

30 DIAS

OEIRAS A MARCAR O RITMO

JAN'11

Consulte aqui alguns dos eventos a acontecer em Janeiro.



1



2



5



8



13



14



15

- leituras
- diálogos / república
- roteirinho
- música
- exposições
- passear
- desporto
- teatro
- feiras
- cursos
- iniciativas

1. sábado . 9h00 às 13h00 Mercados Biológicos . Jardins Municipais de Algés e Oeiras

Todos os sábados, dois mercados em simultâneo, com produtos hortícolas, frutas, ervas aromáticas, azeite, vinho, pão, doces, cereais, massas e ovos, entre outros.

2. domingo . 11h00 Zuca, Truca, Bazaruca e Artur . Auditório Municipal Lourdes Norberto . Linda-a-Velha

Uma divertida peça infantil pelo Intervalo - Grupo de Teatro, para ver aos sábados, às 16h00, e domingos, às 11h00. Também disponível durante a semana, por marcação, para escolas.

3. segunda . 10h00 Feiras de Contos . Biblioteca Municipal de Oeiras

Sessões de contos, para crianças, com os contadores do projecto "Histórias de Ida e Volta", de segunda a sexta.

4. terça . 10h30 . Atelier de animação da leitura e da escrita . Biblioteca Municipal de Algés

Um projecto para formar crianças leitoras através de estratégias de animação da leitura e da escrita, com vários sessões durante todo o mês, em Algés e Carnaxide.

5. quarta . 18h30 . Grupos de Leitores . Bibliotecas Municipais de Algés, Oeiras, e Carnaxide

Uma conversa sobre os *Contos de Tchekov*, nos dias 5 e 11, em Algés. E nos dias 11 e 18, com *O Cavalo de Sol*, de Teolinda Gersão, em Oeiras, e *As Ondas*, de Virgínia Woolf, em Carnaxide.

6. quinta . 16h00 . Quintas-feiras Culturais . Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Com *Sketches teatrais*, pelo Centro Cultural de Oeiras. E outras propostas para os dias 13, 20 e 27.

7. sexta . 9h00 às 18h00 . Visões: o espírito dos lugares . AERLIS (frente ao Oeiras Parque)

Último dia para ver a exposição de pintura de Fernando Baleiras e Jorge Marques.

8. sábado . 18h00 . Concerto de Ano Novo . Auditório Municipal Ruy de Carvalho . Carnaxide

Obras de Donizetti, Giordano, Verdi e Puccini, com Fabio Andreotti (tenor), Maestro Nikolay Lalov e a Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

9. domingo . 9h30 . Grande Prémio de Valêjas

Uma prova de corrida a pé englobada no Troféu CMO - Corrida das Localidades. Com mais outra prova, em Queluz de Baixo, no dia 30.

10. segunda . 10h00 e 14h00 . Anatomias . Biblioteca Municipal de Oeiras

Um ateliê encenado (ou um espectáculo participado?), para criar competências de leitura em alunos do 5º e 6º anos. Até dia 14.

11. terça . 14h00 às 18h00 . Amuletos, Fetiches e Talismãs. Magia e Simbolismo

Livraria-Galeria Municipal Verney, Oeiras

Uma exposição da Coleção Manuel J. Gandra, para ver até dia 29.

12. quarta . 11h30 . Visita guiada ao CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito . Palácio Anjos, Algés

Visita guiada à exposição Século XXI - Anos 10, destinadas a públicos não especializados. Também no dia 26.

13. quinta . 14h30 . Encontro com a escritora Sandra Carvalho . Biblioteca Municipal de Oeiras

Um encontro entre alunos do ensino secundário e a autora da *Saga das Pedras Mágicas*. Também no dia 20, na Biblioteca Municipal de Carnaxide.

14. sexta . 14h00 às 21h30 . 1910 Memórias do Teatro . Auditório M. Eunice Muñoz, Oeiras

Uma exposição retrospectiva da actividade teatral lisboeta no ano da implantação da República e sobre a vida e obra de Manuel Teixeira Gomes. Para ver até 27 de Março.

15. sábado . 11h00 e 12h00 . Lagar de Azeite . Palácio Marquês de Pombal, Oeiras

Visitas guiadas com animação histórica a uma peça fundamental da indústria do séc. XVIII. Também com visitas livres às terças e quintas.



Interpretes: Carolina Dominguez, Carlos Paiva, Diogo Santos, Fernando Tavares Marques, João José Castro, João Pinho, Margarida Chambel e Mariana Calado.

Participação em voz off de: Susana Cabela

Canções (letras): Fernando Tavares Marques; Músicas e Direcção Musical: Luís Macedo;

Cenografia: Carlos Paiva; Iluminação: Miguel de Almeida;

Som (execução): Fernando Dias; Figurinos: Graça Rodrigues, Cartaz: Teresa Varela;

Coreografia: Ana Rita Andrade

Fotografias: Armando Pinto; Apoio Administrativo: Fátima Morais;

Encenação: Fernando Tavares Marques; Direcção: Armando Caldas



41º Ano - 80º Espectáculo (incluindo o 1º Acto Clube de Teatro) Dezembro 2010

Uma peça do Grips Theater (Traduzida pelo Teatro da Cornucópia) Adaptada por Fernando Tavares Marques



30 DIAS EM OEIRAS

n.163 Janeiro'11

Propriedade do Município de Oeiras

Distribuição Gratuita Impressão: 0,16€



Entrevista

RITÇHAZ & KÉKE

MÚSICA SEM RÓTULOS, E EM CRIOULO, CRIADA NA OUTURELA/PORTELA

CONVERSAS NA ALDEIA GLOBAL, COM ANTÓNIO CÂMARA DIA 20 NA BIBLIOTECA DE OEIRAS

DUATLO DO JAMOR E KIDS DUATLO

DIAS 29 E 30 NO COMPLEXO DESPORTIVO DO JAMOR



- L** leituras 14
- R** roteirinho 17
- D** diálogos 22
- R** república 22
- M** música 24
- E** exposições 26
- T** teatro 28
- D** desporto 28
- F** feiras 29
- P** passear 30
- C** cursos 31
- I** iniciativas 31
- U** utilidades 32
- A** antevisão 36

ENTREVISTA } 04

Ritchaz e Kéke, dois jovens músicos de origem cabo-verdiana criados no Bairro da Portela, em Carnaxide, cantam em crioulo e são dois dos mentores de um projecto musical independente que promove a autonomia juvenil e valorização de todas as culturas musicais.

BOA VIDA } 10

Roupas mais leves, mais quentes e que ao mesmo tempo extraem o excesso de humidade da transpiração gerada pelo corpo quando estamos em actividade são contributos da tecnologia para o conforto dos desportistas.

ENTRE PORTAS } 12

A Loja do Sobe e Desce é um espaço que convida a experienciar um mundo onde as velhas técnicas de confecção se fundem com as mais recentes tendências de design.

LEITURAS } 14

Gonçalo M. Tavares, que em 2006 foi o primeiro convidado do Café com Letras, regressa, muitos livros e muitos prémios depois, para a conversa com o jornalista Carlos Vaz Marques e com todos aqueles que com eles quiserem partilhar um serão certamente inesquecível.

REPÚBLICA } 23

A moda dos chapéus, revisitada num texto que fala sobre o acessório de moda cujo uso pode também ser encarado como uma função protectora e cuja forma e cor pode caracterizar a personalidade de quem o usa.

À Descoberta do Património...

Visitas guiadas a locais emblemáticos do concelho de Oeiras
Todas as últimas quartas – feiras de cada mês

26 JAN – 23 FEV – 30 MAR – 27 ABR – 25 MAI
29 JUN – 27 JUL – 31 AGO – 28 SET – 26 OUT – 30 NOV – 28 DEZ

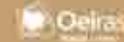
26 JAN – 10H00

Lagar de Azeite Palácio do Marquês de Pombal

Remota em Oeiras, o Lagar, peça fundamental no desenvolvimento pré-industrial da segunda metade do séc. XVIII. Recuperada a sua função e reposita os mecanismos de produção do azeite, pode agora ser visitado. Uma máquina de quatro galgas, duas pernas de eixo com 10 metros de comprimento que levavam pesos de 2 toneladas do mais duro tipo a serça de sardinhas, que moem o jusso de madeira com 3 metros de altura. Tudo isto para obter mais de 7 toneladas de pressão nas portas que extraem o azeite.



Informações e inscrições:
Organização: Oeiras XXI - Associação de Turismo e Museologia
Endereço: Avenida da Liberdade, 100
Contactos:
Telefone: 21 490 91 11
E-mail: info@oeirasxxi.pt
Website: www.oeirasxxi.pt
Custos: Gratuito
Reserva: Não é necessária para visitas de 15 a 25 minutos
Idade mínima: 10 anos
Acesso: Livre e gratuito
Acesso para pessoas com mobilidade reduzida: Sim, com apoio de voluntários



16. domingo . 17h00. Recital “Trio de Brahms” . *Palácio dos Aciprestes, Linda-a-Velha*
Um recital com obras de Brahms e Nino Rota, para clarinete, piano e violoncelo, com João Vale (piano) e solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

17. segunda . Clíque . Concurso de Fotografia
Último dia para enviar as suas melhores fotografias para o tema “Insólitos em Oeiras”.

18. terça . Exposições de Ilustração, de Diogo Martins . BM de Algés, Carnaxide e Oeiras
Três exposições - *Perdidos e Achados* (em Algés), *Enrolada num cobertor* (Carnaxide) e *Amálgama ilustrada* (Oeiras) - para ver até 28 de Fevereiro.

19. quarta . 10h00. Darwin 200 . Biblioteca Municipal de Algés
Uma iniciativa no âmbito da história da ciência com o objectivo de promover a literacia científica, para crianças dos 8 aos 12 anos. Também nos dias 12 e 28.

20. quinta . 21h30. Conversas na Aldeia Global . Biblioteca Municipal de Oeiras
No início do sexto ciclo das conversas, António Câmara responde à questão “E qual é o papel que a universidade deve assumir no futuro do país?”

21. sexta . 22h00. Barraca Deluxe . Teatro Nova Morada, Paço de Arcos
Uma comédia realista, com droga, corrupção, sexo, imoralidade, loucura, diversão, ocultismo e drama. Para ver, também, nos dias 7, 8, 22, 28 e 29.

22. sábado . 10h00 às 17h00. Atelier “Leitura em voz alta” . Biblioteca Municipal de Oeiras
Um atelier para proporcionar conhecimentos e práticas para tornar eficaz a leitura em voz alta.

23. domingo . 15h00. Escola de Heróis . Auditório Novo Espaço, Santo Amaro de Oeiras
Um musical infantil pelo Teatro Independente de Oeiras, todos os sábados e domingos, às 15h00.

24. segunda . 10h00 às 18h00. Serviço de Pesquisa Assistida . Bibliotecas Municipais de Algés, Carnaxide e Oeiras
Um serviço de apoio na pesquisa e localização de informação on-line, para apoio na realização de um trabalho escolar ou para conhecer informação sobre Oeiras, disponível de segunda a sexta.

25. terça . 21h30. Poemas ao fim do dia . Biblioteca Municipal de Carnaxide
Um encontro informal para falar de poesia e descobrir poetas.

26. quarta . 21h30. Café com Letras . Biblioteca Municipal de Oeiras
Na primeira sessão do ano, Carlos Vaz Marques conversa com o escritor Gonçalo M. Tavares na sequência da publicação do seu mais recente livro, *Uma Viagem à Índia*.

27. quinta . 10h00. Vamos jogar no Museu! . Museu da Pólvora Negra
Diferenças? Sopa de Letras? Palavras Cruzadas? Jogo da Memória? Labirintos? Puzzles? Joga e descobre a história da Fábrica. Todas as terças e quintas, para crianças dos 4 aos 12 anos.

28. sexta . 10h00 às 24h00. Século XXI - Anos 10 . CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito, Palácio Anjos, Algés
Horário alargado até à meia-noite, na última sexta-feira do mês, para ver as exposições. Nos outros dias, de terça a domingo, até às 18h00.

29. sábado . 14h00. Kids Duatlo . Complexo Desportivo do Jamor, Cruz Quebrada
Uma prova de duatlo – corrida a pé e BTT – para crianças e jovens dos 7 aos 15 anos. E uma prova da Taça de Portugal, o Duatlo do Jamor, no dia 30, às 11h00.

30. domingo . 10h00. Cantos e Encantos do Palácio . Palácio e Jardim do Marquês de Pombal, Oeiras
Um percurso pelo interior do palácio, onde se evidenciam as artes decorativas, azulejos e estuques, e jardins envolventes, constitui a proposta desta visita orientada.

31. segunda . Programa de Promoção de Actividades de Ar Livre 2011
Durante o mês de Janeiro, estão abertas inscrições para as duas primeiras actividades deste programa, a realizar em Fevereiro, com uma caminhada, no dia 5, e orientação BTT e pedestre, no dia 12.



Cara(o) Muniçipe,

No início de um novo ano, renovam-se votos de saúde e prosperidade, bem como a esperança de um amanhã mais risonho. Os tempos são de contenção e o bom senso aconselha prudência no momento de traçar planos para os próximos 365 dias. A conjuntura não deve, no entanto, toldar-nos a capacidade de sonhar, nem a ousadia ou mesmo a ambição.

Porque nem só em momentos ou ambientes de prosperidade nascem as grandes concretizações, devemos ter a capacidade de nos reinventar, de continuar a pensar mais à frente e agir em conformidade, com coragem, com determinação. Porque é tantas vezes na adversidade que surge a oportunidade para revelar o melhor de nós, incluindo as melhores ideias, os projectos mais originais e as melhores formas de fazer também um pouco mais pela nossa comunidade.

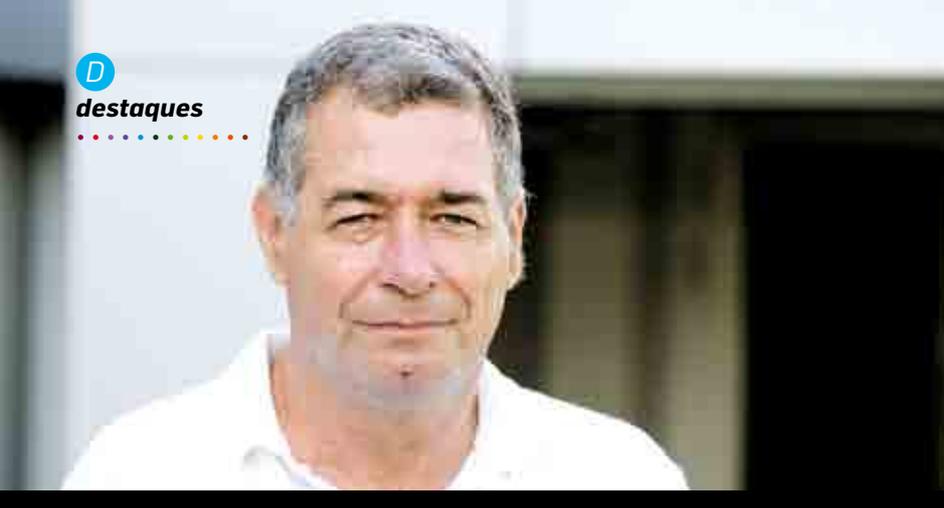
Veja-se o exemplo da dupla de jovens entrevistados nesta primeira edição do ano do 30 Dias. Dois rapazes que muito cedo na vida identificaram o seu sonho e que desde então tudo têm feito para o concretizar. Dois apaixonados pela música, dois artistas, nascidos e criados no Bairro da Portela, em Carnaxide, que, em conjunto com outros da mesma idade, se sentiram motivados a dinamizar projectos que envolvem não apenas jovens daquele bairro mas muitos outros, dando provas de que com pouco é possível fazer muito pelo reforço do sentido de pertença a uma comunidade e, porque não dizê-lo também, pela cultura. Por coincidência, foi na Associação de Moradores 18 de Maio, em Ourelra/Portela precisamente, que no passado mês de Dezembro se realizou a apresentação do livro “Habitação em Oeiras – 25 Anos”. Mais que um testemunho do trabalho de promoção municipal de habitação no concelho ao longo do último quarto de século, este livro é um documento que conta a história de Oeiras dos últimos 25 anos. Afinal, foi na habitação que tudo começou. Sem a introdução deste elemento estabilizador do equilíbrio social, todo o crescimento e desenvolvimento subsequentes tinham sido impossíveis de alcançar e Oeiras não seria, porventura, o que é hoje: um pólo de desenvolvimento exemplar no panorama nacional. Na história de cada um de nós, como na história do concelho aconteceu, é preciso sonhar muito e sonhar alto, acreditar, e acreditar muito. Só assim, tantas vezes, é possível alcançar os feitos que decisivamente contribuem para o nosso crescimento, para o nosso sucesso, para a nossa felicidade.

Por um feliz acaso, os entrevistados desta edição do 30 Dias, o Ricardo e o Luís, são moradores de um dos mais simbólicos bairros municipais do concelho. Mas, mais do que isso, são dois exemplos do quanto se pode alcançar quando nos atrevemos a sonhar.

Esta é a mensagem que quero deixar-vos no início de um novo ano. Que a grandeza de um sonho não nos impeça, nunca, de o tentar alcançar. Quaisquer que sejam as circunstâncias.

Feliz Ano Novo!

ISALTINO MORAIS } *Presidente da Câmara*



CONVERSAS NA ALDEIA GLOBAL, COM ANTÓNIO CÂMARA

20 de Janeiro . Quinta . 21h30
Auditório da Biblioteca Municipal de Oeiras

No seu sexto ciclo, as *Conversas na Aldeia Global* associam-se às comemorações do centenário da Universidade de Lisboa. Durante o ano de 2011, realizam-se um conjunto de conferências com a finalidade de suscitar a reflexão em redor das transformações e invariantes do nosso sistema educativo, designadamente, no que respeita aos valores, ao conhecimento e às competências a promover pela Educação.

A história da educação de cada país representa sempre a evolução da sua própria estrutura, dos seus valores e ambições, das suas preocupações e opções quanto aos rumos futuros a trilhar. Com a crise planetária a atingir também a educação, o paradigma do ensino superior está a mudar a nível global.

Nesta primeira sessão, António Câmara responde à questão “E qual é o papel que a universidade deve assumir no futuro do país?”, baseado na sua experiência pessoal como professor universitário e investigador nos Estados Unidos e em Portugal, e tratada no seu último livro “O Futuro Inventar-se”.

António Câmara, vencedor do Prémio Pessoa 2006, sonhava ser tenista quando estudava engenharia, mas acabou por se destacar como pioneiro na investigação em informação geográfica. Desse seu trabalho de investigação resultou a criação da YDreams, uma empresa de sucesso na área do software para multimédia, realidade virtual e computação móvel. É ainda autor da obra “Voando com os Pés na Terra”, uma compilação de textos publicados no Expresso, Exame, Jornal dos Arquitectos e Jornal de Letras. É actualmente professor catedrático na Universidade Nova de Lisboa e CEO da YDreams.

A sessão conta com a moderação do jornalista Vasco Trigo. }

INFORMAÇÕES

Biblioteca Municipal de Oeiras Sector Multimédia
tel. 214 406 337 . maria.amandio@cm-oeiras.pt . http://oeiras-a-ler.blogspot.com

DUATLO DO JAMOR E KIDS DUATLO

29 e 30 de Janeiro . Sábado . 14h00 . Domingo . 11h00
Complexo Desportivo do Jamor . Cruz Quebrada



É já no final do mês que se realiza a quinta edição do Duatlo do Jamor *Sport Life*. Esta iniciativa, que conta com o apoio da Federação de Triatlo de Portugal, contempla uma prova para os mais jovens, dos 7 aos 15 anos, no dia 29, pelas 14h00, e uma prova da Taça de Portugal “PORterra”, no dia 30, pelas 11h00. Este evento, que abre a época competitiva, junta habitualmente milhares de participantes e entusiastas na mata do Complexo Desportivo do Jamor.

A prova combina dois aliciantes desportos cada vez mais populares entre os portugueses – a bicicleta todo-o-terreno e a corrida a pé.

O percurso inicia-se com a primeira corrida na Praça da Maratona do Estádio Nacional, passando pela pista de canoagem, seguida do trajecto de BTT, para passar de novo à corrida. O percurso de BTT inclui alguns troços um pouco mais técnicos mas, ainda assim, acessíveis a qualquer pessoa com alguma experiência de bicicleta. }

INFORMAÇÕES

Federação de Triatlo de Portugal
tel. 214 464 820
secretaria@federacao-triatlo.pt

INSCRIÇÕES

www.federacao-triatlo.pt
www.xterrportugal.com



RITÇHAZ & KEKE MÚSICA SEM RÓTULOS

SÓNIA CORREIA } texto CARMO MONTANHA } fotografia

No momento em que se assinalam os 25 anos das políticas de habitação municipal em Oeiras, Ricardo Cabral e Luís Santos, também conhecidos por Ritchaz e Kéke, são o exemplo perfeito de boa integração social. Jovens músicos de origem cabo-verdiana criados no Bairro da Portela, em Carnaxide, cantam em crioulo e são dois dos mentores de um projecto musical independente que promove a autonomia juvenil e valorização de todas as culturas musicais.

Quem são o Ritchaz e o Kéke?

Ritchaz - Ricardo Cabral é o meu nome verdadeiro. Tenho 22 anos. Sou filho de cabo-verdianos. O meu pai veio para Portugal nos anos 70. Sempre foi um grande fã de música cabo-verdiana. Tinha muitos discos em vinil e cassetes e foi ele que me incutiu o gosto pela música de Cabo Verde.

Kéke - Luís Santos. Tenho 23 anos. Conheci o Ritchaz quando andávamos no sétimo ano, na Escola Sophia de Mello Breyner (Outorela/Portela). Rapidamente percebemos que tínhamos muitas afinidades a nível musical. Eu tinha muito gosto pela música, principalmente cabo-verdiana - morna, coladero, funaná - que nasci e cresci a ouvir, por influência dos meus pais e do meu irmão. À medida que eu e o Ritchaz nos conhecíamos melhor fui percebendo que tínhamos gostos em comum e partilhávamos o mesmo sonho relacionado com a música.

E como é que começaram a cantar juntos?

Ritchaz - Eu tinha um gravadorzinho em casa e eu próprio fabriquei os microfones. Era inventivo na época. Cantávamos em minha casa e gravávamos tudo em cassetes. Era só barulho, os sons feitos só com a boca! Improvisávamos vozes e batidas vocais. Era a brincadeira dos nossos tempos livres. As letras falavam de colegas e de professores e divertíamos-nos imenso com as cassetes que gravávamos e partilhávamos com os amigos. Misturávamos músicas e estilos. Com a chegada do computador a casa largámos definitivamente o rádio e a cassette. Começámos a fazer misturas de músicas que também partilhávamos com amigos e, através da internet, com muitas outras pessoas e DJs que faziam o download das faixas que colocávamos online. Fomos recebendo elogios, mas o que realmente nos entusiasmava era ter os nossos próprios beats e letras, a nossa própria música. A minha ideia foi, sempre, fazer instrumentais. Mesmo quando fazia ou-

tras coisas, acabava sempre por descambar para a produção de música. Em 2005 começámos a ter acesso a programas de produção musical e assim pudemos aprofundar o nosso conhecimento na criação de sons. Tínhamos, finalmente, músicas originais nossas. A dupla Ritchaz e Kéke passou a ter não só um nome mas uma sonoridade e estilo musical que nos caracterizava.

Durante esse período cantavam sozinhos?

Ritchaz - Começámos sozinhos. Mas fomos sempre muito musicais e isso cativava pessoas. Sempre tivemos amigos ao pé de nós, ou a cantar connosco, ou a ouvir. Sempre.

Como é que definem a música que fazem?

Ritchaz - A música cabo-verdiana é a nossa principal influência. É a base. Depois somos influenciados por tudo o que ouvimos: kizomba, hip-hop, reggae... Já lhe chamaram kizomba-rap, rap-funaná, ragga... A nossa música resulta de muitas influências. Numa só música pode haver quatro ou cinco influências de vários estilos. Até porque a nossa intenção não é continuar um estilo já existente. O que nós queremos mesmo é fazer essa mistura.

E as letras? Quem as escreve? E sobre o que falam?

Ritchaz - As letras são escritas pelos dois, cada um faz a sua parte. Escrevemos sobre a procura da felicidade. São letras positivas! Falamos sobre o que nos rodeia, não de uma forma negativa, mas de forma construtiva. E usando sempre o crioulo!

Quando é que aconteceu a primeira actuação ao vivo, perante público?

Ritchaz - A primeira vez foi numa festa de angariação de fundos organizada por um grupo de jovens, no âmbito do Programa Escolhas(*). Isso foi em Setembro de 2006. Entrámos ner-

vosos e com medo da reacção do público, mas no final conseguimos uma boa actuação e um grande apoio da plateia. Depois de tanto trabalho víamos o nosso esforço recompensado. Tínhamos conseguido sair do quarto onde produzíamos para um palco, frente a frente com uma multidão e tinha corrido tudo bem. A partir daí nunca mais parámos.

E qual foi a reacção das pessoas?

Ritchaz - A reacção das pessoas foi engraçada. Nós sempre fomos corajosos. Tínhamos consciência de que a música que fazíamos era diferente. Já era uma mistura. Nós gostávamos do que fazíamos e se nos convidavam para cantar a nossa reacção era «OK, 'bora lá!». Na desportiva. E o pessoal começou a curtir. Aos poucos, já estávamos a conquistar todos. Começámos a receber convites para mais festas, festas locais, festas de bairro, festas particulares. E fomos sempre bem recebidos. Acho que isso acontece porque somos humildes. Não somos muito de exibir a imagem, mas exibir a música. Somos mais por aí.

Entretanto a dupla Ritchaz e Kéke vai-se tornando cada vez mais conhecida...

Ritchaz - Depois do sucesso do primeiro concerto, os convites foram surgindo e actuámos em Chelas, Oeiras, Foros de Amora, Carnaxide, Linda-a-Velha e na Portela, o nosso bairro, exactamente no dia 26 de Novembro, numa festa tradicional de Cabo Verde, a festa da Santa Catarina. Foi um concerto marcante porque nos consolidou como artistas no nosso bairro e proporcionou-nos os melhores fãs que um artista pode ter: a família e os amigos. Entretanto, surgiu a oportunidade de participar num concurso em que amadores de todo o País enviaram as suas músicas para uma organização de produtores musicais que pretendia lançar um CD com novos talentos, financiado pela Gulbenkian e apoiado pelo Programa Es-

“

A minha ideia foi, sempre, fazer instrumentais. Mesmo quando fazia outras coisas, acabava sempre por descambar para a produção de música.

A música cabo-verdiana é a nossa principal influência. É a base. Depois somos influenciados por tudo o que ouvimos.

colhas, com o nome de ‘Nove Bairros Novos Sons’. Fomos escolhidos, com a música ‘Si Me Mi N’Sta Feliz’ e isso significou a oportunidade de gravar num estúdio a sério. Na apresentação desse CD conhecemos dois agentes independentes que pretendiam encontrar e ajudar talentos da música africana ou de raiz africana. Foi assim que começámos a dar concertos em Lisboa, no Porto, em Barcelona... Há dois anos participámos no CD ‘Novos valores FNAC/Antena 3’, com o tema ‘Nha Paz’.

Como é que surge nesta história o Proghetto?

Ritchaz – Como eu disse, sempre tivemos muitos amigos por perto, sempre houve muita gente atrás de nós. Foi por isso que formámos o Proghetto, que surgiu o ano passado. Eu, o Kéke e mais dois amigos, o Carlos Vieira e o Jair Rocha. Pessoal que está ligado à música, ainda que numa forma amadora. Temos muitos amigos com ambições musicais, pessoal que canta, que toca. Foi por isso que pensámos neste projecto. Na altura não tinha muita noção de como fazer bem as coisas, como lançar um CD. Tivemos que estudar. Inicialmente pensámos que mesmo que o custo fosse elevado, como éramos muitos, cada um punha uma parte e assim era possível. Conseguimos arranjar estúdio, gravámos, fizemos arranjos das músicas, misturámos, masterizámos. Andámos à procura de editoras, mas foi muito mau, porque o CD hoje em dia não vende, e tínhamos o problema de o CD não ter uma cara específica. Fizemos um CD com vários géneros de música e hoje em dia quando chegamos à prateleira da loja o que tens é ou rock, ou pop, ou outro género qualquer. No nosso CD tens tarrachinha, tens hip-hop, tens reggae... Falámos com donos de editoras que nos disseram mesmo “isso não vende”. Por isso preferimos desistir de editoras. Tentar lançar nós o CD. Sermos independentes. Não vamos alterar o nosso tipo de música. As editoras querem sem-

pre mudar. O mercado está mau e eles têm de pensar numa forma comercial. Vamos investir nós mesmos, na publicidade, enviar promoções para as rádios, usar plataformas de internet. Nesta altura, o nosso principal objectivo é que o maior número de pessoas nos conheça. E entenda o nosso conceito, Proghetto - Sonhar e Ser. Que, dito de forma simples, é uma rampa de lançamento para novos artistas, novos talentos, novos conceitos musicais, novos géneros. Para fazer parte, só é preciso gostar de música. Somos 26 pessoas e temos nove géneros musicais. E só não há mais porque não apareceram artistas noutros géneros!

Em paralelo, estão a estudar...

Ritchaz – Agora estamos juntos na Restart, a fazer Produção e Marketing Musical. Queremos conhecer o mercado, o terreno onde se pisa. Estamos a gostar, claro, e acreditamos que nos pode vir a ser muito útil, tanto a nós como ao Proghetto. }

www.myspace.com/ritchazekeke

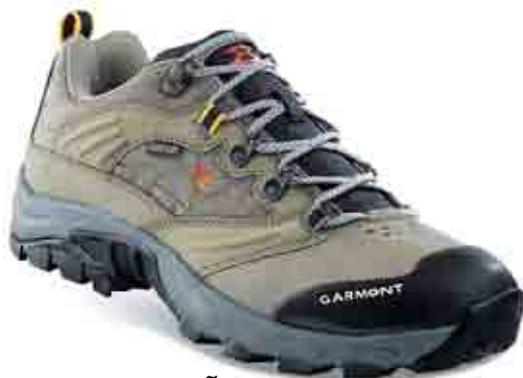
www.myspace.com/nosproghetto
www.facebook.com/nosproghetto

(*) O Programa Escolhas é um programa de âmbito nacional, tutelado pela Presidência do Conselho de Ministros, e fundido no Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural, IP, que visa promover a inclusão social de crianças e jovens provenientes de contextos socioeconómicos mais vulneráveis, particularmente dos descendentes de imigrantes e minorias étnicas, tendo em vista a igualdade de oportunidades e o reforço da coesão social.



“

Nesta altura, o nosso principal objectivo é que o maior número de pessoas nos conheça. E entenda o nosso conceito, Proghetto - Sonhar e Ser. Que, dito de forma simples, é uma rampa de lançamento para novos artistas, novos talentos, novos conceitos musicais, novos géneros. Para fazer parte, só é preciso gostar de música.



EQUIPAMENTOS DE ÚLTIMA GERAÇÃO: A TECNOLOGIA AO SERVIÇO DO SEU CONFORTO!

Nos últimos anos houve uma grande evolução no vestuário desportivo, nomeadamente pelo aparecimento das fibras sintéticas técnicas que permitem produzir tecidos mais funcionais do que os produzidos com fibras naturais.

Na prática, estamos a falar de roupas mais leves, mais quentes e que ao mesmo tempo extraem o excesso de humidade da transpiração gerada pelo corpo quando estamos em actividade, acção que os tecidos tradicionais como o algodão e a seda não conseguem fazer.

De facto, a **respirabilidade** foi uma das grandes evoluções. O tecido respirável tem como objectivo deixar o suor sair do corpo, evitando que o corpo fique molhado: em temperaturas baixas impede o arrefecimento e aumenta o conforto; com tempo quente evita a sensação desconfortável de “roupa colada”. Esta característica deve ser por isso considerada quando adquirir roupas que irão estar em contacto directo com o corpo.

Um tecido sintético muito popular para fornecer **aquecimento** é o *Polar*. Este tecido caracteriza-se por ser muito quente e leve, mas respirável. É ideal para o frio e pode ser encontrado em diferentes espessuras segundo o grau de isolamento que se pretende.

Os tecidos **impermeáveis e respiráveis** são um progresso em relação ao nylon e oleados, que são estanques à chuva mas que impedem o suor de sair. Para actividades ao ar livre, esta característica é por isso muito relevante. A referência mais conhecida é o *Gore-Tex*, que fornece aos equipamentos onde se encontra (casacos, botas, etc) uma protecção eficaz contra o vento e chuva com respirabilidade elevada.

Existem ainda os tecidos que **impedem a entrada do vento** mantendo a respirabilidade. Embora não impermeáveis, repelem a água. A referência *WindStopper* é a mais encontrada nos equipamentos (casacos, gorros, luvas, etc.) e a sua utilização é muito eficaz para a manutenção do calor corporal.

Da próxima vez que for adquirir equipamento para as suas actividades, procure informar-se sobre os materiais em que são fabricados, para optar pelo que mais se adequa às suas necessidades. Vai ficar surpreendido com tudo aquilo que a tecnologia pode pôr à disposição do seu conforto.

Boas actividades! }



ser voluntário

“Na Sociedade actual reconhece-se que o voluntariado tem um espaço próprio de actuação, cujo trabalho se situa numa linha de complementaridade do trabalho profissional e da actuação das instituições. Trabalho a que os países e os governos prestam cada vez mais atenção, conscientes de que os voluntários constituem um dos mais valiosos recursos activos de qualquer país.”

Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado (2002)

Para mais informações:
Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude / Centro Comunitário do Alto da Loba
TLF: 21 4420463 / 21 4419257 / 21 4404675
e-mail: bvoluntariado@cm-oeiras.pt



A LOJA DO SOBE E DESCE ARTESANATO COM ARTE

Na mítica rua do “sobe e desce”, mesmo em frente à entrada dos Jardins do Palácio do Marquês, uma nova loja abriu portas: a “Loja do Sobe e Desce”! Com artigos pouco convencionais, detalhadamente trabalhados por diferentes artesãos, este espaço recém-criado convida-nos a experienciar um mundo onde as velhas técnicas de confecção se fundem às mais recentes tendências de *design*. Vestuário, acessórios, mobiliário de interior, bonecas de pano que fazem as honras do espaço e muitas outras peças desafiam a nossa fantasia e fazem-nos sentir no interior de uma encantada casa de bonecas.

Apesar de aparentar dimensões reduzidas, não se enganem: para além da área dedicada à exposição dos elementos artesanalmente concluídos, a loja beneficia de um ateliê onde os artesãos desenvolvem criativas peças durante todo o dia e onde, aos sábados, leccionam diversos *workshops*; beneficia ainda de um quarto de provas cujo requinte da decoração não deixa ninguém indiferente! Para os mais exigentes as soluções não se esgotam, pelo contrário, cada sugestão é pormenorizadamente preparada e trabalhada com o objectivo de recriar uma peça artesanal única, específica para cada cliente. }

Com artigos pouco convencionais, detalhadamente trabalhados por diferentes artesãos, este espaço recém-criado convida-nos a experienciar um mundo onde as velhas técnicas de confecção se fundem às mais recentes tendências de design.

LOJA DO SOBE E DESCE
Rua Cândido dos Reis, 214 . Oeiras
Tel. 214 461 213
sobeedesce214@gmail.com

Segunda a Sexta . 10h00 às 19h00
Sábado . 10h00 às 14h00



HABITAÇÃO E SAÚDE

CONFORTO TÉRMICO: UMA NECESSIDADE AINDA LONGE DE SER SATISFEITA...

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

Com o aumento tendencial das amplitudes térmicas a nível mundial, torna-se cada vez mais pertinente sensibilizar para a importância do *conforto térmico* no nosso dia-dia, seja em casa, na rua onde passeamos, em espaços públicos ou no trabalho. Estas condições (ou a sua ausência), reflectem-se na saúde, nos comportamentos e, conseqüentemente, na qualidade de vida e bem-estar, longevidade e nível de produtividade da população.

Num país como o nosso, onde as condições climáticas não são excessivamente adversas, deveria ser comum conceber espaços termicamente agradáveis, sustentáveis e económicos em termos de factura energética. Não obstante esta situação, Portugal é ainda um dos países da União Europeia onde a mortalidade por falta de condições de isolamento e aquecimento nas casas é elevada. Segundo um estudo de especialistas da Universidade de *Dublin* (2003), que comparou 14 países europeus, “Portugal tem a maior taxa (28%) de excesso de mortalidade no Inverno”.

Apesar das preocupações legislativas, o *Conforto Térmico* é uma realidade ausente para a generalidade da população, sobretudo porque a maioria dos edifícios são de construção anterior a 2006 (ano em que a Directiva Comunitária para a Eficiência Energética foi transposta). Resultado destas preocupações, o projecto *Habituação e Saúde*, promovido pela *Organização Mundial de Saúde* (OMS), pretende estabelecer *Planos Locais de Acções em Habitação e Saúde* (PLAHS) e identificar prioridades locais com vista à melhoria das condições habitacionais como estratégia preventiva e meio de promover a equidade social.

No concelho de Oeiras, a OEINERGE actua com o objectivo de contribuir para a eficiência energética, melhorar o aproveitamento dos recursos energéticos endógenos e a gestão ambiental na interface com a energia. Exemplo disso é o trabalho recentemente desenvolvido em articulação com a Câmara Municipal de Oeiras na produção do Plano de Acção Energia Sustentável para Oeiras (PAESO).

O Marcador Digital recomenda a consulta de algumas páginas que aconselham e sugerem medidas adequadas ao melhoramento das condições de conforto e redução da *pegada ecológica*, quer aquando da construção de nova habitação como na remodelação da existente. }



DGS > Habitação e Saúde>PLAHS: <http://www.dgs.pt/>
Legislação > Eficiência Energética: http://europa.eu/legislation_summaries/index_pt.htm
Construção sustentável > Conforto Térmico: <http://www.construcaosustentavel.pt/>
Ecocasa > Construção: <http://www.ecocasa.pt/construcao.php>
OEINERGE: <http://www.oenerge.pt/> | <http://consultorio.oenerge.pt/>
PAESOeiras: <http://oeiras2020.x10hosting.com/index.html>

CAFÉ COM LETRAS

CARLOS VAZ MARQUES CONVERSA COM GONÇALO M. TAVARES

26 de Janeiro . Quarta . 21h30
Biblioteca Municipal de Oeiras



Steve Stoer

Em Fevereiro de 2006, Gonçalo M. Tavares foi o primeiro convidado do Café com Letras. Muitos livros e muitos prémios depois, entre os quais o Prémio do Melhor Livro Estrangeiro 2010 em França para o seu romance *Aprender a Rezar na Era da Técnica*, Gonçalo M. Tavares regressa ao Café com Letras.

O seu mais recente livro, *Uma Viagem à Índia*, publicado em Novembro último e cujas críticas aconselham uma particular atenção, será de certo um ponto de passagem na conversa com o escritor. As aventuras de Bloom, o protagonista, narradas numa epopeia do século XXI que nasce de uma ideia de responsabilidade com o passado, com inúmeras tangentes a “Os Lusíadas”, num hábil retrato da condição humana, levaram Vasco Graça Moura a afirmar que “vai marcar com certeza não apenas a História da Literatura Portuguesa, mas provavelmente a cultura europeia”.

Vai estar à conversa com Carlos Vaz Marques e com todos aqueles que com eles quiserem partilhar um serão à volta desta e de outras viagens. }



INFORMAÇÕES
Biblioteca Municipal
de Oeiras
tel. 214 406 331/40
arodrigues@cm-oeiras.pt



Paragem de autocarro (nº 10, 12 e 20). Largo D. Manuel I, Algés . Carlos Filipe Maia



CONCURSO DE FOTOGRAFIA

Depois da interrupção em Dezembro, regressamos e renovamos o convite. Este espaço é seu e das suas fotografias. Subordinado a um tema diferente em cada mês, queremos compartilhar o seu olhar sobre Oeiras. Os melhores trabalhos serão apresentados na página do município de Oeiras na internet e a fotografia vencedora de cada mês será exposta nesta página.

PARTICIPE!

Até 17 de Janeiro (inclusive), pode enviar as suas melhores fotografias para o tema "Insólitos em Oeiras". Aceite o desafio de pegar na máquina e parta à descoberta de Oeiras, 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 são quatro bilhetes (2 crianças e 2 adultos) para a peça infantil *Zuca, Truca, Bazaruca e Artur*, em cena no Auditório Municipal Lourdes Norberto, e o livro *Atlas de Oeiras - Oeiras no início do III Milénio*, um retrato do concelho em 379 páginas.

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



.01

.02

.03

.04

.05

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.

Contos de Tchekov, de Anton Tchekov

5 e 11 . *Quarta e terça* . 19h00

Biblioteca Municipal de Algés

O Cavalo de Sol, de Teolinda Gersão

11 e 18 . *Terças* . 18h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

As Ondas, de Virgínia Woolf

11 e 18 . *Terças* . 19h00

Biblioteca Municipal de Carnaxide

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Bibliotecas Municipais - Sector de Adultos

Algés . tel. 210 977 480, bruno.eiras@cm-oeiras.pt

Oeiras . tel. 214 406 340, ana.duarte@cm-oeiras.pt

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

.01 .02 .03

Tamera - um Modelo Para o Futuro

de Leila Dregger *

8 . *Sábado* . 15h30

Biblioteca Municipal de Algés

Lançamento do livro de Leila Dregger.

Um primeiro documento em português sobre um projecto único à escala global.

INFORMAÇÕES

BM Algés . tel. 210 977 480 . maria.moreno@cm-oeiras.pt

.04

Encontro com a escritora Sandra Carvalho

13 . *Quinta* . 14h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

20 . *Quinta* . 14h30

Biblioteca Municipal de Carnaxide

Um encontro entre alunos e escritores de literatura infanto-juvenil. Este mês, com Sandra Carvalho, a autora da *Saga das Pedras Mágicas*, já com seis volumes publicados.

Para alunos do ensino secundário.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

BM Carnaxide

tel. 210 977 430 . josefina.melo@cm-oeiras.pt

.05

Tarde de Poesia no Palácio

13 e 20 . *Quintas* . 16h00h às 18h00

Palácio dos Aciprestes . *Linda-a-Velha*

Com os Jograis Nova Atena e os Segreís da Usila de Autores Clássicos e Contemporâneos, respectivamente.

Atelier "Leitura em voz alta"

22 . *Sábado* . 10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Ler em voz alta é uma arte de sedução, para a leitura. Neste atelier, Cristina Paiva, da Andante - Associação Artística, proporciona conhecimentos e práticas para tornar esta sedução eficaz.

Para público geral.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas e presenciais)

BM Oeiras - Sector Infantil . tel. 214 406 342

Roteirinho

30 DIAS EM OEIRAS  JANEIRO 2011

 TEATRO
INFANTIL



Era uma vez um dragão

Sábados . 16h00

Audatório Municipal Eunice
Muñoz . Oeiras

A história de quatro amigos - Tomás Catrapaz, Luis Catrapiz, Jesus Catrapuz e Maria da Luz. Cada qual com as suas qualidades e defeitos são bem o lema "Um por todos e todos por um!"

De António Manuel Couto Viana. Encenação de Alberto Villar. Produção da Dramax - Centro de Artes Dramáticas de Oeiras.
Para crianças maiores de 4 anos.

BILHETES À VENDA (10 € adultos, 7,50 € crianças até aos 12 anos)

Audatório Municipal Eunice Muñoz
(tel. 214 408 411), e locais habituais

INFORMAÇÕES E RESERVAS
tel. 960 272 519, 932 025 651
dramaxproducoes@gmail.com
paulo.afonso@cm-oeiras.pt

Zuca, Truca, Bazaruca e Artur

Sábados . 16h00

Domingos . 11h00 (espectáculos
extra, por marcação)

Audatório Municipal Lourdes
Norberto . Linda-a-Velha

Um grupo de crianças brinca nas ruas por falta de melhor lugar. Uma estória sobre parques infantis e uma alegoria acerca dos direitos das crianças. Uma divertida peça infantil criada pelo Grips Theater de Berlim, e apresentada em 1979 pelo Teatro da Cornucópia, agora pelo Intervalo - Grupo de Teatro numa versão e encenação de Fernando Tavares Marques, com música de Luis Macedo.

Para crianças maiores de 3 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
(bilhetes: 5€ crianças, 7€ adultos)
Intervalo - Grupo de Teatro
tel. 214 141 739
intervaloteatro@gmail.com

Escola de Heróis

Sábados e domingos . 15h00
(espectáculos extra, por
marcação)

Audatório Novo Espaço
Edifício Parque Oceano
Santo Amaro de Oeiras

A Escola de Heróis é o local onde se formam e treinam os futuros heróis, príncipes, princesas e fadas. A luta entre o bem e o mal numa peça onde o rock não pode faltar. Um musical infantil de Marco Medeiros, com encenação de Carlos d' Almeida Ribeiro.
Para crianças maiores de 4 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
(bilhetes: 7,50€ crianças, 6€ adultos)
Teatro Independente de Oeiras
tel. 213 020 003
bilheteira.tio@gmail.com

BIBLIOTECAS MUNICIPAIS

Feiras 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 dos jardins-de-infância e 1º ciclo do ensino básico.

Atelier de animação da leitura e da escrita *

4, 11, 18, 25 e 30 . Terças . 10h30

5, 6, 12, 13, 19, 20 e 27

Quartas e quintas . 14h00

Biblioteca Municipal de Algés

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 alunos 1º ciclo do ensino básico.

Atelier de animação da leitura e da escrita para os mais pequenos *

5, 6, 12, 13, 19, 20 e 27

Quartas e quintas . 10h30

Biblioteca Municipal de Algés

Para alunos de creches e pré-escolar.

Atelier de animação da leitura e da escrita *

5, 12 e 19

Quartas . 10h30 e 14h30

Biblioteca M. de Carnaxide

Para alunos do pré-escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico.

Oficina 'A linha da história', por Diogo Martins *

5 . Quarta . 10h30 e 14h00

Biblioteca M. de Carnaxide

27 . Quinta . 10h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Depois de uma breve partilha

do processo de criação dos livros de artista vamos utilizar o objecto (o livro) como estímulo à criatividade e imaginação e, através dele contar histórias. Para abordar conceitos como a ilustração, o conto, a história e a imaginação a partir de um universo gráfico abstracto.

Para alunos das escolas do 1º ciclo do ensino básico.

Atelier de animação da leitura e da escrita *

6, 13, 20 e 17

Quintas . 10h30 e 14h30

Biblioteca M. de Carnaxide

Para alunos do pré-escolar.



Canto de Colo *

8 . Sábado, das 10h30 às 12h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

15 . Sábado . 10h30 às 12h30

Biblioteca M. de Carnaxide

22 . Sábado . 10h30 às 12h30

Biblioteca Municipal de Algés

Recuperar e repensar as práticas tradicionais que sabemos facilitadoras da relação entre pais e filhos e que favorecem a organização e o bem-estar do bebé e da criança pequena. Serão realizados vários exercícios de grupo que envolvem respiração, relaxamento, toque, movimentação, vocalizações, cantigas de embalar, de roda, de gestos, lenga-lengas, jogos cantados e pequenos contos. Inscreva-se e traga o seu bebé para uma manhã de partilha...

Para pais, mães, avós e crianças dos 0 aos 3 anos. Limite de 10 crianças.



Sábados de Contos

8 e 15 de Janeiro, sábado, às 16h

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.

Crianças a partir dos 4 anos e suas famílias

Anatomias *

10 a 14

Segunda a sexta . 10h00 e 14h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Um ateliê encenado ou um espectáculo participado? Dois detectives procuram descobrir o criminoso que tem roubado e adulterado as palavras dos livros. Fazem-no perante uma turma, contando com a sua participação para acelerar a descoberta, e os alunos terão que... ler. Assim mesmo: leitura.

Em silêncio e em voz alta,

recriando as situações e perso-

nagens propostas ou fazendo

jogos simples. que ajudam a

criar competências leitoras.

Dinamizado pela Andante Associação Artística.

Para alunos do 2º e 3º ciclo do ensino

básico.

Darwin 200 *

12, 19 e 28

Quartas e sexta . 10h00

Biblioteca Municipal de Algés

Uma iniciativa cultural no

âmbito da história da ciência

com o objectivo de promover

a literacia científica através

da aprendizagem de concei-

tos sobre evolução/selecção

natural de um modo divertido,

enriquecedor e inovador. A

actividade integra o "Jogo da selecção natural" (4 computadores para resolução do jogo digital), em complemento ao "Caderno do Naturalista", um guia para observar e registar, medir, agrupar e classificar.

Para crianças dos 8 aos 12 anos.

Oficina Massa Folhada *

15 . Sábado . 15h00

Biblioteca M. de Carnaxide

A partir de um jogo gráfico vamos construir um alfabeto sensorial pintado com ingredientes culinários. Podemos também utilizar o nosso corpo como uma folha de papel e até aprender a utilizar a linguagem dos pássaros para encontrar uma palavra especial.

Oficina de expressão artística orientada por Marina Palácio.

Para famílias com crianças a partir dos 5 anos.

Atelier de animação da leitura e da escrita *

19 . Quarta . 16h30

Biblioteca M. de Carnaxide

Anabela Passos é professora do 1.º ciclo. Editou dois livros, o primeiro dos quais ganhou uma menção honrosa em 2002, no concurso literário da cidade de Almada, e o segundo ganhou o 1.º prémio do mesmo concurso, em 2008.

Para alunos do 1º ciclo do ensino básico.

Retratinho Helen Keller *

22 . Sábado . 16h00

Biblioteca Municipal de Algés

No mês em que se celebra o Dia Mundial do Braille (4 de Janeiro), apresentamos este Retratinho: "O meu nome é Helen Keller e aprendi o significado das coisas pelas mãos, porque, aos dois anos, fiquei cega e surda devido a uma doença. Gostava que conhecesse a minha história e da professora que me ensinou a ver com as mãos e a ouvir com os dedos.

Chama-se Anne Sullivan e foi ela que me abriu a porta para o mundo da linguagem".

Pela Associação Cultural Teatromosca. Para famílias com crianças a partir dos 3 anos.



Oficina de Luz e desenhos em movimento *

29 . Sábado . 15h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Nortada, o vento das terras do norte, vai percorrer diversos lugares do mundo para convidar doze animais para a celebração do nascimento de um pequeno lobo. Durante a festa e ao som de músicas especiais vão inventar jogos misteriosos onde os desenhos têm movimentos, outros são de luz colorida ou até mesmo de canela.

Oficina de artes plásticas e performativas, orientada por Marina Palácio.

Para famílias com crianças a partir dos 4 anos.



Exposições de Ilustração, de Diogo Martins

3 de Janeiro a 28 de Fevereiro .
horário das bibliotecas

Perdidos e Achados

Biblioteca Municipal de Algés

O artista apresenta um conjunto de ilustrações onde a técnica da colagem de jornal é um dos ele-

mentos unificadores. O jornal é aqui reutilizado não apenas como material a usar para desenhar mas também as notícias que nele vêm escritas são um estímulo para a imaginação e temas sobre os quais o artista se debruça para se expressar.

Enrolada num cobertor

Biblioteca M. de Carnaxide

Uma história de autor para a infância composta por ilustrações finais e esboços. Todos eles ilustram uma história onde um pequeno menino nos leva a pensar "o que está lá em cima". De que é são feitas as nuvens e ao que é que lhe cheira quando chove. Este passa por um conjunto de peripécias depois de tentar que o sol fique sempre com ele para que esteja sempre um dia solarengo.

Amálgama ilustrada

Biblioteca Municipal de Oeiras

Uma amálgama de ilustrações que contam histórias ou fragmentos de histórias. Cada ilustração apresenta uma história, um apontamento ou uma parte de algo a contar e nelas podemos observar o universo de personagens que brincam entre si.

(*) Mediante inscrições

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Bibliotecas Municipais - Sector Infantil
Algés . tel. 210 977 480/1
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

CENTRO DE ARTE MANUEL DE BRITO

Terça a domingo . 10h00 às 18h00
última sexta de cada mês
10h00 às 24h00
Palácio Anjos . Algés



Atelier "Queres ser um Articulador?" *

9 e 23 . Domingo . 15h30 às 17h00
11 e 18 . Terças . 10h00 às 11h30

Vem aprender a semear, cultivar e colher uma verdadeira obra de arte! Sabias que para além de artistas Plásticos no CAMB também existem Articuladores? Já alguma vez viste algum? Imaginas o que faz? Pois é, nesta visita vais descobrir o que é um articulador e conhecer um jardim especial, único no mundo inteiro. Vais também perceber que aquilo que nasce deste jardim se pode comer... mas com os olhos! Entre colheitas e receitas, viagens e ideias, vamos criar uma verdadeira e singular obra de arte.

Dirigido a crianças dos 4 aos 12 anos.
Concepção e orientação de Irina Raimundo e Inês Pardal.

Atelier "O que os artistas querem dizer cabe a todos nós resolver..." *

12 e 26 . Quartas . 10h00 às 11h30
16 . Domingo . 15h30 às 17h00

De que falam as obras acabadinhas de sair da cabeça dos artistas? O que é isso da arte contemporânea e como ela fala de um tempo que ainda não passou?

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?

Dirigido a crianças entre os 4 e os 12 anos. Máximo de 10 crianças no caso das famílias e no caso das turmas escolares até 25 crianças.
Concepção de Sara Franqueira.

(* Marcações prévias. Mediante condições de acesso.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas)

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

MUSEU DA PÓLVORA NEGRA

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

Vamos jogar no Museu!

Terças e quintas . 10h00
Diferenças? Sopa de Letras?
Palavras Cruzadas? Jogo da
Memória? Labirintos? Puzzles?
Joga e descobre a história da
Fábrica.

Orientação do Sector Educativo do
Museu. Para crianças dos 4 aos 12 anos
Sujeita a inscrição (2,10 € normal, 1,05 €
municipes). Mínimo de 10 participantes.

Actividades livres

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.
Preço: 1,04 €
(à venda na Recepção/Loja do Museu)



Às Voltas na Fábrica da Pólvora

Aventura-te pela Fábrica da
Pólvora com a Maria e com o
João e descobre coisas extra-
ordinárias.

Para crianças dos 7 aos 11 anos.
Preço: 2 €
(à venda na Recepção/Loja do Museu)



Caderneta de Cromos As profissões da Fábrica

Colecciona os cromos da Fábri-
ca e fica a conhecer o que fazia
quem nela trabalhava.

Para crianças dos 7 aos 11 anos.
Preço: 2 €
(à venda na Recepção/Loja do Museu)

Receitas da Fábrica

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

Para crianças dos 7 aos 11 anos.
Preço: 2 €
(à venda na Recepção/Loja do Museu)

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES Sector Educativo do Museu da Pólvora Negra

tel. 210 977 422/3/4, 214 408 796
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt

Poemas ao fim do dia 25 . Terça . 21h30 às 23h00

Biblioteca Municipal de
Carnaxide

Uma forma de reunir um grupo de
pessoas e informalmente falar de
poesia e descobrir poetas.
Tome um café e traga os poemas
que fizeram ou que fazem parte
da sua vida.

Para adultos e jovens.

INFORMAÇÕES

BM Carnaxide . tel. 210 977 433

Serviço de Pesquisa Assistida

Segunda a sexta . 10h00 às 18h00
Bibliotecas Municipais de Algés,
Carnaxide e Oeiras – Espaços
Multimédia

Um serviço que nasce da vocação
das Bibliotecas Municipais de
Oeiras em prestar apoio constante
na pesquisa e localização de
distintos tipos de informação
on-line. Caso necessite de
conteúdos específicos de suporte
à investigação sobre qualquer
temática, de apoio na realização
de um trabalho escolar ou ainda
se pretende conhecer informação
relevante sobre Oeiras, reserve
já a sua sessão numa biblioteca
próxima de si.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Biblioteca Municipal de Oeiras
Sector Referência
tel. 214 406 340
referencia.bmo@cm-oeiras.pt



BREVE HISTÓRIA DE QUASE TUDO

BILL BRYSON . QUETZAL EDITORES

sugestões do escritor } MIGUEL GULLANDER

Uma vida humana, longa, nunca durará mais do que 650 mil horas. Quantas horas se perderam no longo e estéril percurso escolar, sem falar daquelas no trânsito, ou num emprego mesquinho? As horas perdidas da escola são provavelmente as que mais doem para aquelas pessoas que foram amaldiçoadas por uma lucidez que não as iludiu com a fantasia infantil de que a adolescência foi dos melhores tempos da sua vida. Frequentemente as aulas eram apenas o tempo em que se esperava pelo intervalo de dez minutos em que, por sua vez, se esperava pela hora seguinte de tédio. Mas, para quem quer descobrir uma obra cheia de humor e génio, que recupere e redima muitos dos temas fundamentais da ciência do universo, porque nunca os chegou a compreender ou descobrir durante o seu percurso académico, este é um livro precioso e hilariante.

Esta obra coloca-nos perante proporções que ultrapassam todos as confortáveis fronteiras hedonistas e teleológicas: é chocante a efemeridade da existência humana entre as 192 outras espécies de primatas e macacos. É gigantesca a noção de que o universo visível por nós (sem contar com o muito que, obviamente, não vemos) tenha 1 500 000 000 000 000 000 quilómetros de dimensão. Ou, de que para se produzir uma das mais simples células, seria necessário miniaturizar o mesmo número de componentes que se utilizam na construção de um Boeing 777 e enfiá-los numa esfera com cinco micrones de diâmetro...

A nossa espécie, como mostram as grandes tragédias gregas, sofre da *hubris*, a arrogância. A nossa arrogância circunscreve os incomensuráveis limites do universo ao tamanho da nossa ignorância – e amplia-nos a nós mesmos, de forma ridícula, para fora dos nossos óbvios limites. Somos desproporcionados no modo como vemos a realidade. E a desproporção é a principal técnica da caricatura. }



Tertúlia Cultural de Oeiras

5 . Quarta . 16h00

Livraria-Galeria Municipal
Verney . Oeiras

Fado - Património Cultural da
Humanidade?, numa sessão
coordenada por Maria de Fátima
Pissarra.

Quintas-feiras Culturais

Livraria-Galeria Municipal
Verney . Oeiras

Sketches teatrais, pelo Centro
Cultural de Oeiras (CENCO)

6 . Quinta . 16h00

Prosa dos poetas, pelos
Jograis do Paço

13 . Quinta . 16h00

A eficácia dos cosméticos,
pelo Dr. Fernando Barata da
Universidade Sénior de Oeiras

20 . Quinta . 16h00

Sessão a cargo da Associação
Portuguesa de Poetas (APP)

27 . Quinta . 16h00



4º Ciclo de Colóquios- Debates "Não desistas"

11 . Terça . 16h00

Livraria-Galeria Municipal
Verney . Oeiras

Com o Prof. Dr. Adalberto Alves.



4º ciclo da tertúlia "Fim do Império: Olhares Jornalísticos"

18 . Terça . 15h00

Livraria-Galeria Municipal
Verney . Oeiras

Apresentação do livro "Guer-
ra Colonial, um repórter em
Angola", do jornalista Fernando
Farinha e coronel Carlos Matos
Gomes, com a presença dos
autores.



Exposição "1910 Memórias do Teatro"

6 de Janeiro a 27 de Março

Quinta a sábado . 14h00 às 21h30

Domingos . 14h00 às 18h00

Auditório Municipal Eunice
Muñoz . Oeiras

Uma exposição, coordenada e
comissariada pela Mestre Paula
Anjos, que apresenta no núcleo
I uma retrospectiva de toda a
actividade teatral na cidade de
Lisboa, no ano da implantação
da República. O núcleo II,
interligado com a peça "Sabina
Freire", em cena no Auditório,
dá a conhecer um pouco da vida
e da obra do seu autor, Manuel
Teixeira Gomes.

VISITAS GUIADAS (para grupos)
tel. 912 362 241

REPÚBLICA A MODA DOS CHAPÉUS

texto } FILOMENA SERRÃO ROCHA . filomena.rocha@cm-oeiras.pt



Afonso Costa e Bernardino Machado, Lisboa, edição da Chapelaria Moderna
in Os Postais da Primeira República, Lisboa, 2010, p. 91

Chapéus há muitos..., era a famosa rábula de Vasco Santana no filme *A Canção de Lisboa*, realizado em 1933, por Cottinelli Telmo. Durante os agitados anos da I República (1910-1926), estava na moda o uso de chapéus para homens, mulheres e crianças. Os modelos variavam de acordo com a ocasião. Acessório de moda, o seu uso pode ser encarado como uma função protectora, e a sua forma e cor pode caracterizar a personalidade de uma pessoa. Ninguém saía à rua sem chapéu. Todas as classes sociais o usavam, do burguês endinheirado que usava cartola, em ocasiões importantes, aos homens do povo, mesmo os mais pobres, que não dispensavam o seu boné. Os chapéus dos homens eram: "discretos, pretos, a condizer com os trajes que usavam aquando dos passeios domingueiros, nos salões que frequentavam e onde discutiam a política, a cultura ou as conquistas amorosas nem sempre lícitas, nos empregos, se estes lhes conferissem

um maior estatuto e a isso os obrigassem. Os das senhoras, sim, sofreram cortes até então inimagináveis – plumas "voavam", o diâmetro das abas diminuiu, as enormes flores de pano foram substituídas por discretas aplicações" (Silva, Ana Pereira, *Pano para mangas*, in *História*, Fevereiro de 2010, pp. 96 e 97).

Os nossos republicanos eram senhores vestidos de cinzento e sempre de chapéu. Este acessório tornou-se um símbolo do Partido Republicano. É frequente, nas fotografias dos comícios da época, visualizar uma multidão de homens, vestidos de paletó ou casaca, orgulhosos dos seus colarinhos brancos, dos seus chapéus e das suas bengalas. A Chapelaria *A Social*, situada na Rua Fernandes da Fonseca em Lisboa tinha em stock, diversos modelos personalizados. Havia os chapéus a Afonso Costa, a Antónnio José de Almeida, a Alexandre Braga, por exemplo, que, pesavam 70 gramas e custavam 1\$000 reis (in *A Luta*, Lisboa, 7 de Dezembro de 1907). Tirar o chapéu era uma maneira cortês de cumprimentar as pessoas que passavam na rua, ou de prestar homenagem a um acontecimento social importante, como a passagem do andor da procissão.

Bernardino Machado (1851-1944), antigo Presidente da República entre 1915 e 1917 e novamente entre 1925 e 1926, que teve residência na Cruz Quebrada, nomeadamente no Castelo de Santa Catarina, ficou conhecido pela numerosa descendência (teve 19 filhos) e pelos seus gestos de delicadeza, tirando o chapéu a toda a gente que o saudava. Este singular hábito, assim como a quantidade de filhos, inspiraram numerosas caricaturas.

Durante o período da I República, e perante os cânones da moda, quem escolhia a profissão de chapeleiro, tinha trabalho garantido. }



· Ciclo de Música de Órgão de Linda-a-Velha



· Concerto de Ano Novo · Fabio Andreotti



· Recital "Trio de Brahms" · Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras

Ciclo de Música de Órgão de Linda-a-Velha

8 . Sábado . 17h30
Igreja Paroquial de Nossa Senhora do Cabo . Linda-a-Velha
Conclui-se este mês o primeiro Ciclo de Música de Órgão de Linda-a-Velha, com um concerto de António Duarte, organista da Igreja de Nossa Senhora do Cabo e Professor de Órgão do Conservatório Nacional.

Mais uma oportunidade ouvir este órgão de grandes dimensões (o segundo maior em toda a área metropolitana de Lisboa a seguir ao órgão da Sé Patriarcal), concebido como instrumento de concerto, e que permite a execução e a audição de praticamente todo o repertório de órgão.

Entrada livre.

INFORMAÇÕES

Paróquia de Nossa Senhora do Cabo
tel. 214 157 600
<http://lindaavelha.wordpress.com>

Concerto de Ano Novo *

8 . Sábado . 18h00
Auditório Municipal
Ruy de Carvalho . Carnaxide

Obras de **G. Donizetti, U. Giordano, G. Verdi, G. Puccini**, entre outros.

Com Fabio Andreotti (tenor), Maestro Nikolay Lalov e a Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

Concertos da Escola de Musica Nossa Senhora do Cabo
15, 22 e 29 . Sábados . 17h00
Palácio dos Aciprestes
Linda-a-Velha

Recital "Trio de Brahms" *

16 . Domingo . 17h00
Palácio dos Aciprestes
Linda-a-Velha

J. Brahms - Trio para clarinete, piano e violoncelo em A menor, Op. 114

Nino Rota - Trio para clarinete, piano e violoncelo.
Com João Vale (piano) e solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

(* *Entrada gratuita (maiores de 6 anos) limitada aos lugares disponíveis e condicionada após o início do espectáculo.*

INFORMAÇÕES

tel. 214 408 565/24
carlos.pinto@cm-oeiras.pt



LA GIUDITTA REEDITADA

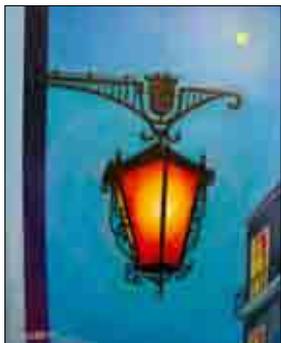
sugestões da musicóloga } CRISTINA FERNANDES

A oratória *La Giuditta*, de Francisco António de Almeida (c.1702- 1755), é um dos grandes tesouros da história da música portuguesa. Quando René Jacobs gravou esta obra com o Concerto Köln e um ótimo conjunto de solistas em 1992, dois anos depois da estreia na Gulbenkian, foi uma revelação. Dos compositores portugueses que realizaram estudos em Roma durante o reinado de D. João V, Almeida foi o que usufruiu de maior reconhecimento em Itália. O seu retrato consta da famosa coleção de caricaturas de músicos setecentistas de Pier Leone Ghezzi (1674-1755), das quais a mais conhecida é a de Vivaldi, contendo uma legenda elogiosa: "bravissimo compositor (...) é um assombro e canta com gosto inatingível". A sua oratória *Il pentimento di Davide* foi cantada em Roma em 1722 e em 1726 estreava *La Giuditta* no Oratório dos Padres da Chiesa Nuova. A partitura encontra-se hoje na Biblioteca do Património Cultural Prussiano (Berlim) e foi dedicada ao embaixador André Melo de Castro. O libreto baseia-se no episódio do Antigo Testamento em que Judite, seduzindo e assassinando o general do exército de Nabucodonosor, Holofernes, conduz os seus compatriotas hebreus à vitória contra o invasor. Almeida não estava sozinho na escolha do tema, recorrente na pintura (são célebres os quadros de Tintoretto, Veronese, Botticelli, Caravaggio, Artemisia Gentileschi e muitos outros) e em várias óperas e oratórias setecentistas. Foi por exemplo usado por Vivaldi, A. Scarlatti, Marcello, Cimarosa ou Mozart, este último a partir do libreto de Metastasio, *La Betulia liberata*. *La Giuditta*, de Almeida, insere-se no modelo típico da oratória romana, obedecendo no plano formal e da retórica musical a uma linguagem próxima da ópera séria. A gravação de René Jacobs foi agora reeditada pela Harmonia Mundi, encontrando-se disponível por um preço muito acessível. }

Visões: o espírito dos lugares
Até 7 . Dias úteis . 9h00 às 18h00
Aerlis - Associação Empresarial da Região de Lisboa . Rua São Salvador da Baía (frente ao Oeiras Parque)
Pintura de Fernando Baleiras e Jorge Marques.

Colectiva de pintura nas comemorações natalícias
Até 7

Segunda, quarta e sexta
9h00 às 17h00
Terça e quinta . 9h00 às 20h00
Junta de Freguesia de Carnaxide
Com pinturas de Alice Gamboa, Ana Maria Real, Cinda Matos, Dário Antunes, Giselle Dumont, Isabel Cancela, Jorge Aragão, Julieta Garcia, Julieta Torres, Luís Nogueira, Margarida Pinho, Maria Tereza, Nunes Amaral, Policas, Sílvia Neto e Vifer.



A Grande Paixão
Até 8
Terça a sexta . 15h00 às 18h00
Sábados . 11h00 às 13h00
Galeria DinRic . Centro Cívico de Carnaxide, Piso 1, Loja 7A
Uma exposição do artista José Fonseca.

Sempre por Maus Caminhos
3 a 13
Segunda a Sexta . 15h00 às 19h00
Sábados . 9h00 às 13h00
Biblioteca Operária Oeirense
Exposição de Eduardo Barata.
Colecção de Desenhos nas Ilhas das Flores e Corvo.

INFORMAÇÕES
tel. 214 426 691
biblio-op-oeirense@mail.telepac.pt



Prémio Nobel da Literatura
Até 15 . Horário da Biblioteca Biblioteca Municipal de Carnaxide
Uma exposição sobre o Prémio Nobel da Literatura, entre 1998 (José Saramago) e 2010 (Mario Vargas Llosa).



Os Criadores de Heróis - BD
21 de Janeiro a 28 de Fevereiro
Horário da Biblioteca Biblioteca Municipal de Carnaxide
Uma exposição sobre os mais carismáticos criadores de personagens de Banda Desenhada.



Amuletos, Fetiches e Talismãs. Magia e Simbolismo: Colecção Manuel J. Gandra
8 a 29
Terça a sábado (excepto feriados)
14h00 às 18h00
Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Inauguração da exposição
Apresentação da exposição e conferência "Amuletos, Fetiches e Talismãs", pelo Prof. Manuel J. Gandra.
8 . Sábado . 15h00

Os segredos das plantas,
por Fernanda Botelho.
15 . Sábado . 15h00

Pedras de protecção,
por Leonor Tomé.
22 . Sábado . 15h00

Das orações e benzeduras à meditação e rituais de protecção, por Maria João Macieira.
29 . Sábado . 15h00



Gabriel Abrantes, *Olympia I*, 2006, 16 mm, cor, stereo, 3'40", ed.3

Século XXI - Anos 10

Até 27 de Fevereiro de 2011
Terça a domingo . 10h00 às 18h00 (encerrado no dia 1)
Última sexta de cada mês . 10h00 às 24h00
CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito . Palácio Anjos . Algés

O Centro de Arte Manuel de Brito apresenta as mais recentes aquisições da Colecção Manuel de Brito, acrescentadas ao espólio nos últimos dez anos, com obras de artistas como Pedro Casqueiro, Rui Serra, Pedro Gomes, Isabelle Faria, Ricardo Angélico, Jorge Santos, Manuel Caeiro, Vasco Araújo, João Pedro Vale, Samuel Rama, Martinho Costa, Sofia Leitão, Gabriel Abrantes, Diogo Evangelista, João Francisco e Rui Pedro Jorge, o artista mais jovem, com 23 anos e cuja participação nesta exibição dá continuidade à pretensão de

manter a dinâmica da Colecção e prosseguir na aposta de novos artistas. A exposição inclui também obras já anteriormente pertencentes à Colecção, de Júlio Pomar, Paula Rego, Eduardo Batarida, Julião Sarmento, Graça Morais, Victor π, Pedro Calapez, Rui Sanches, Pedro Cabrita Reis, José Pedro Croft, Urbano, Ana Vidigal, Fátima Mendonça, Miguel Telles da Gama, Rui Carvalho, Alexandra Mesquita, Rui Chafes, Rigo 23, Joana Vasconcelos, Joana Salvador, João Leonardo e Francisco Vidal.

CONDIÇÕES DE ACESSO
Consultar página 32 - Utilidades

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

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

Workshop "Videografias"
8 e 22 . Sábados . 15h00 às 18h00
Como é o Palácio Anjos aos olhos de cada visitante? Será possível ver aquilo que o outro vê? Como partilhar as experiências singulares vivenciadas neste espaço? Num formato de visita-oficina, cada participante será convocada as suas memórias e identidade para a percepção do Palácio. Após um debate sobre essas vivências, e recorrendo a uma câmara de vídeo, propõe-se a cada um o registo do seu olhar único e a partilha com o dos outros, contribuindo, assim, para a criação de um filme feito de múltiplos olhares. Concepção e orientação de Carlos Carrilho e Sílvia Moreira.

Para adolescentes, a partir dos 13 anos, e adultos.
Máximo de 12 participantes, mínimo de 5. Marcações prévias. Mediante condições de acesso.



Visitas Guiadas

12 e 26 . Quartas . 11h30
Visitas guiadas generalistas que contextualizam a exposição temporária em curso. A ocorrer durante a permanência da exposição, destinadas a todos os públicos não especializados.

Para grupos escolares (máximo de 25 alunos) e público geral (de 10 a 25 pessoas). Marcações prévias. Mediante condições de acesso.

Barraca Deluxe

7, 8, 21, 22, 28 e 29

Sextas e sábados . 22h00

Teatro Nova Morada

Av. dos Fundadores, 59A Paço de Arcos

(junto ao Oeiras Parque)

Droga, corrupção, sexo, imoralidade, loucura, diversão, ocultismo e drama condensados na melhor barraca do Bairro do Mocho. Uma comédia realista, com texto e encenação de Nuno Loureiro, que retrata o quotidiano nas barracas com as suas vantagens e desvantagens.

Para maiores de 18 anos, com linguagem e cenas eventualmente chocantes.

INFORMAÇÕES E RESERVAS

Teatro Nova Morada

tel. 968 083 511

www.teatronovamorada.webs.com

Toda a gente sabe que toda a gente sabe

A partir de 28

Quintas, sextas e sábados 21h30 .

Domingos . 16h00

Audatório Municipal Eunice

Munôz . Oeiras

Uma comédia divertida, de Miguel Fallabela e Maria Carmem Barbosa, que conta a história de uma família disfuncional mas chique... falida, que tenta viver de aparências.

Com Manuela Maria, Teresa Guilherme, Heitor Lourenço, Paula Luiz e Rui Neto. Encenação de Celso Cleto.

Co-Produção DRAMAX - Centro de Artes Dramáticas de Oeiras e Câmara Municipal de Oeiras.



XXIX Troféu CMO Corrida das Localidades

Grande Prémio de Valêjas

9 . Domingo . 9h30

Organização do Valêjas Atlético Clube.

XXIII Grande Prémio de Queluz de Baixo

30 . Domingo . 9h30

Organização do Grupo Recreativo e Desportivo 'Os Fixes'.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas)

CM Oeiras - Divisão de Desporto

tel. 214 408 540

ddesporto@cm-oeiras.pt

http://trofeu.desporto.cm-oeiras.pt



Programa de Promoção do Xadrez

Torneio da Juventude

23 . Domingo . 14h30

Salão do Quartel dos Bombeiros Voluntários de Paço de Arcos

INSCRIÇÕES

A partir das 14h00, no dia e local de prova

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - Divisão de Desporto

tel. 214 408 540

filipe.carvalho@cm-oeiras.pt

Treino Grátis

Vivafit de Paço de Arcos

Largo Leonor Faria Gomes

Antiga Estação

Inscreeva-se até 31 de Janeiro e receba um desconto percentual igual à medida da sua cintura. Antes de se inscrever, experimente: o Vivafit oferece-lhe um treino totalmente grátis!

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

tel. 211 025 290 . 912 643 157

965 013 045

pacodearcos@vivafit.pt

www.vivafit.pt



Mercados Biológicos

1, 8, 15, 22 e 29 . Sábados 9h00 às 13h00

Jardim Municipal de Algés

Jardim Municipal de Oeiras

Dois mercados a funcionarem em simultâneo, onde a venda é feita directamente do produtor ao consumidor. Com produtos hortícolas, frutas, azeite, ervas aromáticas, vinho, vinagres, pão, doces, cereais, chocolates, massas e ovos, entre outros. Todos os produtos são certificados pelo método de produção biológica, sem recorrer a pesticidas nem adubos de síntese.

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - DAPFS . tel. 210 976 532

fiscalizacao.sanitaria@cm-oeiras.pt

Feira de Velharias

2 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Oeiras

9 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Caxias

16 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Paço de Arcos

23 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Algés

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - DAPFS . tel. 210 976 545

Feira de Artesanato e do Livro

8 . Sábado . 10h00 às 17h00

Biblioteca Municipal de Algés

Palácio Ribamar . Algés

Procurando revitalizar o espaço exterior do Palácio Ribamar e complementando a presença da Biblioteca Municipal, esta Feira de Artesanato e do Livro que decorre no segundo sábado de cada mês procura promover o trabalho artesanal, o livro e a leitura em conjunto com actividades de animação.

INFORMAÇÕES

Biblioteca Municipal de Algés

tel. 210 977 480

aurelio.figueiredo@cm-oeiras.pt



Lagar de Azeite

Palácio Marquês de Pombal
Oeiras

Uma peça fundamental da indústria do séc. XVIII, construído com os melhores materiais e técnicas disponíveis à época, incluindo madeiras exóticas de grande dimensão, durabilidade e resistência, pode ser agora visitado por todos na Quinta de Recreio do Marquês de Pombal, em Oeiras.

Visitas guiadas com animação histórica

15. Sábado . 10h00 e 11h00

Visitas livres

Terças . 9h30 às 12h30
Quintas . 14h00 às 17h00
(horário de inverno)

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

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

CM Oeiras - Divisão de Património
Histórico e Museológico
tel. 214 404 851 . dphm@cm-oeiras.pt



À descoberta do Património

26. Quarta . 10h00

Lagar de Azeite . Palácio do
Marquês de Pombal . Oeiras

Uma experiência, um passeio pela manhã ou um itinerário diferente para a última quarta-feira de cada mês. Pretende contribuir para a valorização do património de Oeiras, assim como sensibilizar e estimular no público uma atitude mais activa na sua defesa. Desenvolve-se ao longo do ano, num programa de doze visitas guiadas temáticas, a locais de significativo interesse.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas,
máximo 25 e mínimo 10 participantes)

CM Oeiras - Divisão de Património
Histórico e Museológico
tel. 214 404 851 . dphm@cm-oeiras.pt



Cantos e Encantos do Palácio

30. Domingo . 10h00

Palácio e Jardim do Marquês
de Pombal . Oeiras

A residência de veraneio da família Carvalho, localizada no centro da vila de Oeiras, continua a abrir as suas portas para uma visita orientada, destinada a todo o público interessado em conhecer este admirável imóvel do património setecentista de marcada influência pombalina.

Neste sentido, um percurso pelos espaços mais notáveis do interior do palácio, onde se evidenciam as artes decorativas, azulejos e estuques, com continuação pelos agradáveis jardins envolventes, constitui a proposta deste circuito turístico.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

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

Workshop Emotions & Drama Sensations

7. Sexta . 16h00 às 20h00

Oeiras International School
Fundição de Oeiras

O terceiro de um ciclo de quatro workshops a não perder na OIS – Oeiras International School, durante o ano lectivo 2010/2011.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

tel. 211 935 330/1
www.oeirasinternationalschool.com



Iniciação à Informática e Processamento de Texto

11, 13, 25 e 27. Terças e quintas
.17h00 às 20h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Uma acção de formação destinada a todos aqueles que pretendem dar os primeiros passos na informática e que procura dotar os formandos de competências de utilização do hardware (teclado, rato e unidades de armazenamento de informação no computador) e software (sistema operativo, ficheiros, pastas e programas), além de proporcionar a aprendizagem das funcionalidades e potencialidades do processador de texto.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Bibliotecas Municipais
Espaços Multimédia
tel. 214 406 696 (Oeiras),
210 977 480 (Algés),
210 977 432 (Carnaxide)

Workshops Culinária QB Essence

14. Sexta . 20h00 às 23h00

Workshop Wok

Preço: 40€ pax (água e chás incluídos)

18. Terça . 19h00 às 22h00

Workshop Cogumelos

Preço: 45€ pax (água e chás incluídos)

22. Sábado . 20h00 às 23h00

Workshop Índia

Preço: 40€ pax (água e chás incluídos)

28. Sexta . 20h00 às 23h00

Workshop Enogastronómico

Preço: 55€ pax (vinhos e água incluídos)

29. Sábado . 20h00 às 23h00

Workshop Sushi Basics

Preço: 55,00€ pax (água e chás incluídos)

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

(até uma semana antes da realização
do workshop)

Rua Dr. José da Cunha, 24-A,
Fórum Oeiras
tel. 214 413 481 . 214 413 068
www.qbessence.com
linfo@qbessence.com

Biblioteca Operária Oeirense

Segunda a Sexta . 15h00 às 19h00
Sábados . 9h00 às 13h00

Ateliês diários de piano, flauta, guitarra clássica, portuguesa e 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; e artes decorativas. Ateliês de formação teatral para crianças e adultos, iniciação à música tradicional portuguesa e clube de conversação em inglês. Cursos de iniciação à cerâmica, introdução ao grego antigo e à língua latina.

INFORMAÇÕES

tel. 214 426 691
biblio-op-oeirense@mail.telepac.pt

Centro de Dança de Oeiras

Aulas de dança criativa (crianças), hip hop, dança clássica (ballet), dança oriental (dança do ventre), dança contemporânea, danças ciganas, danças de salão e ritmos latinos, flamenco e sevillanas, técnica de alongamento (pilates), yoga, bhārata natyam (dança clássica indiana) e composição coreográfica. Pode-se experimentar qualquer das aulas, gratuitamente, mediante marcação prévia. O Centro de Pesquisa e Documentação de Dança facultava espaço para ensaios e criação coreográfica e o acesso à sua Biblioteca e Arquivo.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Centro de Dança de Oeiras

Palácio Ribamar
(debaixo da Biblioteca Municipal de Algés), Rua João Chagas, 3 r/c, Algés
tel. 214 117 969, 968 030 222
cdoeiras@sapo.pt . www.cdo.com.pt

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

CM Oeiras - Divisão de Acção Social,
Saúde e Juventude

Rua Coro de Santo Amaro de Oeiras,
4 A, Edifício Atrium, Oeiras
Centro de Juventude de Oeiras
Alameda Conde de Oeiras
Centro Comunitário do Alto da Loba
Rua Instituto Conde de Agrolongo, 39,
Paço de Arcos
tel. 214 408 589, 214 404 874
214 420 463
bvoluntariado@cm-oeiras.pt

FICHA TÉCNICA

Director

Isaltino Morais

Direcção Executiva

Elisabete Brigadeiro
Ana Maria Runkel

Editores

Carla Rocha
Carlos Filipe Maia

Colaboradores

Ana Mafalda Campos
Célia Florêncio
Fernanda M. Marques
Filomena Serrão Rocha
Francisco Carreira
Lisete Carrondo
Manuel Machado
Maria José Amândio
Raquel Carrilho
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

Sogapal

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 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. 214 118 970
geral.bma@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. 214 406 340/34/35
geral.bmo@cm-oeiras.pt

CAMB . Centro de Arte Manuel de Brito

Palácio Anjos . Alameda
Hermano Patrone . Algés
Terça a domingo
11h30 às 18h00
Última sexta-feira de cada mês
11h30 às 24h00
tel. 214 111 400

CCPE . Centro Cultural Palácio do Egípto

Rua Álvaro António dos Santos
Oeiras
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) 1€ pax; Jovem (13 aos 25 anos) 1€ pax; Grupo de amigos de Museus, Funcionários de Museus e Instituições Culturais - 1€ pax; Gratuitos – 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).

Exposição Monográfica do Povoador 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 de Oeiras

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
colecaoevesesousa@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

Dia de Santa Bárbara

4 de Dezembro
Sábado . 10h00 às 13h00 e
14h00 às 17h00
Entrada gratuita

Casa das Culturas

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



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 Linda-a-Velha

Rua de Angola, 2B
Linda-a-Velha
tel/fax. 214 193 811
ejlindavelha@cm-oeiras.pt
Terça a sexta . 10h00 às 20h00
Sábados e segunda
14h00 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

Centro de Convívio do Bairro dos Navegadores

Av. Diogo Lopes Cerqueira
de Agrolongo, 39
tel. 214 213 030
Segunda a sexta-feira
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 Aua,
lojas 16 e 18 . Barcarena
tel. 214 211 632
Segunda a sexta-feira
15h00 às 19h00

Centro Comunitário Alto da Loba

Rua Instituto Conde
de Agrolongo, 39
Paço de Arcos
tel. 214 420 463
centro.comunitario@cm-
oeiras.pt



#CHAT . GABINETE DE ATENDIMENTO A JOVENS

Chat de Oeiras

Segundas e quintas
14h00 às 17h00
Centro de Juventude de Oeiras,
Rua Monsenhor Ferreira de
Melo, tel. 214 467 570/8

Chat de Carnaxide

Atendimento psicológico
Terças, quartas e quintas
14h00 às 17h00
Atendimento médico
Quintas . 10h00 às 12h30
Centro de Saúde de Carnaxide,
Pcta Teixeira de Pascoais,
6, 3º dto.
tel. 214 170 700, 214 171 441,
214 170 628
(Enf.ª Ana Alexandra Jesus)



COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS DE OEIRAS

tel. 214 416 404



GABINETES DE INSERÇÃO PROFISSIONAL (GIP)

GIP Oeiras

tel. 214 467 570
gip.oeiras@cm-oeiras.pt
GIP Algés
tel. 214 115 047
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 OEIRAS

Terças . 10h30 às 12h00
14h30 às 18h00
Centro da Juventude de Oeiras
tel. 214 467 570



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

CLAIH Navegadores
Alameda Jorge Álvares, 4
Bairro dos Navegadores
Porto Salvo
tel. 214 216 437
clai.talalde@cm-oeiras.pt

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

CLAIH Carnaxide
J. de Freg. de Carnaxide
Rua Cesário Verde, Centro
Cívico . Carnaxide
tel. 214 176 572
geral@jf-carnaxide.pt



POSTOS DE ATENDIMENTO

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

Linda-a-Velha
Largo do Mercado, 7
tel. 214 141 151
fax 211 913 512

POSTO DE TURISMO DE OEIRAS

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



SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE OEIRAS E AMADORA

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 19, Oeiras
tel. 214 400 600
www.smas-oeiras-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
Miraflores
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. 214 228 900



GABINETE DE PROTEÇÃO 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

OEIRAS

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) 7, 13, 19, 25, 31
Av. dos Combatentes da G. Guerra 64 . Algés
tel. 214 112 070

Alto de Algés (SR) 24 a 28
Rua da Eira 26 A . Algés
tel. 213 961 453

Branco (SP) 3, 9, 15, 28
Av. dos Combatentes da G. Guerra 29 . Algés
tel. 214 112 081

Combatentes (SP) 2, 8, 21, 27
Av. dos Combatentes da G. Guerra 166 . Algés
tel. 214 104 953

Dias e Saraiva (SP) 5, 11, 17, 23, 29
Rua Major Afonso Palla 19 Algés . tel. 214 114 487

Miraflores (SP) 4, 10, 16, 22
Rua Dr. António Granjo 2B Algés . tel. 214 101 161

Miramar (SP) 1, 14, 20, 26
Rua Ernesto Silva 83 . Algés
tel. 214 112 048

Santa Rita (SP) 6, 12, 18, 24, 30
Av. dos Bombeiros Voluntários de Algés, nº80-A . Algés
tel. 218 160 760

Raposo (SR) 10 a 14
Av. das Tulipas 14 Loja A Algés . tel. 214 101 486

BARCARENA

Albergaria (SR) 3 a 7, 31
Rua Guerra Junqueiro Lt 11 LjA . Queluz de Baixo
tel. 214 356 487

Silvia (SR) 24 a 28
Rua Henrique Santana 27 B Quinta do Sobreiro . Barcarena
tel. 214 227 012

Tercena (SR) 17 a 21
Av. Sto António nº 50-52 Tercena . tel. 214 304 235

CARNAXIDE

Central de Carnaxide (SP) 1, 11, 21, 31 (SR) 18, 28
Av. de Portugal 16 B Carnaxide . tel. 214 184 913

Maria (SP) 5, 15, 25 (SR) 12
Praceta António Boto II A Carnaxide . tel. 214 186 605

Mota Capitão (SP) 7, 17, 27 (SR) 4, 14, 24
Av. Edmundo Lima Bastos 19DC, Alto dos Barronhos Carnaxide . tel. 214 189 799

Alegro (SP) 3, 13, 23 (SR) 10, 20
C. Comercial Allegro Lj 72 Av dos Cavaleiros . Carnaxide
tel. 214 159 887/98

Outurela (SP) 9, 19, 29 (SR) 6, 26
Estrada da Portela, Varandas de Monsanto Lt.4, loja 5, Piso 0 Carnaxide . tel. 214 186 844

CAXIAS

De Laveiras (SR) 3 a 7, 17 a 21, 31
Rua de Milão 3 A, Pedreira Italiana . Caxias
tel. 214 544 510

Nova (SR) 10 a 14, 24 a 28
Rua Bernardim Ribeiro 1 A Caxias . tel. 214 432 839

CRUZ QUEBRADA DAFUNDO

Santa Sofia (SR) 3 a 7, 31
Rua Bento Jesus Caraça 5 A C. Quebrada . tel. 214 198 341

Nova do Dafundo (SR) 17 a 21
Travessa José Maria da Costa, nº6 . Dafundo . tel. 213 881 947

LINDA-A-VELHA

Central Park (SP) 10, 20, 30 (SR) 7, 17, 27
Dolce Vita Central Park Av. 25 de Abril, 4 Linda-a-Velha . tel. 214 194 527

Lealdade (SP) 4, 14, 24 (SR) 11, 21, 31
Rua Marcelino Mesquita 21 A Alto Sta Catarina . Linda a Velha . tel. 214 209 512

Marta (SP) 8, 18, 28 (SR) 5, 25
Av. 25 de Abril 27 . Linda a Velha . tel. 214 158 030

Melo Almeida (SP) 6, 16, 26 (SR) 3, 13
Rua Diogo Couto 15 C r/c Linda a Velha . tel. 214 191 697

Pinto (SP) 2, 12, 22 (SR) 19
Rua Antero de Quental, 9 Linda a Velha . tel. 214 190 610

OEIRAS

Alcântara Guerreiro (SP) 7, 21
Rua Carlos Lacerda 5 Loja G . Oeiras
tel. 214 430 691

Alto da Barra (SP) 2, 16, 30
Av. D. João I, Ed Varandas Alto da Barra Bloco 1, Loja 1 Oeiras . tel. 214 694 150

Central (SP) 13, 27
Rua Conde Ferreira, 29 Oeiras . tel. 214 467 069

Godinho (SP) 9, 23
Rua Cândido dos Reis 98 Oeiras . tel. 214 430 090

Leal (SP) 10, 24
Rua António Aleixo 86 A Oeiras . tel. 214 578 737

Mourão Vaz (SP) 1, 15, 29
Av. Moçambique 12 A Oeiras . tel. 214 406 370

Oeiras (SP) 4, 18
Largo Henrique Paiva Couceiro 3 r/c . Oeiras
tel. 214 412 482

Sacoar (SP) 6, 20
Rua Qta. das Palmeiras 74 e 74A . Oeiras
tel. 214 569 470/1

Sacoar do Fórum Oeiras (SP) 11, 25
Av. Dr. José da Cunha, 28 A Oeiras . tel. 214 414 383

PAÇO DE ARCOS

Dias (SP) 8, 22
Rua Alfredo Lopes Villaverde 15 r/c Lj 2/3 . Paço de Arcos
tel. 214 469 980

Pargana (SP) 12, 26
Av. Eng. Bonneville Franco 6 G Paço de Arcos
tel. 214 435 147

Seixas Martins (SP) 14, 28
Av. Patrão Joaquim Lopes 4 Paço de Arcos
tel. 214 432 039

Trindade Brás (SP) 5, 19
Rua Costa Pinto 186 Paço de Arcos
tel. 214 432 034

Véritas (SP) 3, 17, 31
C. Comercial Oeiras Parque Av António B C Macedo Lj 1007 . Paço de Arcos
tel. 214 409 841



PORTO SALVO

Farmácia de Talaíde (SR) 10 a 14, 31
Rua Prof. Dr. José Pinto Peixoto 21 D . Porto Salvo
tel. 214 212 760

Ferreira Bastos (SR) 17 a 21
Rua Firmino Rebelo 8 B Porto Salvo . tel. 214 213 015

Progresso (SR) 10 a 14
Av. Prof. Aníbal Cavaco Silva, nº5 Edif. Qualidade A2, loja B Porto Salvo . tel. 218 878 289

Varela Baião (SR) 3 a 7, 24 a 28
Rua do Comércio, 7º, Bº Autoconstrução . Porto Salvo
tel. 214 239 107/8

QUEIJAS

Central de Queijas (SR) 10 a 14, 24 a 28
Rua Júlio Dantas Lt 1 Lj A Queijas . tel. 214 162 081

Costa Pinto (SR) 3 a 7, 17 a 21, 31
Estrada das Várzeas 15 D Queijas . tel. 214 170 170

SAÚDE 24

Serviços de atendimento saúde 24 pediatría, 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

PROGRAMA DE PROMOÇÃO

ACTIVIDADES DE AR LIVRE 2011*Fevereiro a Dezembro . Sábados . 9h30*

Caminhadas, orientação, *geocaching* e actividades náuticas, com canoagem, vela e *stand up paddle surf* são as actividades que a Câmara Municipal de Oeiras lhe propõe para as manhãs de sábado. De Fevereiro a Dezembro, terá a oportunidade de praticar actividade física em grupo, descobrir novas modalidades e diversos locais de interesse histórico e patrimonial do concelho de Oeiras. As actividades deste Programa são enquadradas por técnicos especializados que ajudarão nos aspectos específicos de cada modalidade. Aceite o desafio, reúna a família, convide os amigos e venha passar as manhãs de sábado de uma forma mais activa e saudável.

FEVEREIRO**5 . Caminhada***Fábrica da Pólvora de Barcarena***12 . Orientação (BTT e pedestre)***Complexo Desportivo do Jamor***MARÇO****12 . Caminhada***Quinta Real de Caxias***19 . Orientação***Parque Florestal de Caselas***ABRIL****2 . Geocaching***Fábrica da Pólvora de Barcarena***9 . Caminhada***Serra de Carnaxide***MAIO****1 . Várias actividades***Dia Mundial da Actividade Física (a confirmar)***7 . Stand Up Paddle Surf***Praia da Torre***28 . Canoagem***Pista de Actividades Náuticas do Jamor***JUNHO****11 . Vela***Porto de Recreio de Oeiras***18 . Stand Up Paddle Surf***Praia da Torre***25 . Canoagem***Pista de Actividades Náuticas do Jamor***JULHO****2 . Caminhada***Complexo Desportivo do Jamor***9 . Canoagem***Pista de Actividades Náuticas do Jamor***16 . Vela***Porto de Recreio de Oeiras***SETEMBRO****3 . Canoagem***Pista de Actividades Náuticas do Jamor***10 . Vela***Porto de Recreio de Oeiras***17 . Caminhada***Parque Florestal de Caselas***OUTUBRO****1 . Caminhada***Estação Agronómica de Oeiras***8 . Geocaching***Jardim Municipal de Oeiras***15 . Orientação***Complexo Desportivo do Jamor***NOVEMBRO****5 . Caminhada***Cascais - Praia do Guincho***12 . Orientação (BTT e pedestre)***Complexo Desportivo do Jamor***DEZEMBRO****3 . Caminhada***Porto de Recreio de Oeiras*

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas, e sujeitas a marcação, a partir do mês anterior à actividade)

Câmara Municipal de Oeiras - Divisão de Desporto

tel. 214 408 540 . mexa-semais@cm-oeiras.pt