

30
DIAS

OEIRAS A MARCAR O RITMO

DEZ'11

Consulte aqui alguns dos eventos a acontecer em Dezembro.



-leituras
-diálogos
-dança . cinema
-roteirinho
-música
-exposições
-passar
-desporto
-teatro
-feiras
-cursos
-iniciativas

1. quinta . 21h30 . Monólogo das Flores Violadas . *Auditório Lourdes Norberto . Linda-a-Velha*
Quatro histórias narradas como se fizessem parte de uma única vida, numa peça de Cacá Araújo, sobre a exploração sexual de crianças e adolescentes.

2. sexta . 21h30 . Comemorações do 97º Aniversário da SIMPS . *Sociedade de Instrução Musical Porto Salvo . Oeiras*
Concerto pela Orquestra do Clube Recreativo da Cruz de Pau.

3. sábado . 10h00 às 24h00 . Um dia... Encontro de Ida e Volta . *Biblioteca Municipal de Oeiras*
No âmbito do projecto Histórias de Ida e Volta, um dia de encontro aberto à comunidade, proporcionando um espaço de reflexão, debate e partilha de experiências.

4. domingo . 11h00 . O Gato das Botas . *Auditório Municipal Ruy de Carvalho . Carnaxide*
O jovem Vicente vê-se obrigado a ficar sozinho em casa, tendo como companhia um gato. Entre loucas peripécias, amor e tristeza, vem descobrir como o Gato das Botas vai ajudar!

5. segunda . Formação sobre Direito de Autor e Direitos Conexos . *Biblioteca Municipal de Carnaxide*
Acção de sensibilização ministrada pela Inspeção Geral das Actividades Culturais, com o objectivo de sensibilizar os profissionais da cultura, educação e informação para os direitos de autor.

6. terça . 15h00 . Memórias do Oriente . *Livraria-Galeria Verney . Oeiras*
Lançamento do sexto livro da Coleção “Fim do Império”, de Luís Dias Antunes, apresentada por António Marquilhas.

7. quarta . 21h30 . O Cerco a Leninegrado . *Auditório Municipal Eunice Muñoz . Oeiras*
O regresso de Eunice Muñoz à “sua” casa, numa peça de Sanchis Sinisterra, com encenação de Celso Cleto, em cena até 18 de Dezembro.

8. quinta . 15h00 . Atelier “Vamos dançar na Arca de Noé?” . *Centro de Arte Manuel de Brito . Algés*
Um convite para os mais pequenos se deixarem levar, envolver e brincar com a arte e o seu corpo/movimento. Para crianças maiores de 6 anos.

9. sexta . 10h00 às 18h00 . “A Mulher e a Natureza” na Coleção Neves e Sousa . *Livraria-Galeria Verney . Oeiras*
Um conjunto de obras que evidenciam a beleza da mulher e as magníficas paragens de Cabinda e Maiombe. Para ver até 29 de Dezembro.

10. sábado . 16h00 . O cavalo que queria ser artista . *Auditório Municipal Lourdes Norberto . Linda-a-Velha*
Uma história de Fernando Tavares Marques, sobre fantoches que se tornam “gente crescida” e um cavalo que queria ser artista de circo. Até 26 de Fevereiro.

11. domingo . 15h30 . Planeta Tupi . *Novo Espaço. Teatro Independente de Oeiras*
Acauã, um jovem do Planeta Tupi, terá a missão de viajar para a Terra no ano de 3501. Ai, sob o olhar atento da Princesa Natura e do príncipe Fogo, o jovem terá de ajudar Agnus, Aquila e Dixi a reflorestar o planeta.

12. segunda . 10h30 . Atelier da Leitura e da escrita . *Biblioteca Municipal de Carnaxide*
Um projecto que procura criar condições favoráveis a formação de crianças leitoras através de estratégias de animação da leitura e da escrita.

13. terça . 18h30 e 19h00 . Grupo de Leitores . *Bibliotecas Municipais de Oeiras, Algés e Carnaxide*
Uma conversa sobre *Sinfonia em branco*, de Adriana Lisboa (Oeiras), *O último cavalista de Lisboa*, de Richard Zimler (Algés) e *Húmus*, de Raul Brandão (Carnaxide).

14. quarta . 10h00 às 18h00 . Exposição Arca de Noé . *Centro de Arte Manuel de Brito . Algés*
Uma abordagem à magia e ao mistério do mundo animal, com obras de Júlio Pomar, Paula Rego e Júlio Resende, entre outros. Para ver até 12 de Fevereiro.

15. quinta . 12h00 às 17h00 . Almoço e Baile de Natal Sénior . *Pavilhão Carlos Queiroz . Outurela, Carnaxide*
Celebração da quadra natalícia junto dos seniores através da realização de um almoço convívio e baile para munícipes com idade igual ou superior a 65 anos.



À Descoberta do Património...

Visitas guiadas a locais emblemáticos do Concelho de Oeiras
Todas as últimas quartas-feiras de cada mês

Novo programa a partir de Janeiro de 2012

28 DEZ - 10H00

De abegoaria a adega – Visita ao Casal da Manteiga

O vinho foi, até ao século XIX, um dos pilares fundamentais da prosperidade económica de Oeiras. Data de 1370 o primeiro documento conhecido sobre a vinha de Carcavelos, mas é por iniciativa de Sebastião José de Carvalho e Melo, marquês de Pombal, já no século XVIII, que este vinho conheceu o seu apogeu, sendo, então, alargada a sua área de cultivo e produção nas suas quintas em Oeiras. O vinho ganhou fama e no conjunto da produção agrícola do marquês ocupou uma posição relevante. Contudo, esta situação viria a sofrer um declínio após a sua morte, em 1782, e, mais tarde, face ao contexto de crise por que Portugal passara no primeiro quartel do século XIX, a degradação das quintas e o seu rendimento baixaram significativamente acelerando o processo de quase abandono da produção.

É no final do século XX e início do XXI que assistimos ao ressurgimento da produção do vinho de Carcavelos, através de um esforço empenhado da CMO, que, consciente do importante património vitivinícola a preservar, investiu na plantação da vinha e na transformação da antiga abegoaria da quinta do marquês em lagar de produção de vinho.

É um percurso pela vinha e pela antiga abegoaria, hoje adega, que propomos fazer neste final de ano.



Informações / inscrições
(granuladas)

Organização: CM Oeiras – Divisão de Património Histórico e Museológico
Orientação: Catarina Mizanda e Tiago Correia
Tel: 21 4408567 / 21 4404891 | E-mail: dph@cm-oeiras.pt
Ponto de Encontro: Junto à entrada para a Adega Casal da Manteiga

Como chegar: Direcção Sussoselas, Estrada da Mina, entrada pelo portão da Quinta de Cima (junto ao Arquivo)

Inscrição prévia obrigatória até às 18h00 da véspera (Mínimo 10, máximo 25 participantes)

30 DIAS EM OEIRAS

n.173
Dezembro'11

Propriedade do
Município de Oeiras

Distribuição Gratuita
Impressão: 0,16€



Entrevista
ANTÓNIO QUINA
EXPLICA COMO É BELA A VIDA
EM OEIRAS

ANIMAÇÃO INFANTIL
O GATO DAS BOTAS
4 DEZEMBRO, AUDITÓRIO MUNICIPAL
RUY DE CARVALHO, CARNAXIDE

**TEMPORADA DE MÚSICA
ANTIGA CONDE DE OEIRAS**
MÚSICA PARA O NATAL
18 DEZEMBRO, FORTE SÃO
JULIÃO DA BARRA (OEIRAS)

L	leituras	16
R	roteirinho	19
D	diálogos	24
P	património imaterial	25
C	cinema	26
T	teatro	26
M	música	27
E	exposições	28
P	passar	30
F	feiras	31
D	desporto	32
C	curiosos	32
I	iniciativas	34
U	utilidades	36
A	antevisão	40

 **Siga-nos no Facebook!**
www.facebook.com/municipiooeiras

 **Visualize-nos no Issuu**
http://issuu.com/municipiodeoeiras



ENTREVISTA } 04

A vida é bela em Oeiras. António Quina propôs uma parceria com a Câmara de Oeiras e desta forma surgiu o *Best of Oeiras*. Um conjunto de possibilidades para desfrutar ou dar a desfrutar de Oeiras.

BOA VIDA } 12

Já ouviu prebiótico e probiótico? E sabe qual o significado? O Boa Vida informa-o/a.

NOVA MARGINÁLIA } 13

Diogo Barbosa, autor do livro *Viagem sem fim*, foi o nosso convidado para escrever um pouco o que lhe vai na alma. Aceite o convite aqui está o resultado.

ENTREPORTAS } 14

Esta rubrica sabe a amêndoa e gila. Aqui damos a conhecer o Dafundinho, um doce que promete dar que falar. Nesta época natalícia, experimente novos doces e comece pelo Dafundinho. Não se vai desiludir.

MARCADOR DIGITAL } 15

Se pensa que a culinária é apenas para adultos não podia estar mais enganado. Leve os seus filhos a aulas e workshops de culinária e veja como pode ser relaxante e estimulante para os nossos mais pequenos.

CLIQUE . CONCURSO DE FOTOGRAFIA } 17

Sabe o que é o melhor de Oeiras? Se sim arrisque e fotografe e quem sabe se não será o vencedor de um pacote A Vida é Bela? Tente e arrisque.



MONÓLOGOS DAS FLORES VIOLADAS

Peça Original de Cacá Araújo
Adaptação e Encenação de João Pinho

Segundo dados da Amnistia Internacional, pelo menos, uma em cada três mulheres de todo o mundo já foi agredida, coagida a ter relações sexuais ou sofreu outros tipos de abuso.

"*Monólogos das Flores Violadas*" é uma peça baseada em histórias reais, que pretende alertar para uma problemática muito actual. Não perca, a partir de dia 25 de Novembro, Dia Internacional de Combate à Violência Contra as Mulheres, no Auditório Municipal Lourdes Norberto, em Linda-a-Velha, Oeiras.

Datas de espectáculos

25 e 26 de Novembro; 1, 2, 4, 6, 10, 16 e 17 de Dezembro

6, 7, 13 e 14 de Janeiro de 2012

Auditório Municipal Lourdes Norberto, Linda-a-Velha

MAIORES DE 14 ANOS

Apoios:

RESERVAS E MAIS INFORMAÇÕES | TELEF: 21 414 17 39 / 91 998 14 47

Design do Cartaz: grrrrrr.com



16



17



19



20



21



22



23



26



29



31

16 . sexta . 9h00 às 20h00 . VII Feira do Livro de Natal . Frente ao túnel da estação de comboios . Algés

Uma feira com milhares de livros a preços convidativos. Antes do Natal, quem sabe se não encontra aí o presente ideal.

17 . sábado . 16h00 . Concerto de Natal . Igreja Matriz de Oeiras

Concerto para dois e quatro violinos, obras de J. Rutter e A. Vivaldi . Com Susana Duarte (soprano), Coro Polifónico de Almada e Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

18 . domingo . 16h00 . Temporada de Música Antiga Conde de Oeiras . Cisterna do Forte S. Julião da Barra . Oeiras

Concerto "Música para o Natal de Johann Sebastian Bach", com o Projecto de Orquestra Barroca.

19 . segunda . Clique . Concurso de Fotografia

Último dia para enviar as suas melhores fotografias para o tema "O Melhor de Oeiras". Para o vencedor, um pacote *Best of Oeiras* uma oferta de A Vida é Bela. Ver pág. 17.

20 . terça . 15h00 . Visita-jogo à exposição "Arte Sacra . Memória Viva" . Centro Cultural Palácio do Egipto . Oeiras

Participe com a sua família e descubra de forma divertida a exposição Arte Sacra.Memória Viva.

21 . quarta . 9h00 às 21h00 . Exposição Primeiro Passo . Sala de Sócios do Sport Algés e Dafundo . Algés

Fotografias de Clara Faria Piçarra sobre trabalho voluntário desenvolvido em Moçambique. Para ver até 4 de Janeiro 2012.

22 . quinta . 14h30 às 17h30 . Visita livre ao Lagar de Azeite . Palácio Marquês de Pombal . Oeiras

Uma visita para conhecer o processo de produção de azeite deste lagar, pertencente à Quinta do Marquês de Pombal.

23 . sexta . 21h45 . Circos Royal . Jardim Municipal de Oeiras

Vá ao circo em Oeiras! Destaque o cupão da página 35, contribua com um alimento não perecível para a *Oeiras Solidária* e receba um bilhete de criança gratuito.

26 . segunda . 10h00 às 13h00 . Uma Incrível Aventura à Volta do Mundo com o Google Earth . Biblioteca Municipal de Carnaxide

Os jovens leitores partem numa viagem cheia de desafios e de quebra-cabeças, de objectos para identificar e de locais para explorar com a ajuda do Google Earth.

27 . terça . Masterclass "Os Cinemas da Europa" . Auditório Municipal César Batalha . Galerias Alto da Barra . Oeiras

Todas as terças e no sábado, 10, Lauro António continua a apresentação de filmes europeus. Este mês, Moldávia, Montenegro, Arménia, Vaticano e República da Macedónia.

28 . quarta . 10h00 . À Descoberta do Património . Estação Agronómica Nacional . Oeiras

Um percurso pela vinha e pela antiga abegoaria, hoje adega do Vinho de Carcavelos, é a proposta para este final de ano.

29 . quinta . 15h00 às 19h00 . Olhar as emoções . Biblioteca Operária Oeirense . Oeiras

Exposição de fotografia de Paulo Cruz. Para ver até 30 de Dezembro.

30 . sexta . 12h00 às 18h00 . Exposição Arte Sacra . Memória Viva . Centro Cultural Palácio do Egipto . Oeiras

Último dia para visitar o valioso acervo de arte sacra pertencente à Igreja Matriz de Oeiras, composto por esculturas, pinturas, alfaias litúrgicas e paramentaria.

31 . sábado . 9h00 às 14h00 . Mercado Biológico . Jardins Municipais de Algés e Oeiras

Aproveite o último dia do ano de 2011 para adquirir produtos frescos e saudáveis.



Faltarão, parece-me, poucas mais palavras para descrever o que Oeiras tem de diferente e o que temos sempre procurado, ao longo dos anos: planear e realizar o essencial, antecipando os caminhos que o futuro vai trilhar. Mas também e não menos importante, cuidar do pormenor, à “escala humana”, bairro a bairro, rotunda a rotunda, casa a casa, ajudando cada vida a ser mais digna, equilibrada e realizada.

Cara(o) Munícipe,

“A vida é bela em Oeiras”, eis o testemunho de um nosso munícipe, de seu nome António Quina. E seria apenas mais uma das muitas opiniões positivas que recebemos sobre o concelho, não se desse o facto de nos estarmos a referir ao criador do conceito A Vida é Bela, de que certamente já todos ouvimos falar. O empresário-criativo, que entrevistamos nesta edição do 30 Dias, fala-nos da sua invenção, da sua energia, das suas ideias e, claro, do seu mais recente projecto: precisamente, o pacote A Vida é Bela “Best of Oeiras”, o primeiro dedicado a um concelho. As razões para mais esta iniciativa pioneira, que nos distingue e nos deve deixar orgulhosos, serão muitas e variadas. Mas, em vez de nos preocuparmos em elencar o que Oeiras tem de bom, ou, mais precisamente, o que Oeiras tem de melhor, talvez o mais adequado seja mesmo ouvir o que António Quina nos tem a dizer e que não resisto a citar: “Em Oeiras vivo. Em Oeiras sinto. Em Oeiras vejo o mar. Em Oeiras corro junto ao rio. Em Oeiras vejo a serra. Oeiras tem a capacidade de surpreender nos pequenos detalhes. Nos grandes projectos. Sempre com uma escala humana o que a torna um charme para viver.” Faltarão, parece-me, poucas mais palavras para descrever o que Oeiras tem de diferente e o que temos sempre procurado, ao longo dos anos: planear e realizar o essencial, antecipando os caminhos que o futuro vai trilhar. Mas também e não menos importante, cuidar do pormenor, à “escala humana”, bairro a bairro, rotunda a rotunda, casa a casa, ajudando cada vida a ser mais digna, equilibrada e realizada.

Resta-me, assim, desejar-lhe, uns bons 30 Dias e, porque estamos no último mês do ano, um Feliz Natal e um Bom Ano Novo. Desejo-lhe também uma vida bela. Em Oeiras.

ISALTINO MORAIS } *Presidente da Câmara*



DOCE NATAL OEIRAS SOLIDÁRIA

Vamos dar sentido ao Natal?

Mais do que um projecto de cor e diversão, o Doce Natal Oeiras Solidário é também um projecto de alegria e solidariedade. Até 8 de Janeiro, uma visita ao Jardim Municipal de Oeiras e ao Oeiras Parque vale o sorriso de uma criança.

Circo Royal . aqui serão abertas as portas à magia com os malabaristas, acrobatas, trapezistas, contorcionistas e palhaços sem esquecermos os tigres, leões, cavalos, focas e os ursos. Por fim, poderão ver a surpresa que veio dos Estados Unidos: o homem bala.

Parque de diversão infantil . carrosséis, carrinhos de choque e muitos outros divertimentos.

Grande presépio de chocolate . vinte peças de tamanho real em chocolate em podem ser observadas no Oeiras Parque.

E como o Natal não é só magia e brincadeira, existirá uma tenda solidária para recolha de brinquedos, alimentos e roupas. }

INFORMAÇÕES
www.docenatal.com



TEMPORADA DE MÚSICA ANTIGA CONDE DE OEIRAS

A Temporada de Música Antiga com programas inovadores, onde actuam os melhores intérpretes nacionais e estrangeiros, ao mais alto nível europeu da música antiga, encerrará em Dezembro a sua quarta edição. Marcada por várias iniciativas inéditas, a edição de 2011 iniciou a colaboração com instituições de ensino da música europeias de referência, como o Conservatório de Santa Cecília de Roma e o Instituto Pontifício de Música Sacra de Roma.

Ao longo do mês de Dezembro poderá assistir à continuação do ciclo de música sacra iniciado em Novembro, que celebra a chegada da época natalícia.

O programa é marcado pela alternância entre peças polifónicas de compositores meridionais do período Barroco e cantochão, obras de J. S. Bach e Heinichen.

Não perca a oportunidade de assistir às exhibições musicais de Orlanda Velez, Duncan Fox, João Paulo Janeiro, Frederico del Sordo ou da Orquestra Barroca de Castelo Branco, em locais emblemáticos como a Capela do Senhor Jesus dos Navegantes em Paço de Arcos, a Igreja de Nossa Senhora do Cabo em Linda-a-Velha e a Cisterna do Forte S. Julião da Barra em Oeiras. }

PROGRAMA

Música Vocal e Instrumental dos Barrocos Meridionais

4 de Dezembro . Domingo . 16h00
Capela do Senhor Jesus dos Navegantes . Paço de Arcos

Com Orlanda Velez (soprano), Duncan Fox (violone) e João Paulo Janeiro (cravo).

Recital de órgão: Música de Johann Sebastian Bach para a Natividade

10 de Dezembro . Sábado . 16h00
Igreja de Nossa Senhora do Cabo Linda-a-Velha

Com o organista Frederico del Sordo.

Música para o Natal de Johann Sebastian Bach

18 de Dezembro . Domingo . 16h00
Forte de S. Julião da Barra (Cisterna) Oeiras

Com o Projecto de Orquestra Barroca: Sara Meireles, Irene Ferreira, Luís Santos e Pedro Santos, Filipa Oliveira, Débora Bessa, Paula Santana, Daniel Ramos e João Paulo Janeiro.

CONDIÇÕES DE ACESSO

Entrada gratuita (maiores de 6 anos), limitada aos lugares disponíveis e condicionada após o início do espectáculo. Programas e elencos sujeitos a alterações.

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - Divisão de Cultura e Turismo
tel. 214 408 565/36/24 . carlos.pinto@cm-oeiras.pt . www.cm-oeiras.pt



ANTÓNIO QUINA

A VIDA EM OEIRAS É BELA

texto } CARLA ROCHA fotografia } GENTILMENTE CEDIDAS PELA A VIDA É BELA

Já conhecia o António Quina. Já o entrevistara e isso fez com que a tristeza de ter de fazer a entrevista por email se tivesse desvanecido um pouco. Por breves segundos, confesso, ainda pensei que este fazedor de sonhos me ‘obrigasse’ a ir ao Brasil entrevista-lo cara-a-cara. Não tive essa sorte. Foi por escrito e foi rápido. Porque o António Quina é assim: muito empreendedor, muito respeitador dos prazos, muito profissional. Conhecedor profundo do concelho de Oeiras, entendeu propor à Câmara Municipal de Oeiras uma parceria: Best Of Oeiras, e desta forma colocar à disposição de quem assim desejar, a realização de um conjunto de possibilidades para usufruir dentro dos nossos 46 km². Ao todo, são 145 experiências de alojamento, Spa, aventura e gourmet. Já comprou todas as prendas de natal? Fique com a sugestão de António Quina e ofereça um pouco de Oeiras a quem gosta.





O António conhece bem Oeiras e pergunto-lhe: *A Vida é Bela* em Oeiras?

Em Oeiras vivo. Em Oeiras sinto. Em Oeiras vejo o mar. Em Oeiras corro junto ao rio. Em Oeiras vejo a serra. Oeiras tem a capacidade de surpreender nos pequenos detalhes. Nos grandes projetos. Sempre com uma escala humana o que a torna um charme para viver.

Olhando para o seu percurso de vida, tendo em conta aquilo que de si é público, constato que ou o António é arrojado ou encerra uma dose de loucura, concorda?

Considero que a minha característica principal é “sentir” muito a intuição e não ter medo de me deixar levar de forma arrojada, as vezes louca, sempre de coração, por aquilo em que acredito. Intuitivo seria a característica que destacaria.

Diz que quando se está na mó de baixo e nada mais temos a perder é que é altura certa para apostarmos. Mas nessas alturas poucos nos ouvem. Como conseguiu vender a sua ideia? Como conseguiu fazer com que acreditassem em si? Qual foi o segredo?

Há sempre uma pessoa que nos ouve sempre. A mais importante de todas. Uma pessoa que acredita sempre em nós: nós próprios. Essa é a figura central das nossas vidas. Se nos soubermos conectar connosco, bem lá no íntimo, vamos descobrir a força e os sentimentos para levar para diante tudo aquilo em que acreditamos.

No percurso que levou a ‘montar’ *A Vida é Bela* nunca pensou em desistir?

Desistir não é a palavra certa. Não se desiste da vida. Mas há muitos momentos em que nos

questionamos, em que sentimos que estamos errados, que temos que arrear caminho. Olhar à volta. Saber parar para depois podermos continuar. Dar tempo ao tempo nunca é desistir. É saber reinventar-nos.

Como surgiu a ideia basilar de *A Vida é Bela*? Quando se quis lançar num negócio sentiu logo que a área do turismo era aquela em que mais fazia sentido apostar?

A *A Vida é Bela* teve duas motivações fortes. A primeira, numa altura em que estava desempregado, depois de assistir ao filme do Begnini (filme *A Vida é Bela*), senti que era a pessoa mais feliz do mundo. Estava vivo, tinha saúde e um mundo de opções pela frente para caminhar. Esta “adrenalina” interior deu-me uma paz muito grande para enfrentar todas as dificuldades e encara-las como

NÃO SE DESISTE DA VIDA. MAS HÁ MUITOS MOMENTOS EM QUE NOS QUESTIONAMOS, EM QUE SENTIMOS QUE ESTAMOS ERRADOS, QUE TEMOS QUE ARREPIAR CAMINHO. OLHAR À VOLTA. SABER PARAR PARA DEPOIS PODERMOS CONTINUAR. DAR TEMPO AO TEMPO NUNCA É DESISTIR. É SABER REINVENTAR-NOS.

TRABALHAR. MUITO. SEM TRÉGUAS. É ESSE O MAIOR SEGREDO. QUANDO ME DIZEM, QUE SORTE, DEU CERTO E PENSO PARA MIM: E AS VEZES QUE NÃO DEU E NINGUÉM SOUBE? E DEU CERTO AQUI E ALI PORQUE ACREDITAMOS SEMPRE, MUITAS VEZES SOZINHOS, QUE O CAMINHO ERA POR ALI.

oportunidades de me reinventar. O conceito do negócio foi das coisas que mais prazer me deu na vida. Pensei, na altura, que queria trabalhar com o prazer dos outros e com o meu também. Queria ter uma vida longe dos escritórios fechados. Queria não usar gravata nem fato. Queria dar acesso à classe média de momentos que só pessoas com muito dinheiro, normalmente, tinham acesso... Estes foram parte dos pressupostos alicerçados por uma vontade imensa de ter muito prazer com na vida.

E o balanço destes dez anos?

Hoje, depois de 10 anos, posso dizer que sou uma pessoa realizada e feliz. Muito feliz.

Às vezes olhamos para a sociedade e sente-se que está tudo inventado. Para criar um nicho de mercado é preciso sairmos um pouco da nossa visão de normalidade. Pensarmos para além do que aquilo que se nos depara à nossa frente. Deverá ter

acontecido com A Vida é Bela, mas continua a ver, atualmente, na sociedade que nos rodeia hipóteses de bons negócios? Lacunas de ofertas?

Há sempre negócios para fazer. Em crise ou em alturas de crescimento. Mas temos que fazer as coisas acontecer com o coração, acreditar muito nelas e depois lutar muito por elas. Trabalhar. Muito. Sem tréguas. É esse o maior segredo. Quando me dizem, que sorte, deu certo e penso para mim: e as vezes que não deu e ninguém soube? E deu certo aqui e ali porque acreditamos sempre, muitas vezes sozinhos, que o caminho era por ali. É mais que uma crença. É um sentimento grande!

Por exemplo?

O nosso novo projeto a2por1, que vamos lançar em simultâneo em Espanha Portugal e Brasil. www.presentea2.com Guias temáticos - Restaurantes, Pousadas e Hotéis e Spas - com descontos de 50%.



Através de A Vida é Bela concretiza sonhos, e quanto aos seus sonhos, qual tem que ainda não tenha realizado?

Estou empenhado em realizar o meu sonho de vida que é viver feliz todos os dias. Esse é o sonho maior da minha vida.

Estudou Direito e olhando para si não consigo, de todo, ver um advogado. Porquê essa opção? Sendo criativo o que o atraiu no Direito? Ser um advogado criativo e inventivo (também fazem falta)?

Nada de especial. O meu Pai dizia que era um curso que nos ensinava a pensar. Na realidade mal comecei o curso....

O que o inspira no mundo?

As pessoas.

Para quem deseja ser feliz todos os dias o que é que faz como hobbies que o deixem plenamente feliz?

Viajar, caminhar, ver o por do sol. O nascer da Lua. Mergulhar. Voar. Viver...

Agora que vive no Brasil, quando vem a Portugal ainda procura a Marina de Oeiras para estar e ficar?

Adoro a Marina de Oeiras. Mas para mim o segredo da Marina de Oeiras são as pessoas. Mais uma vez as Pessoas. Pessoas especiais. Fora de serie, que com toda a humildade são elas que fazem a diferença. São os *Fernandos* e os *Maneis* que tornam a Marina de Oeiras num sítio tão especial. Eu na realidade não volto à Marina de Oeiras. Não se volta a casa. Ele – o porto de recreio de Oeiras - vem comigo no coração.

Esta ideia de criar um pacote com um concelho como surgiu?

Surgiu de forma natural, afinal *A vida é bela* em Oeiras! A ideia surgiu de uma forma simples num fim de tarde maravilhoso na Marina



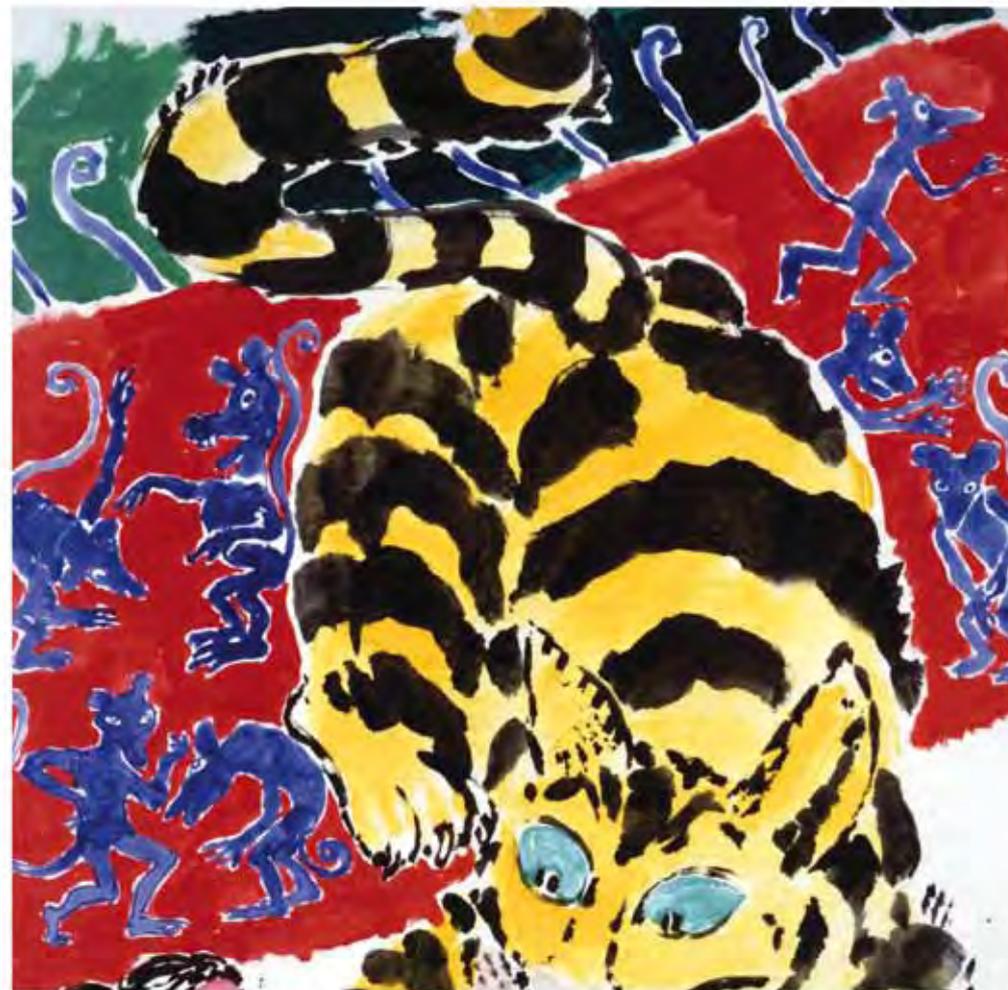
de Oeiras em que trocava ideias com o Paulo Vistas (vice presidente da Câmara Municipal de Oeiras). E como tudo na vida, as melhores coisas começam de ideias simples...

E neste pacote que agora criou o que acha verdadeiramente irresistível e a não perder? Tudo! Tem um leque alargado de ofertas para todos os gostos.

Pensa em novas parcerias concelhias para o Futuro?

O tempo o dira. Um dia de cada vez... agora quero desfrutar e que desfrutem de Oeiras! }

EM OEIRAS VIVO. EM OEIRAS SINTO. EM OEIRAS VEJO O MAR. EM OEIRAS CORRO JUNTO AO RIO. EM OEIRAS VEJO A SERRA. OEIRAS TEM A CAPACIDADE DE SURPREENDER NOS PEQUENOS DETALHES. NOS GRANDES PROJETOS. SEMPRE COM UMA ESCALA HUMANA O QUE A TORNA UM CHARME PARA VIVER.



ARCA DE NOÉ

14 OUT 11
12 FEV 12





PROBIÓTICOS & PREBIÓTICOS

Não é preciso ser um consumidor muito atento para já ter ouvido referência a produtos com efeito “prebiótico” e “probiótico”. O que talvez não lhe seja tão evidente é o significado de cada um e a diferença entre eles.

Para compreender melhor, é importante começar por referir que o nosso sistema gastrointestinal é colonizado por diversas bactérias - as quais designamos por “flora intestinal” - que actuam em funções fisiológicas essenciais para nosso organismo. Alguns factores como o stress, alimentação desequilibrada ou utilização de antibióticos com frequência podem por em causa o seu equilíbrio e até potenciar o desenvolvimento de bactérias nocivas.

É neste contexto que entram os probióticos e prebióticos.

Os Probióticos são microrganismos vivos que promovem o equilíbrio da flora intestinal pela proliferação das bactérias benéficas. Contribuem para o fortalecimento do sistema imunológico, alívio da obstipação, melhor absorção de determinados nutrientes, alívio dos sintomas de intolerância à lactose e diminuição dos níveis de colesterol. De forma geral, são mais utilizados para regular o trânsito intestinal e proteger de possíveis infecções. Os alimentos onde são adicionadas estas bactérias vivas são chamados de alimentos probióticos, como por exemplo iogurtes, bebidas lácteas e leites fermentados. As mais conhecidas e utilizadas são as *Bifidobacterium*, as *Lactobacillus* e as *L.casei*.

Os Prebióticos são alguns tipos de fibras que resistem ao processo de digestão e que estimulam a proliferação das bactérias benéficas no intestino. Ajudam na manutenção da flora intestinal, estimulam o trânsito intestinal, ajudam a evitar o inchaço abdominal, causado pela prisão de ventre e pelo excesso de gases, protegem o organismo de possíveis infecções, já que estimulam o sistema imunitário intestinal, melhoram a intolerância à lactose. Colaboram ainda para que apenas sejam absorvidas pelo intestino as substâncias necessárias eliminando o excesso de glicose (açúcar) e colesterol, favorecendo, dessa forma a diminuição do colesterol e triglicéridos totais. Os prebióticos estão presentes naturalmente em vegetais como a chicória, o alho, a cebola, o alho-francês, os espargos, as alcachofras, o tomate, as bananas. Mas também se acrescentam a outro tipo de produtos como pães, bolachas, cereais, sumos ou lacticínios.

Um alimento simbiótico, combina ambas as propriedades.

Não existe uma regra única relativamente às quantidades recomendadas de pré e probióticos, devendo ser seguido o que for indicado no produto consumido. Deve igualmente ter-se em consideração os padrões alimentares e o estado actual de saúde. No entanto parece razoável considerar que, para obter efeito positivo e duradouro, é necessário ingerir estes alimentos de forma regular e moderada, sublinhando que o consumo excessivo pode obviamente ter efeitos nocivos.

Boas escolhas, boa vida. }



UM METRO DE PAZ A UM SEGUNDO DO INFERNO

DIOGO GIL BARBOSA . ENG. INFORMÁTICO



Pára. Estás em Oeiras e o que te rodeia? Podes estar em casa, na praia, no trabalho. Abranda os pensamentos e deixa que a Natureza respire através de ti. Faz algumas respirações profundas, desliga a leitura e fecha os olhos. No teu interior estarão muitas histórias mas sente onde estás, deixa-te navegar pelo teu habitat, a tua terra, a tua família, os teus amigos, a tua praia, o teu shopping, o teu jardim, tudo o que te rodear nessa tua pequenina percentagem de espaço de Oeiras que é teu: a tua morada. Diz a ti próprio como te sentes. Naturalmente sentes-te descontraído porque estás a ler, é um dos teus momentos de descontração, que bom, por isso deixa-te sorrir, estar em paz e agradece esse teu habitat! Os habitantes, os espaços verdes, os trabalhadores, os automobilistas, os veraneantes e os desportistas. Tens muita sorte porque hoje à noite sabes que vais dormir no teu precioso lar, que te acolhe docemente na mesma proporção que esta vila permitiu que ele existisse.

Entre Oeiras e Cuba estão 8 milhões de metros. O teu espaço é cerca de 1 metro, imagina

aquela distância! Um dia eu estava em Cuba, de férias, e também saboreava as coisas boas de lá! Cuba é um paraíso para muitos, uma ilha que parou no tempo mas não no espírito, onde podemos respirar o mar a toda a volta, ter um relacionamento genuíno com a Natureza e o povo. Mas nesse mesmo dia o inferno quis-me fazer companhia, quando me encontrava tão longe de casa. Ironicamente, a partir desse dia tudo o que queria era regressar à minha terra, à minha casa, ao meu espaço, ao meu metro, mas a distância era cruel. No dia do regresso a Oeiras, trazia comigo várias cruces mas tinha a certeza que o único sítio onde eu queria estar era este. Desde então, ao amanhecer, passei a abençoar o facto de poder inspirar este ar e passei a ser turista... local. Aqui nasci mas precisei que o Tempo me ensinasse, em um segundo, após 27 anos, que não preciso de ir longe, não preciso de muito mais, porque todos os dias posso ver as minhas marcas por onde passo e todas as horas posso falar com as pessoas que amo neste espaço pequeno, mas com uma paz bastante rara. }



DAFUNDINHO

Em tempos para lá de idos, algures no século XII, a freguesia da Cruz-Quebrada e Dafundo acolheu várias ordens religiosas no seu território. Com essas ordens deu-se a criação de vários doces, acima de tudo doces conventuais, que o tempo fez questão de apagar. No entanto, foi com base num desses doces de tempos longínquos que a Pastelaria «Requinte e Sabores» recriou o Dafundinho, um doce em forma de queijada, com base de amêndoa e gila. Este doce, que nasceu em Maio deste ano, já vendeu cerca de 10.000 unidades e estamos em crer que cada vez mais terá leais seguidores.

Pode encontra-los na Pastelaria «Requinte e Sabores», ou na cafetaria do Aquário Vasco da Gama ou ainda na loja da Confraria dos Enófilos do Vinho de Carcavelos no centro da vila de Oeiras. Caso consiga esperar para os provar, em breve estarão à venda no El Corte Inglés.

Aproveite e prove este doce que, estamos certos, veio para ficar. }

Foi com base num desses doces de tempos longínquos que a Pastelaria «Requinte e Sabores» recriou o Dafundinho, um doce em forma de queijada, com base de amêndoa e gila.

PASTELARIA «REQUINTE E SABORES»
Rua 1.º de Maio
(ao pé da União Recreativa do Dafundo)
N.º 25, loja A/B, Dafundo
tel. 214 142 563



À MESA COM NOVOS SABORES

texto } MARIA JOSÉ AMÂNDIO . maria.amandio@cm-oeiras.pt

O homem põe tanto do seu carácter e da sua individualidade nas invenções da cozinha, como nas da arte.

in "Notas Contemporâneas" de Eça de Queiroz

Cozinhar pode ser uma actividade tão relaxante como *stressante*, dependendo do gosto, conhecimento ou inspiração que se nutre em relação aos tachos e panelas. A gastronomia nasceu do prazer pela arte de cozinhar e de associar os alimentos para deles retirar o máximo benefício.

Antigamente, este gosto era desenvolvido por quase todas as crianças que, desde pequeninas, começavam por aprender a fazer bolos, participando particularmente na parte de barrar a forma e de limpar os restos de massa crua dos utensílios. Mais tarde evoluía-se para outros pratos mais elaborados e finalmente estava-se apto a cozinhar para a família e amigos com gosto e sem grandes dificuldades. Entretanto, em resultado das mudanças, as crianças deixaram de dedicar tanto tempo a esta aprendizagem e a tendência é para que se deixem de transmitir este tipo de ensinamentos. Na maior parte dos casos, essas crianças atingem a idade adulta sem nunca ter usufruído do culto dos prazeres da mesa e do saber transformar produtos alimentares em opíparas refeições. Assim, como a gastronomia define a identidade de um povo, é importante conhecer os conteúdos que na *Internet* nos podem ajudar na aprendizagem do acto de cozinhar.

Os sítios disponíveis são muitos e de fazer crescer água na boca. Para temperar a ideia, o Marcador Digital apresenta alguns dos que mais podem inspirar. Ainda assim, se as aprendizagens não forem adquiridas a tempo da ceia de Natal deste ano, não desesperemos, pois existem algumas alternativas económicas e cujo resultado é garantido. Exemplo disso é o caso da ementa de Natal que pode ser encomendada na Casa dos Sabores, uma boa forma de ajudar a Casa de Santo António a Cozinhar o Futuro... }



Casa dos Sabores
<http://www.casasantantonio.org.pt/>
Receitas de Culinária
<http://receitas-culinaria.org/>
KisstheCook
<http://www.kissthecook.pt/>
Teleculinária
<http://www.teleculinaria.pt/videos.aspx>
Lusitana
<http://lusitana.pt/>
Vaqueiro
<http://www.vaqueiro.pt/>
Coca-Cola
<http://www.cocacola.pt/historiasfeizeparacomer>



.01

.02

.03

.04

.05

Alice na casa das Maravilhas

3 . Sábado . 16h00

Biblioteca Municipal de Carnaxide

Lançamento do livro de Ana Salomé, com a presença da autora e do ilustrador João Concha.

Grupos de Leitores

Num ambiente informal, conversas em grupo sobre livros, para aumentar o prazer de ler, valorizar a leitura independentemente do autor, género ou enredo e salientar a importância das boas experiências de leitura.

Para adultos e jovens.

Sinfonia em branco, de Adriana Lisboa

6 e 13 . Terças . 18h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

O último cabalista de Lisboa, de Richard Zimler

6 e 13 . Terças . 19h00

Biblioteca Municipal de Algés

Húmus, de Raúl Brandão

6 e 13 . Terças . 19h00

Biblioteca Municipal de Carnaxide

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Bibliotecas Municipais - Sector de Adultos

Oeiras . tel. 214 406 340 . bruno.eiras@cm-oeiras.pt

Algés . tel. 210 977 480 . ana.duarte@cm-oeiras.pt

Carnaxide . tel. 210 977 433 . gabriela.cruz@cm-oeiras.pt

.01 .02 .03

Memórias do Oriente

6 . Terça . 15h00

Livraria-Galeria Verney. Oeiras

Lançamento do sexto livro da Coleção “Fim do Império”, de Luís Dias Antunes, apresentado por António Marquilhas.

.04

Coleção Manuel de Brito

15 . Quinta . 19h00

Centro de Arte Manuel de Brito. Algés

Lançamento do livro prestígio da Coleção Manuel de Brito, por ocasião do 5º aniversário da instalação desta coleção no Centro de Arte.

Queria rever o teu rosto ao entardecer

10 . Sábado . 15h30

Livraria-Galeria Verney. Oeiras

Lançamento do livro de Pedro de Sá.

.05

Serviço de Pesquisa Assistida

Segunda a sexta . 10h00 às 18h00

Bibliotecas M. de Oeiras, Algés e Carnaxide

Este serviço nasce da vocação das Bibliotecas Municipais de Oeiras em prestar apoio constante na pesquisa e localização de distintos tipos de informação online. Caso necessite de conteúdos específicos de suporte à investigação sobre qualquer temática, apoio na utilização de serviços públicos online, realização de trabalhos escolares ou ainda se pretende conhecer informação relevante sobre Oeiras, reserve já a sua sessão numa biblioteca próxima de si.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

BM - Sector Referência

Oeiras . tel. 214 406 340 . referencia.bmo@cm-oeiras.pt

Algés . 210 977 482 . referencia.bma@cm-oeiras.pt

Carnaxide . 210 977 434 . referencia.bmc@cm-oeiras.pt



Fotografia vencedora . Quinta Real de Caxias . Rita O'Neill Tomaz

Veja em <http://tinyurl.com/6kbvfjm> as fotografias seleccionadas de todas as edições do Clique.**CONCURSO DE FOTOGRAFIA**

Para o tema “Parques e jardins”, recebemos 64 fotografias de 25 leitores/fotógrafos. A vencedora, Rita O'Neill Tomaz, estudante, de 19 anos, residente em Caxias, vai receber quatro bilhetes para a peça “O Cerco a Leninegrado”, em cena no Auditório Municipal Eunice Muñoz.

PARTICIPE!**Até 19 de Dezembro (inclusive), pode enviar as suas melhores fotografias para o tema “O Melhor de Oeiras”.** Aceite o desafio de pegar na máquina e parta à descoberta do que Oeiras tem de melhor, com atenção aos pormenores, lugares e gentes. Não se esqueça de nos dizer onde e quando fotografou, o seu nome, idade, profissão, morada e telefone.O prémio para a melhor fotografia: um pacote *Best of Oeiras*, com 145 experiências de alojamento, spa, aventura e gourmet para realizar em Oeiras (1 experiência para 1 ou 2 pessoas), numa oferta de *A Vida é Bela*.**Informações e envio de fotos** (máximo de três fotos, em suporte digital. Só são aceites fotos em formato jpg sem compressão, com resolução de 300 dpi): foto30dias@cm-oeiras.pt



O GOSTO SOLITÁRIO DO ORVALHO

BASSHÔ, ASSÍRIO E ALVIM

sugestões do escritor } MIGUEL GULLANDER

Para ser saboreado, o haikai tem como exigência a máxima atenção para a mínima dimensão de tempo de leitura. Assim, o haikai contraria a tendência actual dos calhamaços que se lêem à resma, exigindo tanto esforço de atenção quanto aquele que se utiliza para ver uma novela ou série de moda. Os haikai deste livro partilham de um espírito indómito, incompreensível ao consumidor bruto – pois são poesia que emana do mesmo lugar onde nasce a poesia de Rumi e Ryokan. O haikai é constituído por apenas 3 versos, e provoca um efeito de “ah-ha” na mente do seu leitor, pois este é confrontado com uma qualquer revelação que o torna, naquele fulgurante instante, uma pessoa mais inteligente do que até aí era. Num momento de relâmpago a noite ilumina-se, e vive-se algo especial, que está espontaneamente contido no próprio banal. Algo íntimo, que não se alardeia, que não se torna público, nem se mete no facebook – justamente porque *já é* especial, e não precisa de se o tornar especial. Na realidade, o facto das pessoas se tentarem tornar especiais a si, aos seus eventos e aos os seus hábitos, perante os olhos de outros, só prova o vazio que elas, no fundo, suspeitam as suas vidas serem. O haikai exige do leitor uma mente que seja como um gigantesco e poderoso dínamo, que funciona na mais perfeita potência – e em silêncio. A poesia não é para mentes preguiçosos, nem para mentes “multi-task” e tensas. A poesia exige um instante de pura receptividade e sintonia. A nossa mente, como um transistor, alinha-se com uma difusão maior, invisível, impossível de ouvir enquanto outros ruídos interferem. Para captar a mensagem implícita nesta arte é necessária uma disponibilidade, a pura acção de querer estar atento e imóvel e silencioso e permeável e inocente – e nesse maravilhoso “sim” que se diz à vida, anulam-se todos os ruídos poluentes das nossas próprias preocupações e ficamos, por um momento, mais iluminados. E então *vemos*.

O haikai aponta um aspecto sagrado, comum a todos os eventos da nossa vida: a sua efemeridade e impermanência. Nesse sentido o haikai ganha uma dimensão não-humana de ordem matemática e fractal, pois trata da natureza em movimento, dos arcos luminosos dos astros, à esfera cristalina de uma gota de orvalho, ou o eco ancestral do riacho que tece uma história a tudo interdependente, da foz ao mar, com toda a floresta pelo meio. E todo este domínio impessoal, inumano, contém uma variável extra, mais um tesouro ainda: o poeta. Toda a lei da vida, destilada em essência, numa síntese de 3 linhas de poesia, opera sob a perspectiva de um olhar atento que testemunha e, logo, aprecia. Dessa apreciação surge o sentido da vida toda, surge o seu segredo, a sua razão de ser: a vida é valiosa e a prova disso está no inegável facto de que lhe vermos Beleza. }

Roteirinho

30 DIAS EM OEIRAS DEZEMBRO 2011

ANIMAÇÕES INFANTIS TEATRO



Planeta Tupi

Até 18

Sábados e domingos . 15h30

Novo Espaço . Teatro

Independente de Oeiras . Santo Amaro de Oeiras

Acauã, um jovem do Planeta Tupi, terá a missão de viajar para a Terra no ano de 3501. Aí, sob o olhar atento da Princesa Natura e do príncipe Fogo, o jovem terá de ajudar Agnus, Aquila e Dixi a reflorestar o planeta. É praticamente a última oportunidade dos terraqueos salvarem o seu planeta.

Um musical infantil com encenação de Carlos d'Almeida Ribeiro. Para crianças maiores de 3 anos. Possibilidade de realização de festas de aniversário (espectáculo + lanche).

INFORMAÇÕES E RESERVAS
tel. 213 020 003
bilheteira@teatrodooeiras.com
e Ticketline

O cavalo que queria ser artista

3 Dezembro a 26 Fevereiro

Sábados . 16h00

Domingos . 11h00

Auditório Municipal Lourdes

Norberto . Linda-a-Velha

Uma historia de fantoches que se tornam “gente crescida” e de um cavalo que queria ser

artista de circo. Uma historia de amor e de sonho. Esta é a proposta do “Intervalo-Grupo de Teatro” para este Natal. Com Catarina Abrantes/ Teresa Biscaia, Diogo Santos, Fernando Tavares Marques, João José Castro, João Pinho, Miguel de Almeida e Mouzinho Arsénio. Uma peça da autoria e encenação de Fernando Tavares Marques, com música de Luis Macedo e direcção geral de Armando Caldas.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
Intervalo - Grupo de Teatro
tel. 214 141 739
intervaloteatro@gmail.com



O Gato das Botas

4 . Domingo . 11h00

Auditório Municipal Ruy

de Carvalho . Carnaxide

Numa aldeia de camponeses,

o pobre jovem Vicente vê-se obrigado a ficar sozinho em casa, tendo como companhia

um gato. O problema é que Vicente detesta gatos e ainda por cima este tem a capacidade de falar. Entre loucas peripécias, Vicente apaixonase pela Princesa Crisálida e tudo se complica quando descobrem que a Princesa tem os dias contados, porque se encontra sob o feitiço de um terrível Mago, que só o Gato das Botas poderá enfrentar. *Pelo Teatro Reflexo. Para crianças maiores de 4 anos. A partir das 10h00, serão distribuídas senhas, até à lotação da sala.*

INFORMAÇÕES
(segunda a sexta, 10h00 às 16h00)
CM Oeiras - Sector de Acção Cultural
tel. 214 408 559
maria.passos@cm-oeiras.pt

A Bon e a Necas

8 . Quinta . 16h30

(público em geral)

9 . Sexta . 9h30, 11h00, 14h30

e 16h00 (escolas)

Auditório Municipal Ruy

de Carvalho . Carnaxide

Carolina, no seu imaginário, dá

vida a duas bonecas “A Bon e a

Necas”. O famoso trabalho de

casa transforma-se num divertido

passo de dança que envolve o

público com criatividade e

imaginação. Um espectáculo

de dança e teatro, que procura

estimular a criatividade, a

amizade e o prazer de brincar

em grupo com os amigos.

Para crianças dos 4 aos 9 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS

tel. 917 369 834

estudiodancacarnaxide@gmail.com

Quebra-nozes

10 . Sábado . 16h30 e 21h00
11 . Domingo . 16h30

Auditório Municipal Ruy
de Carvalho . Carnaxide

A família Stahlbaum, a mãe, o pai e as duas filhas Clara e Fritza, convidam familiares e amigos para uma Festa de Nata, com muitos presentes, uma viagem pela Terra dos Sonhos e um sonho mágico. O clássico Quebra-Nozes numa versão do Estúdio de Dança de Carnaxide.

INFORMAÇÕES E RESERVAS

tel. 917 369 834

estudiodancacarnaxide@gmail.com



Os Coelhozinhos e o Mágico

11 . Domingo . 11h00

Auditório Municipal César
Batalha . Galerias Alto da Barra
Oeiras

Numa casa toda arrumadinha, com um jardim muito arranjadinho vivem três coelhozinhos pequeninos que sonham, brincam e às vezes fazem disparates. O Sr. João, o dono da casa, não gosta nada de disparates decide vendê-los, um por um no mercado. Mas logo chega o mágico Barnabé que faz truques de magia de todas as cores e que volta a juntar os coelhozinhos. Assim, eles aprendem que na vida, os sonhos,

as brincadeiras, os disparates, tudo tem o seu lugar.

Pelo Palco de Chocolate.

Para crianças maiores de 3 anos.

A partir das 10h00, serão distribuídas
senhas, até à lotação da sala.

INFORMAÇÕES

(segunda a sexta, 10h00 às 16h00)

CM Oeiras - Sector de Acção Cultural

tel. 214 408 559

maria.passos@cm-oeiras.pt

Kalabim-Kalabom

17 e 18

Sábado e domingo . 17h00

Espaço Nova Morada . Av. dos
Fundadores, 59 A . Paço de Arcos
(junto ao Oeiras Parque)

Texto e encenação de Nuno
Loureiro, numa produção do
Teatro Nova Morada.
M/6 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS

tel. 968 083 511, 214 461 780

teatro@nova-morada.com

CENTRO DE ARTE MANUEL DE BRITO

Terça a domingo . 10h00 às 18h00

última sexta de cada mês

10h00 às 24h00

Palácio Anjos . Algé



Atelier "Vamos dançar na Arca de Noé?" *

4 e 8 . Domingo e quinta
15h00 às 16h00

Nesta Arca de Noé não há só o movimento do chimpanzé, nem do jacaré, há também o movimento do Zé, da Maria, da Ana e de todos os que queiram experimentar dançar nesta arca.

E vai haver banzé. Histórias serão contadas, outras inventadas, pinturas serão feitas, coreografias criadas, todas retiradas da Arca de Noé. Com o movimento a colorir o espaço é da alma que sairá a ordem e o compasso. E porque na Arca de Noé preparámos surpresas, com todo o cuidado e atenção, queremos convidar para se deixar levar, envolver e brincar com a arte e o seu corpo/movimento.

Dinamizado por Ana Santos. Para famílias com crianças maiores de 6 anos.



Atelier "Animais ao quadrado" *

6 . Terça . 10h00 às 11h30

11 . Domingo . 15h00 às 16h30

Poderá um museu guardar animais? Poderá uma arca guardar um museu que guarda animais? A partir da exposição "Arca de Noé" e da história "Ovos Misteriosos", de Luísa Ducla Soares e Manuela Bacelar, iremos descobrir como se podem organizar os animais - por famílias, meios, cores, formas. Do museu para o espaço de oficina iremos construir um 'animalário', um objecto onde se guardam e inventam animais!

Dinamizado por Carolina Silva e Maria Remédio. Para crianças de jardins-de-infância e 1º Ciclo do Ensino Básico e famílias com crianças dos 4 aos 8 anos.



Atelier "O que os artistas querem dizer" *

7 e 22

Quarta e quinta . 10h00 às 11h30

Vamos brincar com as nossas memórias e misturar a realidade com a arte num armário de portas mágicas para perceber como ela pode sair pelo outro lado. E no meio disto tudo, o que temos nós a dizer que não pode ser dito por mais ninguém?

Dinamizado por Sara Franqueira.

Para crianças de jardins-de-infância e 1º Ciclo do Ensino Básico.



Atelier "Para dentro da Arca de Não É" *

14 . Quarta . 10h00 às 11h30

Já pensaste que hoje podia existir um leão com uma grande juba mas com tamanho, focinho e cauda de rato e ele podia ser o rei dos animais domésticos? Nesta oficina vamos andar pelo museu à procura dos animais e das metamorfoses que existem nas obras dos artistas da colecção. Que monstros existem na sua imaginação? E que novas espécies podemos nós criar com lápis e papel? É a partir das obras de Júlio Pomar e Paula Rego na adaptação do livro "A Arca de Não É" que vamos ilustrar metamorfoses de animais e os nossos próprios monstros. Vamos desenhar todos esses animais que não couberam na Arca de Noé mas que vieram viver na nossa imaginação.

Dinamizado por Diogo de Calle.

Para crianças de jardins-de-infância e 1º Ciclo do Ensino Básico.

(*) Marcações prévias de segunda a sexta, das 10h00 às 16h00. Mediante condições de acesso, consultar página 36 - Utilidades.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

(gratuitas)

CAMB . Serviço Educativo

tel. 214 111 400/2/6

ana.guerreiro@cm-oeiras.pt

http://camb.cm-oeiras.pt

BIBLIOTECAS MUNICIPAIS

Narrativas Animadas *

Diariamente . 15h30

Biblioteca M. de Carnaxide
Contos de Encantar de Hans
Christian Andersen, O Estranho
Mundo de Jack, James e o
Pêssego Gigante, Inverno no
País das Maravilhas, O Conto
de Natal dos Marretas, Uma
Aventura na Noite de Natal,
Um Natal Mágico, celebram a
magia da época natalícia.

Feira de Contos *

Segunda a sexta . 10h00

Biblioteca Municipal de Oeiras
Nestas Feiras contadores do
"Histórias de Ida e Volta" e o
público trocam olhares, saboreiam gostos, partilham sonhos, embarcam numa viagem, imaginam terras distantes...

Para crianças de jardins-de-infância e 1º Ciclo do Ensino Básico.

Uma Incrível Aventura à Volta do Mundo com o Google Earth *

Segundas . 10h00 às 13h00

Biblioteca M. de Carnaxide

A partir da exploração do livro de Clive Gifford, os jovens leitores partem numa viagem cheia de desafios e de quebra-cabeças, de objectos para identificar e de locais para explorar com a ajuda do Google Earth.

Para crianças dos 9 aos 12 anos.

Atelier de animação da leitura e da escrita

5 e 12 . Segundas . 10h30

6 e 13 . Terças . 10h30

7 e 14 . Quartas . 10h30 e 14h30

15 . Quinta . 10h30 e 14h30

Biblioteca M. de Carnaxide

Um projecto das Bibliotecas Municipais de Oeiras que procura criar condições favoráveis à formação de crianças leitoras através de estratégias de animação da leitura e da escrita, concertadas entre os técnicos de Biblioteca e Documentação, os professores e os educadores. Para crianças do pré-escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico.

6 e 13 . Terças . 10h30

7, 14 e 15

Quartas e quinta . 14h30

Biblioteca Municipal de Algé

O Natal está a chegar e a biblioteca também vai festejar... com a história bem divertida "Camila na neve", de Alexander Steffensmeir.

Requer inscrição prévia. Para crianças do pré-escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico.



Noite de Natal na Biblioteca *

9 . Sexta . 21h00

Biblioteca M. de Carnaxide

As famílias estão convidadas a participar numa noite especial, divertida e acolhedora, com os ingredientes mágicos do Natal: a esperança, a amizade, a paz e a alegria!

Vai haver teatro e outras surpresas para encantar a noite e despertar (em) todos os sentidos dos participantes, com palavras, sons e sabores natalícios. *Para pais e filhos, avós, tios, primos, padrinhos e amigos.*

Encontro com a escritora Rosabela Afonso *

9 e 13 . Sexta e terça . 11h30
Biblioteca M. de Carnaxide
Encontro entre a escritora Rosabela Afonso, autora da colecção *As mulheres e a república* e alunos do 2º Ciclo do Ensino Básico. Haverá também uma actividade de ilustração com a ilustradora do livro, Carmo Pólvora.



Sábados de Contos *

10 e 17 . Sábados . 16h00
Biblioteca Municipal de Oeiras
Contos partilhados pelos contadores do projecto "Histórias de Ida e Volta", para animar os sábados de pais, filhos, avós e netos. *Para crianças a partir dos 4 anos e suas famílias.*

Darwin 200 *

6, 13, 20 e 27 . Terças . 10h00
Biblioteca M. de Carnaxide
Uma iniciativa cultural no âmbito da história da ciência tem como objectivo promover a literacia científica através da aprendizagem de conceitos sobre evolução/selecção natural de um modo divertido, enriquecedor e inovador.
Para crianças dos 8 aos 12 anos.

Contos de Natal na Biblioteca *

21, 22, 28 e 29
Quartas e quintas . 10h30
Biblioteca M. de Carnaxide
"Contos de Natal", "O livro do Natal", "Um beijo para o Pai Natal", "Eu sei tudo sobre o Pai Natal", "Alberto e a Árvore de Natal"...e outros contos aconchegados e quentinhos.



Exposições Alice

1 a 30
Biblioteca M. de Carnaxide
Estes trabalhos apelam à interrogação do espectador sobre cada imagem, sobre aquilo que parecem contar. (falsa ilustração?).
Exposição de João Concha.

(*) Mediante inscrições

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Bibliotecas Municipais
Sector Infantil
Algés . tel. 210 977 484
infantil.bma@cm-oeiras.pt
Carnaxide . tel. 210 977 433
infantil.bmc@cm-oeiras.pt
Oeiras . tel. 214 406 342
infantil.bmo@cm-oeiras.pt
Sector de Empréstimo
Carnaxide . tel. 210 977 430
josefina.melo@cm-oeiras.pt

MUSEU DA PÓLVORA NEGRA

Terça a domingo
10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h00
Fábrica da Pólvora de Barcarena

Actividades livres



Guias de Exploração Descobrir e Colorir!

O Património da água no concelho de Oeiras e O Património da água na Fábrica da Pólvora, dois guias familiares de exploração livre, que dão a conhecer este património singular de uma forma atractiva e emocionante, tornando a sua descoberta numa grande aventura.

Para famílias com crianças dos 7 aos 11 anos. Disponíveis no Posto de Turismo de Oeiras e Recepção/Loja do Museu.



Aventuras na Fábrica da Pólvora - Nº 1 Descobri a Pólvora!

Um Engenho de Galgas, a Santa Bárbara, o polvorista e uma série de animais tornam a descoberta da Fábrica numa aventura!

*Para crianças dos 6 aos 12 anos.
À venda na Recepção/Loja do Museu (1,10 €)*



Caderneta de Cromos As Profissões da Fábrica

Colecciona os cromos da Fábrica e fica a conhecer o que fazia quem nela trabalhava.
*Para crianças dos 7 aos 11 anos.
À venda na Recepção/Loja do Museu (2 €)*



Receitas da Fábrica

Aprende novas receitas com o Livro de Receitas da Fábrica onde vais encontrar muitas coisas deliciosas e divertidas: ouriços de pêra, bolachinhas dominó, salada arco-íris, pão peixinho...

*Para crianças dos 7 aos 11 anos.
À venda na Recepção/Loja do Museu (2 €)*

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - Sector Educativo do Museu da Pólvora Negra
tel. 210 977 422/3/4
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt

Férias de Natal na Fábrica!

Curso de Natal em Inglês
19 a 22 . Segunda a quinta
10h00 às 17h00

O Pai Natal perde-se na Fábrica da Pólvora! De uma forma divertida, e sempre com recurso à língua inglesa, as crianças

irão viver uma semana recheada de aventuras, conhecendo o património onde estão integradas através de actividades de estimulação e jogos.
Orientado por Helena Doron Early English, para crianças dos 9 aos 12 anos.

Participação sujeita a pagamento.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Helena Doron Early English
tel. 217 551 870
portugal@helendoron.com

CENTRO CULTURAL PALÁCIO DO EGÍPTO

Terça a domingo . 12h00 às 18h00
Encerra aos feriados . Oeiras

Visita-jogo à exposição "Arte Sacra . Memória Viva"

18 . Domingo . 15h00
Para público familiar.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Centro Cultural Palácio do Egipto
tel. 214 408 391
maria.galvao@cm-oeiras.pt
Posto de Turismo de Oeiras
tel. 214 408 781
turismo.oeiras@cm-oeiras.pt

E AINDA...

Vamos brincar aos Estilistas!

18 . Domingo . 15h00
Livraria-Galeria Verney . Oeiras
Sessão direccionada para o público infantil, com enfoque em trajes tradicionais africanos e visita guiada à exposição da Colecção Neves e Sousa, "A Mulher e a Natureza".

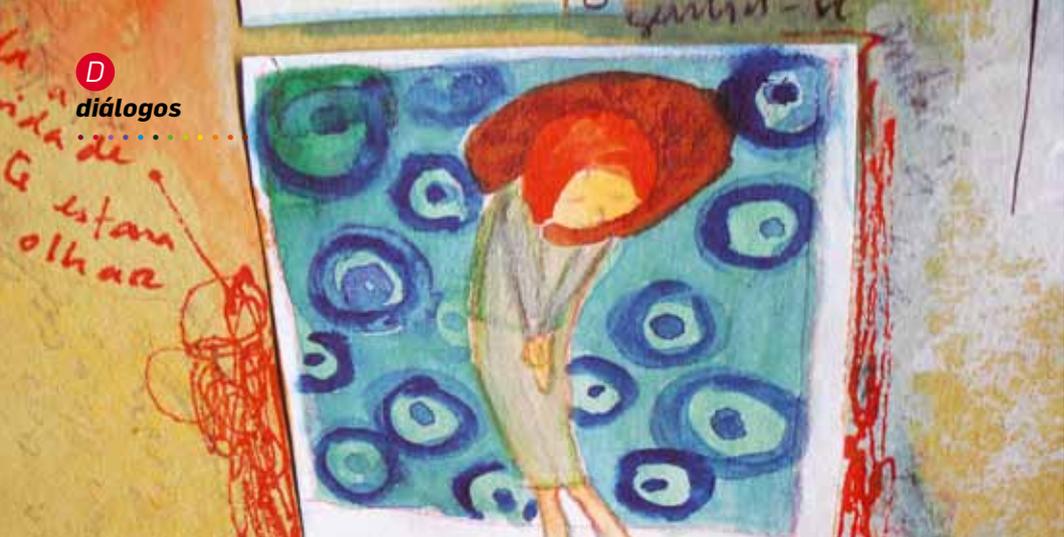
INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Livraria-Galeria Verney
tel. 214 408 329
fernanda.marques@cm-oeiras.pt
maria.rijo@cm-oeiras.pt



Uma gotinha que nos fala da sua viagem neste planeta

E se uma pequena gota nos desse a conhecer o ciclo da água numa viagem cheia de aventuras? A exploração da Doce Gotinha na Terra faz-se através do encontro com personagens muito diferentes e divertidos, que nos revelam o valor da pequena gotinha enquanto um dos recursos naturais mais preciosos do planeta. Prontos para esta Grande Viagem? Para ouvir, cantar e aprender pela voz de Maria João, texto de Inês Barros Baptista e narração de José Pedro Gil.

INFORMAÇÕES
SMAS de Oeiras e Amadora
tel. 214 400 705
smaseduca@smas-oeiras-amadora.pt



PRESÉPIOS COM TRADIÇÃO

texto } AUGUSTO CORDEIRO . augusto.cordeiro@cm-oeiras.pt



“Além das aptidões e das qualidades herdadas, é a tradição que faz de nós aquilo que somos.”

Einstein, Albert

Um dia... Encontro de Ida e Volta

3 . Sábado . 10h00 às 24h00 . Biblioteca Municipal de Oeiras

No âmbito do projecto Histórias de Ida e Volta realizar-se-á, um dia de encontro aberto à comunidade, organizado pelos contadores deste projecto proporcionando um espaço de reflexão, debate e partilha de experiências.

PROGRAMA

Mesas-Redondas

10h00 - 12h00

Processos criativos na preparação de histórias para narrar

14h00 - 15h30

Situações imprevistas nas sessões de contos. Experiências e sugestões

Sessões de Contos

10h00 - 11h00

Sessão de Contos para Famílias*

16h00 - 17h30

Contos da Nossa Memória

21h30

Serão de Contos: comer, ler, amar... ir embora e voltar**

Sessão para Bebés

até aos 3 anos pais e avós

11h00 - 12h00 . Canto de Colo

Atelier

11h00 - 12h00

Atelier “UORQXOP NOZUZUMANOS”... Ontem e hoje da cultura infantil*

14h00 - 15h30

Atelier de jogos tradicionais e rimas infantis*

18h00 - 19h30

Projectação e debate do filme: *O Grande Peixe*, de Tim Burton. (a confirmar)

18h00 - 19h30

Poesia em voz alta

19h30 - 21h30

Jantar de Tradição Oral

(Inscreva-se, traga o seu jantar e junte-se a nós.)
Vozes Cantadas da Tradição Oral - CRAMOL

23h00 - 24h00

Baile na Biblioteca, pelo grupo *Trad e Varius*

Actividades Paralelas

Consultório de Contos
Máquina de escrita contínua

* Público familiar ** Público adulto

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Biblioteca Municipal de Oeiras . Sector Infantil . tel. 214 406 342 . infantil.bmo@cm-oeiras.pt

Quintas-feiras Culturais

Quintas . 16h00 . Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Poeta do mês: Teresa Pais da Rosa

15 . Quinta . 16h00

Evocação do Natal, sessão a cargo da Associação Portuguesa de Poetas.

A quadra natalícia está, como nenhuma outra, profundamente enraizada na vida das comunidades como prática social, ritual e festiva, exprimindo-se numa multiplicidade de costumes que lhe estão associadas, abarcando manifestações religiosas, gastronómicas e ritos pagãos, “que podem estar relacionadas com o ciclo de vida dos indivíduos e dos grupos, com o calendário agrícola, a sucessão das estações,” misturando-se assim, o sagrado e o profano.

Nesta época, porém, se existe hábito que é transversal a toda a comunidade, quer no espaço particular e reservado de nossas casas, quer em muitos locais públicos, perpetuando uma longa memória de representações da Natividade, é o Presépio, a renovação artística do nascimento do Menino Jesus num estábulo, acompanhado pela Virgem Maria, S. José e uma vaca e um jumento, por vezes acrescentando-se outras figuras como pastores, ovelhas, anjos, os Reis Magos, entre outros.

Oeiras tem tradição no que se refere aos presépios. Já no séc. XVIII, o Marquês de Pombal, possuía um, decerto majestoso e de acordo com o seu estatuto social, encontrando-se montado no piso nobre do palácio, numa sala denominada “Sala do presépio”, o que atesta a relevância atribuída aquela arte, que atraía os melhores barristas da época.

Um dos mais esplendurosos e requintados foi o famoso presépio do Convento da Cartuxa, em Laveiras. Obra do famoso barrista setecentista,

António Ferreira, disse Machado de Castro, seu contemporâneo e eminente barrista, da obra de arte existente no Convento: “o presépio executado por este artista que se acha no Convento da Cartuxa, é uma peça de grande valor e estima; assim pela composição e verdade dos objectos, como pela graça e toque incomparável com que são executados”. Desta representação, digna de apreço e monumentalidade, julga-se restar somente uma peça no actual Museu Machado de Castro, em Coimbra.

Mas, o resumo da representação da Natividade oieirense, não ficaria completo sem a menção ao presépio outrora existente, e que infelizmente se perdeu, na Cª Nª do Cabo em Linda-a-Velha, “concebido e produzido por Silvério Martins, barrista e entalhador, natural de Linda-a-Pastora,” e executante de nomeada.

Actualmente, o costume de armar o presépio, tanto em espaços públicos como privados, ainda se mantém em Oeiras. Contudo, com o surgimento da árvore de Natal, os presépios, cada vez mais, ocupam um lugar secundário nos arranjos natalícios. Porém, no concelho a tradição continua viva com o presépio no largo da Igreja, já não com o esplendor dos barristas setecentistas, mas não perdeu o seu encanto e valor artístico. }

Fonte: Jornal de região, Oeiras “Cantinhos da Região”, 16 de dezembro de 1999, p.7, Miranda, Jorge; Bertrand Cabral, Clara, 2011 “Património Cultural Imaterial”, Edições 70, Lisboa

Fotografia: Carmo Montanha

Masterclass
"Os Cinemas da Europa"

Auditório Municipal César Batalha . Galerias Alto da Barra . Oeiras

Nestas sessões, a decorrerem até final do ano, o realizador e crítico Lauro António abordará um país, uma cinematografia e um filme específico.

Acidente de Caça *

de Emil Loteanu (Moldávia)
6 . Terça . 18h00

The Secret of Nikola Testa - The Movie *

de Krsto Papić (Montenegro)
10 . Sábado . 18h00

A Cor da Romã

de Sergei Parajanov (Arménia)
13 . Terça . 18h00

E Venne un Uomo **

de Ermano Olmi (Vaticano)
20 . Terça . 18h00

Before the Rain *

de Milčo Mančevski (Rep. Macedónia)
27 . Terça . 18h00

(*) Legendado em inglês

(**) Legendado em italiano

Entrada gratuita (maiores de 12 anos), limitada aos lugares disponíveis.

Distribuição de senhas (máximo 4 por pessoa), a partir das 17h00.

INFORMAÇÕES

CM Oeiras
Sector de Acção Cultural
tel. 214 408 565/36/24
carlos.pinto@cm-oeiras.pt
http://cinemasdaeuropa.blogspot.com



Monólogo das Flores Violadas

1, 2, 8, 9, 10, 16
Quintas e sextas

17 . Sábado . 21h30
Auditório Municipal Lourdes

Norberto . Linda a Velha
São quatro as histórias. Antónia, uma jovem atormentada por uma infância manchada de lágrimas e sofrimento. Isabel, uma adolescente traída e acorrentada a um futuro incerto pelo seu próprio pai. Alice uma menina de rua que sonha com um Natal mágico e acorda aprisionada num pesadelo sombrio. Atraente e com uma longa história de vida, Cecília carrega a cruz das mulheres da BR116. Com Ana Paula Almeida, Paula Carvalho, Rita Machado e Kate Camilo. Textos de Caca Araújo (Crato - Brasil) e encenação de João Pinho.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
(entrada livre sujeita a marcação, com mais sessões em Janeiro)

Intervalo - Grupo de Teatro
tel. 214 141 739, 919 981 447
(João Pinho)
intervaloteatro@gmail.com
joao.pinho@cm-oeiras.pt

TV-Inferno

4 e 5 . Sábado e domingo . 17h00
Espaço Nova Morada . Av. dos Fundadores, 59 A . Paço de Arcos (junto ao Oeiras Parque)

Texto e encenação de Nuno Loureiro, numa produção do Teatro Nova Morada. M/12 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
tel. 968 083 511, 214 461 780
teatro@nova-morada.com



A Reunião

Até 18

Quinta a domingo . 21h30
Novo Espaço . Teatro Independente de Oeiras
Santo Amaro de Oeiras

Arredores de Berlim, 20 de Janeiro de 1942. Durou pouco mais de uma hora, mas ficará marcado para sempre. Numa sala de reuniões improvisada, alguns homens fazem o papel de Deus e decidem a vida de milhões. Uma solução fria saiu daquela reunião. A solução final. O holocausto. Uma peça de Hugo Barreiros, com encenação de Marco Medeiros. Com Carlos Vieira de Almeida, Leonor Biscaia, Miguel Damião, Rita Tristão da Silva e Vitor de Sousa, entre outros.

BILHETES
(10€ normal, 7,5€ seniores e estudantes)

INFORMAÇÕES E RESERVAS
Palco 13
tel. 935 051 536, 935 051 780
reservas@palco13.com.pt

O Cerco a Leninegrado

Até 18

Quarta a sábado . 21h30
Domingo . 16h00
Auditório Municipal Eunice Muñoz . Oeiras

De José Sanchis Sinisterra, com Eunice Muñoz e Maria José Pascoal. Encenação de Celso Cleto.

BILHETES (10€)

INFORMAÇÕES E RESERVAS
Dramax . tel. 214 408 411, 932 025 651
dramaxproducoes@gmail.com



Comemorações do 97º Aniversário da SIMPS

Comemorações do 97º Aniversário da SIMPS
Salão Nobre da Sociedade de Instrução Musical de Porto Salvo

Concerto da Orquestra do Clube Recreativo da Cruz de Pau
2 . Sexta . 21h30

Concerto da Orquestra Juvenil "Os Heróis da Música"
9 . Sexta . 21h30

INFORMAÇÕES
Sociedade de Instrução Musical de Porto Salvo (SIMPS)
tel. 214 212 500
simps.porto.salvo@gmail.com

Clássicos em Oeiras
"Jazz Concert"

3 . Sábado . 18h00
Auditório Municipal Ruy de Carvalho . Carnaxide
S. Joplin . Ragtime
D. Baker . Sonata para jazz violino e strings
K. Wreede . The Felix Suite
Cl. Bolling . Suite para Violoncelo e Jazz trio
Maestro Nikolay Lalov e Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.



"Jazz Concert"
Maestro Nikolay Lalov

Recital "Tarde Musical"
8 . Quinta . 18h00
Capela do Senhor Jesus dos Navegantes . Paço de Arcos
Obras de **G. Fr. Telemann** e **J. Quantz**
Solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

Recital "Amazing Christmas Brass"
11 . Domingo . 16h00
Auditório da Igreja Paroquial de Queijas
Obras dedicadas ao Natal de **G. Gershwin**, **V. Ewald**, **W. Byrd**, **J. Ch. Pezel** e **G. F. Händel**
Quinteto de Metais da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

"Concerto de Natal"
17 . Sábado . 16h00
Igreja Matriz de Oeiras
J. Rutter . Magnificat
A. Vivaldi . Concerto para 2 e 4 violinos
Susana Duarte (soprano), Maestro do Coro João Branco, Maestro Nikolay Lalov, Coro Polifónico de Almada e Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.



"Concerto de Natal"
Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras

CONDIÇÕES DE ACESSO
Entrada gratuita (maiores de 6 anos), limitada aos lugares disponíveis e condicionada após o início do espetáculo. Programas e elencos sujeitos a alterações. No Auditório, distribuição de senhas (máximo 4 por pessoa) uma hora antes do início do concerto.

INFORMAÇÕES
CM Oeiras
Divisão de Cultura e Turismo
tel. 214 408 565 / 36 / 24
carlos.pinto@cm-oeiras.pt
www.cm-oeiras.pt

Recital "Amazing Christmas Brass"

18 . Domingo . 17h00
Salão Nobre . Palácio dos Aciprestes . Linda-a-Velha
Obras dedicadas ao Natal, de **G. Gershwin**, **V. Ewald**, **W. Byrd**, **J. Ch. Pezel** e **G. F. Händel**.
Quinteto de metais da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

INFORMAÇÕES
Fundação Marquês de Pombal
tel. 214 158 160/1/2/3/4
geral@fmarquesdepombal.pt
www.fmarquesdepombal.pt

Prémio Nobel da Literatura
Até 10

Biblioteca Municipal de Oeiras
Exposição sobre o Prémio Nobel da Literatura entre os anos 1998 (José Saramago) e 2011. Distingue um autor que tenha produzido um trabalho numa determinada direcção ideal, considerando-se a totalidade da sua obra.

Olhar as Emoções

16 a 30
Segunda a sexta . 15h00 às 19h00
Sábado . 9h00 às 13h00
Biblioteca Operária Oeirense
Exposição de fotografia de Paulo Cruz com apontamento musical de violoncelo no sábado dia 17 às 11h00.

INAUGURAÇÃO
15 . Quinta . 18h00

INFORMAÇÕES
Biblioteca Operária Oeirense
tel. 214 426 691



Fio da Memória . Operários da Fábrica da Pólvora

18 . Domingo . 14h00 às 17h00
Fábrica da Pólvora de Barcarena
Esta exposição situa-nos no mais recente período da história da Fábrica da Pólvora, entre os anos 50 e 1988, data definitiva do seu encerramento.

Primeiro Passo

20 Dezembro a 4 Janeiro 2012
Segunda a domingo
9h00 às 21h00
Sala de Sócios do Sport Algés e Dafundo
Exposição de fotografias tiradas por Clara Faria Piçarra durante o trabalho voluntário desenvolvido em Moçambique que retratam o dia-a-dia de adultos e crianças.

INAUGURAÇÃO
19 . Segunda . 14h00

INFORMAÇÕES
Sport Algés e Dafundo
tel. 214 118 660
info@algesedafundo.pt
assoc.primeiropasso@gmail.com
www.assoc-primeiropasso.pt



"A Mulher e a Natureza" na Coleção Neves e Sousa

Até 29 . Terça a sexta
11h00 às 18h00
Sábados . 14h00 às 18h00
Encerra aos feriados
Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras
Um conjunto de obras que evidenciam a beleza da mulher africana e leva-nos a contemplar as magníficas paragens de Cabinda e Maiombe.

As cores do Outono

Até 30 . Segundas e quartas
17h30 às 21h00
Quintas, sextas e sábados
11h00 às 13h00
Galeria DinRic . Centro Cívico de Carnaxide
Pintura de Dinara Dindarova.



Arte Sacra . Memória Viva

Até 30 . Terça a domingo . 12h00 às 18h00
Encerra aos feriados
Centro Cultural Palácio do Egipto . Oeiras
Uma exposição do espólio de Arte Sacra existente na Igreja Matriz de Oeiras, do qual se destacam esculturas, pinturas, alfaias litúrgicas e paramentaria.

Visita guiada à Igreja Matriz e à exposição *

20 . Terça . 10h30
Ponto de encontro: Igreja Matriz

Conferência

13 . Terça . 18h00
Livraria-Galeria Verney . Oeiras
Com Padre António Boto, Director do Departamento de Património Artístico do Patriarcado.

(* *Mediante inscrição.*)

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Centro Cultural Palácio do Egipto
tel. 214 408 391
maria.galvao@cm-oeiras.pt



Fátima Mendonça, *Eu tenho medo, lá, lá, lá...*, 2001, lápis, pastel de óleo e óleo s tela, 195 x 260 cm



Paula Rego, *Carmen*, 1983, acrílico sobre papel colado sobre tela, 240 x 203 cm

Exposição Arca de Noé

Até 12 de Fevereiro de 2012

Exposição Permanente Coleção Manuel de Brito

Terça a domingo . 10h00 às 18h00 . Última sexta de cada mês . 10h00 às 24h00
Centro de Arte Manuel de Brito Palácio Anjos . Algés

Exposição Arca de Noé

Nesta exposição, mostra-se a abordagem à magia e ao mistério do mundo animal feito por artistas nossos contemporâneos. Com desenhos, pinturas, esculturas e objectos com os mais variados materiais de trinta e um artistas - Alex Flemming, António Areal, António Dacosta, António Quadros, António Seguí, Bartolomeu Cid dos Santos, Carlos Carreiro, Corneille, David de Almeida, Diogo Evangelista, Eduardo Viana, Fátima Mendonça, Fernando Direito, Graça Morais, Joana Salvador, Joana Vasconcelos, João Francisco, João Pedro Vale, José de Guimarães, José Manuel Espiga Pinto, Júlio Pomar, Júlio Resende, Lourdes Castro, Martinho Costa, Menez, Miguel Telles da Gama, Paula Rego, Pedro Gomes, Raul Perez, Urbano e Vítor pn.

Exposição Permanente Coleção Manuel de Brito

O testemunho da importância da Coleção Manuel de Brito no contexto das colecções de arte portuguesa, maioritariamente do século XX numa selecção apresentada que propõe ciclicamente ligações e diálogos de estímulo a uma leitura museológica e pedagógica orientada para a sensibilização e divulgação da arte portuguesa. Com obras de Amadeo de Souza-Cardoso, José de Almada Negreiros, António Pedro, Carlos Botelho, Júlio Resende, Mário Eloy, Francis Smith, Milly Possoz, Marcelino Vespeira, Eduardo Viana, Maria Helena Vieira da Silva, João Vieira, Jorge Vieira, Júlio Pomar, Lourdes Castro, António Costa Pinheiro, Jorge Martins, Nikias Skapinakis, René Bértholo, Ângelo de Sousa, António Palolo, Eduardo Luiz, Eduardo Nery, Luís Noronha da Costa,

Artur Varela, António Dacosta, Ascânio MMM, Eduardo Batar-da, José de Guimarães, Menez, Paula Rego, Julião Sarmento e Bartolomeu Cid dos Santos.

Visitas Guiadas *

7 e 14 . Quartas . 14h30
Visitas guiadas de carácter geral, mediante inscrições prévias. A ocorrer durante a permanência das exposições, destinadas a todos os públicos não especializados. *Para grupos escolares (máximo de 25 alunos) e público geral (de 10 a 25 pessoas).*

(* *Marcações prévias de segunda a sexta, das 10h00 às 16h00.*
Visitas guiadas gratuitas.)

INSCRIÇÃO
CAMB . Serviço Educativo
tel. 214 111 400/2/6
ana.guerreiro@cm-oeiras.pt

INFORMAÇÕES
CAMB
tel. 214 111 400 . camb@cm-oeiras.pt
http://camb.cm-oeiras.pt



Lagar de Azeite

*Palácio Marquês de Pombal
Oeiras*

Quando ali chegamos, imediatamente nos damos conta da importância do lugar, mas também do trabalho e suor humanos. Dali saía o valioso azeite virgem, que confortava os estômagos dos ricos e o óleo de segunda extração, a quente, que dava luz às suas noites, alegrando raramente a cêdea dos pobres na gulodice festiva dos dias especiais.

O Ciclo do Azeite em bilhete postal e DVD estão agora à venda nos locais habituais.

Visita guiada com animação histórica

3 e 17 . Sábados . 10h00 e 11h00
Sujeita a inscrição.

Visitas livres

Terças . 9h30 às 12h30
Quintas . 14h30 às 17h30

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

Posto de Turismo de Oeiras
tel. 214 408 781
turismo.oeiras@cm-oeiras.pt



Cantos e Encantos do Palácio

17 . Sábado . 10h00
*Palácio Marquês de Pombal
Oeiras*

No último sábado do mês, a Câmara Municipal de Oeiras leva a cabo uma visita orientada ao Palácio e Jardins do Marquês de Pombal, incorporados na antiga quinta de recreio do Marquês de Pombal e um ex-libris setecentista do concelho.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Posto de Turismo de Oeiras
tel. 214 408 781
turismo.oeiras@cm-oeiras.pt

Guias Áudio - Museu da Pólvora Negra e Fábrica da Pólvora de Barcarena

Terça a domingo
10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h00

Apoiados em mapas representativos do espaço e disponíveis também em inglês, permitem a cada visitante, ou pequeno grupo de visitantes explorar o Museu da Pólvora Negra e a Fábrica da Pólvora de Barcarena, ao seu próprio ritmo.

Disponíveis na Recepção/Loja da Fábrica da Pólvora.



Visita guiada à adega e vinha do Casal da Manteiga

17 . Sábado . 10h30
*Estação Agronómica Nacional
Oeiras*

No local há um ponto de venda do Vinho de Carcavelos “Conde de Oeiras” e de doçaria regional (Queijadas de Oeiras, Carcaveló, Palitos do Marquês, Cacetes e outros).

INSCRIÇÕES
(5€, inclui a prova de três variedades de vinho de Carcavelos)
Loja Municipal do Oeiras Parque
tel. 214 430 799
loja.cmo@cm-oeiras.pt

À Descoberta do Património

28 . Quarta . 10h00
*Estação Agronómica Nacional
Oeiras*

Um percurso pela vinha e pela antiga abegoaria, hoje adega, é a proposta para este final de ano.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(até às 16h00 da véspera)
CM Oeiras - Divisão de Património Histórico e Museológico
tel. 214 408 587, 214 404 891
dphm@cm-oeiras.pt



Mercados Biológicos

3, 10, 17, 24 e 31
Sábados . 9h00 às 14h00
Jardins Municipais de Algés e Oeiras

Dois mercados em simultâneo, onde a venda é feita diretamente do produtor ao consumidor. Com produtos hortícolas, frutas, azeite, ervas aromáticas, vinho, vinagres, pão, cereais, doces, chocolates, massas e ovos, entre outros.

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - DHPA . tel. 210 976 532
fiscalizacao.sanitaria@cm-oeiras.pt

Feira de Velharias

4 . Domingo . 7h00 às 17h00
Jardim de Oeiras
18 . Domingo . 7h00 às 17h00
Jardim de Paço de Arcos

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - DHPA . tel. 210 976 545

Feira de Artesanato

4 . Domingo . 9h00 às 18h00
Jardim Municipal de Paço de Arcos

Todos os primeiros domingos de cada mês.

VII Feira do Livro de Natal

Até 18 . Segunda a domingo
9h00 às 20h00
Em frente ao túnel da estação da CP, em Algés

Decorre em Algés mais uma edição da Feira do Livro, levada a cabo pela Editora Caminho Divulgação. Durante um mês, poderá conhecer as mais recentes publicações e adquirir livros a preços convidativos.

INFORMAÇÕES
Posto de Turismo de Oeiras
tel. 214 408 781

Actividades de Ar-livre

Caminhada

3 . Sábado . 9h30

Porto de Recreio de Oeiras

Um percurso acessível com 6km de distância, grau de dificuldade 1 e 2 e com duração prevista de 2h30. O ponto de encontro será junto à Secretaria do Porto de Recreio Oeiras.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

CM Oeiras - Divisão de Desporto
tel. 214 408 540
mexa-semas@cm-oeiras.pt

Programa de Promoção do Xadrez

Final Municipal

17 . Sábado . 14h30

Câmara Municipal de Oeiras
Edifício Atrium . Oeiras

Na Final Municipal do Programa de Promoção do Xadrez serão observados os três escalões do Circuito de Xadrez Oeiras 2011, isto é, Seniores (nascidos até 31 de Dezembro de 1990), Juniores (nascidos entre 1 de Janeiro de 1991 e 31 de Dezembro de 1996) e Juvenis (nascidos a partir de 1 de Janeiro de 1997).

INSCRIÇÕES

No dia e local da prova das 14h00 às 14h30.

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - Divisão de Desporto

tel. 214 408 540
xadrez@cm-oeiras.pt

Férias Vivas – Natal'11

Clube de Voleibol de Oeiras Oeiras

Férias com oportunidade para fazer os TPC, prendas de Natal e com as seguintes modalidades desportivas: tiro com arco,

bodyboard, voleibol, orientação, basebol, rugby e escalada, com idas ao Jamor para actividades desportivas e Óbidos para visita à Vila Natal.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(até 12 Dezembro)

Clube de Voleibol de Oeiras
tel. 967 045 459
npimpao@hotmail.com
www.voleiboloeiras.com

Escola “Vela Viva”

Porto de Recreio de Oeiras

Iniciação

Sábado ou domingo

9h00 às 13h00 ou 14h00 às 18h00

Embarcações: Open Bic

Turmas: máximo de 12 alunos

Para crianças dos 6 a 10 anos.

Formação

Sábado ou domingo

9h00 às 13h00 ou 14h00 às 18h00

Embarcações: Open Bic

Turmas: máximo de 12 alunos

Para crianças dos 8 a 16 anos.

Vela adaptada

Todos os dias

9h00 às 13h00 ou 14h00 às 18h00

Embarcações: Gamba

Horário: diariamente das 9h às 13h ou 14h às 18h

Para pessoas com necessidades educativas especiais.

Cursos “à medida”

Estágios de competição, a funcionar todo o ano, destinados a equipas de competição; inclui todo o apoio técnico e logístico. Preço a definir caso a caso.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Porto de Recreio de Oeiras

tel. 214 401 510
precreio@oeirasviva.pt
www.portoderecreio.oeirasviva.pt
http://www.facebook.com/PortodeRecreioOeiras
http://twitter.com/#!/Precreio_Oeiras

Formação sobre Direito de Autor e Direitos Conexos

5 . Segunda . 17h30 às 20h30

Biblioteca Municipal de Algés

Acção de sensibilização ministrada pela Inspeção Geral das Actividades Culturais. Visa sensibilizar os profissionais da cultura, educação e informação para os direitos dos autores no âmbito da sua atividade profissional que lida com a liberdade no acesso à informação.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Biblioteca Municipal de Algés
Centro Oeiras a Ler
tel. 210 977 481/7
marta.silva@cm-oeiras.pt

Iniciação à Internet e Pesquisa de Informação

15 . Quinta . 16h00 às 19h00

Biblioteca M. de Carnaxide

Para quem pretende dar os primeiros passos na Web, dotando os formandos de competências de navegação, pesquisa e utilização de funcionalidades e recursos de informação na Web.

Pesquisa de Emprego

21 . Quarta . 15h00 às 18h00

Biblioteca M. de Carnaxide

Uma formação destinada a todos os que pretendem utilizar as potencialidades da Internet na procura de emprego, explorando páginas de ofertas de emprego ou estágios, conselhos úteis de optimização de CV ou desempenho nas entrevistas.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Biblioteca Municipal de Carnaxide
Sector Multimédia
Tel. 210 977 432
multimedia.bmc@cm-oeiras.pt

Workshop de Experiências Teatrais

Até 16 de Janeiro . Segundas e quintas . 22h00 às 24h00

Improvisação, voz, movimento, texto, psico-drama, respiração e espectáculo.

Workshop de Teatro Turma de Seniores

Até 16 de Janeiro

Sábados . 11h00 às 13h00

Improvisação, técnica vocal, movimento, construção da personagem e relaxamento. Ambos os workshops dirigidos por Nuno Loureiro.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Teatro Nova Morada
Av. dos Fundadores, 59A, S/C
Paço de Arcos (junto ao Oeiras Parque)
Tel. 214 461 780, 968 083 511
teatro@nova-morada.com

Workshop O Jogo do Actor

Quartas . 17h00 às 19h30

1ª fase

7 Dezembro a 11 Janeiro 2012

2ª fase

18 Janeiro a 14 Março 2012

Novo Espaço . Teatro Independente de Oeiras Santo Amaro de Oeiras

Este workshop visa trabalhar o potencial actor em cada um dos participantes. O jogo é a base da vida e a essência da representação! Nestes encontros de vivência teatral o objectivo será o palco e as luzes da ribalta mas o mais importante será o processo: a composição de personagens, a exploração da imaginação e o desenvolvimento da criatividade. É composto por duas fases: a primeira de iniciação (6 semanas até Janeiro 2012) e a segunda fase para quem queira dar continuidade (até início de Março 2012) finalizando com

um espectáculo. Orientado pela actriz Rita Frazão.

Para várias faixas etárias, dos 8 aos 80 anos.

PREÇO (45 €/mês)

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Teatro Independente de Oeiras
tel. 213 020 003
www.teatrodeoeiras.com

Centro de Dança de Oeiras

Palácio Ribamar (debaixo da Biblioteca Municipal)

R. João Chagas, 3 r/c . Algés

Aulas de dança criativa (crianças), hip hop e hip hop kids (crianças), dança clássica (ballet), dança oriental (dança do ventre), fusão tribal, dança contemporânea, slow move (movimento orgânico), danças de salão e ritmos latinos, flamenco e sevilhanas, técnica de alongamento (pilates), yoga e ashtanga yoga, bharata natyam (dança clássica indiana) e Bollywood. Possibilidade de experimentar qualquer das aulas, gratuitamente, mediante marcação prévia.

Estúdio de Dança de Carnaxide e de Queijas

Dança clássica, dança contemporânea, dança criativa, hip hop, danças tradicionais portuguesas, flamenco, sevilhanas, dança do ventre, teatro e dança para pais e filhos.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

tel. 917 369 834
estudiodancacarnaxide@gmail.com
estudiodancaqueijas@gmail.com
www.edc.ideiasdoseculo.pt

Núcleo de Dança de Carnaxide - CCCD

Rua Aquilino Ribeiro, nº 18 Carnaxide

Encontram-se abertas as inscri-

ções para a época 2011/2012 nas classes de Ballet, Funky Kids (hip-hop júnior), Sevilhanas/Flamenco, Hip-Hop, Danças de Salão e outras. No Clube pode ainda encontrar classes de Ashtanga Yoga, Pilates, Postura e Alongamentos, Localizada, Tai chi, Judo, Karaté, Futsal e Corfebol. Possibilidade de experimentar qualquer classe gratuitamente antes de efectuar a inscrição.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Núcleo de Dança de Carnaxide
tel. 214 170 061, 934 170 027
clubecarnaxide@sapo.pt
www.clubecarnaxide.com

Grupo Recreativo de Tercena

Karaté, ginástica GAP, aeróbica e expressão corporal, ginástica infantil, ginástica sénior, ballet, dança contemporânea, danças de salão, pilates, futebol (pré-escolinhas e federados), guitarra, música, teatro e desporto para populações especiais.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

tel. 214 379 944, 917 798 006
grt.1928@gmail.com
http://grtercena.no.sapo.pt

Centro Cultural de Algés

Avenida da República, 75 C . Algés
Iniciação musical, piano, órgão, flauta de bisel e transversal, violino, violoncelo, guitarra clássica, rítmica, jazz, eléctrica e baixo, bateria, canto e técnica vocal, desenho e pintura, azulejaria, fotografia e Photoshop. Dança criativa e ginástica (infantil). Hidroginástica, pilates, tai-chi e ginástica para seniores. Tai-chi para cegos e amblíopes.

INFORMAÇÕES

tel. 214 118 386/0, 918 119 783

Galeria DinRic de Carnaxide Centro Cívico de Carnaxide piso 1, loja 7A

Pintura para crianças e adultos, em vários horários. E curso de design de interiores, em inglês. A 12 de Novembro, sábado, às 17h00 inauguração da filial da Galeria DinRic em Linda-a-Velha, na Rua Fontes Pereira de Melo, 18.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
tel. 934 963 820 . galeria@dinric.com
www.dinric.com

Dê asas à sua imaginação!

Aulas de pintura em acrílico, óleo, pastel seco, carvão, sanguínea e colagem. Turmas para crianças dos 6 aos 13 anos e para adultos, com máximo de cinco alunos e aulas particulares, ao domicílio e no ateliê com horários de manhã, tarde e noite. Aula experimental gratuita.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Isabel Barros . tel. 914 410 834
http://historiasdoceu.blogspot.com
http://almadodouro.blogspot.com

MAPA – Associação Cultural

Cursos de pintura e desenho
Inscrições abertas – jovens e adultos
Horários diurnos e pós-laboral

INFORMAÇÕES
tel. 962 757 648, 962 756 693
www.mapacultural.com

Aprender a desenhar ou a pintar

Paço de Arcos
Cursos de desenho específico para alunos dos 11º e 12º anos de preparação para os exames de acesso às Faculdades de Arquitectura e Belas Artes.
A partir dos 12 anos

INFORMAÇÕES
tel. 218 027 047, 917 247 216
zcardoso@sapo.pt
www.facebook.com/atelierjosecardoso

Cursos na Biblioteca Operária Oeirense

**Rua Cândido dos Reis, 119
Oeiras**

Piano, flauta, guitarra clássica, guitarra portuguesa, guitarra eléctrica, baixo e violino; técnica vocal; pintura de azulejos, pintura a óleo, pintura em porcelana; bordados de Castelo Branco, ponto Cruz, bainhas abertas e Arraiolos; escultura com pasta de cerâmica, vidrados coloridos e artes decorativas. Ateliers de formação teatral e iniciação à música tradicional portuguesa. Clube de iniciação em inglês. Introdução ao grego antigo e ao estudo da língua latina.

INFORMAÇÕES
tel. 214 426 691

Top Student Academia de Apoio Escolar

**Rua da Quinta de Sta Marta
nº 1D . Alto de Algés**

Explicações, Estudo Acompanhado e Preparação para Exames. Todas as disciplinas.
Alunos do Ensino Básico e Secundário.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
tel. 214 120 721, 935 128 023
topstudentacademia@gmail.com

Aulas de Guitarra

Segunda a sábado
Iniciação à Guitarra Clássica, Guitarra ligeira, solfejo e Educação musical.
Primeira aulas grátis
horário diurno e pós-laboral

INFORMAÇÕES
tel. 962 757 648

Música e Guitarra com o Professor Pedro de Faro

Avenida Carlos Silva, Oeiras
Aulas de iniciação musical, solfejo e instrumento.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
tel. 214 431 112, 917 363 237

Exposição e Venda Natal 4 a 18

**Segunda a domingo
15h00 às 19h00**
**Casa Alexandre Gusmão . Palácio
dos Aciprestes . Linda-a-Velha**
Uma parceria entre a Fundação Marquês de Pombal e a Junta de Freguesia de Linda-a-Velha.

INAUGURAÇÃO
3. Sábado . 16h00

INFORMAÇÕES
Fundação Marquês de Pombal
tel. 214 158 160/1/2/3/4
geral@fmarquesdepombal.pt
www.fmarquesdepombal.pt

Dia Internacional dos Voluntários

5 . Segunda . 14h30 às 17h30
Auditório da B.M. de Oeiras
No âmbito do Banco Local de Voluntariado de Oeiras (BLVO), a Câmara Municipal irá celebrar o “Dia Internacional dos Voluntários” com um encontro que assinala também o encerramento do Ano Europeu do Voluntariado no Concelho de Oeiras.

INFORMAÇÕES
tel. 214 404 875, 214 420 463
bvolutariado@cm-oeiras.pt

Almoço e Baile de Natal Sénior

15 . Quinta . 12h00 às 17h00
**Pavilhão Carlos Queiroz
Ourela**
A Câmara Municipal de Oeiras

irá celebrar a quadra natalícia junto dos seus seniores, através da realização de um almoço convívio e baile para munícipes com idade igual ou superior a 65 anos.

INSCRIÇÕES
**CM Oeiras - Divisão de Acção Social,
Saúde e Juventude**
5, 6, 7 e 9 de Dezembro
9h30 as 12h00 e das 14h00 as 17h00
tel. 214 404 873/ 74/ 81

Workshop: Tradições natalícias no mundo

17 . Sábado . 15h00
Livraria-Galeria Verney . Oeiras

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Livraria-Galeria Verney
tel. 214 408 329
fernanda.marques@cm-oeiras.pt
maria.rjo@cm-oeiras.pt

Serviço “Oeiras Está Lá” Segunda a sexta . 9h às 20h

Prestação gratuita de reparações domésticas e de entrega e colaboração domiciliária, a todos os cidadãos residentes no concelho de Oeiras com idade igual ou superior a 65 anos, ou que sejam portadores de deficiência, e que se enquadrem no conceito de carência económica.

MARCAÇÕES E INFORMAÇÕES
tel. 800 208 301
**CM Oeiras - Divisão de Acção Social,
Saúde e Juventude**
tel. 214 408 589

Banco Local de Voluntariado de Oeiras

Trabalho voluntário para maiores

de 18 anos, em instituições e entidades do Concelho de Oeiras, em diversas áreas de intervenção.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Centro Comunitário do Alto da Loba
Rua Instituto Conde de Agrolongo
nº 39 Paço de Arcos . tel. 214 420 463
bvolutariado@cm-oeiras.pt
www.cm-oeiras.pt

Grupo de Mães de Oeiras

Quintas . 16h30
Biblioteca Municipal de Oeiras
Grupo de apoio à Maternidade, aberto a todas as mães e grávidas que queiram conversar e partilhar a sua experiência.

INFORMAÇÕES
tel. 214 406 340
info@maes-oeiras.com
www.maes-oeiras.com

Ao contribuir com um alimento não perecível para o Oeiras Solidária.
Na entrega receberá a autenticação deste bilhete para o circo.

FICHA TÉCNICA

Director
Isaltino Morais

Direcção Executiva
Elisabete Brigadeiro
Ana Maria Runkel

Editores
Carla Rocha
Carlos Filipe Maia
Ana Mafalda Campos

Colaboradores
Augusto Cordeiro
Carla Gil Ribeiro
Célia Florêncio
Diogo Gil Barbosa
Fernanda M. Marques
Francisco Carreira
Lisete Carrondo
Manuel Machado
Maria José Amândio
Rodrigo Inocêncio
Sandra Monteiro
Sofia Pinto
Sónia Correia

Colunistas
Cristina Fernandes
Miguel Gullander

Fotografia
Carlos Santos
Carmo Montanha

Execução
Gabinete de Comunicação

Concepção gráfica e paginação
Formas do Possível

Impressão
InfoPortugal SA

Tiragem
25.000 Exemplares

Registo
ISSN 0873-6928

Depósito Legal
108560/97

Distribuição Gratuita

Contactos
Largo Marquês de Pombal
2784-501 Oeiras
tel. 214 408 300
e-mails
elisabete.brigadeiro@cm-oeiras.pt
crocha@cm-oeiras.pt
30dias@cm-oeiras.pt

www.cm-oeiras.pt
www.facebook.com/municipiodeoeiras
www.youtube.com/municipiodeoeiras



CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS

Largo Marquês de Pombal
Oeiras
tel. 214 408 300
Lat 38o 41'34.44"N
Lon 9o 18'52.54'O
www.cm-oeiras.pt

JUNTAS DE FREGUESIA

Algés
tel. 214 118 380
www.jf-alges.pt

Barcarena
tel. 214 226 980
www.jf-barcarena.pt

Carnaxide
tel. 214 173 090
www.jf-carnaxide.pt

Caxias
tel. 214 414 932
www.jf-caxias.pt

Cruz Quebrada - Dafundo
tel. 214 153 660
www.jf-cruzquebrada-dafundo.pt

Linda-a-Velha
tel. 214 141 895
www.linda-a-velha.freguesias.pt

Paço de Arcos
tel. 214 437 793
www.jf-pacodearcos.pt

Porto Salvo
tel. 214 213 672
www.jf-portosalvo.pt

Oeiras - S. Julião da Barra
tel. 214 416 464
www.jf-oeiras.pt

Queijas
tel. 214 174 833
www.jf-queijas.pt



EQUIPAMENTOS CULTURAIS

Aquário Vasco da Gama
Rua Direita, Dafundo
tel. 214 196 337

Auditório Municipal César Batalha
Centro Comercial Alto da Barra . Avenida das Descobertas, 59 . Oeiras
tel. 214 408 559

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

Auditório Municipal Ruy de Carvalho
Rua 25 de Abril, lote 5 . Carnaxide
tel. 214 170 109

Biblioteca Municipal de Algés
Palácio Ribamar
Alameda Hermano Patrone
Terça a sexta . 10h00 às 19h00
Segundas e sábados (2.º e 4.º)
10h00 às 13h00
14h00 às 18h00
tel. 210 977 480
geral.bma@cm-oeiras.pt

Biblioteca Municipal de Barcarena
Rua Cesário Verde
Edifício Centro Cívico
Terça a sexta . 10h00 às 19h00
Segundas e sábados (1.º e 3.º)
10h00 às 13h00
14h00 às 18h00
tel. 210 977 430
geral.bmc@cm-oeiras.pt

Biblioteca Municipal de Carnaxide
Rua Cesário Verde
Edifício Centro Cívico
Terça a sexta . 10h00 às 19h00
Segundas e sábados (1.º e 3.º)
10h00 às 13h00
14h00 às 18h00
tel. 210 977 430
geral.bmc@cm-oeiras.pt

Biblioteca Municipal de Oeiras
Av. Francisco Sá Carneiro, 17
Urb. Moinho das Antas
Segunda a sexta
10h00 às 19h30
Sábados
10h00 às 13h00 e 14h00 às 18h00
tel. 214 406 340
geral.bmo@cm-oeiras.pt

CAMB . Centro de Arte Manuel de Brito
Palácio Anjos . Alameda Hermano Patrone . Algés
Terça a domingo
10h00 às 18h00
Última sexta-feira de cada mês
10h00 às 24h00
tel. 214 111 400

CCPE . Centro Cultural Palácio do Egipto
Rua Álvaro António dos Santos Oeiras
Terça a domingo
12h00 às 18h00
Encerrado aos feriados.
tel. 214 408 391

Condições de Acesso CAMB e CCPE
Normal - 2€ pax; Grupos de 10 ou mais pessoas - 0,50€ pax; Familiar (três ou mais elementos), Jovem (13 aos 25 anos), Grupo de Amigos de Museus, Funcionários de Museus e Instituições Culturais - 1€ pax; Domingos, Crianças (até aos 12 anos, inclusive), Funcionários da CMO e SMAS, Jornalistas, Estudantes, Professores, Investigadores Credenciados, Profissionais de Turismo no exercício das suas funções, Sênior (com mais de 65 anos, inclusive) - Gratuito

Exposição Monográfica do Povoado Pré-Histórico de Leceia
Fáb. da Pólvora de Barcarena
Estrada das Fontainhas
tel. 214 408 432

Fábrica da Pólvora de Barcarena
Estrada das Fontainhas
tel. 210 977 422/3/4
214 408 796

Feitoria do Colégio Militar
Av. Marginal . Oeiras
(L.G.M.Verney tel. 214 408 391)

Galeria de Arte Fundação Marquês de Pombal
Palácio dos Aciprestes
Av. Tomás Ribeiro, 18
Linda-a-Velha
tel. 214 158 160

Galeria Municipal Palácio Ribamar
Alameda Hermano Patrone
Algés
tel. 214 111 404

Livraria-Galeria Municipal Verney
Rua Cândido dos Reis, 90
Oeiras
tel. 214 408 391
galeria.verney@cm-oeiras.pt
coleccionavesousa@cm-oeiras.pt

Museu da Pólvora Negra
Fábrica da Pólvora de Barcarena
Estrada das Fontainhas
tel. 210 977 422/3/4
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt

Condições de Acesso Normal - 1,35€ pax;
Jovens dos 17 aos 25 anos, Sênior com mais de 65 anos, titulares de Cartão-Jovem; professores de qualquer grau de ensino; ingresso de um dos pais, para famílias com dois ou mais filhos - 0,55€ pax; Até aos 16 anos, domingos e feriados, jornalistas, funcionários CMO, estudantes e outros (mais informação contacte o museu) - Gratuito



LOJA DE INFORMAÇÃO CMO
C. Comercial Oeiras Parque lj. 1146
tel. 214 430 799

SMIAC SERVIÇO MUNICIPAL INFORMAÇÃO E APOIO AO CONSUMIDOR
Largo Marquês de Pombal
Oeiras
Tel. 214 408 355
smiac@cm-oeiras.pt



REDE DE JUVENTUDE

Centro de Juventude de Oeiras
Alameda Conde de Oeiras . Oeiras . tel. 214 467 570
nj@cm-oeiras.pt
Segunda a sexta.9h30 às 22h00
Fins de semana e feriados
12h00 às 21h00

Espaço Jovem de Carnaxide
Av. de Portugal, 76B . Carnaxide
tel. 210 999 094
ejcarnaxide@cm-oeiras.pt
Terça a sexta . 10h00 às 22h00
Sábados e segundas
14h00 às 20h00

Clube de Jovens de Outurela
Rua João Maria Porto, 6, 6A
Carnaxide
tel. 214 172 497
bairroactivo.pe@gmail.com
Segunda a sábado
10h00 às 20h00

Espaço Jovem de Algés
Rua de Oliveira, 11A . Algés
tel/fax. 214 115 131
ejalges@cm-oeiras.pt
Terça a sexta . 10h00 às 21h00
Sábados e segundas
14h00 às 20h00

Espaço Jovem do Moinho das Rolas
Rua Abel Fontoura da Costa, 9
Porto Salvo
tel. 214 239 212
Segunda a sexta
14h00 às 19h00

Centro Jovem de Queluz de Baixo
Estrada Consiglieri Pedroso
Edifício da Antiga Escola Primária . Barcarena
tel. 214 352 617
Segunda a sexta
10h00 às 19h00

Centro de Actividades com Jovens da Quinta da Politeira
Largo Mestre Santa Auta, lojas 16 e 18 . Barcarena
tel. 214 211 632
Segunda a sexta-feira
15h00 às 19h00

PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO ESCOLAR E PROFISSIONAL

Testes psicotécnicos gratuitos
Centro da Juventude de Oeiras
tel. 214 467 577
patricia.pires@cm-oeiras.pt

Centro de Juventude de Oeiras
Alameda Conde de Oeiras . Oeiras . tel. 214 467 570
nj@cm-oeiras.pt
Segunda a sexta.9h30 às 22h00
Fins de semana e feriados
12h00 às 21h00

ATENDIMENTO DE PROXIMIDADE

Casa das Culturas
Rua Peixinho Júnior, 16 e 16A
Bairro J. Pimenta
Paço de Arcos
tel. 210 962 520
Terça a sábado
14h00 às 20h00

Centro Comunitário do Alto da Loba
Rua Instituto Conde de Agrolongo, 39
Paço de Arcos
tel. 214 420 463
centro.comunitario@cm-oeiras.pt

Centro de Convívio do Bairro dos Navegadores
Av. Diogo Lopes Sequeira
Segunda a sexta
14h00 às 20h00
cda.emanueldiniz@gmail.com



CLAI 'S' . CENTROS LOCAIS DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE IMIGRANTES

CLAI Porto Salvo
Segunda a sexta
11h00 às 16h00
Alameda Jorge Álvares, 4
Bairro dos Navegadores
Porto Salvo
tel. 214 420 463
carla.ramalho@cm-oeiras.pt

CLAI Paço de Arcos
Segunda, quinta e sexta
14h às 18h30
Terça . 16h às 18h30
Quarta . 15h às 18h30
Centro Comunitário do Alto da Loba
Rua Instituto Conde de Agrolongo, n.º 39
Paço de Arcos
tel. 214 420 463
saoandebol@gmail.com

CLAI Carnaxide

Terça, quarta e quinta
14h às 17h
Junta de Freguesia de Carnaxide
Rua Cesário Verde
Centro Cívico Carnaxide
tel. 214 176 572
ana.paiva@cm-oeiras.pt



GABINETES DE INSERÇÃO PROFISSIONAL (GIP)

GIP Oeiras
tel. 214 467 577
gip.oeiras@cm-oeiras.pt
GIP Algés
tel. 214 114 002
gip.alges@cm-oeiras.pt
GIP Carnaxide
tel. 211 930 452
gip.carnaxide@cm-oeiras.pt



SERVIÇO DE INFORMAÇÃO E MEDIAÇÃO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DE OIRAS
Terças . 10h30 às 12h00
14h30 às 18h00
Centro da Juventude de Oeiras
tel. 214 467 570



#CHAT . GABINETE DE ATENDIMENTO A JOVENS

Chat de Oeiras
Segundas, 10h00 às 15h00
Terças, 14h00 às 16h00
Quintas, 10h00 às 17h00
Centro de Juventude de Oeiras,
Rua Monsenhor Ferreira de Melo, tel. 214 467 570/8

Chat de Carnaxide
Terça, quarta e sexta
14h00 às 17h00
Centro de Saúde de Carnaxide
Pcta Teixeira de Pascoais,
n.º 6, 3.º Dto.
Tel. 214 170 700, 214 171 441,
214 170 628



COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS DE OIRAS
tel. 214 416 404



POSTOS DE ATENDIMENTO

Carnaxide
Rua Cesário Verde,
Centro Cívico
tel./fax 214 180 433

Linda-a-Velha
Rua Luís de Camões, 60A
tel./fax 211 913 512

POSTO DE TURISMO DE OIRAS

Centro Cultural Palácio do Egipto
tel. 214 408 781
turismo.oiras@cm-oiras.pt



SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE OIRAS E AMADORA

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 19, Oeiras
tel. 214 400 600
www.smas-oiras-amadora.pt



TÁXIS

Oeiras Multitáxis crl
tel. 214 155 310
Oeiras Rádio Táxis
Alto da Barra
tel. 214 239 600
Paço de Arcos
Pedrosa e Rebelo
tel. 214 432 221/88
Porto Salvo Táxis
Porto Salvo
tel. 214 213 113
Tercena Arove
Táxis Alentejanos
tel. 214 379 023



BOMBEIROS

Algés
tel. 214 103 042 / 67
Barcarena
tel. 214 213 900
Carnaxide
tel. 214 181 243 / 214 180 832

Dafundo
tel. 214 199 914 / 6 084
Linda-a-Pastora
tel. 214 171 286 / 0 486
Oeiras
tel. 214 409 600

Paço de Arcos
tel. 214 409 670



POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA

Carnaxide
tel. 214 173 081
Caxias
tel. 214 416 296
Mirafloures
tel. 214 102 570
Oeiras estação cp
tel. 214 410 510

Oeiras rua da figueirinha
tel. 214 540 230

Oeiras rua cândido dos reis
tel. 214 430 133

Algés
tel. 214 167 680

Porto Salvo
tel. 214 211 766

Queijas
tel. 214 186 145



POLÍCIA MUNICIPAL

Rua Manuel António Rodrigues, 5, Alto dos Barronhos . Carnaxide
tel. 210 976 590



GABINETE DE PROTECÇÃO CIVIL

Rua Manuel António Rodrigues, 5, Alto dos Barronhos . Carnaxide
tel. 214 241 400



CENTROS DE SAÚDE

ALGÉS
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
tel. 213 014 322, 213 010 041

CARNAXIDE
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
tel. 214 170 700, 214 170 628, 214 171 441

CRUZ QUEBRADA DAFUNDO

Unidade de Saúde Familiar
tel. 214 209 940

LINDA-A-VELHA

Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
tel. 214 153 920

BARCARENA

Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
tel. 214 216 929, 214 216 929

OIRAS

Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
Unidade de Saúde Familiar
Conde Oeiras
Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados
tel. 214 400 100

Unidade de Saúde Familiar
São Julião
tel. 214 540 911

PAÇO DE ARCOS

Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
Unidade de Saúde Pública
tel. 214 540 800

Unidade de Saúde Familiar
Delta
tel. 214 540 811



FARMÁCIAS

Serviços permanentes (SP)
Desde a hora de encerramento normal da farmácia até às 9h do dia seguinte.

Serviços de reforço (SR)
Desde a hora de encerramento normal da farmácia até às 22h do mesmo dia.

ALGÉS

Almeida Nifo
(SP) 3, 16, 22, 28
Av. dos Combatentes da G. Guerra 64 . Algés
tel. 214 112 070

Alto de Algés
(SR) 2, 26 a 30
Rua da Eira 26 A . Algés
tel. 213 961 453

Branco
(SP) 6, 12, 18, 24
Av. dos Combatentes da G. Guerra 29 . Algés
tel. 214 112 081

Combatentes
(SP) 5, 11, 17, 30
Av. dos Combatentes da G. Guerra 166 . Algés
tel. 214 104 953

Estação de Algés
(SP) 2, 8, 14, 20, 26
Rua Major Afonso Palla 5
Algés . tel. 214 114 487

Mirafloures
(SP) 1, 7, 13, 19, 25, 31
Rua Dr. António Granjo 2B
Algés . tel. 214 101 161

Miramar
(SP) 4, 10, 23, 29
Rua Ernesto Silva 83 . Algés
tel. 214 112 048

Santa Rita
(SP) 9, 15, 21, 27
Av. dos Bombeiros Voluntários de Algés, nº80-A . Algés
tel. 218 160 760

Raposo
(SR) 1, 2 a 16
Av. das Túlipas 19A
Algés . tel. 214 101 486

BARCARENA

Albergaria
Rua Guerra Junqueiro Lt 11
LJA . Queluz de Baixo
tel. 214 356 487

Silvia
Rua Henrique Santana 27 B
Quinta do Sobreiro . Barcarena
tel. 214 227 012

Tercena
Av. Sto António nº 50-52
Tercena . tel. 214 304 235

CARNAXIDE

Central de Carnaxide
(SP) 7, 17, 27
Av. de Portugal 16 B
Carnaxide . tel. 214 241 100

Maria
(SP) 1, 11, 21, 31
Praceta António Boto II A
Carnaxide . tel. 214 186 605

Mota Capitão
(SP) 3, 13, 23
Av. Edmundo Lima Bastos
19DC, Alto dos Barronhos
Carnaxide . tel. 214 189 799

Alegro
(SP) 9, 19, 29
C. Comercial Allegro Lj 72
Av. dos Cavaleiros . Carnaxide
tel. 214 159 887/98

Outurela
(SP) 5, 15, 25
Estrada da Portela, Varandas
de Monsanto Lt.4, loja 5, Piso 0
Carnaxide . tel. 214 186 844

CAXIAS

De Laveiras
(SR) 5 a 7, 9, 19 a 23
Rua de Milão 3 A, Pedreira
Italiana . Caxias
tel. 214 544 510

Nova Caxias
(SR) 2, 12 a 16, 26 a 30
Rua Bernardim Ribeiro 1 A
Caxias . tel. 214 432 839

CRUZ QUEBRADA DAFUNDO

Santa Sofia
(SR) 5 a 7, 9
Rua Bento Jesus Caraça 5 A
C. Quebrada . tel. 214 198 341

Nova do Dafundo
(SR) 19 a 23
Travessa José Maria da Costa,
nº6 . Dafundo . tel. 213 881 947

LINDA-A-VELHA

Central Park
(SP) 2, 12, 22
Dolce Vita Central Park
Av. 25 de Abril, 4
Linda-a-Velha . tel. 214 194 527

Lealdade
(SP) 10, 20, 30
Rua Marcelino Mesquita 21
A Alto Sta Catarina . Linda a
Velha . tel. 214 209 512

Marta
(SP) 4, 14, 24
Av. 25 de Abril 27 . Linda a
Velha . tel. 214 158 030

Melo Almeida
(SP) 6, 16, 26
Rua Diogo Couto 15 C r/c
Linda a Velha . tel. 214 191 697

Pinto
(SP) 8, 18, 28
Rua Antero de Quental, 9
Linda a Velha . tel. 214 190 610

OIRAS

Alcântara Guerreiro
(SP) 3, 18
Rua Carlos Lacerda 5
Loja G . Oeiras
tel. 214 430 691

Alto da Barra
(SP) 13, 28
Av. D. João I , Ed Varandas
Alto da Barra Bloco 1, Loja 1
Oeiras . tel. 214 694 150

Central
(SP) 9, 24
Rua Conde Ferreira, 29
Oeiras . tel. 214 467 069

Godinho
(SP) 5, 20
Rua Cândido dos Reis 98
Oeiras . tel. 214 430 090

Ana Leal
(SP) 6, 21
Rua António Aleixo 86 A
Oeiras . tel. 214 569 045

Mourão Vaz
(SP) 12, 27
Av. Moçambique 12 A
Oeiras . tel. 214 406 370

Oeiras
(SP) 15, 30
Largo Henrique Paiva
Couceiro 3 r/c . Oeiras
tel. 214 412 482

Ribeiro
(SP) 11, 26
Rua Dr. Flávio Resende, 10
Oeiras

Sacoar
(SP) 2, 17
Rua Qta. das Palmeiras
74A . Oeiras
tel. 214 569 470/1

Sacoar do Fórum Oeiras
(SP) 7, 22
Av. Dr. José da Cunha, 28 A
Oeiras . tel. 214 414 383

PAÇO DE ARCOS

Dias
(SP) 4, 19
Rua Alfredo Lopes Villaverde
15 r/c lj 2/3 . Paço de Arcos
tel. 214 469 980

Pargana
(SP) 8, 23
Av. Eng. Bonneville Franco 6 G
Paço de Arcos
tel. 214 435 147

Seixas Martins
(SP) 10, 25
Av. Patrão Joaquim Lopes 4
Paço de Arcos
tel. 214 432 039

Trindade Brás
(SP) 1, 16, 31
Rua Costa Pinto 186
Paço de Arcos
tel. 214 432 034

Véritas
(SP) 14, 29
C. Comercial Oeiras Parque
Av António B C Macedo
Lj 1007 . Paço de Arcos
tel. 214 409 841

PORTO SALVO

Farmácia de Talaíde
(SR) 12 a 16
Rua Prof. Dr. José Pinto
Peixoto 21 D . Porto Salvo
tel. 214 212 760

Ferreira Bastos
(SR) 2, 19 a 23
Rua Firmo Rebelo 8 B
Porto Salvo . tel. 214 213 015

Progresso
Av. Prof. Aníbal Cavaco Silva,
nº5 Edif. Qualidade A2, loja B
Porto Salvo . tel. 218 878 289

Varela Baião
(SR) 5 a 7, 9, 26 a 30
Rua do Comércio, 7º, Bº
Autoconstrução . Porto Salvo
tel. 214 239 107/8

QUEIJAS

Central de Queijas
(SR) 1 a 4, 12 a 18, 26 a 31
Rua Júlio Dantas Lt 1 Lj A
Queijas . tel. 214 162 081

Costa Pinto
(SR) 5 a 11, 19 a 25
Estrada das Várzeas 15 D
Queijas . tel. 214 170 170

SAÚDE 24

Serviços de atendimento
saúde 24 pediatria, conheci-
do por "Dói, Dói? Trim, Trim!"
e linha de Saúde pública,
encontram-se acessíveis
24 horas por dia a todos os
beneficiários do SNS.

tel. 808 242 424
(custo de chamada local)
fax. 210 126 946
www.saude24.pt

