movimento'06

IDADE

superior a 55 anos

RESIDÊNCIA

no Concelho de Oeiras

DURAÇÃO DE CADATURNO

11 dias úteis

HORÁRIO

9.30h às 12.30h

MESES

Setembro, Outubro, Novembro e Dezembro

REMUNERAÇÃO (inclui seguro)

117€ - incluindo subsídio de transporte

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Fotografia, BI, NIB, Vacina do tétano

Foto: C. Lopes - AIC - Foto: Oeiras - Imagem: Oeiras - Imagem: Oeiras

“Seniores em Movimento 2006”
é um projecto desenvolvido pela
Autarquia enquadrado nas campanhas
de educação e sensibilização
ambiental, tem como objectivo a
ocupação dos tempos livres de
municípios com mais de 55 anos, em
actividades de limpeza e manutenção
de espaços públicos.

LOCAL de Inscrições

Divisão de Assuntos Sociais,
Edifício da Fundação de Oeiras

INFORMAÇÕES:

Divisão de Assuntos Sociais 214 408 550/ 05
Depart. Amb. e Equipamento 214 406 294/7

Oeiras é, este ano, o concelho escolhido para assinalar o Dia Mundial do Coração. Oeiras será deste modo o palco nacional do festejo que pretende alertar a população em geral para os perigos das doenças cardiovasculares. E foi sobre este tema que convidamos o Dr. Luís Negrão, assessor



**Em Oeiras
tivemos sempre
a preocupação
de promover
estilos de vida
saudáveis**

médico da Fundação Portuguesa de Cardiologia, a falar um pouco dos riscos dos acidentes vasculares cerebrais e da incidência da doença cardíaca, bem como das vantagens de se adoptar um estilo de vida mais saudável como meio preventivo da doença.

Em Oeiras tivemos sempre a preocupação de promover estilos de vida saudáveis, quer

através de campanhas de sensibilização no plano de uma melhor higiene de vida, quer através da promoção da actividade física, matéria em que fomos pioneiros com o programa “Mexa-se Mais”. A praia de Santo Amaro de Oeiras irá, no dia 24, abrir os braços para todos aqueles que desejem participar nas mais variadas actividades físicas que vão desde a caminhada, a canoagem, o voleibol, o andebol, o judo, a escalada entre muitas outras. Um pretexto que é acompanhado pelo desejo que todos adquiram o hábito saudável de praticar actividade física. Pensar na saúde e dedicar-lhe a melhor das atenções parece-me uma boa maneira de se recomeçar após, como espero, reconfortantes férias. Venha daí porque está convidado.

Presidente da Câmara Municipal de Oeiras

Isaltino Morais

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO 2006

“Património (...)

somos nós”

23SAB > 27QUA
OEIRAS

As Jornadas Europeias do Património são uma iniciativa anual do Conselho da Europa e da União Europeia que envolve mais de cinquenta países, no âmbito da sensibilização dos povos europeus para a importância da salvaguarda do património. Em Portugal esta iniciativa, coordenada pelo IPPAR, começou a ser comemorada em 1993. Consciente da importância que as questões em torno do património assumem nas sociedades actuais, a Câmara Municipal de Oeiras, associou-se a esta iniciativa desde 2002, através da promoção de um conjunto de iniciativas que concorrem para a sensibilização, reflexão, vivência e valorização do património.

No presente ano o tema proposto pelo IPPAR, enquanto coordenador nacional da iniciativa, é “Património [...] somos nós”, apontando para uma nova forma de olhar o património cultural – uma realidade viva que só adquire verdadeiro significado na sua relação com as pessoas e com as comunidades.

Deste modo, e dando continuidade a uma programação que visa ser abrangente, do ponto de vista das temáticas e dos públicos, procurar-se, através de um conjunto de iniciativas, proporcionar a fruição de alguns dos mais importantes jardins de Oeiras, debruçando-se sobre o património paisagístico e jardins históricos. Assim, este ano, a programação contempla a realização de uma conferência Património Paisagístico e Jardins Históricos - Experiências e Reflexão, um Jogo de Pista e circuitos de visitas guiadas aos Jardins de Oeiras.

PROGRAMA

23SÁB **CONFERÊNCIA - PATRIMÓNIO PAISAGÍSTICO** **E JARDINS HISTÓRICOS.** **EXPERIÊNCIAS E REFLEXÃO**

Coordenação e moderação de Rodrigo Dias
ADEGA DA QUINTA DA TERRUGEM,
PAÇO DE ARCOS

09h30 | Recepção dos participantes e entrega de documentação

10h00 | Sessão de Abertura, pelo Sr. Presidente da Câmara Municipal de Oeiras, Dr. Isaltino de Moraes

10h20 | Rodrigo Dias - Apresentação geral do tema.

10h50 | a confirmar - As instituições em Torno do Património Paisagístico e Jardins Históricos

11h40 | Luís Paulo Ribeiro - Património e Ensino. Conservação e Restauro de Jardins Históricos e Quintas de Recreio

12h10 | Maria João Dias - A Gestão do Património Paisagístico. A Cerca do Convento de Tibães

14h30 | João Correia - Restauro e Recuperação. O Caso do Jardim da Cascata, em Caxias (Restauro e intervenção nas esculturas em terracota e pinturas a fresco).

15h00 | Alexandre Lisboa - Património e os Recursos Naturais em Oeiras. Levantamento e Investigação

15h50 | Francisco Caldeira Cabral e Elsa Severino - O Novo Património a Classificar. O caso do Parque dos Poetas

16h20 | Debate

16h50 | Sessão de encerramento, pelo Sra. Vereadora do Pelouro da Cultura da Câmara Municipal de Oeiras, Dra. Elisabete Oliveira

17h30 | Visita ao Jardim do Paço Real de Caxias, por Rodrigo Dias

24DOM

10h00 | Jogo de pista no JARDIM DO PAÇO REAL DE CAXIAS
Percurso de exploração entre o Jardim do Paço Real de Caxias e o Convento da Cartuxa. Poderá ser realizado isoladamente ou em equipas com o número máximo de quatro elementos.

14h30 | Visita ao Parque dos Poetas, em Oeiras e Jardim do Palácio dos Arcos, em Paço de Arcos.

VISITAS GUIADAS AOS JARDINS DE OEIRAS

25SEG

09h30 | Jardim do Palácio Marquês de Pombal e Casa da Pesca, em Oeiras

15h00 | Jardim Municipal de Oeiras e Quinta dos Sete Castelos, em Oeiras

26TER

09h30 | Quinta de Santo António, Miraflores e Jardim do Palácio Anjos, Algés

15h00 | Quinta dos Arciprestes, Linda-a-Velha e Estádio Nacional, Cruz Quebrada

27QUA

09h30 | Jardins da Nossa Senhora da Rocha, Queijas e Quinta do Sales, Carnaxide

15h00 | Jardins do Lagoas Park, em Porto Salvo e Parque Urbano da Fábrica da Pólvora de Barcarena

Informações e inscrições:

Câmara Municipal de Oeiras, Sector de Acção Cultural - Estrada da Fundação de Oeiras, Edifício da CMO, Oeiras
tel. 214 408 529, fax 214 404 552,
e-mail: ana.miranda@cm-oeiras.pt.



MARGINAL SEM CARROS E TRAVESSIA ANTONIO BESSONE BASTO

17DOM_10h00 > 13h00

ESTRADA MARGINAL, CAXIAS A OEIRAS

17DOM_14h00

RIO TEJO, PRAIA DE ALGÉS

À PRAIA DE SANTO AMARO DE OEIRAS

Associando-se à Semana Europeia da Mobilidade e ao Dia Europeu Sem Carros, a Câmara Municipal de Oeiras, encerra, mais uma vez, a Avenida Marginal, entre Caxias e Oeiras ao trânsito automóvel, oferecendo aos munícipes a oportunidade de desfrutarem deste espaço, com uma paisagem ímpar, num ambiente saudável, fugindo assim um pouco há rotina do mesmo. Ainda no mesmo dia, e após o sucesso alcançado em 2005 com a Travessia da Barra, a Câmara Municipal de Oeiras volta a organizar uma prova de águas abertas, desta vez com um percurso mais desafiante, pretende-se que os atletas percorram, a nado, toda a orla costeira de Oeiras, tendo a prova início em Algés e chegada na Praia de Santo Amaro de Oeiras, num percurso de 7 km. Este evento conta ainda com uma prova mais curta, aberta a todos, da Praia de Caxias à Praia de Santo Amaro, num percurso de 3,5km. Apesar da corrente favorável, este será um desafio que apenas os mais bem preparados conseguirão superar, não só pelas fortes correntes do Tejo, mas também pela temperatura da água que, apesar dos atletas poderem usar fatos isotérmicos, irá condicionar sobremaneira a prestação dos atletas, numa prova que terá uma duração aproximada de noventa minutos.

Informações: Divisão de Desporto,
tel. 214 408 540 · dd.eventos@cm-oeiras.pt



EXPOSIÇÃO FINALISTAS DE ESCULTURA 2005-2006

22 SETEMBRO > 30 OUTUBRO

9H00_20H00 (Setembro)

10H00_18H00 (Outubro)

JARDIM DO PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL, OEIRAS

Esta exposição é fruto de um protocolo estabelecido entre a Câmara Municipal de Oeiras e a Faculdade Belas-Artes da Universidade de Lisboa.

Este evento tem como objectivo a divulgação de trabalhos de alunos finalistas, agora jovens artistas em início de carreira.

A realização deste projecto ganha particular relevância e significado, uma vez que as características do espaço implicaram um conjunto de condicionalismos que tiveram que ser equacionados na observância do respeito pela identidade histórico-patrimonial do jardim. Constituindo, por isso, um desafio renovado para os alunos, que se propuseram ao desenvolvimento de projectos que balançam entre uma perspectiva site-specific e uma perspectiva mais individualista, mas sempre considerando o espaço físico em que se inserem.

Inauguração: dia 21, quinta-feira, 17h00

Informações: tel. 214 408 781, 214 408 590



DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO

24 DOM, 10h00_12h00

PRAIA DE SANTO AMARO DE OEIRAS.

Sendo a Fundação Portuguesa de Cardiologia membro da Federação Mundial do Coração, cabe-lhe dinamizar actividades no Dia Mundial do Coração em Portugal, e este ano Oeiras será o palco nacional, das comemorações do Dia Mundial do Coração.

Esta iniciativa pretende mobilizar a população oeirense, a participar numa manhã de actividade física, reforçando a ideia dos benefícios que a prática do exercício físico pode trazer para o nosso "coração".

Após a realização das várias actividades durante a manhã, será formado um "coração humano" (com cerca de 700 pessoas) no areal, o qual será preenchido pelas pessoas presentes no local, as quais terão t-shirts e balões vermelhos de modo a formar o coração.

Objectivos estratégicos

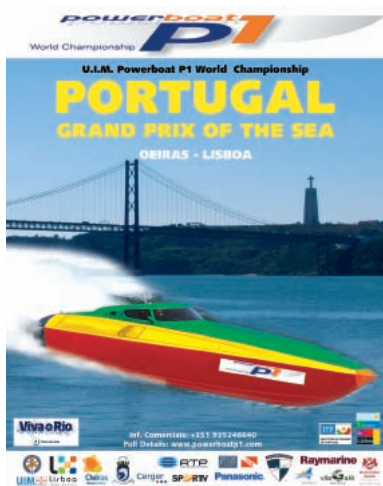
- Promover medidas preventivas para reduzir a incidência da doença cardíaca e do Acidente Vascular Cerebral (AVC);
- Promover e enraizar hábitos de exercício moderado e actividade física regular nos cidadãos, com consequente melhoria do bem-estar e qualidade de vida;
- Aumentar a consciência do público para os problemas do coração;

Programa

10h00 Aula de Aquecimento e Concentração

10h30 Actividades (caminhada, cicloturismo, canoagem, vela, slide, escalada, corfebol, voleibol, beach tennis, fitness, RPM, tai-chi-shuan, judo, orientação, hóquei em Patins, andebol, futebol de praia, patins, skate e karaté.

Informações: Câmara Municipal de Oeiras
- Divisão de Desporto, tel. 214 408 540



**GRANDE PRÉMIO DE PORTUGAL
EM MOTONÁUTICA - CLASSE POWERBOAT P1**
30 SETEMBRO_1 OUTUBRO
OEIRAS

A costa de Oeiras irá receber o Grande Prémio de Portugal de Motonáutica na Classe Powerboat P1, na última etapa do Circuito Mundial da classe, depois das etapas disputadas em Malta, Itália, Alemanha e Grã-Bretanha.

Esta espectacular categoria, pela primeira vez em Portugal, engloba embarcações de 43 pés, com motorizações que podem ir até aos 2.000 cavalos de potência, atingindo velocidades na ordem dos 190 km/h. São esperadas equipas oriundas do Mónaco, Malta, Áustria, China e Itália, envolvendo um total de 22 embarcações.

Informações: KBL Powerboat Management Ltd., Jaime Zúquete Fonseca, e-mail. j.zuquete@mail.telepac.pt, www.powerboatp1.com





CICLO INTERNACIONAL DE JAZZ 2006

28QUINTA 29SEXTA 30SÁBADO 22H00

AUDITÓRIO MUNICIPAL RUY DE CÂRVALHO, CARNAXIDE

Jazz! O tipo de música que uma corrente de pensamento afirma que "não é o que se toca, mas sim como se toca".

28QUI Trio Mário Laginha (POR)

Mário Laginha (piano), Bernardo Moreira (contrabaixo) e Alexandre Frazão (bateria)

29SEX Carolyn Leonhart Quintet (EUA)

Carolyn Leonhart (voz), Wayne Escoffery (saxofones tenor e soprano), Orrin Evans (piano), Hans Gladwischnig (contrabaixo) e Donald Edwards (bateria)

30SÁB Jeremy Pelt Quartet (EUA)

Jeremy Pelt (trompete), Frank Locastro (piano), Vicente Archer (contrabaixo) e Eric McPherson (bateria)

Bilhetes (plateia 8€, balcão 6€, desconto de 20% -25 anos e +65 anos): Loja CMO/Oeiras Parque, a 11/09/06, das 11h00 às 20h00

Auditório Municipal Ruy de Carvalho, nos dias de espectáculo, entre as 18h00 e o final dos espectáculos, com excepção de dia 30 em que encerra às 22h00

Informações: tel. 214 408 582 · e-mail. paulo.afonso@cm-oeiras.pt

Há quantos anos é assinalado em Portugal o Dia Mundial do Coração?

Há três. Começámos por associar à iniciativa a Direcção Regional de Saúde, o Instituto Português da Juventude e o Instituto do Desporto de Portugal, e depois lançámos o desafio às câmaras municipais do País para que neste dia, que coincide sempre com o último domingo de Setembro, desenvolvessem actividades definidas em função dos recursos autárquicos, humanos, etc. O que pretendemos é que essas actividades levem as pessoas a vestir a camisola da Fundação e marquem o dia.

Como decorreu o primeiro ano?

No primeiro ano quisemos que se fizesse um coração formado pelas pessoas, e conseguimos.

Foi em Lisboa, não é verdade?

Foi, por ser uma cidade grande, mas esquecemo-nos de que, apesar de ter 600 mil habitantes, sessenta por cento são idosos. Tivemos sucesso, porque nesse dia aparecemos em todos os órgãos de Comunicação Social, mas como o Dia Mundial do Coração coincide sempre com a meia-maratona da Ponte Vasco da Gama, acabou por resultar numa grande dispersão que não prevíramos.

E no segundo ano?

Foi em Cascais e enquanto em Lisboa se corria a meia-maratona, nós fazíamos um grande coração nesse concelho. E neste ano será em Oeiras, desenvolvendo algumas parcerias, já que temos uma série de instituições e organismos com delegações de nível local. O nosso objectivo é procurar que os municípios façam qualquer coisa nesse dia e que vistam a camisola da Fundação.

Por que razão optaram neste ano por Oeiras?

Uma das pessoas que participam nas nossas reuniões mora em Oeiras e conhece bem os meandros da Câmara Municipal. É que esta iniciativa depende da boa vontade das pessoas. Além disso, Oeiras é um município que tem já alguns recursos, com trabalho realizado no terreno, com iniciativas que têm tudo a ver com as nossas campanhas.

Como o Mexa-se na Marginal?

Por exemplo. É um município com actividades que perseguem objectivos iguais aos nossos.

Qual a importância deste tipo de campanhas?

Dizem respeito não apenas às doenças cardiovasculares, mas, sim, à prevenção. Não posso estar à espera de sofrer de uma doença para me preocupar com ela. A morte surge cada vez mais tarde, e estamos a morrer menos na sequência de acidentes cardiovasculares, mas isso deve-se, em grande

Assessor médico da Fundação Portuguesa de Cardiologia, Luís Negrão reflecte sobre a importância de se alterarem determinados hábitos de vida que funcionam como agentes propiciadores de acidentes cardiovasculares. Esse é, aliás, o principal objectivo das iniciativas que assinalam, anualmente, o Dia Mundial do Coração, que neste ano decorrerá na praia de Santo Amaro de Oeiras, no dia 24. Mas além dos aspectos cuja solução depende em grande parte da atitude de cada um, Luís Negrão lança ainda um alerta ao Estado português: os sacrifícios que está a impor aos portugueses mais desfavorecidos vai originar uma grave factura que será paga a médio prazo, já que as consequências irão manifestar-se num aumento considerável da doença.

LUÍS NEGRÃO

EM NOME DA VIDA

ENTREVISTA **GUIOMAR BELO MARQUES**
FOTOGRAFIAS **JORGE NOGUEIRA**



parte, ao facto de termos cada vez mais recursos técnicos para evitar que o paciente morra.

Está a dizer que a incidência desses acidentes é a mesma, e que a morte na sequência deles é que diminuiu?

Sim, a incidência continua com a mesma agressividade de sempre e os riscos são cada vez maiores. Vivemos em cidades obesogénicas. Dantes íamos ao futebol e éramos atletas de bancada, agora nem sequer de café o somos, limitamo-nos a sê-lo de sofá.

Mas há muito menos fumadores, ou não?

O consumo do tabaco está a diminuir, é verdade, o que não significa que deixe de ser um factor de risco. Mas, em contrapartida, o stress tem aumentado, temos menos ordenado, e isso também faz aumentar a tensão arterial. A nossa alimentação é cada vez mais gorda, e, portanto, o risco global de agora se sofrer de doença cardíaca é um risco maior do que o existente no tempo dos nossos avós.

Algumas pessoas, em geral abastadas, não fazem um esforço para contrariar o sedentarismo, mas depois são capazes de gastar dinheiro no ginásio.

Não lhe parece um pouco absurdo?

Bem, entre não fazerem nada e irem três vezes por semana ao ginásio, sempre é preferível que lá vão. Quando acordamos já estamos atrasados; portanto, se ao fim do dia se for ao ginásio em vez de se estar sentado no sofá, já é melhor. Mas, atenção, porque os trintões e os quarentões começam cada vez mais a frequentar ginásios, só que por vezes também o usam de maneira muito agressiva, já que em vez de andarem em cima do tapete, desatam a correr cada dia mais, entrando em competição consigo mesmos, e isso também não é desejável. As campanhas despertam curiosidades, demonstrando que há coisas que dão prazer, que dão gozo, e que as pessoas podem passar a fazer. A ideia que temos é de que, a pouco e pouco, vão funcionando. Não somos uma instituição com uma situação económica favorável a ponto de podermos fazer estudos muito elaborados, mas temos a percepção de que, de facto, as pessoas vão cada vez mais ao ginásio.

Querem resolver muito rapidamente o sedentarismo e ser elegantes à pressa?

Não são a maioria. Em geral, quem vai pode começar a fazê-lo por estar barrigudo, por uma questão estética, mas depois torna-se uma necessidade para a saúde. Penso que as mulheres vão mais por razões estéticas, e os homens, por questões de saúde.

O consumo do tabaco está a diminuir, é verdade, o que não significa que deixe de ser um factor de risco. Mas, em contrapartida, o stress tem aumentado, temos menos ordenado, e isso também faz aumentar a tensão arterial. A nossa alimentação é cada vez mais gorda, e, portanto, o risco global de agora se sofrer de doença cardíaca é um risco maior do que o existente no tempo dos nossos avós.

A obesidade infantil está a aumentar em proporções realmente graves?

Num trabalho elaborado pelo Prof. Luís Sardinha conclui-se que as crianças com idades entre os 7 ou 8 anos até aos 10 têm uma actividade muito dependente da dos pais. Depois vem a adolescência, entre os 13 e os 17 anos, em que as emoções e aquilo que lhes dá gozo se prende com actividades sedentárias. A não ser aqueles poucos privilegiados que fazem desportos radicais, a maioria passa o dia frente à consola ou ao computador. Como vamos resolver isto é que é um verdadeiro problema.

Além de terem uma alimentação de muito fraca qualidade...

Claro que, aliando isso ao consumo de alimentos muito ricos em gordura e em açúcar que geram obesidade infantil... E neste momento ela está mesmo a crescer no nosso país. As pessoas danças iam ao mercado, ou seja, iam às compras todos os dias. Agora vão uma vez por mês ao



hipermercado, enchem um hipercarrinho e quando chegam a casa metem tudo num hiperfrigorífico.

E os legumes e a fruta não se dão bem com esse sistema.

Pois não. Portanto, as pessoas continuam a comer muito e a comer pior, porque comem sempre as mesmas porcarias. Há fome de hortícolas, de fruta, e excesso de carne.

Sem pôr minimamente em causa a importância do consumo da fruta e dos legumes, não lhe parece, contudo, que é muito difícil conciliá-lo com o cada vez mais parco orçamento das famílias portuguesas? O peixe, por exemplo, é caríssimo.

Seja como for, um quilo de legumes é mais barato do que um quilo de carne.

Depende da carne e dos legumes... E a carne e os farináceos enchem e rendem mais...

Segundo a pirâmide dos alimentos estabelecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em baixo encontramos a fruta e os hortícolas, que devem

ser consumidos numa média de 400g por dia, mas no dia em que a população mundial o fizer não existirão em quantidade que chegue... O que vale é que os políticos também sofrem do coração... De qualquer modo, existe, realmente, uma relação entre a obesidade infantil e a escolaridade e o orçamento dos pais. São, de facto, aqueles que possuem menos recursos que têm filhos mais obesos. Mais vale ser rico e saudável do que pobre e doente, porque assim é que é o verdadeiro dito popular e não que mais vale ser pobre e saudável do que rico e doente, porque as coisas não funcionam assim. São as pessoas com mais dinheiro que têm menos hábitos tabagistas, que comem sopa, que consomem legumes, etc.; portanto, que têm hábitos alimentares mais saudáveis. Há aqui, na verdade, uma relação muito forte entre os hábitos alimentares e os recursos económicos das pessoas.

Portanto, Portugal vive, também em termos de saúde, um problema grave.

Sempre que o nível de vida piora, também os hábi-



> PARAGENS

A praia de Santo Amaro de Oeiras irá este ano acolher a iniciativa anual promovida pela Fundação Portuguesa de Cardiologia do Dia Mundial do Coração. Assim, no próximo dia 24, entre as 10h00 e as 12h00, com vista à promoção de medidas preventivas que melhor ajudem a reduzir a incidência da doença cardíaca e o Acidente Vascular-Cerebral (AVC) e à sensibilização da importância dos hábitos saudáveis, ali irão desenvolver-se diversas actividades desportivas, após uma aula de aquecimento e concentração. No final, um grande coração humano será formado por cerca de 700 participantes que envergarem as camisolas da FPC. A bem da saúde dos oeirenses, e não só.

tos alimentares, tabagistas, etc., pioram. Sempre que há o aperto do cinto, tudo é pior. Só que o cinto vai ter mesmo de se abrir, porque as pessoas vão começar a adoecer cada vez mais. E essa é uma factura que não se cobra a 30 dias, mas, sim, a anos. Portanto, cada um safa-se por si.

Ou seja, por muitas campanhas que se promovam, elas jamais poderão resolver as questões sociais que dão origem à doença?

A Fundação já fez perguntas às pessoas mostrando vários produtos e questionando-as sobre o que faz mal, e elas sabem e apontam correctamente. Aos poucos vão percebendo o que têm de fazer, e isso é importante.

No caso das crianças, qual pode ser o contributo das escolas?

Uma criança vive oito ou nove horas por dia na escola; portanto, quem forma ou deforma a criança é a escola. Agora, uma coisa que começa a ser resolvida é a venda de produtos de má qualidade nos bares das escolas. Como os refeitórios abrem mais tarde, procuram os bares, e se estes venderem batatas fritas é isso que elas comem logo pela manhã. É preciso que essas coisas sejam retiradas, mas também é indispensável que os pais colaborem, e muitas vezes aquilo que verificamos é que são precisamente os pais os primeiros a subverter esta questão. Quando colocam na bancada da cozinha, acessível às mãos dos miúdos, uma caixa de bolachas, é óbvio que lhes estão a propor que as comam. Mas se em vez disso colocarem cereais... Embora diga-se, a esmagadora maioria dos cereais que existem actualmente no mercado não possuam qualquer valor positivo. As pessoas deviam ir ao supermercado com uma máquina de calcular e fazer contas. Peguem, por exemplo, numa lata de coca-cola e somem todos os componentes que lá vêm descritos e que possuem açúcar sem que assim venha explícito e chegarão à conclusão de que cada lata corresponde a cinco pacotinhos de açúcar.

Mas os doces e o chocolate fazem parte das alegrias da infância. Ou não?

Depende do que se entende por comer doces, ou chocolate. Se em vez de um prato de sopa dermos chocolate, as crianças preferem, mas isso não é o melhor para a saúde delas. Além disso, a fruta substitui na perfeição esses doces porque tem o açúcar necessário. Se em vez de na tal bancada da cozinha se substituírem as guloseimas por maçãs, peras ou uvas, a criança comerá a fruta e isso será muito melhor para ela.



AVENIDA GENERAL NORTON DE MATOS, MIRAFLORES À BEIRA-PARQUE

Para quem vive em Miraflores, ou para quem a cruza, é quase inevitável percorrer esta avenida ampla, eixo de entrada ou saída, acesso para toda a localidade e onde encontramos a escola secundária, a Esquadra da PSP, clínicas de renome, comércio e escritórios, e, mais recentemente, o imponente Parque Urbano, que a autarquia aqui plantou. Apetecível e prazenteiro, apesar de nestes meses estivais aguardar ainda o crescimento, todavia mingado, de copas de árvores que bem sombreiem o passeante, dispõe de equipamentos que propõem a actividade e a boa forma física, não só por aí existir um circuito de manutenção life-trail, mas também porque um campo de minigolfe aumenta as possibilidades do desfrute salutar, e onde, entre 3 e 8 de Outubro próximo, irá decorrer um campeonato, além de uma zona de parque infantil, no qual os petizes podem trepar a uma aranha gigante, exercitar a sua destreza e divertir-se. Ficaria contente o general Norton de Matos por emprestar o seu nome a tão saudável e importante via de uma localidade que, além de tudo o mais, recebe o belo nome de Miraflores. É que este general, nascido em 1867, pugnou ao longo de toda a sua duradoura vida

(faleceu aos 88 anos) pelos princípios democráticos, integrando as fileiras do Partido Republicano e da Maçonaria portuguesa, da qual foi grão-mestre. E em coerência permanente com aquilo que sempre defendeu, participou no golpe contra a prepotência de Pimenta de Castro, em 1915, tal como durante a ditadura do Estado Novo, do qual foi, até morrer, um opositor de vulto, ousou desafiar o status do regime, ao aceitar tornar-se o primeiro candidato à Presidência da República pela Oposição Democrática, em 1949, antes ainda de Humberto Delgado, confrontando a sua candidatura com a do marechal Carmona, um cúmplice amigo do regime salazarista que viria a tornar-se presidente. Não chegou às urnas por ter entendido que — para lá da campanha eleitoral, que em tempo de sombrio esclarecimento e de palavras censuradas — era por si só uma possibilidade de discurso dissonante, mas cuja viabilidade de vitória era nula. Razão por que, na véspera do voto viciado e limitado de 13 de Fevereiro, desistiu. Ficou a sua coragem e a referência de um general maçom que recusou o silêncio da mordaga, a cobardia do encolher de ombros inerente à indiferença e o fingimento.



27QUA 21h30

BIBLIOTECA MUNICIPAL
DE CARNAXIDE**FRANCISCO
JOSÉ VIEGAS**CONVERSA COM...
CARLOS VAZ MARQUES

No escrever há um vagar supérfluo, uma/nitidez repetida do mundo, enganoso/ e ilusões que em qualquer lugar se perdem/ de si mesmas. Mas nisso a que chamas,/ incessante real, algum nome/ para as coisas ou o amor delas/ está intacto o que a magia transforma.

Viegas, Francisco José. Todas as coisas.

Lisboa: Editorial Caminho, 1988. p. 91



Francisco José Pereira de Almeida Viegas é o escritor convidado do Café com Letras de Setembro. Nasceu em Vila Nova de Foz Côa há 44 anos e, apesar de ter iniciado a sua vida profissional como professor universitário, acabaria por trilhar os caminhos da literatura.

Romancista, poeta e crítico literário, Francisco José Viegas é um autor multifacetado, sendo, sobretudo, conhecido do grande público pelo seu percurso jornalístico.

Começou por editar poesia, o que, seguramente, não será alheio ao facto de considerar o género poético como uma arte distinta dos restantes discursos literários, numa quase demanda religiosa, procurando desvelar o carácter sagrado do território da escrita poética.

Todavia, é no romance que mais se destaca com textos, na maioria policiais, como Morte no Estádio (1991), As Duas Águas do Mar (1992), Um Céu Demasiado Azul (1995), Um Crime Capital (2001) ou Longe de Manaus (2005).

Curiosamente, o seu discurso sobre o mundo engloba, também, um olhar enquanto mediador da promoção do livro e da leitura em programas para televisão como “Ler para Crer” (na RTP 2), “Escrita em Dia” (na SIC) e “Livro Aberto” (na RTPN). A sua acção enquanto divulgador cultural estende-se, ainda, a diversas colaborações em revistas e Jornais, destacando-se, naturalmente o seu contributo na revista trimestral “Ler”, entre 1987 e 2000, decisivo na construção da identidade daquele periódico. Publicou, recentemente, um conjunto de textos integrados na colecção Contos Inéditos da Visão intitulado “A Poeira que cai sobre a terra”.

Para além da poesia e do romance, a sua produção literária contempla, ainda, contos, teatro e relatos de viagens. É, actualmente, director da Casa Fernando Pessoa e dinamizador de actividades que enriquecem a programação daquele espaço cultural.

Ana Paula Jardim

PARKIDS

COM RECEPÇÃO AO CALOIRO



parkids

O primeiro dia de escola é sempre um momento de apreensão, particularmente para os mais pequenitos. A ansiedade, o receio da novidade, a confusão, aliam-se frequentemente à curiosidade que as novas etapas da vida sempre provocam, à perspectiva de novas brincadeiras e alegrias. Adoptando pedagogias que contemplam a particularidade de cada criança e fazendo, deste modo, que cada uma se sinta «única e especial, bem acolhida e acarinhada», no ano lectivo que este mês se inicia, a Parkids irá receber os seus novos alunos do berçário/creche e do jardim-de-infância de modo especial.

Possuindo instalações amplas, coloridas, luminosas e que dispõem de várias zonas de recreio ao ar livre, é preocupação desta escola que cada criança a povoe e dela desfrute como se de uma segunda casa de família se tratasse. Por isso, além de aqui existir a preocupação de dar satisfação às necessidades dos petizes que a frequentam, também pais, avós ou irmãos são bem-vindos, pretendendo-se que se sintam, também eles, em sua casa, tanto no dia-a-dia como durante as festas de aniversário, churrascos, conferências e comemorações diversas que aqui se realizam regularmente.

Entre as novidades do novo ano lectivo, a Parkids, em colaboração com a Tolotoys, preparou uma surpresa de boas vindas para assinalar o primeiro dia na escola dos mais pequeninos: a oferta de um brinquedo, adequado à idade de cada criança inscrita pela primeira vez, que irá ajudar a encarar a entrada na escola com muito menos lágrimas e (ainda) mais alegria. Apesar de se tratar de uma lembrança

destinada aos caloiros que ingressem na escola até ao próximo dia 15 de Outubro, as inscrições estarão abertas ao longo de todo o ano.

Com um horário regular de funcionamento entre as 7.30h e as 19.30h, de segunda a sexta-feira, a Parkids oferece, contudo, a possibilidade de serem acordados prolongamentos especiais e horários alternativos, segundo as necessidades de cada família. Por outro lado, proporciona igualmente serviços de baby sitting e estudo acompanhado para alunos externos dos 1.º e 2.º ciclos.

Parkids

Av. António Bernardo Cabral de Macedo, nº 33
Paço d'Arcos (perto do Oeiras Parque)
Telef.: 214 467 311
E-mail: info@parkids.pt



**Roteiro
Oeiras**

SETEMBRO

02_09SÁB_17h30

JARDIM DA CASCATA DA QUINTA REAL DE CAXIAS

16SÁB_17h30

JARDINS DO PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL, OEIRAS

Uma viagem ao século XVIII, onde os Jardins do Palácio Marquês de Pombal, em Oeiras, e o Jardim da Cascata da Quinta Real, em Caxias, constituem o cenário privilegiado para um agradável fim de tarde, onde não faltará um refrescante chá frio que será servido no final de cada visita.

Os visitantes serão acompanhados por uma animada comitiva ao longo de um percurso pelos espaços mais significativos destes jardins, onde não faltarão actividades lúdicas envolvidas na história e vivências, relatadas pelos protagonistas como a Condessinha Leonor de Daun, segunda mulher de Sebastião José de Carvalho e Melo, o arquitecto Carlos Mardel e o famoso escultor Machado de Castro, entre outras personagens do universo pombalino.

Informações: Sector de Acção Cultural,

Tel. 214 408 587

E-mail: maria.fernandes@cm-oeiras.pt



ANIMAÇÃO DE ÉPOCA NOS JARDINS HISTÓRICOS DE OEIRAS



> MÚSICA

MÚSICA EM DIÁLOGO COM O MAESTRO JOSÉ ATALAYA

Por motivos de força maior os concertos agendados para o Auditório Municipal Eunice Muñoz, em Oeiras, serão realizados no Auditório Municipal Ruy de Carvalho, em Carnaxide.

ENTRADA LIVRE

10DOM_11h00

AUDITÓRIO MUNICIPAL
RUY DE CARVALHO – CARNAXIDE

Armando J. Fernandes e Lopes-Graça “ouvem”...Mozart Depois aparecem – felizes!

Armando J. Fernandes –
Harmonizações de Canções
populares

Lopes-Graça – Dois sonetos de
António Nobre (Ó virgens que
passais; Poveirinhos!). Duas
canções de Teixeira de Pascoaes
(Canção molhada; Canção luarenta)
Ana Madalena Moreira – soprano
Kodo Yamagishi – piano

João Maria de Freitas Branco –
comentários
Espectáculo em colaboração com o
Ginásio Ópera

24DOM_11h00

AUDITÓRIO MUNICIPAL RUY DE
CARVALHO – CARNAXIDE

**Mozart e Schumann na “voz” de
Moyano**

Mozart – Fantasia K. 475; Sonata
em do menor K. 457

Schumann – Fantasia op. 17
Jorge Moyano – piano

ORQUESTRA DE CÂMARA DE CASCAIS E OEIRAS (OCCO)



ENTRADA LIVRE

9SAB_21h30

PALÁCIO DO MARQUÊS DE POMBAL
(entrada do INA – junto à CMO)
“CONCERTO ESTIVAL”

A. Schnittke – “Moz-art ala Haydn”
E. Carrapatoso – “Suite D’Aquém e
D’Além Mar” para marimba e cordas
J. Haydn – Sinfonia Nº 55 em Mi
bernoI Maior
Pedro Carneiro – marimba
Maestro Nikolay Lalov

17DOM17h00

PALÁCIO DOS ACIPRESTES,
LINDA-A-VELHA

(em articulação com a Junta de
Freguesia de Linda-a-Velha)
“TARDE MUSICAL”

G. Fauré – Berceuse para violino e
cordas

S. Rachmaninov – Vocalise para
violoncelo e cordas

Dm. Shostakovich - Valsa

B. Britten - Sinfonia Simples

Solistas da Orquestra de Câmara de
Cascais e Oeiras

> POR FALAR EM MÚSICA...

por **Pedro Osório**
www.pedroosorio.com



Fim de Festa

Final dos anos 50 princípio dos 60, o “conjunto de Pedro Osório” tocava em bailes quase todos os fins-de-semana. O ineditismo de ser um grupo constituído por estudantes ajudava ao sucesso. Eram bailes de finalistas, de clubes sociais (havia tantos no norte), de casamentos ricos, arraiais e por aí fora. Havia um grupo de amigos que nos acompanhavam sempre que podiam. A coberto de nos ajudarem a transportar os instrumentos lá conseguíamos meter um ou outro à borla. O Talau e o Zé Seara eram os mais fiéis e muitas vezes nos ajudaram nas tarefas do fim de festa, com a desmontagem do material, a cobrança do cachet, a verificação de que nada ficava para trás, num tempo em que ‘road manager’ e ‘roadies’ eram conceitos que nem sequer existiam.

Por vezes, chegados às 4 ou 5 da manhã, com a sala já quase vazia, mantinham-se por ali cerca de uma dúzia de resistentes que nos obrigavam a tocar mais uma hora sonolenta que lhes permitisse concretizar um namoro sugerido ou simplesmente considerarem-se ressarcidos da totalidade do bilhete de ingresso. Os nossos dois amigos resolveram algumas destas situações simulando uma discussão de bêbados com ameaça de pancadaria o que levava as mães das meninas retardatárias a dar ordem de retirada em face da degradação do ambiente. Quando este truque deixou de dar resultado porque já constava que era fita, inventaram um sistema ainda mais eficaz.

Passaram a levar uma ficha de candeeiro com os dois Pernos ligados por um fio metálico grosso. Chegada a hora dos últimos resistentes metiam a ficha numa tomada de corrente que procuravam num local mais discreto.

A luz ia abaixo, claro, e alguém da organização ia consertar o fusível rebentado. Quando ligavam de novo o quadro o fusível estourava de imediato. Nova tentativa com o mesmo resultado e os retardatários começavam a abandonar o recinto. Até que o baile se mostrava inequivocamente morto e então a ficha era retirada da tomada.

Na tentativa seguinte, finalmente, o quadro eléctrico acordava. Perante uma sala desolada e quase vazia revelada pela luz, finalmente ressuscitada, lá vinha um membro da organização dizer-nos: - Bom, isto acabou. Podem arrumar os instrumentos e um de vocês venha ali comigo para fazermos as contas.

23SÁB 18h30

SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO MUSICAL DE PORTO SALVO
(em articulação com a Junta Freguesia Porto Salvo)
“TARDE MUSICAL”

G. Fauré – Berceuse para violino e cordas

S. Rachmaninov – Vocalise para violoncelo e cordas

Dm. Shostakovich - Valsa

B. Britten - Sinfonia Simples

Solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras

XVII ENCONTRO DE BANDAS DE MÚSICA CIVIS DO CONCELHO DE OEIRAS

29SEX 21h30

SALÃO NOBRE DA SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO MUSICAL E ESCOLAR CRUZ QUEBRADENSE, CRUZ QUEBRADA

Banda da Sociedade Filarmónica Fraternidade de Carnaxide

Banda da Associação dos Bombeiros Voluntários Progresso Barcarenense

> TOPDISCOS



1º FLORIBELLA

Banda Sonora, Somlivre

2º NOW 14

Vários Artistas, SonyBMG

3º MORANGICE 2

Vários Artistas, Farol

4º VUE MER

La Caina, Loja da Música

5º SONGBOOK

Vários Artistas, Universal

FONTE: LOJA DA MÚSICA

C Com Palmeiras-IJ 29 Oeiras
2780-157 Oeiras

30SÁB_ 21h00

AUDITÓRIO DA COOPERATIVA DE HABITAÇÃO ECONÓMICA NOVA MORADA, PAÇO DE ARCOS
Banda da Sociedade Musical Simpatia e Gratidão
Banda do Grupo Solidarietàade Musical e Desportiva de Taláide
Banda da Sociedade de Instrução Musical de Porto Salvo

30SÁB_ 21h00

SALÃO NOBRE DA SOCIEDADE FILARMÓNICA FRATERNIDADE DE CARNAXIDE
Banda da Sociedade de Instrução Musical e Escolar Cruz Quebradense
Banda da Liga dos Amigos de Castelo Novo

01OUT_DOM

11h00 | Desfile das Bandas em vários locais da Vila de Oeiras

11h30 | Chegada aos Paços do Concelho, cerimónia do hastear das bandeiras e execução conjunta da Marcha da Fraternidade e Hino Nacional

15h30 | Concerto pela Banda do Centro de Cultura e Desporto da CMO e SMAS de Oeiras e da Banda de Soure, no Largo da Igreja Matriz de Oeiras

> TEATRO

MISS DAISY



AUDITÓRIO MUNICIPAL EUNICE MUÑOZ, OEIRAS

08SETEMBRO > 29OUTUBRO_
QUA > SÁB_ 21h30_
DOM_ 17H00

O retomar da peça, de Alfred Uhry, que nas primeiras doze sessões foi

vista por mais de três mil pessoas. Com Eunice Muñoz, Guilherme Filipe e Thiago Justino, sob a direcção de Celso Cleto. M/12 anos

Informações:

tel. 214 408 582, 214 429 304
e-mail: paulo.afonso@cm-oeiras.pt, maria.desousa@gmail.com

Bilhetes à venda (10€): no local, segundas e terças, das 14h00 às 18h00, quartas a sábados, das 14h00 às 21h30, domingos, das 14h00 às 18h00 (reservas: tel. 214 429 304, 960 272 519). Lojas Fnac, lojas Abreu e www.ticketline.pt (reservas: tel. 210 036 300)

> DANÇA

XI CICLO DE DANÇA - OEIRAS 2006

JARDINS DO PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL

01SEX_ 8SEX_ 21h30

Entrada Livre.

DIA 1 | "SONLAR" TEATRO NACIONAL DE CUBA



O coreógrafo cubano René de Cárdenas chega a Portugal com "Sonlar", o espectáculo onde os ritmos e a percussão surgem de qualquer objecto que tenham à mão. Comparado com espectáculos como "Stomp" ou os realizados por Mayumaná, "Sonlar" conta com sonoridades e danças de tom mais quente e sensual. Os dezanove bailarinos, formados no classicismo do Ballet de Cuba, nas fileiras de Tropicana ou em companhias de dança contemporânea, desenvolvem as diferentes danças a partir de sons rítmicos extraídos de leques,

fichas de dominó ou vassouras. René de Cárdenas realizou com 'Sonlar' um autêntico cocktail onde também incluiu movimentos procedentes do hip hop, breakdance ou dance music, com DJ incluído.

DIA 8 | "TIEMPOS FLAMENCOS" BALLET FLAMENCO MARIA CARRASCO



Dezasseis artistas que buscam o ponte de encontro, não de ruptura, entre o mundo clássico e tradicional e o flamenco contemporâneo. Maria Carrasco levou a sua arte ao Japão, Costa Rica, México, Líbano, Jordânia, Reino Unido e Cuba... E partilhou cartaz, entre outros, com António Canales, Júlio Bocca, Joaquín Cortés e Enrique Morente.

Informações:

Sector de Acção Cultural,
tel. 214 408 547

PROJECTO "BEBÉS COM AGULHA E LINHA"

Um projecto que consiste na costura de roupas para crianças - desde prematuros até aos 10 anos - integradas em famílias carenciadas, a serem distribuídas gratuitamente a instituições com competência em matéria de infância. Pode associar-se como voluntário na elaboração de artigos de vestuário.

Informações:

Maria do Pilar Fernandes,
tel. 912 621 570,
Divisão de Assuntos Sociais,
tel. 214 408 573

> MONTRA DO REGRESSO ÀS AULAS

Um dos momentos mais empolgantes que antecedem o início de um ano lectivo é, sem dúvida, o das compras do material escolar. Como um ritual iniciador de mais um ano escolar, com toda a perspectiva da aprendizagem de novos saberes, de correrias, brincadeiras e responsabilidades, o entusiasmo também se desenvolve em torno de alegres cadernos, estojos, pastas, lápis ou canetas. Por isso, aqui se sugerem alguns artigos diferentes, que poderão ajudar os nossos jovens estudantes a melhor saborear as hercúleas tarefas que se lhes apresentam pela frente. E como deitar cedo e cedo erguer dá saúde e faz crescer, ajudemos a consciencializar responsabilidades e autonomias promovendo o despertar alegre e sem atrasos.



Estojo duplo com material incluído e porta-chaves
na LIVRARIA ESPAÇO



Candeeiro com base metálica e abat-jour em polipropileno laranja com motivos de flores
na A NOSSA CASA



Relógio despertador
na RUNADY



Saco com motivo de boneca oriental
na LIVRARIA ESPAÇO



Mochila Navadesign
na CORDEIRO & RAMOS

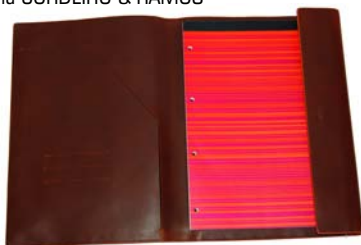


**Conjunto de tesouras em plástico colorido
para recortes ondulados**
na IMAGINARIUM



**Agrafador, régua
e afia-lápis em madeira
pintada com motivos
de borboletas**
na IMAGINARIUM

Pasta portfolio A4 em pele
na CORDEIRO & RAMOS



Estojo em tecido
na CORDEIRO & RAMOS



CORDEIRO & RAMOS Rua Damião de Góis 46B, Algés
LIVRARIA ESPAÇO Av. dos Combatentes da Grande Guerra nº51B, Algés
RUNADY Centro Cívico de Carnaxide, Av. Portugal, loja 16
A NOSSA CASA Centro Cívico de Carnaxide, Av. Portugal, loja 3
IMAGINARIUM C. Comercial Oeiras Parque, loja 1043

> PRINCIPAIS MORADAS



Auditório Municipal Eunice Muñoz

Rua Mestre de Avis, Oeiras | Tel. 214 408 411

Auditório Municipal Lourdes Norberto

Largo da Pirâmide, 3N, Linda-a-Velha | Tel. 214 141 739

Centro Cívico de Carnaxide

Rua 25 de Abril, lote 5

Auditório Municipal Ruy de Carvalho | Tel. 214 175 208

Galeria Municipal | Tel. 214 408 583

Fábrica da Pólvora de Barcarena

Estrada das Fontainhas | Tel. 214 391 128/30

Feitoria do Colégio Militar

Av. Marginal, perto do Forte de S. Julião da Barra, da Praia da Torre e do Passeio Marítimo, Oeiras

Galeria de Arte da Fundação Marquês de Pombal

Palácio dos Aciprestes

Av. Tomás Ribeiro, 18, Linda-a-Velha | Tel. 214 158 160

Galeria Municipal Lagar de Azeite

Palácio dos Marquês de Pombal,

Rua do Aqueduto, Oeiras | Tel. 214 408 367

Galeria Municipal Palácio Ribamar

Alameda Hermano Patrone, Algés | Tel. 214 408 554

Livraria-Galeria Municipal Verney

Rua Cândido dos Reis, 90, Oeiras | Tel. 214 408 391

Loja de Informação da Câmara Municipal de Oeiras

Centro Comercial Oeiras Parque, loja 1146 | Tel. 214 430 799

Posto de Atendimento de Carnaxide

Rua Cesário Verde, Edif. Centro Cívico | Tel. 214 180 433

Fax. 214 180 437 | DIAS ÚTEIS_9h00>17h30

Posto de Atendimento de Linda-a-Velha

Largo do Mercado, 7 | Tel. 214 141 151

DIAS ÚTEIS_9h00>17h30

Posto de Atendimento de Algés

Palácio Ribamar, Alameda Hermano Patrone | Tel/Fax: 214 118 972

Teatro Municipal Amélia Rey Colaço

Rua Eduardo Augusto Pedroso, 16 A, Algés | Tel. 214 113 670

> EXPOSIÇÕES

GALERIA 24.B

- ARTE CONTEMPORÂNEA,

Rua Dr. José da Cunha, 24-B, Oeiras

>16SEG

SEX_12h00>19h30

SÁB_11h00>19h30

**“BOA TARDE,
PRECISAVA DE UM QUADRO
PARA COMBINAR
COM O SOFÁ QUE TENHO
NA SALA SE FAZ FAVOR...”**

Neste projecto, Gezo Marques trabalha com tecidos estampados sobre telas e objectos e sobre eles pinta imagens projectadas em alto contraste, explorando e misturando técnicas, texturas e temas.

CASA ALEXANDRE GUSMÃO

Largo do Mercado

10>30

TER>DOM_14h00>18h00

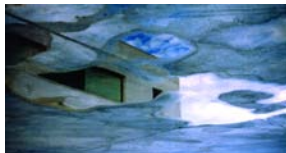
**EXPOSIÇÃO COLECTIVA DE
PINTURA “PERSPECTIVAS”**

inserida nas comemorações em honra de Nossa Senhora do Cabo
Inauguração: dia 9, sábado, 16h00
Informações: 214141895

23SET>28OUT

SEG>SEX_12h00>19h30

SÁB_11h00>19h30



O RETIRO

O mais recente projecto de Jorge Santos, constituído por desenhos da série “reflexo” e uma instalação escultórica da série “tragaluz”.

INATEL OEIRAS,

Junto ao passeio marítimo

SÁB_10h00>23h00

DOM_10h00>18h00

EXPOSIÇÕES INATEL

Um conjunto de exposições, com

venda de artigos e trabalho ao vivo, dos mais variados ofícios tradicionais - joalheria, cerâmica, artes decorativas e pintura.

LIVRARIA-GALERIA MUNICIPAL VERNEY

16SET > 08OUT
TODOS OS DIAS_14h00 > 18h00

Encerra aos Feriados

PAÇO DE ARTES - EXPOSIÇÃO COLECTIVA DA ASSOCIAÇÃO "PAÇO DE ARTES"

Com cerca de cinquenta obras de pintura, escultura e fotografia.

ESPAÇO-TEMPO

Galeria Municipal Lagar de Azeite, Oeiras

15SETEMBRO > 15OUTUBRO
TER > DOM_14h00 > 18h00



UMA EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA, VÍDEO E INSTALAÇÃO DE NUNO MAYA

Inauguração: dia 14, quinta-feira, 21h30

MESSE DE OFICIAIS DE CAXIAS, RUA 7 DE JUNHO DE 1759, CAXIAS

PINTURA E CERÂMICA DA ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DO ALTO DO LAGOAL - CAXIAS

15SETEMBRO > 08OUTUBRO
TER > SEX_13h00 > 18h00
DOM_12h00 > 19h00

Com obras de Aura Lino, Maria Helena Esteves, Liliana da Costa, Lúcia Andreia Cruz, Maria Afonso Vicente, Maria Irene Epifânio, Maria Bertília Passinhas e Fernanda Santana.

Inauguração: dia 14, quinta-feira, 18h00

Informações: tel. 214 408 583, 214 462 110

> LIVROS

21QUI_21h30

BULHOSA, OEIRAS PARQUE PAIS, UMA EXPERIÊNCIA

Lançamento do livro de Hugo Cruz e Inês Pinho (Papiro Editora).

26TER_18h00

BULHOSA, OEIRAS PARQUE PALAVRAS NA BULHOSA

Um conto inédito de Júlio Moreira, pelo Teatro Maizum. Com a presença do autor.

CLUBE DE LEITORES

Em Setembro, a bulhosa vai dar início às suas comunidades de leitores. Na livraria do Oeiras Parque, o Clube de Leitores será orientado pelo advogado e professor universitário Ricardo Leite Pinto.

Informações e inscrições: Clube de Leitores, tel. 214 460 154, [www.bulhosa.pt]

ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO AMARELO



Associação Coração Amarelo
A Associação Coração Amarelo, com delegação em Oeiras, tem como objectivo primordial apoiar pessoas idosas e isoladas em situação de solidão e ou dependência.

Informações:

Associação Coração Amarelo, tel. 214 467 570/78, ou pessoalmente todas as segundas-feiras, entre as 15h00 e as 17h00, no Centro de Juventude de Oeiras.



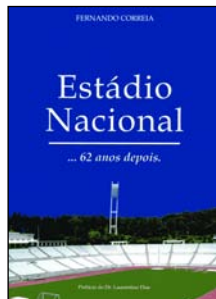
Centro de Documentação e Informação

RUA DÓRDIÓ GOMES, 2, OEIRAS
TEL. 214 406 670/1

e-mail. cdi@cm-oeiras.pt

DIAS ÚTEIS_10h00 > 19h00.

Encerra na última quarta do mês



ESTÁDIO NACIONAL, 62 ANOS DEPOIS

Fernando Correia, Produções Editoriais, Maio de 2006, 105 págs.

“Um livro de história e histórias sobre o Estádio Nacional”, sua construção e manutenção durante 62 anos.

Os projectos iniciais, a ribeira e o vale do Jamor, o Estado Novo com Salazar e Marcelo e a transformação progressiva do Estádio até aos nossos dias são alguns dos aspectos aqui esboçados. A questão essencial - “saber se um Estádio Nacional faz sentido, tal como foi imaginado e executado ou se valerá a pena abrir caminho a um complexo desportivo polivalente, abrangente e actual.” A perspectiva do autor é que o livro pode ajudar à descoberta de soluções.

Novidade para consulta no CDI

> FILMES

por **Carla Rocha**
crocha@cm-oiras.pt

**Há dias de azar**

De Paul McGuigan
Com Josh Hartnett, Bruce Willis,
Lucy Liu, Morgan Freeman



À custa de uns hambúrgueres que oferecem uns vales de desconto para cinema (muito bem vindos, por sinal, tendo em conta os pregos a que estão os bilhetes) que um casal amigo tem vindo a oferecer, vi-me encafuada numa sala de cinema a ver uns filmes que, de outra forma, não pensaria ir ver, ou seja, o abarrotar de testosterona do Miami Vice e o nada-de-novo do 'Regresso do Super-Homem'. O defeito, certamente, é meu por, relativamente ao primeiro nunca ter sido uma fã da série, e carros e barcos rápidos não fazerem as minhas delícias; e no segundo caso, embora ache que o Brandon Routh está muito bem na pele do super herói, a verdade é que passei metade do filme a ver quando seria que o caracol que vive na testa do nosso herói, se desfazia. Coisa que nunca aconteceu, nem mesmo quando mergulha, inanimado, pelas profundezas do oceano. A coisa já ia assim e eu a lamentar-me que não teria um filme que me tivesse empolgado para vos falar, quando me vi metida numa sala de cinema a ver o Edison. Quase ia chorando de tão mau que é e de tão frustrada estar. Edison conta com a presença de Morgan Freeman e Kevin Spacey, mas estou convencida que foi um lapso na carreira deles, lapso esse que não salva o filme da desgraça. O desespero já ia no red line quando a luz ao fundo do túnel apareceu com o "Há dias de azar". Este sim, é um filme agradável que para além de nos fazer soltar umas gargalhadas, também nos vai surpreendendo à medida que chega ao fim. A história dá umas viravolta e mortos existem aos molhos, mas nada de se pensar que é um filme tético, que nos angustia, bem pelo contrário: parece-te nascido para divertir, agradar e nos fazer sair do cinema com um sorriso. E não é isso que queremos em vésperas de entrarmos no frenesim do fim das férias?!

> CINEMA**CINE PALMEIRAS (2 SALAS)**

C. Comercial Palmeiras, Oeiras
Informações e reservas:
tel. 214 579 144
(das 14H00 às 19H00)

CINE TROPICAL (1 SALA)

Centro Comercial Tropical,
Rua de Ceuta, 44, Linda-a-Velha
Informações e reservas:
tel. 214 192 716

LUSOMUNDO MIRAFLORES (4 SALAS)

Centro Comercial Dolce Vita,
Miraflores, Algés
Informações e reservas:
tel. 214 105 177

OEIRAS PARQUE (7 SALAS)

Informações e reservas:
tel. 214 460 555
(das 15h00 às 20h00)

**07 SETEMBRO
MINORCA**

De Keenen Ivory Wayana
Com Moneca Delain, Tracy Morgan

ANIMAL

De Roselyne Bosch
Com Andreas Wilson, Diogo Infante,
Emma Griffiths Malin, Francisco
Antunes

THE BIG WHITE

De Mark Mylod
Com Robin Williams, Holly Hunter

14 SETEMBRO
IRRESISTIVEL

De Ann Turner
Com Susan Sarandon, Sam Neil E Emily Blunt

GISAKU

De Baltasar Pedrosa

UMA VERDADE INCONVENIENTE

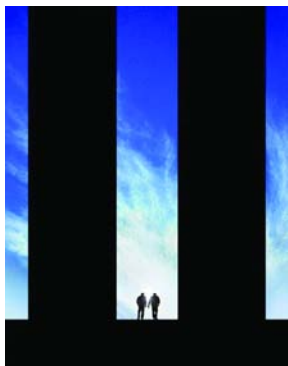


De Davis Guggenheim
Participação de Al Gore

LAND OF THE BLIND

De Robert Edwards
Com Ralph Fiennes, Donald Sutherland, Lara Flynn Boyle

21 SETEMBRO
WORLD TRADE CENTER



De Oliver Stone
Com Nicolas Cage, Michael Arthur



ONDAS INVISÍVEIS

De Pen-Ek Ratanaruang
Com Asano Tadanobu, Gang Hye Jung, Eric Tsang

D.O.A. – DEAD OR ALIVE

De Corey Yuen
Com Eric Roberts, Kevin Nash, Steve Howey, Sarah Carter, Jamie Pressly

DESCONHECIDO

De Meiert Avis
Com Pell James, Steven Strait, Kip Pardue, Carrie Fisher, Ashlee Simpson

CAPTIVITY

De Roland Joffé
Com Elisha Cuthbert, Daniel Gillies, Pruitt Taylor Vince

A PRAIRIE HOME COMPANION



De Robert Altman
Com Woody Harrelson, Tommy Lee Jones, Lindsay Lohan, Meryl Streep

THE BLACK DAHLIA

De Brian De Palma
Com Josh Hartnett, Scarlett Johansson, Hilary Swank

LA DOUBLURE (AKA THE VALET)



De Francis Veber
Com Gad Elmaleh, Alice Taglioni, Daniel Auteuil, Kristin Scott Thomas

28 SETEMBRO

ADRIFT

De Hans Horn
Com Susan May Pratt, Richard Speight Jr, Niklaus Lange, Ali Hillis

LOOK BOTH WAYS

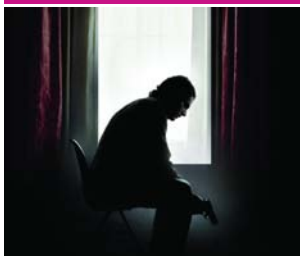


De Sarah Watt
Com Justine Clarke, William McInnes, Anthony Hayes

OBRIGADO POR FUMAR

De Jason Reitman
Com Aaron Eckhart, Maria Bello, Katie Holmes

> **TOP DVD**



- 1º MUNIQUE
- 2º APOSTA DE RISCO
- 3º UNDERWORLD: EVOLUÇÃO
- 4º A JÓIA DA FAMÍLIA
- 5º SYRIANA

FONTE: BLOCKBUSTER
Av. da República, 122A
OBRAS

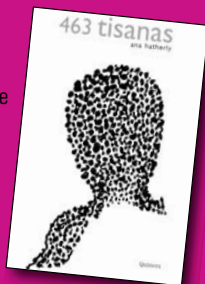
> LIVROS

por **Ricardo Leite Pinto**
rleitepinto@mail.telepac.pt

**Ana Hatherly, 463 Tisanas**

Lisboa, Quimera, 2006, pp. 174

Pertencem à área dos poemas em prosa e chamam-se “tisanas” porque são “infusões” e não “efusões”, explica Ana Hatherly. Infusões que dizem respeito a acontecimentos e que correm como pequenas narrativas num estilo de vanguarda ou não fosse a Autora uma das referências da poesia experimental dos anos 60 em Portugal. Embora ultrapassando essa fase, muitas das Tisanas assumem o tom e o conteúdo experimentalista. Acresce que a obra, cujas primeiras 39 tisanas foram publicadas em 1969, é um verdadeiro “work in progress”. Escreve Ana Hatherly que as Tisanas se darão por concluídas quando atingirem as 500. Por ora e em relação à última edição de 1987, acrescentam-se mais 112 pequenos textos. Para cativar os leitores para a magia desta prosa poética aqui ficam alguns exemplos:



- 287 Um homem enche um copo de água. Quando vai bebê-la entorna-a. Enche outro copo de água, mas quando vai bebê-la, entorna-a de novo. À terceira vez, quando falha, atira o copo ao chão. Conclusão: o colérico sofre de uma sede tremenda.
- 317 Estou no meu quarto. Deitada na minha cama. A luz está acesa. Oigo música. Penso em ti mas não é em ti. É um tu abstracto porque a tua ausência é uma lesão incurável que se imaterializa com o tempo. Por fim adormeço. Quando acordo de manhã sinto-me feliz por ter conseguido dormir.
- 389 O parâmo da paixão. Ela estava estendida num sofá, imobilizada pelo desespero do abandono. De repente levanta-se: desliga o telefone para que ninguém possa ligar-lhe e assim ela possa pensar que alguém tentou.
- 405 O problema da visibilidade ou da invisibilidade é uma questão de luz. Quando eu era criança, ao levantar-me tinha que começar as minhas orações dizendo: louvada seja a luz do dia, louvado seja quem a cria. Num dia frio e escuro de Inverno enganei-me e disse: louvada seja a luz eléctrica... Não me deixaram continuar. Sabe-se lá o que iria eu dizer a seguir
- 450 Quando escrevo pratico uma arte quase marcial. É o meu kung-fu escritural. Quem há-de ser o meu adversário senão tudo? Viver é uma autodidaxia contra o desaparecimento.

> CURSOS**VERÃO NO PARQUE**

PARQUE URBANO DA QUINTA DO SALLES, OUTURELA – CARNAXIDE
3 > 16SET

Espectáculos, ateliés de Percussão e Artes Circenses, Jogos Tradicionais, Torneio de Futsal
Informações: 214 160 565

06QUA_18h30

BULHOSA, OEIRAS PARQUE
WORKSHOP “VIDA SAUDÁVEL”
Alimentação tradicional portuguesa e perda de peso, com Teresa Branco.

CLUBE DESPORTIVO DE PAÇO DE ARCOS - CENTRO NÁUTICO
SÁB 09_16_23_30SETEMBRO
07OUTUBRO

DOM 10_17_24SETEMBRO
01_08OUTUBRO

ESCOLA DE VELA PARA JOVENS E ADULTOS

Cursos intensivos de iniciação e desenvolvimento para jovens e adultos, com o objectivo de proporcionar e desenvolver o gosto pela prática da vela a alunos com mais de 7 anos de idade, sendo a segurança uma preocupação constante.

> TOPLIVROS**1º FORTALEZA DIGITAL**

Dan Brown, Bertrand

2º ENQUANTO SALAZAR

DORMIA

Domingos Amaral,
Casa das Letras

3º MARLEY E EU

John Grogar, Casa das Letras

4º UM PASSO EM FRENTE

Collen McCullough, Difel

5º CÓDIGO DE AVINTES

Vários, Oficina do Livro

FONTE: OBRAS COMPLETAS
Centro Cívico de Carnaxide

Informações e inscrições:

Clube Desportivo de Paço de Arcos
- Centro Náutico, Estrada Marginal
- Paço de Arcos, tel. 214 433 457,
(www.cdpa.com.sapo.pt)

ATÊLIE DE JOALHARIA

Informações: Núcleo de Design
de Joalheria, Quinta do Salles,
Rua de S. Marçal, 23 - Outurela,
tel. 966 653 654

**ATÊLIE DE INSTRUMENTOS
MUSICAIS DE CORDA, LDA.**

Com coordenação do Mestre
Gilberto Grácio.

Informações: Parque de Ateliers,
Quinta do Sales, A2 - Carnaxide,
tel. 964 753 040, 210 157 767

**BIBLIOTECA OPERÁRIA
OIRENSE**

Workshops de introdução à
construção de instrumentos musicais
- dulcimer, kantele, saxon lyre,
strum stick, hammered dulcimer e
small harp/lire. Cursos de dança de
salão, encadernação tradicional,
caligrafia inglesa, francesa e gótica e
ateliers de formação teatral para
crianças e adultos. Ateliers diários de
instrumentos musicais, técnica vocal
e artes decorativas, pintura,
bordados e escultura. E ainda,
espaço internet.

Informações e inscrições: Rua
Cândido dos Reis, 119 r/c - Oeiras,
tel. 214 426 691

**ESTÚDIO DE DANÇA
DA SOCIEDADE FILARMÓNICA
FRATERNIDADE DE CARNAXIDE**



Introdução à dança, ballet, dança
criativa, dança moderna, barra no
chão, danças de salão, dança do

ventre, hip hop, sevilhanas,
flamenco e yoga.

Informações e inscrições

(segunda a sexta, das 18h00
às 20h30): Largo de Frederico
de Freitas, 16D, Carnaxide
(por de trás do Instituto
do Coração), tel. 917 369 834,
e-mail. suzana_nunes@netcabo.pt,
(http://pwp.netcabo.pt/edc)

CENTRO DE DANÇA DE OEIRAS



Estão abertas as inscrições para
aulas de Dança Clássica, Dança
Criativa e Danças Tradicionais - para
crianças - Hip Hop, Dança Oriental
(dança do ventre) Dança
Contemporânea, Danças de Salão e
Ritmos Latinos e técnica Pilates.
Pode-se experimentar qualquer das
danças, mediante marcação prévia
por telefone, a partir de 4 de
Setembro. O CDO disponibiliza
espaço para a criação coreográfica
e para ensaios de companhias e
grupos profissionais.
O Centro de Documentação de Dança
de Oeiras está aberto para consulta
de obras e material documental e
organiza, regularmente, cursos
teóricos e exposições sobre
temáticas de Dança.

Informações: Palácio Ribamar
(debaixo da Biblioteca Municipal)
Rua João Chagas, nº 3 Algés
Tel. 214 117 969 e 96 80 30 222,
e-mail: cdoeiras@clic.pt e
cdo@cdo.com.pt, site:
www.cdo.com.pt

AULAS DE DANÇA DE SALÃO

SEG_SEX_21h00>23h00
Escola primária nº 1, Rua Pedro
Álvares Cabral, Linda-a-Velha
TER_19h00>21h00
Centro Cultural de Algés
Informações: Grupodança com vida,
tel. 933 935 717, 917 324 564

> DIÁLOGOS

**DIÁLOGOS EM NOITES DE
VERÃO. CICLO DE
CONFERÊNCIAS**

ESPLANADA DA CASA DAS
QUEIJADAS E DO RESTAURANTE O
POMBALINO, RUA 7 DE JUNHO DE
1759, OEIRAS

- 04SEG_21h30** | Os Faróis de
Oeiras e da Barra do Tejo, por
Joaquim Boiça
 - 11SEG_21h30** | Os Primórdios do
Desporto Associativo em Oeiras, por
Luís Filipe André
 - 18SEG_21h30** | A Arquitectura
Tradicional em Oeiras, por José
Manuel Fernandes
- Informações: Associação Cultural
Espaço e Memória,
(www.espacoememoria.org)

**Actividade Física e Comportamentos Alimentares
- Recrutamento de Participantes**

Projecto de Investigação da Faculdade de Motricidade Humana
A Faculdade de Motricidade Humana está a realizar um estudo,
financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia, com o objectivo de
analisar os efeitos de hábitos de vida -actividade física e
comportamentos alimentares - no desenvolvimento da puberdade de
raparigas entre os 9 e os 12 anos.

Informações: Faculdade de Motricidade Humana, tel. 214 149 291,
969 885 511 (Lucimara Soutello), tel. 214 141 915 (Emília Santos),
(www.fmh.utl.pt/news/news12/destaque22.htm)

> BIBLIOTECAS



Biblioteca Municipal de Algés

Palácio Ribamar,
Alameda Hermano Patrone
tel. 214 118 970,
geral.bma@cm-oeiras.pt
TERÇA > SEXTA

10h00 > 19h00

SEGUNDA, SÁBADOS (2º E 4º)

10h00 > 13h00

14h00 > 18h00

A Biblioteca Municipal de Algés
estará encerrada de 4 a 12 de
Setembro, devido a alterações nos
seus espaços. Reabre a 13 de
Setembro.

Biblioteca Municipal de Carnaxide

Rua Cesário Verde,
Edifício Centro Cívico
tel. 214 170 165,
geral.bmc@cm-oeiras.pt
TERÇA > SEXTA

10h00 > 19h00

SEGUNDA, SÁBADOS (1º E 3º)

10h00 > 13h00

14h00 > 18h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Av. Francisco Sá Carneiro, 17
Urb. Moinho das Antas
tel. 214 406 334/5/40/42
geral.bmo@cm-oeiras.pt
SEGUNDA > SEXTA

10h00 > 19h30

SÁBADOS

10h00 > 13h00

14h00 > 18h00

> BIBLIOTECAS

EXPOSIÇÕES

15SET > 30OUT

BIBLIOTECA MUNICIPAL
DE CARNAXIDE
**UM RAPAZ CHAMADO
MÁRIO VIEGAS**



Uma exposição da responsabilidade
de Fernando Filipe, do Museu
Nacional do Teatro.

ATÉ FINAL DE OUTUBRO

BIBLIOTECA MUNICIPAL
DE CARNAXIDE
CARO ANDERSEN



Quinze ilustradores portugueses
ilustram quinze contos de H.C.
Andersen.

25SET > 06OUT

BIBLIOTECA MUNICIPAL
DE CARNAXIDE

**DIREITOS DAS CRIANÇAS
ESCOLA SYLVIA PHILIPS**

Uma exposição que resulta de um
projecto do grupo de trabalho "Dar
voz às crianças", da Comissão de
Protecção de Crianças e Jovens de
Oeiras, com trabalhos realizados por
crianças das escolas do concelho,
com o propósito de sensibilizar a
população para a Declaração
Universal dos Direitos da Criança.

CURSOS

**18 > 22SEG > SEX
17h00 > 20h00**

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS
**CURSO BREVE DE LITERATURA:
"CINCO MOMENTOS CENTRAIS
DA LITERATURA PORTUGUESA
DO SÉCULO XX"**

Um curso sobre literatura e cultura
portuguesas, com Fernando Manuel
Cabral Martins.

A Vanguarda e as suas rupturas

- Almada Negreiros, Mário de Sá-
Carneiro, Amadeo de Souza-Cardoso
e Santa Rita Pintor.

O Universo de Fernando Pessoa e

os seus jogos - Álvaro de Campos,
Ricardo Reis, Alberto Caeiro e
Bernardo Soares.

A Presença e as suas

contradições - José Régio, Miguel
Torga, Branquinho da Fonseca e
Florbela Espanca.

O Neo-realismo e as suas

circunstâncias - Mário Dionísio,
Soeiro Pereira Gomes, Manuel da
Fonseca e Carlos de Oliveira.

O Surrealismo e os seus mundos

- Edmundo de Bettencourt, Mário
Cesariny, Alexandre O'Neill e Mário
Henrique-Leiria.

Uma parceria com o Instituto
Português do Livros e das Bibliotecas.

Informações e inscrições:

Biblioteca Municipal de Oeiras,
tel. 214 406 340

PROGRAMA COPÉRNICO

No âmbito do Programa Copérnico, as Bibliotecas Municipais de Oeiras desenvolvem um conjunto de acções de formação destinadas a todos os seus utilizadores interessados em conhecer as potencialidades da Internet como meio de recuperação de informação. Estas acções procuram promover competências metodológicas que potenciem a capacidade de identificar, de pesquisar e seleccionar a informação, atendendo aos diferentes tipos de recursos disponíveis na Internet.

07QUI_16h00 > 19h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS

14QUI_16h00 > 19h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CARNAXIDE

PESQUISA BÁSICA NA WEB

Sessão de formação que visa criar competências de base e fornecer orientações que facilitem a iniciação à pesquisa e recuperação de informação na Internet.

21QUI_16h30 > 19h30

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALGÉS

PESQUISA AVANÇADA NA WEB

Nível que ensina os procedimentos de execução de uma pesquisa eficaz na web, tirando partido das várias ferramentas, selecção de técnicas e estratégias mais adequadas e avaliação da informação recuperada.

20QUA_16h30 > 19h30

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALGÉS

27QUA > 17h00 > 20h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS

**PESQUISA NO GOOGLE:
5 REGRAS BÁSICAS**

Princípios, regras e truques básicos de apoio à pesquisa e filtragem de resultados de uma busca no Google (de imagens ou outros ficheiros em formatos específicos)

14QUI_10h00 > 13h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS

21QUI_10h00 > 13h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALGÉS

28QUI_10h00 > 13h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CARNAXIDE

**PESQUISA NO CATÁLOGO
DAS BMO**

Conhecer as modalidades de pesquisa do catálogo on-line das Bibliotecas de Oeiras (Pesquisa Simples e Avançada), localizar os documentos a partir dos vários pontos de acesso e conhecer os serviços personalizados – Meu Millennium.

12TER_16h30 > 19h30

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ALGÉS

26TER_17h00 > 20h00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS

BLOGS À T@RDINHA

Dar a conhecer a plataforma tecnológica aplicada nos Blogs, considerados como "diários da web". Apresentação genérica dos diferentes tipos de blogs (informativos, cronistas, científicos e humorísticos), modalidades de alojamento e casos práticos.

> TOPLIVROSINFANTIL**1º LIVROS DE FÉRIAS**

Vários, Várias

2º A IDADE DO GELO

Glenn Daklin, Civilização

**3º A NOITE DOS ANIMAIS
INVENTADOS**

David Machado, Presença

**4ª TENHO DE PÔR A MINHA
IRMÃ NA ORDEM**

Karen McCombie, Presença

5º O PLANETA DE CRISTAL

Júlio Isidro, ASA

FONTE: LIVRARIA E PAPELARIA ESPAÇO
Av. Combatentes da Grande Guerra, 51-B
1495-039 Algés

01_08_15_22_29**SEX_12h00 > 13h00**

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS

**SESSÕES DE PESQUISA
ASSISTIDA**

O serviço de Pesquisa Assistida funciona no Espaço Multimédia da Biblioteca Municipal de Oeiras, tendo como objectivo fundamental o de apoiar na pesquisa e recuperação de informação de acordo com as necessidades apresentadas, numa perspectiva de aprendizagem informal. Pretende-se por esta via promover a utilização da Internet e outros meios electrónicos (DVD's ou CD-Rom's) como forma de proporcionar o acesso às fontes e recursos de informação e criando condições para o desenvolvimento das competências de pesquisa de informação nos utilizadores.

Pode ser efectuada uma inscrição prévia, especificando-nos qual a informação pretendida, a qual será sempre factual e respeita na íntegra os conteúdos dos autores.

Informações e inscrições:

Bibliotecas Municipais de Oeiras - Sectores Multimédia,
tel. 214 406 696 (Oeiras),
214 118 976 (Algés),
214 170 165 (Carnaxide)

19TER_21h30BIBLIOTECA MUNICIPAL DE OEIRAS
VINDIMA DE CONTOS

Sessão de contos com o grupo de contadores do projecto A-braços com Contos.

> CRIANÇAS

CONTA-ME HISTÓRIAS

02SÁB_11h00

Leituras pelo autor

16SÁB_11h00

Leituras pelo Teatro Maizum

30SÁB_11h00

Leituras pelo Teatro Maizum

BULHOSA, OEIRAS PARQUE

Durante este mês, a programação dedicada às crianças centra-se na obra do escritor Pedro Reisinho.

TER_DOM_14h00 > 20h00

JARDIM MUNICIPAL DE OEIRAS

LUDOTECA DO JARDIM

Pintura, desenho, modelagem, cerâmica e jogos no eléctrico amarelo, no interior do Jardim, para crianças dos 4 aos 12 anos.

Informações e inscrições (para Escolas e Instituições de Infância): Divisão de Assuntos Sociais, tel. 214 408 507

24DOM_15h00

JARDIM MUNICIPAL DE OEIRAS

FEIRA DA CRIANÇA



Troca e venda de brinquedos usados, a preços simbólicos, entre crianças e jovens dos 6 aos 12 anos. Todos os quartos domingos de cada mês.

Informações:

Centro Comunitário Alto da Loba, tel. 214 419 257



Um espaço onde jovens dos 12 aos 24 anos podem procurar apoio, expressar as suas ideias, sentimentos, medos ou esclarecer dúvidas sobre a saúde. A equipa técnica garante apoio gratuito confidencial e imediato.

CHAT DE OEIRAS

Centro de Juventude de Oeiras

Alameda Conde de Oeiras

tel. 214 467 570/8

SEGUNDAS **10h00 > 12h30**

QUARTAS **14h00 > 17h30**

SEXTAS **10h00 > 12h30**

14h00 > 17h30

CHAT DE CARNAXIDE

Centro de Saúde

de Carnaxide

Praceta Teixeira de Pascoais, 6, 3º dtº

tel. 214 170 700,

214 171 441,

214 170 628

(Enf.ª Sara Salviano)

Atendimento médico

QUARTAS **14h00 > 17h00**

Atendimento psicológico

SEGUNDAS **10h00 > 13h00**

TERÇAS **14h00 > 17h00**

SEXTAS **10h00 > 13h00**

> JOVENS

XIII FESTIVAL HIP HOP /

MOSTRA DE GRAFFITI

04NOVEMBRO

FUNDIÇÃO DE OEIRAS

A Câmara Municipal de Oeiras - Gabinete de Juventude pretende, no âmbito do Movimento Hip Hop, promover de uma forma organizada a arte do Graffiti, através de um concurso em painéis disponibilizados para o efeito. Os trabalhos, um por concorrente, a apresentar por writers com idades compreendidas entre os 15 e os 30 anos, deverão ser inéditos e subordinados a tema livre. O tema escolhido deverá ser apresentado em maquete elaborada numa folha A4, acompanhada de comentário com texto até 100 palavras, curriculum do concorrente, referência e cor de letas a utilizar, num máximo de 24.

Informações e inscrições

(até 29 de Setembro): Gabinete de Juventude, tel. 214 467 570, [www.cm-oeiras.pt/juventude]

EMPREGO

UNIVA E CLUBE DE EMPREGO

CENTRO DE JUVENTUDE DE OEIRAS

A UNIVA e o Clube de Emprego são estruturas que prestam apoio fazendo o atendimento e encaminhamento dos candidatos, dando informações sobre o mercado de trabalho, programas de emprego e acções de formação profissional. Atendimento gratuito e sujeito a marcação prévia, para o e-mail. univacmo@mail.pt

ORIENTAÇÃO VOCACIONAL

CENTRO DE JUVENTUDE DE OEIRAS

Para quem está a estudar e tem dúvidas sobre o seu futuro escolar e profissional. Possibilidade de efectuar testes psicotécnicos gratuitos. Atendimento ao público sujeito a marcação prévia.

Informações: tel. 214 467 577

FORMAÇÃO**CENTRO INFORJovem
DE Oeiras**

CENTRO DE JUVENTUDE DE Oeiras
Cursos de informática para jovens dos 7 aos 12 anos e a partir dos 12 anos, com desconto para desempregados e portadores do Cartão-Jovem. A cargo da FDTI - Fundação para a Divulgação das Tecnologias da Informação.

CURSOS

ESPAÇO JOVEM DE CARNAXIDE

SEG_QUA_SEX
_18h00>19h00
_19h00>20h00
CAPOEIRA

Para todas as idades.

TER_QUI_19h00>20h00
DANÇA FUNK HIPHOP

Para todas as idades.

QUA_20h00>21h00
AULAS DE SALSA

Para maiores de 14 anos.

QUI_20h00>21h00
AULAS DE DANÇA MIX

Para maiores de 14 anos.

CENTRO DE JUVENTUDE DE Oeiras

SEX_17h00>18h00
AULAS DE PINTURA

**Ocupação dos Tempos
Livres**

**PROJECTO TEMPO JOVEM
(PROGRAMA ANUAL)**

GABINETE DE JUVENTUDE

Ocupação remunerada de jovens munícipes com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos e com o 9º ano de escolaridade concluído. Inscrições ao longo do ano.

> INFORMAÇÕES REDE! JUVENTUDE**Centro de Juventude de Oeiras**

Alameda Conde de Oeiras | 2780-138 Oeiras
tel. 214 467 570 | fax. 214 467 575 | gaj@cm-oeiras.pt

Espaço Jovem de Carnaxide

Avenida de Portugal, 76B | 2795 Carnaxide
tel. 214 187 019 | fax. 214 187 021 | ejc_gaj@cm-oeiras.pt

Espaço Jovem de Algés

Rua de Olivença, loja 11 | 1495 Algés
tel/fax. 214 115 131 | ej_a_gaj@cm-oeiras.pt

Espaço Jovem de Linda-a-Velha

Rua de Angola, 2 B | 2795 Linda-a-Velha
tel/fax. 214 193 811 | ejl_a_gaj@cm-oeiras.pt

Clube de Jovens de Outurela/Portela

Rua João Maria Porto, 6, 6ª | 2795 Carnaxide

Clube de Jovens do Alto da Loba

Rua Tomaz de Melo, 6A Bairro Municipal do Alto da Loba,
2780 Paço de Arcos | tel. 214 419 257

Espaço Jovem do Moinho das Rolas

Rua Abel Fontoura da Costa, 9 | 2780-766 Porto Salvo
tel. 214 239 212

Espaço Jovem do Bairro dos Navegadores

Alameda Jorge Alvaes, 4ª | 2740 Talaíde - Porto Salvo

Espaço Jovem de Queluz de Baixo

Estrada Consiglieri Pedroso, edifício da Antiga Escola Primária
2730-054 Barcarena | tel. 214 352 617

Para mais informações

www.cm-oeiras.pt/docs/juventude/

ESPAÇOS INTERNET**Centro Comunitário do Alto da Loba e****Centro de Juventude de Oeiras**

DIAS ÚTEIS_10H00>21H00

Cada um proporciona gratuitamente a todos os munícipes utilização de 6 computadores com aplicações Office, serviço de impressão e acesso à Internet. Um computador em cada espaço está preparado para ser utilizado por deficientes visuais. Funcionam sempre com o apoio de um técnico especializado, nos dias úteis das 10h00 até às 21h00.

Centro Comunitário Alto da Loba | tel. 214 419 257

espint.parcos@cm-oeiras.pt

Centro de Juventude de Oeiras | tel. 214 467 570

espint.oeiras@cm-oeiras.pt

Para mais informações,

www.cm-oeiras.pt/docs/Juventude/espaconet/index.htm

PROJECTO JOVENS EM MOVIMENTO

GABINETE DE JUVENTUDE

Campanha Anual - Ocupação remunerada de jovens munícipes com idades compreendidas entre os 16 e os 23 anos.

Inscrições ao longo do ano.

Dias úteis, das 14h00 às 19h00.

PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

Se queres participar em acções úteis para a tua comunidade em regime de voluntariado, inscreve-te.

Campanha em curso:

voluntários para explicações nas salas de estudo acompanhado dos Espaços Jovem de Algés, Carnaxide e Linda-a-Velha

Voluntários (dos 18 aos 30 anos): Gabinete de Juventude, tel. 214 467 570

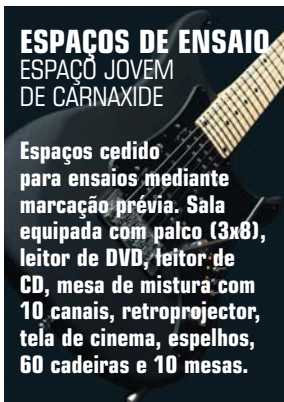
Voluntários (com mais de 30 anos) e **instituições:** Divisão de Assuntos Sociais, tel. 214 408 573

ANIMAÇÃO

AGRAFE NA ARTE

ESPAÇO JOVEM DE CARNAXIDE

Aberto a propostas de palco onde tudo é possível... dança, teatro, música, multimédia, exposições, instalações, conferências, poesia, etc.



ESPAÇOS DE ENSAIO
ESPAÇO JOVEM DE CARNAXIDE

Espaços cedido para ensaios mediante marcação prévia. Sala equipada com palco (3x8), leitor de DVD, leitor de CD, mesa de mistura com 10 canais, retroprojector, tela de cinema, espelhos, 60 cadeiras e 10 mesas.

> SENIORES

SENIORES

EM MOVIMENTO 2006

Um projecto desenvolvido pela autarquia e enquadrado nas campanhas de educação e sensibilização ambiental, para a ocupação dos tempos livres de munícipes com mais de 55 anos, em actividades de limpeza e manutenção de espaços públicos. Em turnos de 11 dias úteis, das 9h30 às 12h30, de Setembro a Dezembro. Com remuneração de 117€, incluindo 18€ de subsídio de transporte.

Inscrições (com fotografia, BI, NIB, vacina do tétano): Divisão dos Assuntos Sociais, Fundação de Oeiras
Informações: Divisão dos Assuntos Sociais, tel. 214 408 550/05 e Departamento de Ambiente e Equipamento, tel. 214 406 294/07

ENCONTROS DE OUTUBRO

Encontram-se abertas inscrições, até ao final do mês de Setembro, para duas iniciativas dirigidas a munícipes idosos.

12 OUTUBRO_QUI

Música no Coração

Convidam-se cinquenta munícipes a assistir ao novo espectáculo de Filipe La Féria "Música no Coração" no Teatro Politeama. Os bilhetes serão distribuídos através de sorteio.

21 OUTUBRO_SÁB

IV Festival de Fado Amador do Concelho de Oeiras

AUDITÓRIO MUNICIPAL RUY DE CARVALHO, CARNAXIDE
Para fadistas amadores maiores de 50 anos. Será efectuada uma pré-selecção. Aos três primeiros classificados serão oferecidos prémios pecuniários.

Informações e inscrições: Divisão de Assuntos Sociais, tel. 214 408 550/07, e-mail. das@cm-oeiras.pt

03_17 DOM_15h00

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE OEIRAS

BAILE "ANOS DOURADOS"



A tradição dos bailes dos anos 60, com música ao vivo, revive-se todos os primeiros e terceiros domingos de cada mês, numa iniciativa com o apoio da Academia Cultural para a Terceira Idade. Preço: 2,5 €

MEXA-SE MAIS - PROGRAMA DE ACTIVIDADE FÍSICA 50+

Inscrições:

10h00 > 12h30_14h00 > 16h30

05 > 08 Freguesia de

Linda-a-Velha, Posto de Atendimento de Linda-a-Velha

11 > 15 Freguesia de Algés,

no Posto de Atendimento de Algés, Palácio Ribamar

18 > 22 Freguesia de Oeiras,

no Posto de Atendimento do Jardim Municipal de Oeiras

25 Freguesia de Barcarena,

nos Bombeiros Vol. de Barcarena
Informações: Divisão de Assuntos Sociais, tel. 214 408 550

PROGRAMA "REENCONTRO COM O CONCELHO - À DESCOBERTA DE OUTROS CONCELHOS"

Realização de passeios a vários locais do país, dirigido a munícipes com mais de 50 anos

Inscrições (gratuitas)

15h00 > 19h00:

06QUA Posto de Atendimento de Algés, Palácio Ribamar

07QUI Bombeiros Voluntários de Oeiras

08SEX Bombeiros Voluntários de Barcarena

Informações: Divisão de Assuntos Sociais, tel. 214 408 507

> DESPORTOS**16SÁB_11h00****RUA BASÍLIO TELES, PORTO SALVO
INAUGURAÇÃO
DO COMPLEXO DESPORTIVO
DO CLUBE RECREATIVO LEÕES
DE PORTO SALVO**

Abertura ao público do recém construído complexo desportivo da colectividade que albergará também a sua sede social, num projecto assinado pelo arquitecto Tomás Taveira.

Informações: Clube Recreativo Leões de Porto Salvo, tel. 214 215 523, crlps@sapo.pt

SEX_21h00**PASSEIO MARÍTIMO DE OIRAS,
PRAIA DE SANTO AMARO DE OIRAS
ENCONTRO DE PATINS**

Aproveite para “andar” no Passeio Marítimo numa hora mais desafogada e descubra os seus encantos nocturnos, na companhia dos membros da Associação “Patins da Linha”. Actividade aberta a todos os interessados, com o ponto de encontro junto ao Bar “Amarelo”.

Informações: Patins da Linha, geral@patinsdalinha.com, http://www.patinsdalinha.com

09SÁB_10DOM_11h30**GRANDÉ PRÉMIO DE OIRAS
EM VELA DE CRUZEIRO**

Regatas nas classes de IRC e ANC, divisões A e B, entre embarcações de cruzeiro, a terem lugar no campo de regatas ao largo de Oeiras, numa organização do Clube de Vela Astrolábio.

Informações:

Clube de Vela Astrolábio, geral@vela-astrolábio.com
Divisão do Desporto, tel. 214 408 540, ddesporto@cm-oeiras.pt

**ENTREGA DE PRÉMIOS
DO 24º TROFÉU CMO****CORRIDA
DAS LOCALIDADES
24DOM_25SEG**

Esta ano, a Câmara Municipal de Oeiras prestará um tributo diferenciado aos melhores classificados do Troféu CMO – Corrida das Localidades, pretendendo homenagear os atletas mais jovens (até ao escalão de juvenis) num evento especial que será organizado no Estádio Nacional, durante a manhã do dia 24, e que culminará com a entrega dos respectivos prémios aos atletas. Já os atletas mais velhos (a partir de juniores) serão premiados na Gala do Desporto, a ter lugar no dia 25, à noite, no Pavilhão Desportivo do Clube Recreativo dos Leões de Porto Salvo.

Informações: Divisão do Desporto, tel. 214 408 541, e-mail. dd.eventos@cm-oeiras.pt

25SEG_20h00**PAVILHÃO DESPORTIVO
DO CLUBE RECREATIVO LEÕES
DE PORTO SALVO
GALA DO DESPORTO
DA CÂMARA MUNICIPAL
DE OIRAS**

Homenagem aos atletas de clubes do concelho de Oeiras que obtiveram resultados desportivos relevantes na época desportiva passada e entrega dos Prémios Municipais de Espírito Desportivo.

Informações: Divisão do Desporto da C.M.O., tel. 214 408 540, ddesporto@cm-oeiras.pt

XADREZ**17DOM_14h30****JARDIM MUNICIPAL DE OIRAS
TORNEIO AO AR LIVRE
DA ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA
DE OIRAS**

Torneio de xadrez, aberto a todos, no âmbito do Circuito de Xadrez de Oeiras'06.

30SÁB_14h30**SEDE DA ASSOCIAÇÃO
CULTURAL DE TERCENA
TORNEIO DA ASSOCIAÇÃO
CULTURAL DE TERCENA**

Décima primeira prova do Circuito de Xadrez de Oeiras'06, aberta a todos.

Inscrições (gratuitas): no dia e local, a partir das 14h00

**PROGRAMA DE PROMOÇÃO
DE ACTIVIDADES
DE AR LIVRE****VELA****02SÁB_9h30 (grupo A)
_14h00 (grupo B)**

CENTRO NÁUTICO DO CLUBE DESPORTIVO DE PAÇO DE ARCOS
Baptismo de mar; conceitos básicos de navegação à vela e arte de marinheiro, com percurso no rio, acompanhado de instrutor e embarcação de segurança. Dos 7 aos 14 anos, em Optimist, e adultos, em Raquero.

CAMINHADA**16SÁB_9h30**

QUINTA REAL DE CAXIAS
Visita aos jardins da Quinta, na qual se destaca a cascata ornamentada com elementos escultóricos, seguida de percurso pedestre pela zona envolvente.
Distância: Aprox. 9 km

CANOAGEM**23SÁB_9h30 (grupo A)
_14h00 (grupo B)**

PISTA DE ACTIVIDADES NÁUTICAS DO JAMOR.
Execução de técnicas básicas de canoagem e noções de segurança. Obrigatório saber nadar.

Inscrições (gratuitas): Divisão do Desporto, tel. 214 408 548, e-mail: mexa-semas@cm-oeiras.pt

> PASSEAR

CIRCUITOS TURÍSTICOS

PALÁCIO MARQUÊS POMBAL, OIRAS **10DOM_10h00**



Construído sob a orientação do arquitecto húngaro, Carlos Mardel, na segunda metade do século XVIII, o Palácio foi residência oficial de Sebastião José Carvalho e Melo, 1º Conde de Oeiras e Marquês de Pombal. Para além do Palácio fazem parte desta Quinta a Cascata dos Poetas ou Gruta Nobre, a Casa da Pesca com a Cascata do Taveira e os lagares do vinho e do azeite. Nos verões de 1775 e 1776, o palácio foi residência do rei D. José I. **Inscrições** (das 9h00 às 20h00): Posto de Turismo de Oeiras, tel. 214 408 781

CAMINHOS DA MEMÓRIA

02SÁB_9h30

PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL - CAPELA E PALÁCIO, com José Meco e Gomes dos Santos

09SÁB_9h30

PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL - QUINTA DE CIMA (Rua do Aqeduto, portão da Quinta frente ao do Lagar de Azeite).

Com Rodrigo Dias e José Meco

16SÁB_9h30

CIRCUITO HISTÓRICO DA MEDROSA E AREIRO (Entrada do Quartel da

Medrosa; transporte limitado sujeito a pré-inscrição).

Com Joaquim Boiça e Jorge Miranda
23SÁB_9h30

PASSEIO MARÍTIMO E OS FORTES, com Joaquim Boiça e Jorge Miranda
Informações e inscrições (gratuitas): Junta de Freguesia de Oeiras e São Julião da Barra, tel. 214 416 464

> FEIRAS

2ª FEIRA ESOTÉRICA DE OIRAS

29SETEMBRO > 15OUTUBRO
SEG > SEX 15h00 > 24h00
SÁB > DOM 10h00 > 24h00

Com a participação de cerca de meia centena de expositores ligados a diversas áreas do mundo esotérico - cartomancia, quiromancia, astrologia, reiki, medicina não convencional, livreiros, armazenistas de produtos esotéricos e médiuns. No recinto poderá ainda tomar uma bebida ou uma refeição leve, na cafetaria.

Entrada: 5€

Informações: Sô Filipe de Obaluaí e Ina Yansâ, tel. 967 213 205, 914 541 272 e Sector Turismo, tel. 214 408 563

FEIRA DE VELHARIAS



03DOM

JARDIM DE OIRAS

17DOM

JARDIM DE PAÇO DE ARCOS

24DOM

JARDIM DE ALGÉS

Informações:

Divisão de Abastecimento e Fiscalização Sanitária, tel. 214 406 305

> MUSEUS

MUSEU DA PÓLVORA NEGRA



AO DOMINGO NO MUSEU COM TODA A FAMÍLIA!

(USAR ILUSTRAÇÃO, ver verso da contra-capla, 30DIAS JULH006)

17DOM

10h30 Visita dialogada.

Estimula à descoberta daquela que foi uma das principais unidades fabris de pólvora do nosso país. Orientação a cargo do Museu. Público infantil e adulto.

11h00 À Conversa com...

Dr. Jaime Regalado sobre o tema "A indústria armeria portuguesa nos finais do século XIX, princípios do século XX". Público adulto.

11h00 Vamos Jogar no Museu!

Uma forma divertida de conhecer a história da Fábrica. Diferenças, Veste as personagens, Sopa de Letras, Palavras Cruzadas, Sequência de Ideias, Trivial, Memória, Sons aos seus Donos, Cara-metade, Labirinto, Puzzles são alguns dos jogos que compõem este atelier e que foram criados especialmente para o Museu da Pólvora Negra. Orientação a cargo do Museu. Público infantil.

14h00 > 18h00 Os Sons na

Fábrica!

Música industrial em quatro dos edifícios da Fábrica da Pólvora de Barcarena, excepcionalmente abertos ao público - Casa do Salitre, Edifício das Galgas, Central Hidroeléctrica, Central Diesel. Orientação a cargo do Museu. Público em geral.

QUA_10h00>12h30

FÉRIAS DE VERÃO NO MUSEU!

Atendimento a Educadores,
Monitores (ATLS, Colónias de Férias)

TER_QUI_10h30_14h30

VISITAS DIALOGADAS

Público em Geral

**HORÁRIO DO MUSEU
MANUAL PEDAGÓGICO
E MAPA EXPLOSIVO**

Dos 6 aos 12 anos.

**HORÁRIO DO MUSEU
VISITA - JOGO DESCOBRI
A PÓLVORA!**

Dos 6 aos 10 anos.

**TER_QUI_11h00_15h00
ATELIER VAMOS JOGAR
NO MUSEU!**

Dos 4 aos 12 anos.

**12TER_10h30
TEATRO DE FANTOCHES
ERA UMA VEZ A PÓLVORA...**

**12TER_11h00
ATELIER BONECOS
DE PAPEL NO MUSEU!**

Dos 4 aos 8 anos.

**HORÁRIO DO MUSEU.
GUIAS ÁUDIO
À DESCOBERTA DO MUSEU
DA PÓLVORA NEGRA...
À DESCOBERTA DA FÁBRICA
DA PÓLVORA DE BARCARENA...**

Público em geral

Actividades gratuitas sujeitas a
marcação prévia.

Informações:

Museu Pólvora Negra,
Fábrica da Pólvora de Barcarena,
Estrada das Fontainhas,
tel. 214 381 400,
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt
(www.museudapolvoranegra.com)

> MUSEUS

Museu da Pólvora Negra

Fábrica da Pólvora de Barcarena, Estrada das Fontainhas
(www.museudapolvoranegra.com)

tel. 214 381 400, fax. 214 371 165

museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt

TERÇA A DOMINGO_10h30>13h00_13h30>18h00

Visitas dialogadas: TERÇAS E QUINTAS, mediante marcação prévia
para o Núcleo de Museologia da CMO | tel. 214 381 400

Condições de Acesso: Normal - 1,25€; Reduzido - 0,50€ para
maiores de 65 anos, até 25 anos e para as escolas fora do
concelho de Oeiras.

Gratuito - até aos 16 anos, sócios do ICOM, ICOMOS, APOM, APAI
e MINOM, grupos escolares e instituições de solidariedade social do
concelho de Oeiras, funcionários da CMO, todos os visitantes aos
domingos e feriados até às 14h00, Dia Internacional dos Museus
(18 de Maio) e Feriado Municipal (7 de Junho).

> COLEÇÕES VISITÁVEIS



Exposição Monográfica do Povoado Pré-Histórico de Leceia

Fábrica da Pólvora de Barcarena, Estrada das Fontainhas
SEGUNDA A SEXTA_14h00>17h00

SABÁDO E DOMINGO_15h00>18h00

Visitas guiadas ao povoado pré-histórico de Leceia:

mediante marcação prévia para o tel. 214 301 031

Condições de Acesso: Gratuito.

Aquário Vasco da Gama

Rua Direita, Dafundo (www.aquariovgamma.pt)

Tel. 214 196 337

TODOS OS DIAS_10h00>18h00

Condições de Acesso: Até aos 6 anos – gratuito; dos 6 aos 17
anos – 1,50€; Escolas (grupos de 25 crianças acompanhados por
dois professores – 25€; dos 17 aos 64 anos – 3€,
maiores de 65 anos – 1,50€

> COMIDA VEGETARIANA

A comida vegetariana tem, a cada dia que passa, visto a aumentar o número de apreciadores. Os motivos são os mais diversos, mas o aumento de simpatizantes contribui para que, dia após dia, esta forma de se cozinhar (ou não) os alimentos sofra evoluções positivas. Hoje existem inúmeros pratos, para os mais variados gostos, transformando esta cozinha à base de vegetais numa cozinha alegre e dinâmica.

Considerada excêntrica há uns anos, hoje é a imagem de uma alimentação fresca, moderna e saudável. Sofisticada e com pratos refinados, esta forma de se comer já conquistou, também, os que não são vegetarianos por convicção. Hoje é um tipo de comida apreciada um pouco por todo o mundo. Seja para cozinhar ou simplesmente para se deleitar num restaurante, deixamos aqui algumas sugestões onde pode apreciar os sabores mais naturais dos alimentos verdes.



RESTAURANTE GOVINDA

RUA DESEMBARGADOR FARIA, 31 - OIRAS
tel. 214 416 007
e-mail. govindaoeiras@sapo.pt
www.govinda.com.sapo.pt
Encerra à 2ª Feira.

CELEIRO DIETA SNACKS VEGETARIANOS

CENTRO COMERCIAL OIRAS PARQUE, LOJAS
1018/1019
Av. António Bernardo Cabral Macedo - Oeiras
tel. 21 446 07 86

RESTAURANTE TUDO VERDE

CENTRO CÍVICO DE CARNAXIDE
Av. de Portugal, Piso 0 – Lj 10 - Carnaxide
tel. 214 172 926

> N.B. Do latim "Nota Bene".

Expressão utilizada no sentido de se prestar especial atenção a determinado assunto por **Manuel Machado**
pcmachado@netcabo.pt

**Opções complicadíssimas!**

Toda a sua obra é uma sábia exploração dos inesgotáveis recursos da língua em que escreveu: a portuguesa. Se quaisquer dúvidas existissem quanto a esta asserção, a leitura de "A Casa Grande de Romarigães" dissipá-las-ia completamente. Tão límpida é a sua prosa - e tão cheia de valores verbais - que só por mera distração a Real Academia Sueca não atribuiu a este antigo professor do Liceu Camões e depois Conservador da Biblioteca Nacional, no ano em que escreveu aquela insuperável crónica romanesca (1957) ou no ano seguinte em que publicou "Quando os Lobos Uivam", o famoso Nobel da Literatura, optando primeiro pelo francês Albert Camus e pelo russo Boris Pasternak logo a seguir. Reconheça-se que as opções eram complicadas...

Nascido em 13 de Setembro de 1886 já lá vão, portanto, 120 anos, a soberba prosa de Aquilino tornou-o realmente imortal. Felizmente, o Instituto Camões e o Centro de Estudos Aquilino Ribeiro têm sido admiráveis na divulgação da sua vastíssima obra. Quem nunca poderá esquecer-se dele são os Oeirenses: Aquilino deixou-nos uma excelente monografia que homenageia a terra onde viveu de 1918 a 1927. Trata-se de "Oeiras" cuja 1ª edição data de 1940 tendo sido reeditada pela Câmara Municipal de Oeiras em 1980. Uma honra para todos nós e, particularmente, para a freguesia de Oeiras e S. Julião da Barra onde morou.

**> UTILIDADES****CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS**

Largo Marquês de Pombal, Oeiras
Tel. 214 408 300

JUNTAS DE FREGUESIA

ALGÉS _Tel. 214 118 380

BARCARENA _Tel. 214 226 980

CARNAXIDE _Tel. 214 173 090

CAXIAS _Tel. 214 414 932 [www.jf-caxias.pt]

CRUZ QUEBRADA/DAFUNDO _Tel. 214 153 660

LINDA-A-VELHA _Tel. 214 141 895

PAÇO DE ARCOS _Tel. 214 437 793

[www.jf-pacodearcos.pt]

PORTO SALVO _Tel. 214 213 672

OEIRAS/S. JULIÃO DA BARRA _Tel. 214 416 464

[jfoeiras@mail.telepac.pt]

QUEIJAS _Tel. 214 174 833

GABINETE DE PROTECÇÃO CIVIL

Rua Visconde Moreira de Rey, 37, Linda-a-Pastora
| Tel. 214 241 400

COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS DE OEIRAS _Tel. 214 416 404**POLÍCIA MUNICIPAL**

Av. do Forte, 4 e 4A, Carnaxide | Tel. 214 228 900

POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA

CARNAXIDE _Estrada da Outurela, Lt 33
| Tel. 214 173 081

MIRAFLORES _Av. Norton de Matos | Tel. 214 102 570

CP OEIRAS _Estação | Tel. 214 410 510

OEIRAS _Rua da Figueirinha, Espargal | Tel. 214 410 935

OEIRAS _Rua Cândido dos Reis | Tel. 214 430 133

CAXIAS _Av. João de Freitas Branco, 2, Laveiras
| Tel. 214 416 296

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA**BARCARENA** _Alto do Paimão | Tel. 214 350 900**PORTO SALVO** _Rua António Roberto Baptista

| Tel. 214 213 401/1 766

QUEIJAS _Rua Marquês Sá da Bandeira

| Tel. 214 186 145/53

BOMBEIROS**ALGÉS** _Av. Bombeiros Voluntários, Quartel 18

| Tel. 214 103 042 / 67

BARCARENA _Lg. 5 de Outubro

| Tel. 214 213 900

CARNAXIDE _Rua Manuel Teixeira Gomes

| Tel. 214 181 243 / 214 180 832

DAFUNDO _Av. Duque de Loulé, 60, Linda-a-Velha

| Tel. 214 199 914/ 6 084

LINDA-A-PASTORA _Av. Tomás Ribeiro

| Tel. 214 171 286 / 0 486

OEIRAS _R. Álvaro António dos Santos

| Tel. 214 409 600

PAÇO DE ARCOS _Av. S. Jesus dos Navegantes

| Tel. 214 409 670 [www.bypacodearcos.pt]

TÁXIS**OEIRAS** _Multitáxis - Cooperativa de Rádio Táxis de Oeiras CRL | Tel. 214 155 310**OEIRAS** _Rádio Táxis Alto da Barra | Tel. 214 239 600**PAÇO DE ARCOS** _Táxis Pedrosa e Rebelo

| Tel. 214 432 221/88

PORTO SALVO _Táxis Porto Salvo | Tel. 214 213 113**TERCEIRA** _Arove - Táxis Alentejanos | Tel. 214 379 023**SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE OEIRAS E AMADORA**

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 19, Oeiras

| Tel. 214 400 600

CENTROS DE SAÚDE**CARNAXIDE** _Tel. 214 170 700

[www.cscarnaxide.min-saude.pt]

[Ext. Algés, Tel. 213 014 322]

[Ext. Dafundo, Tel. 214 112 155]

[Ext. Linda-a-Velha, Tel. 214 153 920]

OEIRAS _Tel. 214 400 100/1

[Ext. Barcarena, Tel. 214 216 929]

[Ext. Paço de Arcos, Tel. 214 434 444]

POSTO DE TURISMO**OEIRAS** _Jardins do Palácio do Marquês de Pombal,

Largo Marquês de Pombal | tel. 214 408 781,

e-mail. pt_oeiras@cm-oeiras.pt

DAS 09h00 > 20h00

> FARMÁCIAS DE SERVIÇO**ALGÉS**

(Serviço permanente)

BRANCO 1, 7, 13, 19, 25

Av. Combatentes da Grande Guerra, 29

| Tel. 214 112 081

COMBATENTES 6, 12, 18, 24, 30

Av. Combatentes da Grande Guerra, 166

| Tel. 214 104 953

DIAS & SARAIVA 3, 9, 15, 21, 27

Rua Major Afonso Pala, 19 | Tel. 214 114 487

MIRAFLORES 2, 8, 14, 20, 26

Rua Dr. António Granjo, 2B | Tel. 214 101 161

MIRAMAR 5, 11, 17, 23, 29

Rua Ernesto Silva, 83 | Tel. 214 112 048

NIFO 4, 10, 16, 22, 28

Av. Combatentes da Grande Guerra, 64

| Tel. 214 112 070

(Serviço de apoio, encerra às 21h00 de segunda a sexta e às 13h00 aos sábados)

RAPOSO 1, 2, 4-9, 11-16, 18-23, 25-30

Av. das Túlipas, 14, lj. A, Miraflores

| Tel. 214 101 486

BARCARENA

(Encerra às 22h00 de segunda a sexta;

sábados, domingos e feriados encerra às 19h00)

SÍLVIA 1-3, 18-24

Rua Henrique Santana, 27 B, Quinta do Sobreiro

| Tel. 214 227 012

CARNAXIDE

(Serviço permanente)

CENTRAL DE CARNAXIDE 11-17

Av. Portugal, 16B | Tel. 214 184 913

MARIA 1-3, 25-30

Praceta António Boto, Lt. 11 A

| Tel. 214 186 605

MOTA CAPITÃO 4-10, 25-30

Av. Edmundo L. Bastos, 19 DC, Alto de Barronhos

| Tel. 214 189 799

CAXIAS

(Encerram às 22h00 de segunda a sexta;

sábados encerram às 13h00)

NOVA 1, 2, 11-16, 25-30

Rua Bernardino Ribeiro, 1A

| Tel. 214 432 839

DE LAVEIRAS 4-9, 18-23

Rua de Milão, 3 - B.º da Pedreira Italiana

| Tel. 214 544 510

CRUZ QUEBRADA/DAFUNDO

(Encerram às 21h00 de segunda a sexta;
sábados encerram às 13h00)

SANTA SOFIA 4-9, 18-23

Rua Bento de Jesus Craça, 5A, Cruz Quebrada
| Tel. 214 198 341

SILVA BRANCO 1, 2, 11-16, 25-30

Travessa José Maria Costa, 6, Dafundo
| Tel. 214 196 236

LINDA-A-VELHA

(Serviço permanente)

LEALDADE 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27

Rua Marcelino Mesquita, 11 –l.j.1,
Alto St.ª Catarina | Tel. 214 209 512

MARTA 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28

Av. 25 de Abril, 27 | Tel. 214 158 030

MELO ALMEIDA 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30

Rua Diogo Couto, 15 C, R/C | Tel. 214 191 697

PINTO 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29

Rua Antero de Quental, 9 | Tel. 214 190 610

OEIRAS

(Serviço permanente)

ALCANTARA GUERREIRO 8, 17, 26

Rua Carlos Lacerda 5, Loja G | Tel. 214 430 691

ALTO DA BARRA 3, 12, 21, 30

Av. D. João I, Edifício Varandas, Bloco B1, Lj. 1
| Tel. 214 694 150

CENTRAL 6, 15, 24

Rua Conde Ferreira, 29 | Tel. 214 430 058

GODINHO 1, 10, 19, 28

Rua Cândido dos Reis, 98 | Tel. 214 430 090

LEAL 9, 18, 27

Rua António Aleixo, 86A | Tel. 214 578 737

MOURÃO VAZ 4, 13, 22

Av. de Moçambique, 12 A | Tel. 214 406 370

OEIRAS 2, 11, 20, 29

Largo Henrique Paiva Couceiro, 3 R/C
| Tel. 214 412 482

RIBEIRO 7, 16, 25

Rua Dr. Flávio Resende, 10, Quinta do Marquês
| Tel. 214 566 066

SACODR 5, 14, 23

Rua Quinta das Palmeiras, 74/74 A
| Tel. 214 569 470/1

PAÇO DE ARCOS

(Serviço permanente)

DIAS 3, 8, 13, 18, 23, 28

Rua Alfredo Lopes Vilaverde, 15, R/C, Lj. 2
| Tel. 214 469 980

SEIXAS MARTINS 1, 6, 11, 16, 21, 26

Av. Patrão Joaquim Lopes, 4 | Tel. 214 432 039

PARGANA 5, 10, 15, 20, 25, 30

Av. Eng. Boneville Franco, 6G | Tel. 214 435 147

TRINDADE BRÁS 2, 7, 12, 17, 22, 27

Rua Costa Pinto, 186 | Tel. 214 432 034

VÉRITAS 4, 9, 14, 19, 24, 29

Oeiras Parque, Lj. 1007 | Tel. 214 409 841

PORTO SALVO

(Encerram às 22h00 de segunda a sexta;
sábados, domingos e feriados encerram às 19h00)

FERREIRA BASTOS 4-10, 18-24

Rua Firmino Rebelo, 8B Tel. 214 213 015

VARELA BAIÃO 1-3, 11-17, 25-30

Rua do Comércio, 7 Tel. 214 239 107/8

QUELUZ-DE-BAIXO

(Encerra às 22h00 de segunda a sexta; sábados,
domingos e feriados encerra às 19h00)

ALBERGARIA 4-10, 25-30

Rua Guerra Junqueiro, Lt. 11, Lj. A
Tel. 214 356 487

QUEIJAS

(Encerram às 22h00 de segunda a sexta; sábados
encerram às 13h00)

CENTRAL DE QUEIJAS 1-3, 11-17, 25-30

Rua Júlio Dantas, lote 1 - Lj. AB
Tel. 214 162 081

COSTA PINTO 4-10, 18-24

Rua João XXI, 9 C Tel. 214 170 170

TERCENA

(Encerra às 22h00 de segunda a sexta; sábados,
domingos e feriados encerra às 19h00)

TERCENA 11-17

Av. de Santo António, 50/52 Tel. 214 304 235

FARMA 24

tel. 808 262 728 (ou 917 799 566, 934 455 887,
962 994 090)

Entrega domiciliária de medicamentos e outros produtos
de farmácia, 24 horas por dia, todos os dias da semana.
Preço do serviço: 5€

SAÚDE 24 PEDIATRIA

Dói, Dói? Trim, Trim.

Aconselhamento por enfermeiros especialmente
formados, 24 horas por dia, 7 dias por semana.
Destina-se a crianças dos 0 aos 14 anos
Tel. 808 242 400

> EM OUTUBRO...

CAMPEONATO EUROPEU DE MINIGOLFE

03 > 08 OUTUBRO

COMPLEXO DE MINIGOLFE DO PARQUE URBANO DE MIRAFLORES

Organização: Minigolfe Clube de Portugal

Informações: Minigolfe Clube de Portugal,
e-mail: jorge.mg@netcabo.pt
Divisão do Desporto da C.M.O., tel. 21 440 85 40,
e-mail: ddesporto@cm-oeiras.pt

CONFERÊNCIA “OS 450 ANOS DA FORTALEZA DE SÃO JULIÃO DA BARRA E OS 400 ANOS DO NAUFRÁGIO DA NAU NOSSA SENHORA DOS MÁRTIRES”

14 OUT SÁB

CISTERNA DO FORTE DE SÃO JULIÃO DA BARRA, OEIRAS
Informações/Inscrições: Sector de Acção Cultural,
Tel. 214 408 552 · 214 408 529,
e-mail: susana.pereira@cm-oeiras.pt



PROGRAMA DE PROMOÇÃO DE ACTIVIDADES DE AR LIVRE

07 Canoagem,
na Pista de Actividades Náuticas do Jamor

14 Passeio de BTT,
no concelho de Oeiras

21 Caminhada,
na Estação Agronómica Nacional
e Palácio do Marquês de Pombal

Informações e inscrições (gratuitas):
Divisão do Desporto, tel. 214 408 548,
e-mail: mexa-semais@cm-oeiras.pt

CONGRESSO NACIONAL DO INSTITUTO DE EXERCÍCIO E SAÚDE

13 > 14 OUTUBRO _SEX > SÁB

AUDITÓRIO MUNICIPAL RUY DE CARVALHO,
CARNAXIDE

Especialistas nacionais nas áreas de medicina, exercício, nutrição e psicologia irão debater temas bastante actuais, tais como são os casos do controlo de peso, doenças cardiovasculares, perturbações na coluna vertebral, doenças reumatológicas, osteoporose, reabilitação física, nutrição e suplementação.

Informações e inscrições:
Instituto de Exercício e Saúde,
Piscina da Outurela-Portela
Estrada de São Marçal, Carnaxide,
tel. 214 245 750,
e-mail: iesaude@iol.pt

Congresso Nacional do
Instituto de Exercício e Saúde

Auditório Municipal
Ruy de Carvalho,
Carnaxide

13 a 14 de Outubro de 2006

- OBESIDADE E COMPOSIÇÃO CORPORAL
- DOENÇAS CARDIOVASCULARES
- REABILITAÇÃO CARDÍACA
- NUTRIÇÃO E SUPLEMENTAÇÃO
- REUMATOLOGIA
- OSTEOPOROSE
- PERTURBAÇÕES DA COLUNA VERTEBRAL
- PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO
- PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO
- REABILITAÇÃO FÍSICA