

30
DIAS

OEIRAS
A MARCAR
O RITMO

MAR'11

Consulte aqui alguns
dos eventos a acontecer
em Março.



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

1. terça . 18h30 . Grupos de Leitores . *Biblioteca Municipal de Oeiras*
Uma conversa sobre *Contos de Tchekov*, de Anton Tchekov, que continua no dia 9. E outras conversas, nos dias 9 e 15, às 19h00, sobre *O riso de Deus*, de António Alçada Baptista, na Biblioteca de Algés, e *Jogo de espelhos*, de David Mourão-Ferreira, na Biblioteca de Carnaxide.

2. quarta . 16h30 às 18h30 . Grupo de Mães de Oeiras . *Biblioteca Municipal de Oeiras*
Um grupo de apoio à maternidade, aberto a todas as mães e grávidas. Neste encontro, o tema será 'Nutrindo os nossos filhos'. Com outros assuntos em debate nos dias 9, 16 e 24.

3. quinta . 21h30 . Café com Letras . *Biblioteca Municipal de Algés*
Nesta sessão, o escritor David Soares vai estar à conversa com Carlos Vaz Marques e com todos aqueles que com eles quiserem partilhar um serão à volta da História e de outras histórias.

4. sexta . 10h00 . Taça Davis . *Centro Desportivo Nacional do Jamor*
A mais importante competição internacional de ténis por equipas, regressa ao mítico "court" central do Jamor, desta vez com o encontro entre Portugal e a Eslováquia. Também, no sábado, às 12h00, e domingo, às 10h00.

5. sábado . 18h00 . Masterpieces do Séc. XX . *Auditório Municipal Ruy de Carvalho . Carnaxide*
Obras de Górecki, Copland e Britten, com Iva Barbosa (clarinete) e a Orquestra de Câmara de Cascais dirigida pelo Maestro Nikolay Lalov.

6. domingo . 11h00 . Mostra de Teatro Amador do Concelho de Oeiras . *Auditório Novo Espaço . Oeiras*
A peça infantil *Escola de Heróis*, pelo Teatro Independente de Oeiras, inaugura a Mostra de Teatro Amador, que se estende até 30 de Abril e na qual participam doze grupos.

7. segunda . 9h00 às 20h00 . Feira do Livro de Algés . *Algés (junto ao túnel da estação da CP)*
Uma feira com milhares de livros a preços convidativos. Todos os dias, até 27 de Março.

8. terça . 16h00 . Zuca, Truca, Bazaruca e Artur . *Auditório Municipal Lourdes Norberto . Linda-a-Velha*
No dia de Carnaval, termina a carreira da peça infantil do Intervalo - Grupo de Teatro, com um desfile de crianças mascaradas. Também nos dias 5 e 6, sábado, às 16h00, e domingo, às 11h00.

9. quarta . 10h00 às 17h00 . As Palavras Falam . *Atelier de Leitura em Voz Alta . Biblioteca Municipal de Oeiras*
Um atelier que procura, através de técnicas de corpo, respiração, voz e de abordagem ao texto, para que as palavras falem sem dificuldades.

10. quinta . 16h00 às 19h00 . Iniciação à Informática e Processamento de Texto . *Biblioteca Municipal de Carnaxide*
Uma acção de formação, nos dias 10, 11, 24 e 25, para os que pretendem dar os primeiros passos na informática.

11. sexta . 17h00 às 23h00 . XII Promoção Gastronómica e Mostra de Artesanato do Concelho de Vinhais . *Mercado Municipal de Oeiras*
Venda de enchidos e artesanato regional, bem como um restaurante com oferta diversificada de iguarias desta região transmontana. Também no sábado e domingo, das 10h00 às 22h00.

12. sábado . 10h00 às 17h00 . Feira de Artesanato e do Livro . *Palácio Ribamar . Algés*
Uma feira para promover o trabalho artesanal, o livro e a leitura em conjunto com actividades de animação.

13. domingo . 11h00 . Vamos conhecer o Barroco! . *Auditório Municipal César Batalha . Oeiras*
Instrumentos barrocos e modernos e a diferença e a evolução dos instrumentos, num concerto para crianças maiores de 6 anos, pela Orquestra de Câmara Cascais e Oeiras, com comentários do maestro Nikolay Lalov.

14. segunda . 14h30 às 17h00 . Programa de Turismo Sénior . *Descobrir outros Concelhos . Algés e Oeiras*
Inscrições abertas, de 14 a 17, para deslocações a locais de património histórico e paisagístico do nosso país, para munícipes com mais de 65 anos. E no dia 18, nos Bombeiros de Barcarena.

15. terça . 11h30 às 18h00 . Abstracção. Arte Partilhada . *Centro Cultural Palácio do Egípto . Oeiras*
Uma exposição da colecção do Millennium BCP, com obras de Arpad Szenes, Vieira da Silva, Eduardo Batarida, Eduardo Nery, Júlio Pomar, e Paula Rego, entre outros. Para ver até 30 de Abril.

DIA ABERTO 2011

Sáb
10-17h
26
Março

Aqui há
Química!

INSTITUTO
DE TECNOLOGIA
QUÍMICA E BIOLÓGICA
/UNL

Av. da República, Oeiras | www.itqb.unl.pt



30
DIAS
EM OEIRAS

14
ANOS

n.165
Março'11

Propriedade do
Município de Oeiras

Distribuição Gratuita
Impressão: 0,16€



Entrevista
**ALINE
BETTENCOURT**
PROFISSÃO: VOLUNTÁRIA

**MOSTRA DE TEATRO
AMADOR**
6 DE MARÇO A 30 DE ABRIL

**LIVRE CIRCULAÇÃO
OBRAS DA COLECÇÃO
DA FUNDAÇÃO
DE SERRALVES**
20 DE MARÇO A 26 DE JUNHO
CAMB - CENTRO DE ARTE
MANUEL DE BRITO . ALGÉS

**GANHE DOIS PASSES
4 DIAS PARA
OPTIMUS ALIVE OEIRAS'11**
SAIBA COMO NA PÁG. 17





L	leituras	16
R	roteirinho	19
M	música	24
D	diálogos	26
P	património imaterial	27
E	exposições	28
T	teatro	30
P	passar	31
D	desporto	32
F	feiras	33
C	curiosos	34
I	iniciativas	35
U	utilidades	36
A	antevisão	40

ENTREVISTA } 04

Tendo como pretexto o facto de 2011 ser o Ano Europeu do Voluntariado, o 30 DIAS conversa com alguém que, desde cedo, o leva muito a sério. Depois da investigação científica, do trabalho autárquico e dos cargos de direcção Aline Bettencourt é hoje, acima de tudo, voluntária. E acredita que isso é meio caminho andado para se ser feliz.

BOA VIDA } 12

Sabe que quantidade de ovos deve consumir? Recentes investigações demonstram que o tipo de colesterol contido nos alimentos tem pouco efeito nos nossos níveis totais de colesterol sanguíneo comparativamente com a quantidade obtida através da gordura saturada que comemos.

NOVA MARGINÁLIA } 13

Luis Afonso partilha o seu sentimento de pertença ao território de Oeiras: *I know this corner of the earth, it smiles at me!*

ENTREPORTAS } 14

Já fez voluntariado? Se a resposta é negativa o Banco Local de Voluntariado de Oeiras pode ajudá-lo. Esta é uma estrutura local de organização do voluntariado, dinamizada, desde 2001, pela Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude da Câmara Municipal de Oeiras. Venha conhecê-lo.

MARCADOR DIGITAL } 15

As redes sociais abordadas como meios de colaboração e partilha de conhecimento. Aprender colectivamente a partir das experiências individuais porque afinal o melhor do mundo está nas pessoas.

CLIQUE . CONCURSO DE FOTOGRAFIA } 17

Descubra se foi o fotógrafo vencedor do tema “À borda de água ou à beira-mar”. Se desta vez não foi, pode contar com muitos outros desafios que aguardam pelo seu clic!

FESTIVAL 5 ELEMENTOS

JARDIM DE OEIRAS 18, 19 E 20 MARÇO

MÚSICA

- 18 Terrakota Projecto Bug
- 19 Always Drinking Marching Band (Barcelona)
- 20 Banda Del Sopro (Madrid)
- 20 Kumpania Algazarra
- 20 Mu Carrocel

AMBIENTE

- Concurso de fotografia
- Redução pegada carbónica
- Controlo resíduos

SAÚDE

- Doação Sangue
- Rastreios

DESPORTO

- Paintball - Insufláveis
- Zona Kids

WORKSHOPS

- Permacultura
- Artes Círcenses
- Yoga bebés
- Dança

SOLIDARIEDADE

- Recolha de roupa e brinquedos

AJUDA A CONSTRUIR 2012

SABE MAIS EM:
WWW.ORQUESTRA-DIDEIAS.PT
ORQUESTRA.EVENTOS@GMAIL.COM

ORGANIZAÇÃO: Orquestra de Oeiras
APOIO: Oeiras, Ano Internacional da Juventude Agosto 2010 - 2011, Nosso Ano Nossa Voz



16 . quarta . 16h00 . 4º Ciclo de Colóquios Debates “Não desistas” . Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Mais uma sessão de debate, este mês com a participação do Comendador Rui Nabeiro.



17 . quinta . 14h30 às 17h30 . Lagar de Azeite . Palácio Marquês de Pombal . Oeiras

Visitas livres a uma peça fundamental da indústria do séc. XVIII. Também às terças, de manhã. E aos sábados, dias 5 e 19, de manhã, em visitas guiadas com animação histórica.



18 . sexta . Festival 5 Elementos . Jardim de Oeiras

Três dias dedicados ao ambiente, à saúde, à solidariedade e ao desporto, com workshops e muita música, com Terrakota (dia 18), Kumpania Algazarra (dia 19) e Mu (dia 20), entre outros.



19 . sábado . 10h00 às 18h00 . Livre Circulação . CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito . Algés

Inauguração de uma exposição que reúne obras de artistas fundamentais das últimas quatro décadas existentes na colecção da Fundação de Serralves. Para ver até 26 de Junho.



20 . domingo . 10h30 . Meia-Maratona de Lisboa

40.000 participantes na Ponte 25 de Abril para correr a meia ou a mini-maratona. Com partida em Algés, para o escalão de elite, na tentativa de um novo recorde mundial na distância.



21 . segunda . Clique . Concurso de Fotografia

Último dia para enviar as suas melhores fotografias da Fábrica da Pólvora de Barcarena e habilitar-se a ganhar dois passes para os quatro dias do festival *Optimus Alive Oeiras '11*.



22 . terça . 21h30 às 23h00 . Poemas ao Fim do Dia . Biblioteca Municipal de Carnaxide

Um encontro informal para falar de poesia e descobrir poetas e poemas que fizeram ou que fazem parte da sua vida.



23 . quarta . 10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h00 . As Voltas na Fábrica da Pólvora . Museu da Pólvora Negra . Barcarena

Aventuras na Fábrica, coisas extraordinárias, colecções de cromos e receitas culinárias, nas publicações para crianças, editadas pelo Museu da Pólvora Negra.



24 . quinta . 21h30 . Toda a gente sabe que toda a gente sabe . Auditório Municipal Eunice Muñoz . Oeiras

Uma sátira, de Maria Carmem Barbosa e Miguel Fallabela, sobre uma família falida que continua a viver das aparências. Para ver, de quarta a domingo, até dia 27.



25 . sexta . 20h30 . Pijama às Letras . Biblioteca Municipal de Carnaxide

Uma noite na Biblioteca, com brincadeiras, marionetas, festa do pijama e um serão de contos com uma convidada surpresa. Também a 1 de Abril, na Biblioteca de Algés, e 8 de Abril, na Biblioteca de Oeiras.



26 . sábado . 10h00 às 17h00 . Dia Aberto no ITQB . Instituto de Tecnologia Química e Biológica . Oeiras

No Ano Internacional da Química, um dia em grande, para miúdos e graúdos, com visitas aos laboratórios, experiências para todos e conversas sobre química, biologia, bioquímica, genética e biotecnologia.



27 . domingo . 16h00 . As Bodas de Fíguro . Auditório Municipal Lourdes Norberto . Linda-a-Velha

No Dia Mundial do Teatro, uma peça fundamental da história do teatro, escrita por Beaumarchais nas vésperas da Revolução Francesa. Para ver sextas e sábados, às 21h30, e domingos, às 16h00.



28 . 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 a realização de trabalhos escolares ou para conhecer informação sobre Oeiras, disponível de segunda a sexta.



29 . terça . 14h00 às 18h00 . Lugares de Memória . Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

As memórias de um povo, de lugares e de uma História, pelo pintor Neves e Sousa, numa exposição para ver até 28 de Maio.



30 . quarta . 21h30 . Café com Letras . Biblioteca Municipal de Carnaxide

O poeta, ensaísta e crítico literário Eduardo Pitta vai estar à conversa com Carlos Vaz Marques e com todos aqueles que com eles quiserem partilhar um serão à volta das letras.



31 . quinta . 21h30 . Conversas na Aldeia Global . Biblioteca Municipal de Oeiras

O tema *Mundos do Trabalho e Aprendizagem*, serve de mote para uma conversa sobre a empregabilidade e a inserção profissional dos diplomados do ensino superior.



Se há momento para aprender o quanto o ajudar o próximo pode ser importante, para os outros e também para nós, esse momento é agora. É agora que as necessidades que muitos têm, por força das circunstâncias difíceis que enfrentamos, podem ser colmatadas ou amplamente reduzidas. Pela nossa atenção, pelo apoio, pelo simples facto de olharmos, de repararmos e nos preocuparmos.

Cara(o) Muniçipe,

Pode-se dizer que esta edição do roteiro 30 DIAS é consagrada, em grande parte, ao tema do voluntariado.

A entrevista do mês é com Aline Bettencourt, uma muniçipe nascida em Paço de Arcos, onde residiu toda a sua vida e que, além de ter cumprido dois mandatos como Vereadora da Câmara Municipal de Oeiras, de ter integrado a Assembleia Municipal e a Assembleia de Freguesia da sua terra natal, entre vários outros cargos relevantes, se dedica agora e por inteiro a ajudar os outros como voluntária.

É um excelente exemplo de uma vida rica, preenchida com momentos de grande intensidade, como se pode ler na entrevista, a qual aconselho vivamente a leitura. Se há momento para aprender o quanto o ajudar o próximo pode ser importante, para os outros e também para nós, esse momento é agora. É agora que as necessidades que muitos têm, por força das circunstâncias difíceis que enfrentamos, podem ser colmatadas ou amplamente reduzidas. Pela nossa atenção, pelo apoio, pelo simples facto de olharmos, de repararmos e nos preocuparmos.

Esse é também o espírito de Oeiras. O de sermos uma verdadeira comunidade, reunida em torno do propósito de se desenvolver com harmonia, sem admitir exclusões ou manchas de indignidade como infelizmente vamos observando, tantas vezes, noutros lados. Oeiras é um espaço diferente e deve-o, em muito, aos voluntários, como é o caso de Aline Bettencourt que se preocupa em fazer do tempo de cada um, um tempo mais feliz. Mais que não seja, como ela nos diz, “porque cada dia é, de facto, único e extraordinário.”

Termino assinalando os 14 anos de existência do 30 DIAS e desejar que continue a mostrar, por muitos mais, o que de mais importante marca o nosso ritmo.

Desejo-lhe uns bons 30 dias!

ISALTINO MORAIS } Presidente da Câmara



MOSTRA DE TEATRO AMADOR DO CONCELHO DE OEIRAS

6 de Março a 30 de Abril
Oeiras, Paço de Arcos, Cruz Quebrada, Linda-a-Velha, Tercena, Carnaxide e Barcarena

Realiza-se de 6 de Março a 30 de Abril, a vigésima quinta edição da Mostra de Teatro Amador, com a participação de doze grupos sediados no concelho de Oeiras, que desenvolvem a sua actividade regular apresentando diversas propostas teatrais.

Os espectáculos decorrem em várias salas do concelho, durante este mês (ver em baixo), com uma sessão especial a 27 de Março, data em que se celebra o Dia Mundial do Teatro, e em que serão lidas mensagens alusivas à data, pelos actores Ângela Ribeiro e Carlos Vieira de Almeida. A Mostra prossegue em Abril, com mais espectáculos marcados para os dias 2, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 28 e 30. }

Escola de Heróis

6 . Domingo . 11h00
Auditório Novo Espaço - TIO . Oeiras
Pelo Teatro Independente de Oeiras
M/4 anos

Sexo?, sim, obrigada!

11 . Sexta . 21h30
Auditório Novo Espaço - TIO . Oeiras
Pelo Teatro Independente de Oeiras
M/16 anos

As Histórias do Lobo Mau

19 . Sábado . 16h00
Espaço Nova Morada . Paço de Arcos
Pelo Teatro Nova Morada
M/4 anos

Três Séculos, Uma Vida, Uma Obra - SIMECQ

26 . Sábado . 21h30
Salão Nobre da SIMECQ . Cruz Quebrada
Pelo grupo de teatro da SIMECQ

As Bodas de Fíguro

27 . Domingo . 21h30
Auditório Municipal Lourdes Norberto
Linda-a-Velha
Pelo Intervalo Grupo de Teatro
M/ 12 anos

Entrada livre, sujeita à lotação dos espaços.

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - DCT . tel. 214 408 524



Adrian Schiess, *Marlerei*, 2003. Coleção Fundação de Serralves, Museu de Arte Contemporânea, Porto

LIVRE CIRCULAÇÃO OBRAS DA COLECÇÃO DA FUNDAÇÃO DE SERRALVES

20 de Março a 26 de Junho . Terça a domingo . 10h00 às 18h00
Última sexta de cada mês . 10h00 às 24h00
CAMB – Centro de Arte Manuel de Brito . Palácio Anjos . Algés

Oeiras recebe um conjunto de obras da Coleção da Fundação de Serralves. A mostra, comissariada por João Fernandes, reúne obras de artistas fundamentais das últimas quatro décadas existentes na colecção da fundação sediada na cidade do Porto, redefinindo e cruzando os limites da experiência da arte e dos lugares onde ela é apresentada.

O conceito de circulação, com a sua inerente mobilidade de pontos de vista e de referências por parte do espectador, é explorado a partir de obras que utilizarão sobretudo a escultura, a pintura, o desenho e o vídeo como suporte. A viagem, assim como a barreira, o obstáculo, a fronteira, constituem conceitos dinâmicos que articulam o percurso do visitante no confronto com a especificidade das obras apresentadas. Cada obra é um convite a uma viagem pelo seu próprio universo e pelas associações que permitirá estabelecer no percurso da exposição com as outras obras concomitantes. Nessa medida, determinadas obras propositivas de percursos e acções sobre a natureza e sobre a paisagem surgem associadas a outras onde o espectador ao nomadismo, entre o exótico e o familiar, o próximo e o longínquo.

Com obras de Adrian Schiess, Alberto Carneiro, Alex Hay, Álvaro Lapa, Ana Vieira, Anselm Kiefer, Antoni Muntadas, António Sena, Ângelo de Sousa, Anna Bella Geiger, Bruce Nauman, Damian Ortega, Dennis Oppenheim, De Rijke's/De Rooij, Eberhard Havekost, Fernanda Fragateiro, Fernando Calhau, Filipa César, Francisco Tropa, Gerhard Richter, Gilberto Zorio, Gordon Matta-Clarck, Gregor Schneider, Helena Almeida, Helmut Dorner, Herbert Brandl, Joaquim Bravo, Joseph Beuys, José Pedro Croft, João Tabarra, Juan Downey, Juan Muñoz, Julião Sarmento, Júlio Pomar, Lothar Baumgarten, Manuel Baptista, Manuel Rosa, Merce Cunningham, Michael Bibers-tein, Michelangelo, Pistoletto, Miguel Palma, Nam June Paik, Nikias Skapinakis, Pedro Cabrita Reis, Pedro Calapez, Reiner Ruthenbeck, Richard Artschwager, Rigo, Robert Grosvenor, Rui Chafes, Rui Sanches, Runa Islam, Thomas Schütte, René Bertholo, Richard Long e Simone Forti. }

INAUGURAÇÃO
19 de Março, sábado, 18h00

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



ALINE BETTENCOURT

PROFISSÃO: VOLUNTÁRIA

SÓNIA CORREIA } *texto* CARMO MONTANHA } *fotografia*

O Conselho de Ministros da União Europeia declarou 2011 Ano Europeu das Actividades Voluntárias que Promovam uma Cidadania Activa. A efeméride serve de pretexto a uma conversa com alguém que desde cedo leva o voluntariado muito a sério. Depois da investigação científica, do trabalho autárquico, dos cargos de direcção, Aline Bettencourt é hoje, acima de tudo, voluntária. E acredita que isso é já meio caminho andado para se ser feliz.

Dedica, hoje em dia, grande parte do seu tempo a ajudar os outros, de forma voluntária. Em que momento da sua vida despertou para o voluntariado?

Julgo que foi a vivência dos meus pais que me motivou para o voluntariado. Sempre vi, no meu pai e na minha mãe, uma preocupação muito grande em relação aos outros. Eu era ainda muito pequena quando a minha mãe participou na criação de um apoio a bebés – no tempo em que ainda não havia segurança social – e lembro-me bem de ver fazerem-se enxovais lá em casa. Por isso digo que a minha abertura para ajudar os outros aconteceu desde muito cedo. Mais tarde, mas sendo ainda muito nova, fui encarregue pelo Prior de Paço de Arcos de acompanhar o processo de realojamento de famílias em habitações construídas pela paróquia na Terragem. Isto é interessante, porque anos mais tarde tive oportunidade de acompanhar o realojamento das pessoas que viviam em bairros de barracas, enquanto vereadora na câmara municipal.

Isso aconteceu porque tinha uma ligação à paróquia?

Porque tinha uma ligação à paróquia, sim. Nesse tempo era a forma que existia de fazer trabalho na área social. Foi também dentro da igreja que tive uma experiência belíssima, de férias missionárias, sob orientação da Maria de Lurdes Pintassilgo, uma pessoa extraordinária, que me marcou muito. Julgo que foi nessa altura que tomei de facto consciência da importância do que podemos fazer pelos outros. Ao exemplo dos meus pais, que tinha desde pequena, juntou-se então o despertar para a necessidade de fazer uma vida mais virada para os outros. Sendo que isso nada tem a ver com a minha vida profissional.

Porque a sua vida profissional foi feita em que área?

Tirei química, fui para o Instituto Superior de Agronomia e depois fui convidada a ir para a Gulbenkian fazer investigação, algo que foi para mim, como mulher, uma maravilha. Tive oportunidade de trabalhar em investigação científica quando muito pouca gente o fazia.

Trabalhando, continuou a dedicar-se ao trabalho social?

Nunca me desliguei totalmente do trabalho em prol dos outros, principalmente na minha terra, Paço de Arcos, de onde sou natural e onde sempre vivi. Entretanto, surge o 25 de Abril. Eu já lutava por uma sociedade diferente, ou seja, não era do regime. Estava ligada ao movimento dos católicos progressistas, os católicos do rato, como hoje são denominados. Quando se dá o 25 de Abril eu já tinha uma certa – ainda que pouca, muito pouca – cultura política. Rapidamente li os programas de todos os partidos políticos – não quis vincular-me a um sem conhecer os outros – e fiz a minha opção. Foi aí que se iniciou o meu percurso político.

Percurso que começa por onde?

Fui uma das primeiras mulheres a candidatar-se aos órgãos autárquicos, logo nas primeiras eleições democráticas. E fiquei logo no executivo da Junta de Freguesia de Paço de Arcos. Fiz, portanto, parte do primeiro executivo, assumindo o pelouro das escolas. Foi uma época extraordinária, em que a imaginação tinha de funcionar porque não havia dinheiro. Mais tarde integrei a Assembleia de Freguesia, depois fui para a Assembleia Municipal e depois ainda para a câmara municipal, onde fiz dois mandatos como vereadora. Isto sempre a trabalhar, casada, com um filho, conciliando a vida familiar com a vida profissional. Com muita autodisciplina tudo se conseguia fazer.



Os pelouros que assumiu enquanto vereadora na câmara municipal já estavam de alguma forma ligados à área social?

Não. Na câmara nunca tive pelouros na área do social, tal como a minha formação não é nessa área. O meu primeiro pelouro foi o dos centros históricos e património construído. Depois tive o pelouro dos resíduos sólidos, no momento em que se começava a falar de recolha selectiva e a Câmara Municipal de Oeiras desenvolvia um projecto, pioneiro, em Queijas. Foi uma experiência extraordinária! O trabalho nos órgãos autárquicos deu-me um conhecimento muito grande do concelho, na sua globalidade, e aproximou-me das pessoas, o que me enriqueceu muito. Esta experiência acumulada é-me muito útil hoje em dia, em que só faço voluntariado.

Fui uma das primeiras mulheres a candidatar-se aos órgãos autárquicos, logo nas primeiras eleições democráticas. E fiquei logo no executivo da Junta de Freguesia de Paço de Arcos. Fiz, portanto, parte do primeiro executivo, assumindo o pelouro das escolas. Foi uma época extraordinária, em que a imaginação tinha de funcionar porque não havia dinheiro.



O voluntário deve chegar sempre com alegria, sempre dando mostras de que cada dia deve ser vivido em plenitude, porque cada dia é, de facto, único e extraordinário.

Quando é que o voluntariado assume essa preponderância na sua vida?

O momento em que a Gulbenkian faz uma reestruturação do centro e eu passo à pré-reforma coincide com o momento em que decido não me candidatar novamente à câmara. Nessa altura perdi dois grandes amores: a política e a investigação. Mas não me fiquei por aí! Até porque há muito que tinha em mente tudo o que pretendia fazer um dia que tivesse mais tempo. Por isso, dois dias depois de sair da câmara fui para os Bombeiros de Paço de Arcos.

Já existia uma ligação anterior aos bombeiros?

Sim, já tinha estado nos bombeiros, como directora, antes de estar nos órgãos autárquicos. Com especial orgulho porque tanto o meu avô paterno como o meu pai tinham sido presidentes dos Bombeiros de Paço de Arcos, logo, eu representava a terceira geração da família na direcção daquela associação.

Mais tarde convidaram-me então para ser presidente da direcção. Na altura, a primeira mulher em Portugal presidente duma associação de bombeiros. Digo isto com muito orgulho

porque sinto que tenho aberto portas para a entrada de mulheres em órgãos onde até aí não estavam representadas. Nunca senti qualquer discriminação por ser mulher, em qualquer dos sítios onde tenha estado.

Por estar nos bombeiros achei que devia saber o que os bombeiros faziam e fui tirar um curso à Cruz Vermelha, para aprender o trabalho de maqueira. Foi também através deste curso que tive o meu primeiro contacto com a área da saúde. E foi na Cruz Vermelha que fui depois inscrever-me como voluntária.

Como correu?

Pensei que me colocariam no Egas Moniz ou no São Francisco Xavier, que era no meu concelho. Mas a senhora que me faz a entrevista manda-me para os Capuchos, para o ginásio de amputados. Eu nunca tinha trabalhado em saúde, muito menos em casos tão graves como os que estão relacionados com amputação. E foi aí que percebi que não sabia nada de nada sobre como é possível reagir-se, ainda se ter amor à vida, ainda se ter projectos e planos, depois de uma amputação ou mesmo de uma bi-amputação.

Depois dessa experiência, alargou o seu trabalho de voluntariado?

Mais tarde as minhas colegas da Cruz Vermelha perguntaram-me se eu não queria trabalhar também com os doentes oncológicos, na quimioterapia. Fiz uma especialização em psico-oncologia que me ajudou a compreender melhor o que é o sofrimento, para o qual nunca estamos preparados, e o que é a morte. Ali, está-se quase no fim do caminho. E o voluntário deve chegar sempre com alegria, sempre dando mostras de que cada dia deve ser vivido em plenitude, porque cada dia é, de facto, único e extraordinário.

Uma experiência dura, certamente.

Muito dura. O voluntário deve ter, dentro de si, a paz, a força e a alegria de viver que quer transmitir aos doentes. Porque ninguém dá o que não tem. É um trabalho extraordinário, que continuo a fazer. Na medicina física há oito anos e em oncologia há cinco.

Entretanto, além dos bombeiros, abraçou outros desafios?

Sim, claro. Mal saio da câmara sou convidada para a direcção do Centro Social e Paroquial de Algés e lá vou eu, trabalhar na Pedreira dos Húngaros, até ao realojamento de todo o bairro. Quando terminou o realojamento, seguimos, com a mesma equipa, para o Moinho das Rolas, onde pusemos a funcionar uma creche e um jardim-de-infância. Actualmente, porque pertença à Fundação marquês de Pombal, trabalho num outro bairro social, fazendo outro tipo de voluntariado interessante: na Ludoteca da Fundação, com crianças, no Bairro da Outurela.

Além disso, ainda ensino joalheria na Universidade Internacional da Terceira Idade, também como voluntária. No tempo livre viajo, que é uma coisa que faz muito bem. Com a

grande vantagem de ir muitas vezes à América, porque tenho lá o filho. O grande mal é fecharmos a janela e não olharmos lá para fora, ficarmos dentro dos nossos projectinhos. Eu não, pelo contrário. E ainda faço ginástica e ando a pé, para que o físico esteja bom e a cabeça corresponda!

A ligação à Associação Coração Amarelo, como acontece?

A Associação Coração Amarelo nasceu em Lisboa no ano 2000, por iniciativa de um grupo de senhoras que constata que na cidade existem cada vez mais pessoas a viver sozinhas e a necessitar de apoio. A ideia de criar uma delegação do Coração Amarelo em Oeiras surge quando, no âmbito do mês do idoso, uma das senhoras que tinha estado na origem da criação da associação faz uma conferência em Oeiras. A câmara municipal convida, então, três ou quatro pessoas para constituir uma comissão instaladora da associação no concelho. Eu fui uma dessas pessoas.

Como caracteriza o trabalho que desenvolvem?

O Coração Amarelo é uma resposta muito directa de combate à solidão. Solidão que, na sociedade contemporânea, não é sentida exclusivamente pelos idosos. É sentida por todos. No Coração Amarelo apoiamos pessoas desde os 30 e tal até aos 90 anos. Pessoas doentes, pessoas para quem a família não está presente. Não damos nada material. Damos algo mais importante, que é afeição. Damos amizade. Procuramos trabalhar tendo sempre em conta que cada pessoa é única e merece toda a consideração. Os 90 utentes do Coração Amarelo, sejam eles quem forem, quaisquer que sejam as suas origens, independentemente da maneira como vivem, da forma como pensam, são únicos. E têm de ser tratados como peças

O Coração Amarelo é uma resposta muito directa de combate à solidão. Solidão que, na sociedade contemporânea, não é sentida exclusivamente pelos idosos. É sentida por todos.



preciosas, com o maior dos carinhos, com a maior das considerações. É também por isso que complementamos o acompanhamento domiciliário com saídas, para um passeio, assistir a uma peça de teatro, visitar uma exposição.

Quem são os voluntários do Coração Amarelo?

Dos cerca de 95 voluntários, a maioria são mulheres. Temos uma percentagem razoável de homens, mas ainda assim muito inferior à de mulheres. Normalmente são pessoas na pré-reforma ou já na reforma. O voluntário é muito flutuante. Entram e saem. É mais fixo o número de pessoas que pede apoio e permanece. Muitas vezes até ao fim da vida. Os pedidos de apoio têm aumentado muito. Acredito que a instabilidade económica, a situação que o país atravessa, contribui para um sentimento de maior insegurança nas pessoas, que sentem uma grande necessidade de se apoiar em alguma coisa, em alguém. E então telefonam para o Coração Amarelo.

O ano de 2011 foi consagrado Ano Europeu do Voluntariado. Que importância assume esta efeméride?

Sabe que muitas vezes penso o porquê de as pessoas ainda não terem descoberto esta forma belíssima de se ser feliz não gastando dinheiro. As pessoas gastam dinheiro julgando, muitas vezes, que a felicidade está em coisas materiais. Mas a felicidade está na doação aos outros e em coisas muito simples, coisas que podemos fazer, com crianças, com idosos, com adolescentes, com o ambiente, na área cultural. Gostaria muito que em Portugal descobrissemos – nós, cidadãos – o papel que o voluntariado pode assumir no enriquecimento da comunidade. Gostaria imenso, também, que este ano europeu contribuisse para a mudança de mentalidades nas entidades e nos organismos estatais e para a tomada de consciência do nível de humanização que o voluntariado pode acrescentar aos serviços, como acontece na saúde. Gostava que este fosse um ano de alerta para estas questões.



Como vai ser assinalado o Ano Europeu do Voluntariado em Oeiras?

O Coração Amarelo vai assumir um papel importante! Seremos responsáveis pela formação de voluntários, vamos fazer sensibilização para o voluntariado e também formação para as instituições. Porque é muito importante que, quando recebem o voluntário, as instituições saibam, concretamente, quais as tarefas que o voluntário vai desempenhar.

O que deve fazer alguém que queira ser voluntário, dar algum do seu tempo para ajudar os outros?

Em Oeiras deve dirigir-se ao Banco Local de Voluntariado, onde há técnicas que acolhem, entrevistam e dão a conhecer ao candidato voluntário as instituições que existem no concelho. É o Banco de Voluntariado que envia para as instituições as candidaturas. As instituições recebem a pessoa, fazem nova entrevista, explicam qual é o trabalho a desenvolver. E a pessoa ou gosta ou escolhe

outra área que seja mais apelativa. Se eu posso transmitir alguma coisa da minha experiência, é dizer que é muito bom ser voluntário. É uma forma de enriquecimento pessoal muito grande. É uma grande alegria ver os outros felizes. A minha maior compensação é ver um sorriso na cara de alguém que estou a apoiar. É uma coisa maravilhosa, meio caminho andado para se ser realmente feliz. }

ANO EUROPEU DO VOLUNTARIADO 2011

Calendário de acções de formação

Formação Inicial para Voluntários
12 e 19 de Março
Formação para Instituições
11 de Abril
Acção de Sensibilização para o Exercício do Voluntariado
7 de Maio
Formação Inicial para Voluntários
5 e 12 de Novembro

Banco Local de Voluntariado de Oeiras
Tel: 214 420 463 / 214 419 257 / 214 404 875
e-mail: bvoluntariado@cm-oeiras.pt





OVOS

QUAL A QUANTIDADE A CONSUMIR?



Muitas pessoas limitam o consumo de ovos, camarões ou fígado por conterem colesterol em doses superiores às de outros alimentos mas, na verdade, a maioria das pessoas não precisa de o fazer se tiver uma alimentação equilibrada.

Recentes investigações demonstram que o tipo de colesterol contido nos alimentos tem pouco efeito nos nossos níveis totais de colesterol sanguíneo comparativamente com a quantidade obtida através da gordura saturada que comemos.

Isto significa que para controlar ou baixar o colesterol o mais importante é reduzir os alimentos que têm gordura saturada (carnes gordas, enchidos, lacticínios gordos, salgados, pastelaria, etc.) e comer mais frutas, vegetais, grãos e leguminosas. Assim, quem pratica uma dieta equilibrada pode comer 3 a 4 ovos por semana, a não ser que tenha uma recomendação médica em contrário. A verdade é que o ovo é um alimento de elevada qualidade nutricional - são baixos em calorias (85 cal por ovo), são uma boa fonte de proteína, zinco, ferro, iodo e vitaminas (A, D, E e algumas B). Tenha só em atenção o modo de confecção - prefira ovos escalfados ou cozidos porque não adicionam gordura e no caso de utilizar a fritura, substitua a manteiga por azeite.

Saber “ler” os ovos?

Desde 2004 (Norma CE), todos os ovos comercializados passaram a ter uma espécie de “bilhete de identidade” impresso na embalagem e no próprio ovo (na foto), que lhe permite saber em que condições foram criadas as galinhas, em que país e a exploração responsável pela produção dos mesmos.

Conheça e faça compras informadas! }

CÓDIGO DE MODO DE CRIAÇÃO	CÓDIGO DO PAÍS DE ORIGEM	CÓDIGO DA DIRECÇÃO REGIONAL DE AGRICULTURA	CÓDIGO DA EXPLORAÇÃO
0 Biológica	Duas letras; exemplos:	Entre 1 e 7	Três dígitos
1 Galinhas criadas ao ar livre (galinhas do campo)	PT Portugal	Entidade que supervisiona a exploração de onde os ovos são originários	Quem produz os ovos
2 Galinhas criadas no solo (produção intensiva no solo)	ES Espanha		
3 Galinhas criadas em gaiolas (produção intensiva em gaiolas)	FR França		
	DE Alemanha		
	GB Reino Unido		
	NL Holanda		
	BE Bélgica		



OEIRAS UMA “COMUNIDADE PROTEGIDA”

LUÍS AFONSO . SOCIÓLOGO



Num passeio pouco apressado, num dia cinzento de Inverno, o céu esconde-se por detrás de espessas nuvens, uma brisa fresca cicia sobre as árvores, as folhas pigmentam em cor os passeios, ao longe algumas crianças pulam, quase ao ritmo de bandos de pássaros...

De repente, ouvem-se vozes cada vez mais alto, salpicos de movimento são dados por pessoas que vagueiam, passam carros apressados, ouvem-se alto o sino da velha igreja, quebram-se rotinas, acordam-se vidas e gentes, despertam-se sonhos, sonhos reais que um dia serão história, história contada em jeito de prosa. Volta a chorar alto e repetidamente o sino, mais próximo agora do largo da igreja, passeio no mesmo passo, observo, analiso, como espectador e actor a realidade que me envolve e tento compreender, para lá das fachadas, das casas a alma dos espaços e das suas gentes. Passeio por entre ruas e ruelas escondidas, numa acentuada encruzilhada, que me faz mergulhar em Oeiras, no seu espaço, na sua alma, no seu tempo presente. Algo diferenciava esta Vila de outros lugares, por mim sentidos noutros passeios, noutros Invernos...

Os espaços, os locais públicos existentes, assumem-se como lugares de significação, espaços de vivência e convivência quotidiana, que geram modalidades específicas de sociabilidade, conduzindo a «modos de agir», onde as rela-

ções sociais, facilmente, assumem, uma forma colectiva e face a face. Tais particularidades caracterizam aquilo que Wellman e Leighton designam por “Comunidades Protegidas”.

Adiante no tempo, caminhando pelas ruas de Oeiras, respira-se história, a história que nos move no momento presente. O centro da Vila preserva muitos e ricos elementos, que culturalmente caracterizam tempos remotos. No centro da Vila ruelas, jardins e nobres edifícios, fazem Oeiras persistir no tempo, com um sorriso que nos acompanha e que nem a marca dos anos o ousa esmorecer.

É o sentimento de pertença a este território, que cria em mim uma espontânea afectividade emocional, unindo-me à sua identidade, e à sua gente, fazendo-me sentir e querer Ser Oeiras.

É esta Oeiras com quem interajo, num diálogo próximo e face a face, que agora vos retrato, uma Vila de personalidade única, confiante, exigente e rigorosa. São estes espaços, estas gentes, que fazem a história e a tradição, perdurar. Como prego a fadista “Há gente que fica na história da história da gente”... “Há dias que marcam a alma e a vida da gente” Este dia, esta gente, faz em mim sentir a história e a alma de Oeiras no momento presente. O modo como apropriamos e nos identificamos com os espaços, as suas histórias e as suas gentes, ajudam-nos a (re) definir a estrutura da nossa personalidade, a colocar um pouco de nós em cada esquina de uma Vila, ou em cada lugar do Mundo...

I know this corner of the earth it smiles at me!

A chuva ressoa, agora, de forma intensa e obriga-me, por ora, a interromper o passeio.

A Vila, esta entusiasta Vila, que agora com orgulho vos falo... }



BANCO LOCAL DE VOLUNTARIADO DE OEIRAS

O Banco Local de Voluntariado de Oeiras é uma estrutura local de organização do voluntariado, dinamizada, desde 2001, pela Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude da Câmara Municipal de Oeiras.

Remontam a 1998 os primeiros contactos recebidos por parte de munícipes que manifestavam o desejo de prestar serviço de voluntariado em instituições do concelho. Foi precisamente no sentido de responder a essas solicitações que começou a estruturar-se, no ano 2000, o Banco Local de Voluntariado de Oeiras.

Foi então a propósito da Comemoração do Ano Internacional dos Voluntários que se propôs a criação no concelho de uma Bolsa de Voluntariado. Esta proposta decorreu das necessidades verificadas, por um lado, por parte das Instituições em recrutarem voluntários e, por outro, por parte das pessoas que, desejando fazer voluntariado, não sabiam que instituições necessitavam desse apoio, nem como poderiam efectivar esse trabalho.

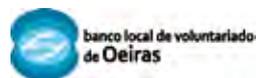
Sensibilizar os cidadãos para o voluntariado, acolher as candidaturas de pessoas interessadas na actividade voluntária, bem como a inscrição de entidades promotoras de voluntariado, proceder à aferição do perfil do candidato a voluntário, mediante a realização de entrevista e encaminhar os voluntários de acordo com as características da actividade a desenvolver são algumas das missões actualmente assumidas pelo Banco Local de Voluntariado de Oeiras.

Associando à iniciativa do Conselho de Ministros da União Europeia, que declarou 2011 como Ano Europeu das Actividades Voluntárias que Promovam uma Cidadania Activa, o Banco Local de Voluntariado de Oeiras promove, ao longo do ano, diversas acções com o objectivo de sensibilizar os oeirenses, e em particular os jovens, para a importância do voluntariado no exercício de uma cidadania activa e solidária, destacando-se as acções de formação que decorrerão em Março e Novembro.

De assinalar que o Banco Local de Voluntariado de Oeiras se encontra inscrito no Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado, colaboração formalizada mediante a assinatura de protocolo, em Julho de 2008. }



O Banco Local de Voluntariado de Oeiras promove, ao longo do ano, diversas acções com o objectivo de sensibilizar os oeirenses, e em particular os jovens, para a importância do voluntariado no exercício de uma cidadania activa e solidária.



INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
Banco Local de Voluntariado de Oeiras
tel. 214 420 463 / 214 404 875
bv.voluntariado@cm-oeiras.pt
<http://www.cm-oeiras.pt>
<http://europa.eu/volunteering>



O MELHOR DO MUNDO ESTÁ NAS PESSOAS

REDES SOCIAIS NA GESTÃO DO CONHECIMENTO

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

Perante a actual envolvente, as organizações, para se tornarem competitivas, necessitam de implementar mecanismos, procedimentos e estratégias que apoiem e estimulem a aprendizagem contínua. Direcção para o novo modelo de gestão – das organizações que aprendem – implica entrar numa dinâmica de trabalho onde as bases sejam o aprender (e, nessa medida, mudar e melhorar serviços como consequência desta aprendizagem) e também desaprender (ou seja, encontrar alternativas a processos e tarefas obsoletas e que podem ser um peso para a modernização). Denomina-se *organização que aprende* aquela que encara o processo de aprendizagem a partir de um ponto de vista sistémico/global, isto é, que procura deliberadamente aumentar a possibilidade de ocorrência de aprendizagem organizacional.

Esta mudança de paradigma procura dotar as organizações de uma cultura organizacional que estimule valores que sirvam de apoio a todo o processo de aprendizagem permanente. Neste contexto, prevalecem valores como a confiança, a curiosidade e o companheirismo, em lugar da rigidez, da hierarquia e da burocracia.

O portal KMOL é gerido por uma oeirense, Ana Neves, cuja carreira se tem desenvolvido nas áreas de gestão do conhecimento, aprendizagem organizacional, redes sociais, gestão da mudança e gestão cultural.

As organizações que aplicam os *blogs*, os *Wikis*, o *Facebook* ou o *Twitter* como plataformas de colaboração promovem a melhoria da opinião pública sobre os seus produtos, serviços e ética corporativa. Em simultâneo, estas ferramentas funcionam como canal de melhoria da comunicação interna, da partilha de informação institucional e do conhecimento. Quando essas ferramentas proporcionam a aprendizagem a partir da experiência das pessoas e respectivas valências para inovar, desde as capacidades para detectar problemas e aspectos críticos, como a partilha da informação para aprender colectivamente, potenciam as redes sociais.

Nos dias 2 e 3 de Março, no Centro de Congressos do Estoril, realiza-se a 10ª edição do maior salão profissional de recursos humanos em Portugal, onde, com o mote “Diferenciar a Gestão das Pessoas”, temas como as “redes sociais nas organizações: vulnerabilidades e desafios” ou “tecnologias ao serviço dos recursos humanos” articulam com a gestão do conhecimento, a aprendizagem organizacional e o trabalho e inovação em rede. }

KMOL: <http://kmol.online.pt/>
APG e TRH: <http://www.apg.pt/>

Barómetro Inovação: <http://barometro.cotecportugal.pt>
Expo RH11: <http://www.exporh.ife.pt/>

CAFÉ COM LETRAS

CARLOS VAZ MARQUES CONVERSA COM...



DAVID SOARES

3 de Março . Quinta . 21h30
Biblioteca Municipal de Algés

“Não existe nenhum horizonte que distinga o céu sem estrelas do oceano negro, mas os pescadores conhecem este território truculento tão bem quanto as suas faces.” Assim começa *A Conspiração dos Antepassados*, romance de David Soares publicado em 2007 e que tem como figura central o poeta Fernando Pessoa. O recurso a figuras históricas é frequente nos seus romances onde a História de Portugal se entrelaça com a fantasia, como acontece também em *O Evangelho do Enforcado*, cujo enredo conta a história dos Painéis de S. Vicente e *Lisboa Triunfante*, uma história mágica da capital.

Para além dos três romances acima referidos, o escritor publicou também três livros de contos, um de ensaio literário sobre banda desenhada e ainda cinco álbuns de banda desenhada tendo recebido por duas ocasiões o troféu para Melhor Argumentista Nacional.



EDUARDO PITTA

30 de Março . Quarta . 21h30
Biblioteca Municipal de Carnaxide

Eduardo Pitta é escritor. Poeta, ensaísta e crítico literário. Colabora desde 1968, ainda em Moçambique onde nasceu e viveu até 1975, com vários jornais e revistas literárias de Portugal e do estrangeiro.

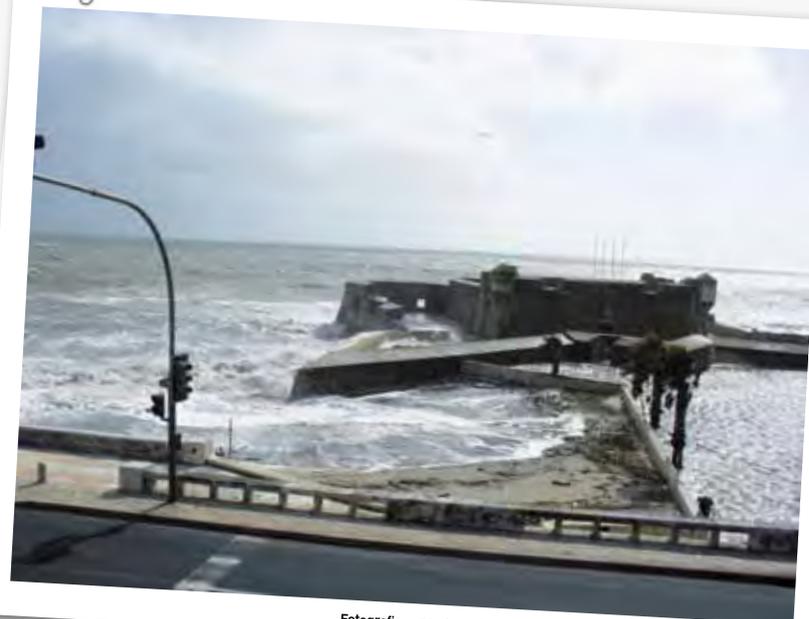
Desde 1974 publicou oito livros de poesia, dois deles já em 2011; cinco volumes de ensaio; quatro contos; dois romances e um diário, tendo ainda participado em inúmeras antologias poéticas e obras colectivas. Adaptou *O Crime do Padre Amaro* para o público infantil e dirige actualmente a edição das obras completas de António Botto.

É crítico literário do jornal *Público* e colunista da revista *Ler*. Mantém, desde 2005 e num registo quase diário, o *blogue Da Literatura*, em <http://daliteratura.blogspot.com>.

Os seus poemas encontram-se traduzidos para castelhano, francês, inglês e italiano. }

INFORMAÇÕES

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



Fotografia vencedora . Forte de S. Bruno, Caxias . Maria da Soledade Duarte



CONCURSO DE FOTOGRAFIA

Com o tema “À borda de água ou à beira-mar”, batemos o recorde de participações. Recebemos 57 fotografias de 23 leitores/fotógrafos. A vencedora (em cima), Maria da Soledade Duarte, professora, de 62 anos, residente em Oeiras, na sua primeira participação, ganha dois passes para o Portugal-Eslováquia, da Taça Davis em ténis, e o livro *Memórias Irrisórias com Algumas Glórias - 50 Anos de Música*, do maestro Pedro Osório.

PARTICIPE!

Até 21 de Março (inclusive), pode enviar as suas melhores fotografias para o tema “Fábrica da Pólvora de Barcarena”. Aceite o desafio de pegar na máquina e parta à descoberta deste lugar, com atenção aos pormenores, espaços e gentes. Não se esqueça de nos dizer quando fotografou, o seu nome, idade, profissão, morada e telefone.

O prémio para o vencedor: dois passes para os quatro dias do festival *Optimus Alive Oeiras'11*, a realizar no Passeio Marítimo de Algés, nos dias 6, 7, 8 e 9 de Julho.

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

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

1 e 9 . Terça e quarta . 18h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

O riso de Deus, de António Alçada Baptista

9 e 15 . Quarta e terça . 19h00

Biblioteca Municipal de Algés

Jogo de espelhos, de David Mourão-Ferreira

9 e 15 . Quarta e terça . 19h00

Biblioteca Municipal de Carnaxide

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Bibliotecas Municipais - Sector de Adultos

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

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

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

.01 .02 .03

Tardes de Poesia no Palácio

10 e 17 . Quintas . 16h00 às 18h00

Palácio dos Aciprestes . Linda-a-Velha

Com os Jograis Nova Atena e os Jograis da USILA, respectivamente.

5º ciclo da tertúlia

"Fim do Império: Olhares sobre Angola"

15 . Terça . 15h00

Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Lançamento do quarto livro da colecção Fim do

Império, "Caleidoscópio" do tenente-coronel Freitas

Lopes, com a presença do autor e do tenente - general José Lucena.

.04

Poemas ao Fim do Dia

22 . 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 fizerem ou que fazem parte da sua vida. *Para adultos e jovens.*

INFORMAÇÕES

BM Carnaxide . tel. 210 977 433 . infantil.bmc@cm-oeiras.pt

Centro Cultural de Oeiras

25 . Sexta . 19h00

Audatório Municipal César Batalha . Oeiras

Leitura de poemas, sketches e contos premiados no concurso realizado em Janeiro, pelo Centro Cultural de Oeiras.

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

BM - Sector Referência

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

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

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

Roteirinho

30 DIAS EM OEIRAS MARÇO 2011

BIBLIOTECAS
MUNICIPAIS



Pijama às Letras*

25 . Sexta . 20h30 até 26 . Sábado . 9h30

Biblioteca Municipal de Carnaxide

Uma noite na Biblioteca, com Brincadeiras com o escuro (atelier de acolhimento), As cozinheiras de livros (espectáculo de teatro de marionetas), uma festa do pijama, uma exposição de ilustração e um serão de contos com uma convidada surpresa, para embalar pequenos e grandes com sonhos de encantar.

Para 20 crianças dos 3 aos 10 anos, acompanhadas de 1 ou 2 adultos.

1 de Abril . Sexta . 20h30 até 2 de Abril . Sábado . 10h00

Biblioteca Municipal de Algés

8 de Abril . Sexta . 20h30 até 9 de Abril . Sábado . 10h00

Biblioteca Municipal de Oeiras

Mais duas noites diferentes, num ambiente de magia, entre histórias, contos e livros de encantar.

Inscrições presenciais (a partir de 1 de Março).



Atelier de animação da leitura e da escrita *

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.

1, 8, 15 e 22 .Terças . 10h30
2, 3, 9, 10, 16, 17 e 24
Quartas e quintas . 14h30
Biblioteca Municipal de Algés

Para alunos do 1º Ciclo do Ensino Básico.

2 . Quarta . 10h30 e 13h30
16 . Quarta . 10h30
Biblioteca M. de Carnaxide

Para alunos do 1º Ciclo do Ensino Básico

2, 3, 9, 10, 16, 17 e 24
Quartas e quintas . 10h30
Biblioteca Municipal de Algés
Para crianças de creches e Pré-escolar.

3, 17 e 31 . Quintas
10h30 e 14h30
10 . Quinta . 13h30
Biblioteca M. de Carnaxide
Para crianças do Pré-Escolar

16 . Quarta . 16h30
Biblioteca M. de Carnaxide
Com Anabela Passos, 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. O segundo

ganhou o 1.º prémio do mesmo concurso, em 2008.

Para alunos do 1º Ciclo do Ensino Básico.

Canto de Colo *

5 . Sábado . 10h30
Biblioteca Municipal de Oeiras
19 . Sábado . 10h30
Biblioteca M. de Carnaxide
26 . Sábado . 10h30
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.
Para pais, mães, avós e crianças dos 0 aos 3 anos.



Casulo *

5 . Sábado . 11h00
Biblioteca M. de Carnaxide
Era uma vez uma bola. Era aconchegante e fofa, e lá dentro aconteciam coisas engraçadas e mágicas. Um dia a bola desfez-se e transformou-se. Lá de dentro saiu um serzinho. Fora da protecção da sua bola, esse serzinho tem de aprender a mexer-se, mover-se e a interagir com o mundo. Um espectáculo de teatro-dança

sobre o nascimento e desenvolvimento dos bebés, pela Companhia Baubo.
Para famílias com crianças entre 6 meses e 2 anos.

Sábados de Contos *

5, 12 e 19 . Sábados . 16h00
Biblioteca Municipal de Oeiras
Contos partilhados pelos contadores do projecto "Histórias de Ida e Volta", para animar os sábados de pais, filhos, avós e netos.
Para crianças a partir dos 4 anos e suas famílias.

Feira de Contos *

Segunda a Sexta . 10h00
Biblioteca Municipal de Oeiras
Nestas Feiras contadores do "Histórias de Ida e Volta" e o público trocam olhares, saboreiam gostos, partilham sonhos, embarcam numa viagem, imaginam terras distantes...
Para crianças de jardins-de-infância e 1º Ciclo do Ensino Básico.

As Palavras Falam . Atelier de Leitura em Voz Alta *

9 . Quarta . 10h00 às 17h00
Biblioteca Municipal de Oeiras
"Falar em público? Nem pensar. Ler em público? Ainda pior. E se não gostam? E se me gozam?" Um atelier que procura responder a estas questões, através de técnicas de corpo, respiração, voz e de abordagem ao texto. O teatro ao serviço da leitura, para que as palavras falem sem dificuldades.
Para adolescentes dos 11 aos 14 anos.

Oficina do Vento Ilustrado *

12 . Sábado . 15h00
Biblioteca Municipal de Algés
A partir de uma pequena visita ao livro ilustrado «No Reino das Sardas» haverá um momento lúdico de escuta interior para depois registar a sensação saboreada: identificar vários tipos de ventos e falar como

os sentimos por dentro e fora, superar a dificuldade de desenhar aquilo que sentimos e não vemos, escolher um pormenor e construir um moinho... Escrever um segredo ao vento, numa oficina de expressão artística orientada por Marina Palácio.
Para famílias com crianças a partir dos 6 anos.



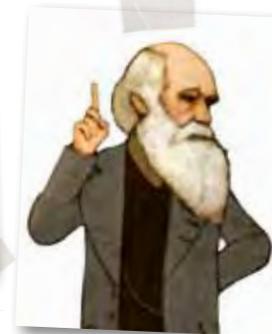
Darwin 200 *

15, 22 e 29 . Terças . 10h00
Biblioteca M. de Carnaxide
Uma iniciativa no âmbito da história da ciência com o objectivo de promover a literacia científica através da aprendizagem de conceitos 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.

Retratinho de Darwin *

26 . Sábado . 16h00
Biblioteca Municipal de Oeiras
Um convite para seguir Charles Darwin, o curioso investigador, na sua viagem a bordo do Beagle, observar estranhas espécies e desenhá-las ao pormenor. Elas organizam-se para fazer frente às contrariedades e são capazes de se adaptar a qualquer situação, por mais incrível que possa parecer.

Depois discute-se com Darwin sobre a selecção natural, a luta pela sobrevivência, a morte e a evolução das espécies. Pela Associação Cultural Teatro-moca.
Para famílias com crianças a partir dos 4 anos.



Exposições

Retalhos de Histórias, de Irina Raimundo e Inês Pardal
2 de Março a 28 de Abril
Biblioteca M. de Carnaxide
Pode um bom disparate desencadear o início de uma história? E se a esse disparate juntarmos duas cabeças a transbordar de ideias e quatro mãos com vontade de criar? Duas mãos puxam o princípio da história e as outras duas puxam o fim. Misturam-se tintas, cortam-se tecidos, adicionam-se riscos e rabiscos e criam-se imagens com novos sabores.

(*) Mediante inscrições

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

TEATRO INFANTIL



Zuca, Truca, Bazaruca e Artur
Até 8 . Sábados . 16h00
Domingos . 11h00
8 . Terça . 16h00 (com desfile de crianças mascaradas)
Auditório Municipal Lourdes Norberto . Linda-a-Velha

Um grupo de crianças brinca nas ruas por falta de melhor lugar. Uma estória sobre parques infantís 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. Em quarto mês de representações, com espectáculos extra, por marcação.
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

Até 1 de Maio . Sábados e domingos . 15h00
Auditório Novo Espaço . Edifício Parque Oceano . Santo Amaro de Oeiras

A luta entre o bem e o mal onde o rock não pode faltar, num 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
pedro.ribeiro@teatrodeoeiras.com

As Histórias do Lobo Mau

19 e 20
Sábado e domingo . 16h00
Espaço Nova Morada, Av. dos Fundadores, 59A Paço de Arcos (junto ao Oeiras Parque)

Quando o Capuchinho Vermelho se cruza com os três porquinhos o que acontecerá ao lobo mau? Um espectáculo alegre e didáctico, com texto e encenação de Nuno Loureiro, numa produção do Teatro Nova Morada.

Para crianças maiores de 4 anos.

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

ANIMAÇÕES INFANTIS

Escola de Heróis

6 . Domingo . 11h00
Auditório Novo Espaço
Edifício Parque Oceano
Santo Amaro de Oeiras

Pelo TIO - Teatro Independente de Oeiras.

Para crianças maiores de 4 anos.

Vamos conhecer o Barroco!

13 . Domingo . 11h00
Auditório Municipal César Batalha . Oeiras

Instrumentos barrocos e modernos e a diferença e a evolução dos mesmos, num concerto didáctico para pais e filhos, pela Orquestra de Câmara Cascais e Oeiras, com direcção artística e comentários do Maestro Nikolay Lalov.

Para crianças maiores de 6 anos.

INFORMAÇÕES
tel. 214 408 559

MUSEU DA PÓLVORA NEGRA

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

Actividades livres

Aventuras na Fábrica da Pólvora - 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: 1,10 €
(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 extraordinárias.

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 Fábrica 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: ouriços de péra, 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



LIBERTAÇÃO ANIMAL

PETER SINGER

sugestões do escritor } MIGUEL GULLANDER

Um dos relatos bíblicos que sempre me deixou mais perturbado é aquele em que Legião, um espírito maligno colectivo, é expulso do corpo de um homem para dentro do corpo de uns animais ali perto e “os espíritos malignos saíram do corpo do homem entraram nos porcos, e a vara, cerca de uns dois mil, precipitou-se do alto no mar e ali se afogou.” (Marcos 5. 13). Uma coisa sempre senti ao ler isto: o homem em questão não valia a vara inteira de porcos. Porque é que um ser humano tem de, necessariamente, valer mais que um animal? Acho que depende do humano. Não considero possível comparar o valor entre um raríssimo – e à beira da extinção – tigre da Sibéria e um Mao Tse-Tung. É como comparar as sonatas para violoncelo de Bach com um cancro da medula. Lá porque esse cancro possa ser humano, não tem valor intrínseco que o torne melhor, *per se*, a algo que é harmónico, belo e integrado. Não compreendo a solidariedade especicista com um Béria, só porque é humano, e o desinteresse por todos os grandes primatas que são placidamente extintos – agora. Sempre senti uma desproporção injusta no sofrimento imposto aos animais para bem – ou divertimento – do ser humano. Da vivisecção até à indústria alimentar, passando pelas tradições supostamente viris de seviciar bichos em público. “Nunca um cão chamou um homem para lhe bater” diz um ditado aqui em África.

Claramente se existe coisa que se assemelhe ao Mal e Inferno é aquilo a que sujeitamos os animais neste planeta. Pois consideramos sempre o desenvolvimento moral e ético como algo exclusivo da relação entre nós, animais humanos – mas esquecemos que a ética, como fio-de-prumo de aspiração universal, tem de incluir muito mais do que uma ínfima parte dos seres sencientes do planeta. E como disse Ghandi “mede-se o grau de civilização de uma sociedade pelo modo como trata os seus animais”.

Recentemente surgiu um partido – o Partido dos Animais – que demonstra, efectivamente, que há um problema sério na nossa relação com o próximo não-humano. Como sabemos só se luta contra algo – racismo, sexismo, especicismo – quando essa coisa já se tornou insuportável. A necessidade de se criarem leis é a prova da existência de crime. Na idade média não era necessário estabelecer cotas de pesca, pois os limites não tinham sido quebrados. Não conseguimos.

Para que se estabeleça uma teoria unificadora e lógica e racional – sem sentimentalismos do “coitadinha da foquinha” – este livro prova que existe, sim, a necessidade de uma libertação animal. E veremos que o principal animal que necessita de ser liberto, da sua estupidez e preconceito, é o ser humano. }

Catálogo online

das Bibliotecas Municipais
Em meados de 2010 o sítio Web das Bibliotecas Municipais de Oeiras (<http://catalogo.cm-oeiras.pt>) foi reestruturado, com o intuito de o tornar mais atractivo e cumprir requisitos de acessibilidade e de usabilidade, bem como de disponibilizar mais informação sobre serviços, espaços e o seu funcionamento.

O utilizador dispõe agora de um espaço renovado, com mais informação, mais acessível a pessoas com dificuldades físicas ou sensoriais bem como aos vários agentes de utilizador e mais fácil de navegar onde pode ajustar o tamanho da letra às suas preferências e necessidades. Os utilizadores poderão, agora através do sítio Web, fazer a gestão dos seus empréstimos, renovar prazos de devolução, efectuar reservas, sugestões ou propostas de aquisição assim como subscrever alertas por rss, tanto de avisos de recolha de reservas como de devoluções em atraso, listas das mais recentes aquisições também por rss e até proceder à inscrição online de utilizadores, ou seja, passa a ser possível fazer o pedido do cartão de leitor através do sítio Web. Outra novidade é o Balcão Virtual, serviço em linha através do qual poderá contactar as Bibliotecas Municipais, em tempo real através de chat, para pedidos de informações, renovações de prazos de empréstimo, reservas de documentos e serviço de referência. Funciona nos dias úteis das 10h00 às 18h00 e representa uma possibilidade de contactar as Bibliotecas Municipais de Oeiras de forma rápida e sem custos e pode encontrá-lo facilmente na página inicial em "Fale Conosco". As Bibliotecas Municipais de Oeiras esperam a sua visita, em linha e presencialmente.



Masterpieces do Séc.XX
Iva Barbosa



Ciclo Grandes Quartetos
Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras

Masterpieces do Séc. XX *

5 . Sábado . 18h00

Auditório Municipal
Ruy de Carvalho . Carnaxide

H. Górecki . Três peças em estilo antigo

A. Copland . Concerto para clarinete, harpa e cordas

B. Britten . Symple symphony
Com Iva Barbosa (clarinete) e a Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras dirigida pelo Maestro Nikolay Lalov.

Concertos com a Escola de Música Nossa Senhora do Cabo

12, 19 e 26 . Sábados . 17h00

Palácio dos Aciprestes
Linda-a-Velha

Ciclo Grandes Quartetos *

20 . Domingo . 17h00

Palácio dos Aciprestes
Linda-a-Velha

Fr. Schubert . Quarteto N.º 13 em Lá menor D 804

S. Prokofiev . Quarteto de cordas N.º 1 Op. 50

Com solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.

Zurawski Ensemble

26 . Sábado . 21h30

Auditório Municipal Ruy de Carvalho . Carnaxide

Além do clima mágico e da ambiência envolvente criados nos concertos, as características marcantes da música do Zurawski Ensemble são as melodias cativantes e cantantes das músicas e arranjos, que procuram sempre o caminho mais curto até o coração e a alma do ouvinte. Cantadas em português lusitano, as descritivas canções contam histórias de uma maneira poética e mágica, fortemente seladas às imagens contidas nas letras. Ouve-se o canto e vê-se com facilidade as imagens das histórias, como em um filme. A formação camerística e versátil do grupo permite um passeio por nuances musicais inusitadas e subtis.

Sérgio Zurawski (Brasil)

guitarra eléctrica e acústica

Carla Aroutiouian (Portugal)
voz e violino

Cazé Costa (Moçambique)
violoncelo

Manuel Luiz Cochofel (Angola)
flauta



Zurawski Ensemble

Kay Limak (Timor)

guitarra clássica

Pedro Zurawski (Brasil)

guitarra eléctrica

BILHETES À VENDA
(10 €, plateia e balcão)

Auditório Municipal Ruy de Carvalho (tel. 214 170 109), dia do espectáculo, a partir das 15h00; loja de divulgação e informação municipal, no Centro Comercial Oeiras Parque, diariamente, das 10h00 às 20h00; CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito (tel. 214 111 400), terça a domingo, das 12h00 às 18h00; lojas Fnac; agências Abreu; lojas Worten; pontos Megarede; CC Dolce Vita; El Corte Inglés e www.ticketline.pt (reservas: 707 234 234).

INFORMAÇÕES

tel. 214 408 582/24
paulo.afonso@cm-oeiras.pt

(* Entrada gratuita (maiores de 6 anos) limitada aos lugares disponíveis e condicionada após o início do espectáculo. No Auditório, distribuição de senhas na hora antes do início do concerto.

INFORMAÇÕES

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



VICTORIA E O ESPLENDOR DA POLIFONIA ESPANHOLA

sugestões da musicóloga } CRISTINA FERNANDES

Todas as ocasiões são boas para escutar a belíssima música do compositor espanhol Tomás Luís de Victoria, mas a efeméride dos 400 anos da sua morte, que se comemora em 2011, pode servir de incentivo para visitar com mais profundidade o precioso legado de um dos mais ilustres representantes da polifonia ibérica. Através do site <http://www.uma.es/victoria/> é possível ter acesso a informações sobre a sua vida e obra, partituras, discografia, bibliografia, cronologias e várias curiosidades. Agrupamentos de relevo como os Pro Cantione Antiqua, os Tallis Scholars, La Capella Reial de Catalunya, The Sixteen, o Hilliard Ensemble, o Westminster Cathedral Choir e muitos outros gravaram obras de Victoria nas últimas décadas e ao longo do ano surgirão novas interpretações em concerto e em disco.

Juntamente com Cristóbal de Morales e Francisco Guerrero, Victoria representa a Idade de Ouro da polifonia espanhola, coincidente com o período de florescimento cultural dos reinados de Carlos V e Felipe II. Nascido em Ávila em 1548, Victoria iniciou a sua formação como menino de coro da catedral. Em 1567 viajou para Roma patrocinado por Felipe II, com a finalidade de se preparar para o sacerdócio e de se aperfeiçoar como músico. Na cidade Pontifícia ocupou vários cargos e terá tido contacto com o lendário Palestrina, a quem sucedeu como mestre de capela do Seminário Romano. Regressou a Espanha em 1585. A sua produção inclui apenas música religiosa (Missas, Motetes, obras-primas como o Ofício da Semana Santa e o Ofício de Defunctos, entre outros géneros litúrgicos) e revela uma expressão dramática intensa ditada por um misticismo profundo. Emblemática do espírito da Contra Reforma, ultrapassa as fronteiras da polifonia renascentista para se afirmar como uma das manifestações mais pungentes do Maneirismo.}

Tertúlia Cultural de Oeiras

2 . Quarta . 16h00

Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

“As Mulheres Criadoras”, numa sessão coordenada por Maria Fernanda Pires.

**Grupo de Mães de Oeiras**

2, 9, 16 e 24

Quartas . 16h30 às 18h30

Biblioteca Municipal de Oeiras

Um grupo de apoio à maternidade, aberto a todas as mães e grávidas, com encontros onde cada mãe pode trazer os filhos e... conversar. Partilhar as experiências, as dúvidas, as incertezas, as alegrias e, também, as tristezas. Falar e ser ouvida, e levar para casa aquela sensação de que, no fundo, não são assim tão diferentes. Este mês, com quatro encontros subordinados aos temas, ‘Nutrindo os nossos filhos’, ‘Levo o meu filho para todo o lado’, ‘Cuidar com amor’ e ‘O meu filho nasceu assim’.

INFORMAÇÕESinfo@maes-oeiras.com
www.maes-oeiras.com**Quintas-feiras Culturais**

Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

À procura**de um poeta esquecido**

3 . Quinta . 16h00

Sessão a cargo do CENCO.

Florbela e outras poetisas

17 . Quinta . 16h00

Sessão a cargo dos Jograis do Paço.

A Identidade da Arquitectura Portuguesa
24 . Quinta . 16h00

Com Horácio Manuel Bonifácio, numa sessão a cargo da Universidade Sénior de Oeiras.

Sessão de Poesia

31 . Quinta . 16h00

Pela Associação Portuguesa de Poetas.

O papel do teatro na sociedade

12 . Sábado . 16h00

Grupo Recreativo de Tercena

Mais uma sessão temática das palestras e debates promovidas pelo Grupo Recreativo de Tercena. Este mês, com André Gago.

INFORMAÇÕESGrupo Recreativo de Tercena
tel. 214 379 944**4º Ciclo de Colóquios Debates “Não desistas”**

16 . Quarta . 16h00

Livraria-Galeria Municipal Verney . Oeiras

Com o Comendador Rui Nabeiro.

Filosofia e poesia no Parque dos Poetas

19 . Sábado . 10h30 às 13h00

Parque dos Poetas . Oeiras

Conferência sobre a filosofia de cada poeta e recitação de poemas ao ar livre seguindo o caminho do Parque dos Poetas. Esta primeira actividade de «Filosofia e Poe-

sia», será dedicada a Fernando Pessoa, Guerra Junqueiro, Antero de Quental, Florbela Espanca e Miguel Torga.

Entrada livre.

INFORMAÇÕESNova Acrópole . tel. 213 523 056
www.nova-acropole.pt/lisboa.html**Conversas na Aldeia Global O Futuro Inventado**

31 . Quinta . 21h30

Auditório da Biblioteca Municipal de Oeiras

Rui Canário e Natália Alves são os convidados da terceira sessão de *Conversas na Aldeia Global*, para uma conversa, na perspectiva da empregabilidade, sobre a inserção profissional dos diplomados do ensino superior através da abordagem ao tema *Mundos do Trabalho e Aprendizagem*. Rui Canário é licenciado em História e doutorado em Ciências da Educação. Natália Alves é licenciada e mestre em Sociologia, pelo ISCTE, e doutora em Sociologia da Educação, pela Universidade de Lisboa. São ambos professores e investigadores no Instituto de Educação, onde leccionam e investigam nas áreas de Sociologia da Educação e da Formação de Adultos. Uma sessão moderada por Vasco Trigo.

INFORMAÇÕESBM Oeiras - Sector Multimédia
tel. 214 406 337
maria.amandio@cm-oeiras.pt
http://oeiras-a-ler.blogspot.com**O CÍRIO DE NOSSA SENHORA DO CABO**

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

Registo de Nossa Senhora do Cabo, séc. XIX, in Mirando, Jorge, Viagem pelas Lendas do Concelho de Oeiras, CMO, 1996, p. 30



Vieram os círios, chegou a felicidade. Só o povo sabe assim gozar, só ele sabe sentir um prazer em todas as suas modalidades, só o povo sabe rir, só d'ele vem a gargalhada rija, bem aberta e que se prolonga. Não tem nostalgias, nem preocupações, nem análises, nem nevroses. Uma guitarra apaga as mágoas, um copo de vinho afoga paixões. Abençoados círios e abençoado povo! (1)

O Círio é uma confraria popular, que anualmente se desloca a um santuário distante, com o propósito de venerar a imagem titular. Os antigosromeiros levavam consigo velas de cera, os círios.

Estas procissões de longo curso são o cumprimento de uma promessa “colectiva”, destinada a afastar as catástrofes naturais, ligadas à agricultura ou as epidemias de peste. Envolviam, frequentemente, a forma de *giros* entre várias freguesias geograficamente afastadas, e contribuíam para o reforço de relações de vizinhança e de coesão social das comunidades.

Na região de Lisboa, consolidou-se o uso dos círios, em que as irmandades, em procissão, com andores, anjos e música vão de visita aos santuários, já que “o círio é uma coisa bem portuguesa, é como o fado e como a favarica”. (2)

Uma das mais interessantes manifestações de religiosidade das freguesias estremenhas data da Idade Média, e é relativa ao culto a Nossa Senhora do Cabo, também designado por Círio dos Saloios.

Embora a lenda não tenha origem no território do concelho de Oeiras, e sim no Cabo Espichel, a sua população aderiu com entusiasmo a este culto. Diz a lenda devota (há várias ver-

sões) que por volta de 1380 aparecera em sonhos a Virgem a um velho de Alcabideche e a uma velha de Carnaxide, dando-lhes a conhecer o lugar onde se encontrava a sua imagem. Os anciões encontraram a pequena escultura, e improvisaram uma ermida com pedra, e divulgaram o sucedido.

Este culto estava plenamente estabelecido no século XIV. Em Oeiras: “Terá sido em 1431 que começou o Giro, com o Círio de Alcabideche e no ano seguinte, 1432, foi a vez de Carnaxide...” (3)

Contou inicialmente com 30 freguesias, cabendo a Carnaxide (Linda-a-Velha e Algés pertenceram a esta freguesia até 1993) o segundo lugar, e fê-lo de trinta em trinta anos. Os festejos tinham lugar no primeiro domingo após a Quinta-Feira de Ascensão (quarenta dias depois da Páscoa).

O culto a Nossa Senhora do Cabo no concelho de Oeiras é testemunhado na invocação das antigas capelas de Algés de Cima e de Linda-a-Velha. }

(1) Martins, Rocha, *Ilustração Portuguesa*, 29 de Agosto de 1904, p. 674.(2) *Idem, ibidem*(3) Casimiro, Jaime, *Nossa Senhora do Cabo in Elucidário de alguma Oeiras*, p. 280

**Realismos e sonhos d'alma**

Até 5

Segunda a sexta . 14h30 às 17h30

Sábados . 15h00 às 18h00

Galeria de Arte Fundação

Marquês de Pombal . Palácio dos

Aciprestes . Linda-a-Velha

Pintura de Bé Cabrita.

**Fio da Memória - Operários da Fábrica da Pólvora**

20 . Domingo . 14h00 às 17h00

Fábrica da Pólvora de Barcarena

O período mais recente da história da Fábrica da Pólvora, entre os anos 50 e 1988, data definitiva do seu encerramento, numa exposição que se articula com os edifícios industriais -Oficinas a Vapor, Edifício das Galgas, Centrais Hidroelétrica e Diesel - e o espaço envolvente.

Com um filme construído com base nos testemunhos orais oferecidos pela última geração de trabalhadores, fotografias antigas e contemporâneas, produtos representativos da última fase da produção fabril e documentação em papel.

**1910 Memórias do Teatro**

Até 27

Quarta a sábado . 14h00 às 21h30

Terça e domingos

14h00 às 18h00

Auditório Municipal Eunice

Muñoz . Oeiras

Uma exposição, coordenada e comissariada por 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" dá a conhecer a vida e da obra do seu autor, Manuel Teixeira Gomes.

INFORMAÇÕES E VISITAS GUIADAS
(para grupos)

tel. 912 362 241

**"Lugares de Memória"**

Colecção Neves e Sousa

Até 28 de Maio

Terça a sábado (excepto feriados)

14h00 às 18h00

Livraria-Galeria Municipal

Verney . Oeiras

As memórias de um povo, de lugares e de uma História, representadas na arte do pintor Neves e Sousa.

Exposição colectiva de pintura

12 de Março a 2 de Abril

Segunda a sexta . 14h30 às 17h30

Sábados . 15h00 às 18h00

Galeria de Arte Fundação

Marquês de Pombal . Palácio dos

Aciprestes . Linda-a-Velha

Dia da Poesia e da Árvore

21 de Março a 29 de Abril

Biblioteca Municipal de

Carnaxide

Exposição comemorativa do Dia da Poesia e da Árvore, ambos a 21 de Março.

**ABSTRACÇÃO . ARTE PARTILHADA
MILLENNIUM BCP**

Até 30 de Abril . Terça a domingo . 11h30 às 18h00

Centro Cultural Palácio do Egipto . Oeiras

Cerca de setenta obras do abstraccionismo português e estrangeiro numa selecção cuidada e pertinente que coloca à disposição dos olhares os clássicos do abstraccionismo que irrompeu em Portugal na década de 30. Nesta mostra itinerante, comissariada por Raquel Henriques da Silva, reúnem-se alguns dos mais importantes nomes desta corrente artística, como Arpad Szenes, Vieira da Silva, António Areal, Eduardo Batarida, Eduardo Nery, Júlio Pomar, Júlio Resende, Manuel Cargaleiro, Paula Rego, Tom, Zao Wou-Ki, entre outros. *Entrada gratuita*

**INFORMAÇÕES
E INSCRIÇÕES**Centro Cultural Palácio
do Egipto

tel. 214 408 391

maria.galvao@cm-oeiras.pt

Visitas guiadas*Sujeitas a marcação prévia***Escolas e grupos organizados***Terça a sexta . 10h00 às 16h00***Famílias***6 de Março e 3 de Abril . Domingos . 15h00*

Visitas-jogo para descobrir em família e de forma lúdica e pedagógica as obras em exposição.

Adultos*20 de Março e 17 de Abril . Domingos . 15h00*

Para descobrir, ao longo de uma conversa, as obras de alguns dos mais emblemáticos artistas da contemporaneidade.



As Bodas de Fígaro

Sextas e sábados . 21h30
Domingos . 16h00

Auditério Municipal Lourdes
Norberto . Linda-a-Velha

Uma sátira política e social escrita, por Pierre-Augustin Beaumarchais, nas vésperas da Revolução Francesa.

Uma peça fundamental da história do teatro cuja intriga origina muitas peripécias num desenrolar de situações divertidas.

Uma produção do Intervalo - Grupo de Teatro, com encenação de Armando Caldas.

M/12 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
bilhetes: 7€ (5€ para maiores de 65 anos e estudantes)

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

Diálogo Nocturno com um Homem vil

4 e 5 . Sexta e sábado . 22h00

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

Frente a frente, um carrasco e um condenado numa última ceia...

Judas e Cristo. Um diálogo entre a liberdade e a opressão. Com António Portela e João Jorge Mourinho. Texto, encenação e cenografia de Horácio Manuel. Uma produção Palco Oriental.

M/12 anos.

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

Cá estamos nós

5 e 7 . Sábado e segunda . 21h30

Grupo Recreativo de Tercena

Um programa de Carnaval, com *A Visita da Dona Genoveva*, na primeira parte, e *Revista à Portuguesa*, na segunda parte.

INFORMAÇÕES
www.grtercena.no.sapo.pt

Sexo? Sim, Obrigada!

11 de Março a 30 de Abril

Quintas, sextas e sábados . 21h30

Auditério Novo Espaço . Edifício Parque Oceano . Santo Amaro de Oeiras

Uma peça de Dario Fo e Franca Rame, com Patrícia Adão Marques e Rita Frazão. Encenação de Carlos d' Almeida Ribeiro.

M/16 anos.

INFORMAÇÕES E RESERVAS
(10€; para menores de 25 e maiores de 65 anos, 8,50€)

Teatro Independente de Oeiras
tel. 213 020 003
pedro.ribeiro@teatrodeoeiras.com

Um Casal Moderno

12 . Sábado . 22h00

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

Uma história mirabolante sobre as relações de um casal que, para salvar o casamento, decide ser um casal aberto dando a cada um a liberdade de viver outras experiências de "acasalamento".

Com Joana Páscoa, Pedro Macedo, Ricardo Varela. A partir de *Casal Aberto* de Dario Fo e Franca Rame. Adaptação e encenação de Pompeu José. Uma produção TEIA Teatro Experimental de Intervenção de Alvarim.

M/12 anos.

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

Aparentemente, sim

18, 19, 25 e 26 de Março e 1, 2, 8 e 9 de Abril

Sextas e sábados . 21h30

Auditério 18 de Maio
Ourela . Carnaxide

Um hino à classe média numa comédia de Paula Neto e Isilda Paulo. Pelo ArtesCénicasGrupo.

M/12 anos.

INFORMAÇÕES

tel. 214 188 209, 965 160 076
artescenicagrup@gmail.com



Toda a gente sabe que toda a gente sabe

Até 27 . Quarta a sábado . 21h30
Domingo . 16h00

Auditério Municipal Eunice Muñoz . Oeiras

Uma sátira da decadência de uma família disfuncional, complementada pela vivacidade inigualável dos seus diálogos. Com Manuela Maria, Teresa Guilherme e Heitor Lourenço, entre outros. Encenação de Celso Cleto. *M/12 anos.*

INFORMAÇÕES E RESERVAS
tel. 960 272 519, 933 537 349
dramaxproducoes@gmail.com
paulo.afonso@cm-oeiras.pt

BILHETES À VENDA

(10 €, plateia e balcão)
Auditério Municipal Eunice Muñoz (tel. 214 408 411), dias de espectáculo, a partir das 14h00; loja de divulgação e informação municipal, no Centro Comercial Oeiras Parque, diariamente, das 10h00 às 20h00; CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito (214 111 400), terça a domingo, das 12h00 às 18h00.



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

5 e 19 . Sábados . 10h00 e 11h00

Visitas livres

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

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

Posto de Turismo de Oeiras
tel. 214 408 781
turismo.oeiras@cm-oeiras.pt
CM Oeiras - Divisão de Património Histórico e Museológico
tel. 214 404 851, dphm@cm-oeiras.pt



Cantos e Encantos do Palácio

27 . Domingo . 10h00

Palácio e Jardim do Marquês de Pombal . Oeiras

No último domingo de cada mês o palácio de Oeiras, residência de veraneio da família Carvalho, e uma das mais imponentes casas senhoriais pombalinas erguidas nos arredores de Lisboa, abre as suas portas para uma visita guiada.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(gratuitas)

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

Viaje por Oeiras com o seu Guia YouGo!

Um guia que lhe dá acesso imediato a informação relevante sobre todos os activos turísticos de Oeiras e ainda a uma agenda cultural com informação sobre dança, exposições, música e teatro, actualizada diariamente. Renda-se! Descubra Oeiras através do seu telemóvel.

INFORMAÇÕES
www.cm-oeiras.pt



À descoberta do Património

30. Quarta. 10h00

Paço de Arcos
Entre a linha-férrea e a avenida marginal, entre Caxias e Santo Amaro, alonga-se uma vila de recorte antigo ... Paço de Arcos.

Assim nos descrevem Branca de Gonta Colaço e Maria Archer nas suas *Memórias da Linha de Cascais* (1943).

Um percurso de descoberta de um património que nos transporta ao tempo das descobertas do século XV, passando pelo elegante veraneio de oitocentos e à mais panorâmica estrada de Portugal, a Avenida Marginal, edificada na orla ribeirinha da denominada Costa do Sol, nos anos 40 do século XX.

Da porta do antigo Forte de S. Pedro ao Palácio dos Arcos é a proposta desta caminhada pelas estórias da história de Paço de Arcos.

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

Taça Davis Portugal vs Eslováquia

4, 5 e 6

Sexta, sábado e domingo
Centro Desportivo Nacional
do Jamor

Sexta . 10h00

Dois jogos de singulares

Sábado . 12h00

Um jogo de pares

Domingo . 10h00

Dois jogos de singulares

A mais importante competição internacional de ténis por equipas, a Taça Davis, regressa no primeiro fim-de-semana de Março ao mítico "court" central do Jamor.

INFORMAÇÕES

Federação Portuguesa de Ténis
tel. 214 151 356, geral@fptenis.pt
www.tenis.pt

Programa de Promoção do Xadrez

Torneio da S. Filarmónica Fraternidade Carnaxide

5 . Sábado . 14h30

Sociedade Filarmónica
Fraternidade Carnaxide

III Torneio do Instituto Español de Lisboa

19 . Sábado . 14h30

Instituto Espanhol de Lisboa
Dafundo

INSCRIÇÕES (gratuitas)

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

INFORMAÇÕES

CM Oeiras . Desporto
tel. 214 408 540, xadrez@cm-oeiras.pt

Actividades de Ar Livre

Caminhada

12 . Sábado . 9h30

Quinta Real de Caxias

Orientação

19 . Sábado . 9h30

Parque Florestal de Monsanto

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas)

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

Troféu CMO Corrida das Localidades

XXII Grande Prémio de Leão

13 . Domingo . 9h30

Organização do Grupo
Recreativo, Cultural e Desportivo
de Leão

XXVI Grande Prémio Tercena

27 . Domingo . 9h30

Organização do Grupo Recreativo
de Tercena

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas)

CM Oeiras - Divisão de Desporto
tel. 214 408 540
ddesporto@cm-oeiras.pt
http://trofeu.desporto.cm-oeiras.pt



21ª Meia Maratona Internacional de Lisboa

20 . Domingo . 10h30

A "Meia Maratona Internacional de Lisboa", organizada pelo Maratona Clube de Portugal, volta a ter uma partida especial para o escalão de elite, em Algés, na tentativa de estabelecer marcas de referência internacionais, tal como sucedeu na edição do ano transacto, quando foi batido o recorde do mundo da meia maratona.

Após a partida, os atletas da Meia Maratona juntam-se ao grosso do pelotão ao quilómetro 5, em Alcântara, seguindo todos, a partir

daí, o mesmo trajecto, com a meta instalada frente ao Mosteiro dos Jerónimos.

Neste dia, oportunidade para participar na Meia e Mini Maratona. E na véspera, a Corrida da Amizade, o Passeio Avós e Netos e a Prova Mini-Campeões.

INSCRIÇÕES Agências Banif

INFORMAÇÕES

www.meiamaratonadelisboa.com



Aulas Gratuitas na Football By Carlos Queiroz

Parque Desportivo Carlos
Queiroz

A Football By Carlos Queiroz, entre outros programas, desenvolve um projecto em parceria com o Manchester United. A academia é já reconhecida pelo parceiro como um dos projectos de maior sucesso em todo o Mundo com mais de 3.500 crianças e jovens participantes nos seus vários programas.

A Football By Carlos Queiroz abre a porta da sua academia durante o mês de Março oferecendo duas aulas gratuitas a crianças com idades compreendidas entre os 5 e os 12 anos.

Para validar esta oferta os interessados deverão contactar os seguintes números:
214 161 720 ou 932 932 060

INFORMAÇÕES

www.footballby.net



Mercados Biológicos

5, 12, 19 e 26

Sábados . 9h00 às 13h00

Jardins Municipais de Algés
e 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

6 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Oeiras

13 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Caxias

20 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Paço de Arcos

27 . Domingo . 9h00 às 19h00

Jardim de Algés

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - DAPFS . tel. 210 976 545

XII Promoção Gastronómica e Mostra de Artesanato do Concelho de Vinhais

11, 12 e 13 . Sexta

17h00 às 23h00 . Sábado e

domingo . 10h00 às 22h00

Mercado Municipal de Oeiras

A gastronomia é uma das principais atrações nacionais, em que os enchidos e os produtos regionais merecem especial destaque. A Casa de Vinhais com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras realiza, anualmente em Oeiras, a Feira do Fumeiro e Mostra de Artesanato do Concelho de Vinhais, com vista à promoção e comercialização de produtos gastronómicos e artesanato regional.

À semelhança de 2010, este evento realizar-se-á no Mercado Municipal de Oeiras, onde poderá encontrar, para além da venda de produtos, um restaurante com oferta diversificada de iguarias da região. Ao longo de três dias, este é um evento pautado pelo ambiente tradicional e descontraído onde impera a gastronomia, o artesanato e a animação.

Entrada livre.

INFORMAÇÕES

CM Oeiras - Turismo . tel. 214 408 563

Feira de Artesanato e do Livro

12 . 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 decorre no segundo sábado de cada mês para 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

Feira do Livro de Algés

Até 27

Todos os dias . 9h00 às 20h00

Algés (junto ao túnel da estação da CP)

Um evento organizado pela Caminho-Divulgação, com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras, com vista à promoção da leitura, com livros a preços convidativos.

INFORMAÇÕES

Caminho-Divulgação . tel. 218 161 760



Mecânica de Bicicletas
5. Sábado . 10h00 às 18h00
Hotel Holiday Inn . Oeiras

Um curso intermédio de mecânica, dirigido aos utilizadores de bicicleta que desejem efectuar a manutenção da sua bicicleta, e abordando temas como a ergonomia, a afinação de sistemas e a manutenção e lubrificação.

INFORMAÇÕES
Escola de Mecânica de Bicicletas
da Cabra Montéz
tel. 214 382 285, 917 446 668
www.cabramontez.com

Iniciação à Informática e Processamento de Texto

10, 11, 24 e 25
Quintas e sextas . 16h00 às 19h00
Biblioteca Municipal
de Carnaxide

Uma acção de formação destinada a todos aqueles que pretendem dar os primeiros passos na informática, para 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
BM Carnaxide . tel. 210 977 432

Formação Inicial para Voluntários

12 e 19
Sábados . 14h00 às 17h00
Centro da Juventude de Oeiras
Dirigida a voluntários inscritos no Banco Local de Voluntariado de Oeiras e a pessoas interessadas na área do voluntariado, com mais de 18 anos, pretende-se com esta sessão capacitar os voluntários para o exercício do voluntariado.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(até dia 7)
CM Oeiras - Divisão de Acção Social,
Saúde e Juventude
tel. 214 404 892
bvoltariado@cm-oeiras.pt



Religiões e Diálogo Intercultural na Lusofonia

19 de Março a 28 de Maio
Sábados . 15h00 às 18h00
Livraria-Galeria Municipal
Verney . Oeiras
O curso visa explorar usos, costumes, práticas ancestrais, e fenómenos religiosos, em África, Brasil e Portugal, tendo sempre como horizonte a lusofonia. Sete sessões da responsabilidade de Paulo Mendes Pinto, com José Carlos Calazans, docentes da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Lusófona.

19 de Março
Estudar as religiões, hoje em Portugal. Desafios e problemas. Há uma identidade religiosa em Portugal?

26 de Março
Comunidades religiosas em Portugal: Cristianismo(s)

2 de Abril
Comunidades religiosas em Portugal: Islão (sunita e ismaelita)

30 de Abril
Comunidades religiosas em Portugal: Hinduísmo e Budismo Lusofonia e identidades religiosas e espirituais. Alguns pensadores em torno dos desígnios e destinos da ideia de Pátria.

7 de Maio
Confluências religiosas em Moçambique. Islão e cristianismo num sistema democrático. Tensões e cumplicidades. Angola e a identidade cristã. Movimentos de independência e missões cristãs. Na actualidade, as tensões e disputas dentro do cristianismo.

14 de Maio
A multiplicidade religiosa no Brasil. O crescimento evangélico e neo-pentecostal; o espiritismo; a maçonaria; o catolicismo.

28 de Maio
A diversidade religiosa hoje em Portugal e a Lusofonia: migrações e identidades.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(13,90€)
Livraria-Galeria Municipal Verney
Coleção Neves e Sousa
Tel. 214 408 329
fernanda.marques@cm-oeiras.pt
maria.rijo@cm-oeiras.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 sevilhanas, técnica de alongamen-

to (pilates), yoga, bharata 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 faculta 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

Estúdio de Dança de Carnaxide
Estão abertas inscrições para dança clássica, dança contemporânea, dança criativa, hip hop, danças tradicionais portuguesa, flamenco, sevilhanas, dança do ventre, salsa, musical, teatro, danças de salão e yoga.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(mensalidades entre 36 e 25€)
Estúdio de Dança de Carnaxide
Largo Frederico de Freitas, 16 D
Carnaxide
(junto ao Hospital de Santa Cruz)
tel. 917 369 834
estudiodancacarnaxide@gmail.com
www.edc.ideiasdoseculo.pt

Aulas de cozinha
Aulas de culinária de forma descontraiada e divertida. Este mês, com os workshops B+A=BA da cozinha (dia 3), vegetariano (dia 12), risotto (dia 14), mexicano (dia 19), sushi basics (dia 25) e cozinha a vapor (dia 26).

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
(entre 40 e 55€)
QB Essence, Fôrum Oeiras
Rua Dr. José da Cunha, 24 A, Oeiras
tel. 214 413 480/068
info@qbessence.com
www.qbessence.com

Biblioteca Operária Oeirese
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-oeirese@mail.telepac.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
bvoltariado@cm-oeiras.pt

Desfile de Carnaval em Algés
4. Sexta . 10h00 às 12h00

A Junta de Freguesia de Algés realiza o habitual Desfile de Carnaval com crianças das Escolas Básicas e Jardins de Infância da Freguesia. O local de encontro das crianças será o Parque de Estacionamento

da Alameda Hermano Patrone, em Algés, em frente ao Restaurante Caravela D'Ouro.



Programa de Turismo Sénior
Descobrir outros Concelhos
Deslocações a locais de património histórico e paisagístico do nosso país com a duração de um ou dois dias.

INSCRIÇÕES (gratuitas para todos os munícipes com mais de 65 anos, sujeitos a posterior selecção dos candidatos. Obrigatória a apresentação do cartão de contribuinte ou cartão de cidadão)

14, 15, 16 e 17
Segunda a quinta
14h30 às 17h00
Ex-Posto de Atendimento de Algés
14, 15, 16 e 17
Segunda a quinta . 14h30 às 17h00
Auditório da Biblioteca Municipal de Oeiras
18 . Sexta
10h00 às 12h00 e 14h30 às 17h00
Bombeiros Voluntários de Barcarena
Seleção dos candidatos para as deslocações de dois dias
29 . Terça . 14h30
Auditório da Biblioteca Municipal de Oeiras

INFORMAÇÕES
CM Oeiras - Divisão de Acção Social,
Saúde e Juventude
tel. 214 404 893/81

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 S. Rocha
Francisco Carreira
Lisete Carrondo
Luís Afonso
Manuel Machado
Maria José Amândio
Rodrigo Inocêncio
Sandra Monteiro
Sofia Pinto
Sónia Correia

Colunistas

Cristina Fernandes
Miguel Gullander

Fotografia

Carlos Santos
Carmo Montanha

Execução

Gabinete de Comunicação

Concepção gráfica e paginação

Formas do Possível

Impressão

InfoPortugal SA

Tipagem

25.000 Exemplares

Registo

ISSN 0873-6928

Depósito Legal

108560/97

Distribuição Gratuita

Contactos

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

www.cm-oeiras.pt

www.facebook.com/municipiodeoeiras
www.youtube.com/municipiodeoeiras



CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS

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

JUNTAS DE FREGUESIA

Algés

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

Barcarena

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

Carnaxide

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

Caxias

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

Cruz Quebrada . Dafundo

tel. 214 153 660
www.jf-cruzquebrada-dafundo.pt

Linda-a-Velha

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

Paço de Arcos

tel. 214 437 793
www.jf-pacodearcos.pt

Porto Salvo

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

Oeiras . S. Julião da Barra

tel. 214 416 464
www.jf-oeiras.pt

Queijas

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



EQUIPAMENTOS CULTURAIS

Aquário Vasco da Gama

Rua Direita, Dafundo
tel. 214 196 337

Auditório Municipal César Batalha

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

Auditório Municipal Eunice Muñoz

Rua Mestre de Avis . Oeiras
tel. 214 408 411

Auditório Municipal Lourdes Norberto

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

Auditório Municipal Ruy de Carvalho

Rua 25 de Abril, lote 5 . Carnaxide
tel. 214 170 109

Biblioteca Municipal de Algés

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

Biblioteca Municipal de 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 Egipto
Rua Álvaro António dos Santos
Oeiras
tel. 214 408 391

Condições de Acesso CAMB

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 Povoado Pré-Histórico de Leceia

Fáb. Da Pólvora de Barcarena
Estrada das Fontainhas
tel. 210 977 480

Fábrica da Pólvora de Barcarena

Estrada das Fontainhas
tel. 210 977 422/3/4
214 408 796

Feitoria do Colégio Militar

Av. Marginal . Oeiras
tel. 214 408 391 (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
colecaoenevesousa@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 Olivença, 11A . Algés
tel/fax. 214 115 131
ejalgés@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 Consigliere Pedroso
Edifício da Antiga Escola
Primária . Barcarena
tel. 214 352 617
Segunda a sexta
10h00 às 19h00

Centro de Actividades com Jovens da Quinta da Politeira

Largo Mestre Santa Auta,
lojas 16 e 18 . Barcarena
tel. 214 211 632
Segunda a sexta-feira
15h00 às 19h00

Centro Comunitário Alto da Loba

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

PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO ESCOLAR E PROFISSIONAL

Testes psicotécnicos gratuitos
Centro da Juventude de Oeiras
tel. 214 467 577
patriciapires@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. 214 467 577
gip.oeiras@cm-oeiras.pt
GIP Algés
tel. 214 114 002
gip.alges@cm-oeiras.pt
GIP Carnaxide
tel. 211 930 452
gip.carnaxide@cm-oeiras.pt



SERVIÇO DE INFORMAÇÃO E MEDIAÇÃO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DE OEIRAS

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



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

CLAII Navegadores
Alameda Jorge Álvares, 4
Bairro dos Navegadores
Porto Salvo
tel. 214 216 437
carla.ramalho@cm-oeiras.pt

CLAII Paço de Arcos

Centro Comunitário do Alto da Loba, Rua Instituto Conde de Agrolongo, 39 . Paço de Arcos
tel. 214 420 463
saoandebol@gmail.com

CLAII Carnaxide

Rua Cesário Verde
Centro Cívico de Carnaxide
tel. 211 930 452
ana.paiva@cm-oeiras.pt



utilidades



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
Mirafloures
tel. 214 102 570
Oeiras estação cp
tel. 214 410 510
Oeiras rua da figueirinha
tel. 214 540 230
Oeiras rua cândido dos reis
tel. 214 430 133
Algés
tel. 214 167 680
Porto Salvo
tel. 214 211 766
Queijas
tel. 214 186 145



POLÍCIA MUNICIPAL

Rua Manuel António Rodrigues, 5, Alto dos Barronhos . Carnaxide
tel. 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) 3, 9, 15, 21, 27
Av. dos Combatentes da G. Guerra 64 . Algés
tel. 214 112 070

Alto de Algés
(SR) 21 a 25
Rua da Eira 26 A . Algés
tel. 213 961 453

Branco
(SP) 5, 18, 24, 30
Av. dos Combatentes da G. Guerra 29 . Algés
tel. 214 112 081

Combatentes
(SP) 11, 17, 23, 29
Av. dos Combatentes da G. Guerra 166 . Algés
tel. 214 104 953

Dias e Saraiva
(SP) 1, 7, 13, 19
Rua Major Afonso Palla 19
Algés . tel. 214 114 487

Mirafloures
(SP) 6, 12, 25, 31
Rua Dr. António Granjo 2B
Algés . tel. 214 101 161

Miramar
(SP) 4, 10, 16, 22, 28
Rua Ernesto Silva 83 . Algés
tel. 214 112 048

Santa Rita
(SP) 2, 8, 14, 20, 26
Av. dos Bombeiros Voluntários de Algés, nº80-A . Algés
tel. 218 160 760

Raposo
(SR) 7, 9 a 11
Av. das Tulipas 14 Loja A
Algés . tel. 214 101 486

BARCARENA

Albergaria
(SR) 1 a 4, 28 a 31
Rua Guerra Junqueiro Lt 11 LjA . Queluz de Baixo
tel. 214 356 487

Silvia
(SR) 21 a 25
Rua Henrique Santana 27 B Quinta do Sobreiro . Barcarena
tel. 214 227 012

Tercena
(SR) 14 a 18
Av. Sto António nº 50-52 Tercena . tel. 214 304 235

CARNAXIDE

Central de Carnaxide
(SP) 2, 12, 22
(SR) 7, 17, 27
Av. de Portugal 16 B Carnaxide . tel. 214 184 913

Maria
(SP) 6, 16, 26
(SR) 1, 11, 21, 31
Praceta António Boto II A Carnaxide . tel. 214 186 605

Mota Capitão
(SP) 8, 18, 28
(SR) 3, 13, 23
Av. Edmundo Lima Bastos 19DC, Alto dos Barronhos Carnaxide . tel. 214 189 799

Alegro
(SP) 4, 14, 24
(SR) 9, 19, 29
C. Comercial Alegro Lj 72 Av dos Cavaleiros . Carnaxide
tel. 214 159 887/98

Outurela
(SP) 10, 20, 30
(SR) 5, 15, 25
Estrada da Portela, Varandas de Monsanto Lt.4, loja 5, Piso 0 Carnaxide . tel. 214 186 844

CAXIAS

De Laveiras
(SR) 1 a 4, 14 a 18, 28 a 31
Rua de Milão 3 A, Pedreira Italiana . Caxias
tel. 214 544 510

Nova
(SR) 7, 9 a 11, 21 a 25
Rua Bernardim Ribeiro 1 A Caxias . tel. 214 432 839

CRUZ QUEBRADA DAFUNDO

Santa Sofia
(SR) 1 a 4, 28 a 31
Rua Bento Jesus Caraça 5 A C. Quebrada . tel. 214 198 341

Nova do Dafundo
(SR) 14 a 18
Travessa José Maria da Costa, nº6 . Dafundo . tel. 213 881 947

LINDA-A-VELHA

Central Park
(SP) 7, 17, 27
(SR) 2, 12, 22
Dolce Vita Central Park Av. 25 de Abril, 4 Linda-a-Velha . tel. 214 194 527

Lealdade
(SP) 5, 15, 25
(SR) 10, 20, 30
Rua Marcelino Mesquita 21 A Alto Sta Catarina . Linda a Velha . tel. 214 209 512

Marta
(SP) 9, 19, 29
(SR) 4, 14, 24
Av. 25 de Abril 27 . Linda a Velha . tel. 214 158 030

Melo Almeida
(SP) 1, 11, 21, 31
(SR) 6, 16, 26
Rua Diogo Couto 15 C r/c Linda a Velha . tel. 214 191 697

Pinto
(SP) 3, 13, 23
(SR) 8, 18, 28
Rua Antero de Quental, 9 Linda a Velha . tel. 214 190 610

OEIRAS

Alcântara Guerreiro
(SP) 8, 23
Rua Carlos Lacerda 5 Loja G . Oeiras
tel. 214 430 691

Alto da Barra
(SP) 3, 18
Av. D. João I , Ed Varandas Alto da Barra Bloco 1, Loja 1 Oeiras . tel. 214 694 150

Central
(SP) 14, 29
Rua Conde Ferreira, 29 Oeiras . tel. 214 467 069

Godinho
(SP) 4, 19
Rua Cândido dos Reis 98 Oeiras . tel. 214 430 090

Leal
(SP) 11, 26
Rua António Aleixo 86 A Oeiras . tel. 214 578 737

Mourão Vaz
(SP) 2, 17
Av. Moçambique 12 A Oeiras . tel. 214 406 370

Oeiras
(SP) 5, 20
Largo Henrique Paiva Couceiro 3 r/c . Oeiras
tel. 214 412 482

Ribeiro
(SP) 1, 16, 31
Rua Dr. Flávio Resende, 10 Oeiras

Sacoar
(SP) 7, 22
Rua Qta. das Palmeiras 74 e 74A . Oeiras
tel. 214 569 470/1

Sacoar do Fórum Oeiras
(SP) 12, 27
Av. Dr. José da Cunha, 28 A Oeiras . tel. 214 414 383

PAÇO DE ARCOS

Dias
(SP) 9, 24
Rua Alfredo Lopes Villaverde 15 r/c lj 2/3 . Paço de Arcos
tel. 214 469 980

Pargana
(SP) 13, 28
Av. Eng. Bonneville Franco 6 G Paço de Arcos
tel. 214 435 147

Seixas Martins
(SP) 15, 30
Av. Patrão Joaquim Lopes 4 Paço de Arcos
tel. 214 432 039

Trindade Brás
(SP) 6, 21
Rua Costa Pinto 186 Paço de Arcos
tel. 214 432 034

Véritas
(SP) 4, 19
C. Comercial Oeiras Parque Av António B C Macedo Lj 1007 . Paço de Arcos
tel. 214 409 841

PORTO SALVO

Farmácia de Talaíde
(SR) 14 a 18
Rua Prof. Dr. José Pinto Peixoto 21 D . Porto Salvo
tel. 214 212 760

Ferreira Bastos
(SR) 1 a 4, 21 a 25
Rua Firmino Rebelo 8 B Porto Salvo . tel. 214 213 015

Progresso
(SR) 7, 9 a 11
Av. Prof. Aníbal Cavaco Silva, nº5 Edf. Qualidade A2, loja B Porto Salvo . tel. 218 878 289

Varela Baião
(SR) 7, 9 a 11, 28 a 31
Rua do Comércio, 7º, Bº Autoconstrução . Porto Salvo
tel. 214 239 107/8

QUEIJAS

Central de Queijas
(SR) 7 a 13, 21 a 27
Rua Júlio Dantas Lt 1 Lj A Queijas . tel. 214 162 081

Costa Pinto
(SR) 1 a 6, 14 a 20, 28 a 31
Estrada das Várzeas 15 D Queijas . tel. 214 170 170

SAÚDE 24

Serviços de atendimento saúde 24 pediatria, conhecido 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



CORRIDA SEMPRE MULHER

10 de Abril . Domingo . 10h00
Avenida Marginal . Oeiras

A segunda edição da Corrida Sempre Mulher de Oeiras realiza-se num percurso de grande beleza junto ao mar. Aproveite o facto do trânsito automóvel estar fechado na Avenida Marginal e venha correr ou andar seis quilómetros por uma boa causa. Ao participar neste evento está a apoiar a Associação Portuguesa de Apoio à Mulher com Cancro da Mama com o valor da sua taxa de inscrição.

Os homens também podem participar, desde que se inscrevam com um elemento feminino (adulto ou criança).

INSCRIÇÕES (limitadas a 6.000 participantes)

www.corridasempremulher.com

INFORMAÇÕES (segunda a sexta, 9h00 às 18h00)

tel. 263 508 301

CURSOS LIVRES

CAMB - Centro de Arte Manuel de Brito . Palácio Anjos . Algés

Conscientes que as manifestações culturais modernas e contemporâneas são por inerência as mais difíceis de interpretar, e por isso mesmo as mais inquietantes, os dois cursos propostos para o presente ano, com concepção e orientação de Magda Henriques, constituirão um ponto de partida para melhor entendermos a produção artística dos nossos tempos. } *Para público jovem e adulto.*

Isto é Arte?

9 e 10 de Abril . Sábado e domingo . 10h00 às 13h00 e 14h30 às 17h30

Traços da Contemporaneidade: Introdução à Arte Contemporânea

12 e 13 de Novembro . Sábado e domingo . 10h00 às 13h00 e 14h30 às 17h30



INFORMAÇÕES

CM Oeiras - DPHM
tel. 214 408 529/87

INSCRIÇÕES

(30€, cada curso)

Oeiras Parque
Loja de Informação

e Divulgação Municipal

A partir de 1 de Março
10h00 às 21h00