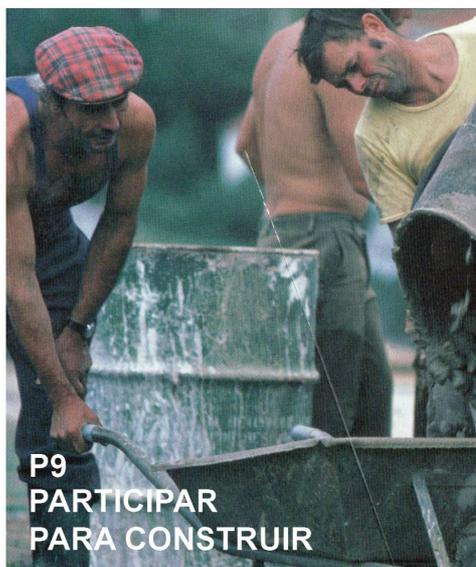


# 2020

# BOM ANO NOVO!



P9  
PARTICIPAR  
PARA CONSTRUIR



P11  
TEATRO NA  
A.M. 18 MAIO



P12  
MEMÓRIAS  
ASSOCIATIVAS

## EDITORIAL

Com a publicação deste número de “O Bairro”, último do ano e 31º da série iniciada em 2009, consideramos ser o momento apropriado para se iniciar uma reflexão interna no sentido de aparecermos em 2020 com um jornal renovado, mais participado e com melhor qualidade. Nesse sentido desenvolveremos várias iniciativas envolvendo os colaboradores, a Associação e os nossos habituais leitores.

Entre essas iniciativas incluímos um inquérito aos leitores, reuniões de trabalho e outras.

O Bairro órgão da Associação de Moradores 18 de Maio, “elo de ligação entre a Associação e os seus associados”, é também um órgão informativo com um importante papel a desempenhar na comunidade da Portel/Outurela.

Gostaríamos, pois, de obter opiniões que enriquecessem o nosso projeto, Reiteramos esse pedido que temos sempre feito em todos os números publicados, infelizmente com escassos resultados.

Neste número mantemos as habituais secções, iniciando uma direcionada para os mais jovens. Referimo-nos a “O RISCO É BOM” da autoria de Tiago Lança.

**Termino desejando a todos os leitores um BOM ANO de 2020.**

Albano Pereira  
albano.cpereira@gmail.com



## PALAVRA DA DIREÇÃO CONTINUAR O TRABALHO

Mais um ano se passou. À entrada de um novo ano refiro o plano de ação para 2020 que vem na continuidade do trabalho anterior:

-continuar o trabalho no processo de atribuição do terreno das casas do bairro à A.M. 18 de Maio pela Câmara Municipal de Oeiras;

-avançar, com o apoio da C.M. Oeiras, no processo de ampliação/reabilitação da sede;

-dar continuidade às atividades desportivas que têm vindo a crescer, como no Futsal onde passámos a contar com mais uma equipa (escalão sénior) e no atletismo com o aumento do número de atletas;

-na cultura continuaremos com o jornal “O Bairro” e o Grupo de Teatro e procuraremos desenvolver em 2020 novas iniciativas.

Sabemos que poderíamos fazer muito mais, mas para isso teríamos de contar com maior apoio dos associados. A falta de participação continua a ser elevada, dificultando o trabalho da Associação na concretização de projetos em benefício dos associados e da comunidade em geral.

É justo no entanto um agradecimento a todos aqueles que têm estado sempre connosco.

**Termino desejando UM BOM ANO aos associados e familiares, leitores e comunidade**

Salete Teixeira  
Presidente da A.M. 18 de Maio



**UM 2020 MAIS JUSTO E SOLIDÁRIO  
PARA OS NOSSOS LEITORES,  
ASSOCIADOS E ANUNCIANTES SÃO  
OS DESEJOS DE TODA A EQUIPA DE  
“O BAIRRO”**



## ASSEMBLEIA GERAL - 10/11/2019

Realizou-se no dia 10 de Novembro na sede da Associação a Assembleia Geral da Associação de Moradores 18 de Maio.

As decisões foram as seguintes:

- aprovação por unanimidade da ata da Assembleia Geral anterior, do orçamento rectificativo de 2019 e do orçamento e plano de

atividades para 2020;

- aprovação de um novo sócio efetivo e 3 sócios auxiliares;

- foi informada a situação do processo de cedência pela C.M.O. do terreno das casas em direito de superfície à A.M. 18 de Maio que continua na C.M.O. aguardando a associação uma comunicação da outraquía sobre o assunto.

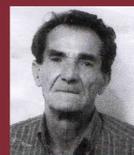


**A DISCUSSÃO DOS ASSUNTOS IMPORTANTES PARA A VIDA DA ASSOCIAÇÃO FAZ-SE NAS ASSEMBLEIAS GERAIS. TODOS OS ASSOCIADOS, EM ESPECIAL OS MORADORES DO BAIRRO, DEVEM COMPARECER E PARTICIPAR ATIVAMENTE.**

### OBITUÁRIO

Registamos neste número o falecimento do associado Hermano da Silva Pedrogão, sócio efetivo nº22 falecido no dia 14 de Outubro de 2019.

À família enlutada apresentamos sentidas condolências.



### PARTICIPAÇÃO DA A.M. 18 DE MAIO NAS FESTAS DE CARNAXIDE

Como habitualmente a Associação de Moradores 18 de Maio esteve presente nas Festas de Carnaxide em honra de São Romão que decorreram entre 4 e 13 de outubro no Jardim do Centro Cívico.

No stand da Associação, para além das habituais rifas, facultavam-se aos visitantes informações sobre o trabalho da Associação e distribuía-se o jornal O Bairro.

As Festas de Carnaxide são um momento no qual a população desta localidade se junta em torno do seu ideal comunitário

Esta participação que dignificou a Associação só foi possível com o trabalho de voluntários da 18 de Maio e amigos.



## A NÃO ESQUECER! A INFORMAÇÃO QUE OS ASSOCIADOS DEVEM TER SEMPRE PRESENTE

### EXCERTO DOS ESTATUTOS DA A.M. 18 MAIO

#### CAPÍTULO IV Da Habitação

#### ARTIGO 30.º

Os fogos para habitação, adquiridos a qualquer título, serão distribuídos pelos associados através da celebração de contratos de direito de uso e habitação.

#### ARTIGO 31.º

O direito ao uso e habitação dos fogos conferido deverá obedecer aos seguintes princípios: a) O fogo atribuído destina-se exclusivamente à habitação própria e permanente do associado beneficiário e do seu agregado familiar regularmente registado na Associação; b) O interesse geral dos associados será sempre prioritário face aos interesses individuais de cada um; c) Por morte do respectivo beneficiário, o direito de uso e habitação transfere-se para o cônjuge sobrevivente ou, na falta deste, para os herdeiros, previamente inscritos na respectiva ficha de associado; d) No caso de abandono injustificado do exercício de uso e habitação, o associado perde



o direito à habitação sem direito a qualquer indemnização ou retorno, o mesmo sucedendo aos associados expulsos nos termos do Artigo nono; e) No caso de abandono justificado do exercício de uso e habitação, caberá à Assembleia Geral decidir se ao caso cabe qualquer indemnização e definir os critérios a serem utilizados no cálculo da mesma; f) O direito de utilização dos fogos concedidos aos associados não inclui qualquer direito sobre o terreno onde o mesmo se encontra edificado, sendo este sempre bem da Associação, quer se encontre em regime de cedência em direito de superfície, quer em propriedade plena; g) Os fogos que forem vagando, bem como os adquiridos a qualquer título pela Associação, regem-se pelos princípios estipulados neste Artigo e nos estatutos, devendo ser atribuídos pela Assembleia Geral em regime de sorteio; h) O direito de ocupação e utilização do fogo pertence ao associado e respectivo agregado familiar previamente inscrito na sua ficha, não podendo ser objecto de qualquer negócio jurídico; i) Adquirindo a Associação a propriedade plena sobre os terrenos onde se implantam os fogos, poderão os associados em Assembleia Geral e uma vez liquidado o empréstimo à construção, deliberar a sua transferência individual, de acordo com a urbanização construída.

## FUTSAL

### SÉNIORES

É com grande orgulho que falo deste tema. Vinte e dois anos depois a A.M. 18 de Maio volta a ter uma equipa de seniores. Tal foi conseguido com um grande esforço da direção e com a cumplicidade dos jogadores.

Somos um clube essencialmente virado para a formação de Futsal nas camadas jovens com equipas em três escalões.

Como referimos em anterior número de “O Bairro” os nossos jogadores quando acabavam a sua formação nos juniores ficavam sem qualquer atividade ao nível federativo.

Tendo em consideração que estamos implantados numa zona de grande potencial jovem vimo-nos obrigados a assumir as nossas responsabilidades como instituição de serviço à comunidade.

Nesse sentido constituímos este ano uma equipa de Futsal sénior. Estamos a dar os primeiros passos. Há muito trabalho pela frente, mas isso não nos assusta, pois gostamos de desafios e não baixamos os braços às primeiras dificuldades. Foi muito gratificante ver voltar a esta casa jovens que começaram o projeto Futsal há 10 anos.

**Com vontade e espírito de sacrifício vamos conseguir os nossos objetivos**

Fernando Jorge



### JUNIORES

Foi com grande expectativa que demos início a mais uma época desportiva de futsal, visto termos de reconstruir uma nova equipa de juniores, pois só ficámos com três atletas da época anterior. Mas com a dedicação e esforço de todos os envolvidos no projeto conseguiu-se reunir um grupo de jovens atletas com excelentes qualidades a todos os níveis, determinados em perceberem rapidamente os objetivos dos treinos, ideias, modelo e movimentações de jogo que os treinadores pretendiam implementar. Um espírito de equipa fantástico que se refletiu logo no início do campeonato com excelentes exibições. Estou certo que a continuarem a trabalhar desta forma, e com o conhecimento que vão adquirir entre eles, ainda vão melhorar muito. Aproveito para deixar dois agradecimentos especiais: um para o nosso treinador de guarda-redes Dmitry que era nosso atleta desde miúdo e que por razões profissionais não pode continuar a representar o nosso clube como atleta no escalão de seniores. Aceitou o meu convite para fazer parte da estrutura técnica. O outro agradecimento é para o José Ferreira treinador adjunto pela grande ajuda que me tem dado. Um muito obrigado aos dois. **Todos juntos somos mais fortes.**

Joaquim Ferro



### INICIADOS

**Dia 2 de setembro de 2019, às 19.30h.** Começou aí a nova época para equipa de iniciados da A.M. 18 de Maio com a equipa técnica composta por João Santana, David Rodrigues e Edgar Cadeirinhas que deposita confiança e esperança nos atletas e no sucesso da equipa.

Aprendendo com alguns erros do passado iniciámos mais uma época. Na fase inicial tivemos de ter algum trabalho de paciência e dedicação para introduzir novos métodos de treino, e adaptar os novos jogadores à realidade do Futsal, pois metade da equipa era nova. Com a vontade de aprender dos jovens atletas os métodos idealizados pela equipa técnica começaram a vingar.

Para ser posto à prova o trabalho efetuaram-se 3 jogos de treino (Leões de Porto Salvo, U.D. Alfornelos e Queijas e Benfica). Com duas vitórias e uma derrota e um bom desempenho constatámos estar prontos para o início do campeonato.

**12 de outubro de 2019** - O começo do campeonato. Dia desejado para todos (equipa técnica, atletas, pais e amigos). Antes de prosseguir é justo fazer uma referência especial aos “famosos pais” dos nossos atletas. Com apoio e dedicação estão sempre presentes nos treinos e nos jogos. Agradecemos muito esse apoio e dedicação ao nosso projeto.

Voltando à “bola” podemos dizer que o início do campeonato não correu bem (nos 3 primeiros jogos tivemos 3 derrotas) devido a algumas adversidades e contratempas.

A equipa técnica ficou um pouco apreensiva, mas não muito preocupada. Sabíamos da qualidade dos atletas. E assim, limadas algumas arestas e retificadas algumas coisas, nos 4 jogos seguintes obtivemos 3 vitórias e um empate com um saldo de 22 golos marcados e 1 sofrido.

Podemos, pois, dizer que o Futsal de Iniciados da A.M. 18 de Maio está num bom caminho para o sucesso e para dar muitas alegrias a todos. – associados, famílias e amigos que sempre nos acompanham

**Pudemos ser poucos, mas somos qualidade!**

João Santana



## INFANTIS

Para a temporada de 2019/2020 eu e o Rodrigo Godinho abraçamos este projeto para a formação de jovens no escalão de infantis no Futsal da A.M.18 de Maio.

Esse projeto de formação tem como pilar principal o desenvolvimento dos jovens atletas não só como jogadores, mas essencialmente no seu desenvolvimento pessoal onde procuramos inculcar um espírito de grupo coeso, no respeito mútuo e na solidariedade dentro e fora de campo.

Para nós formar é construir o futuro dos nossos jovens.

**Serão eles o futuro da modalidade e da nossa sociedade enquanto seres humanos com valores sólidos**

Rui Sá e Rodrigo Godinho



## PATROCINADORES DO FUTSAL

É justa uma referência especial aos nossos patrocinadores. Sem o seu apoio não seria possível desenvolvermos o nosso projeto de FUTSAL que tão útil é para os jovens da nossa comunidade.



## ATLETISMO UM ANO POSITIVO

A época de 2018/2019 terminou, como vem sendo hábito com a realização de uma prova no Estádio Nacional no dia 10 de Junho. Nessa prova estiveram presentes quase um milhar de atletas. A Associação 18 de Maio também esteve presente. Conseguimos obter um 14º lugar, tendo somado 67 pontos. A nível individual de destacar Emerson Rosa que obteve o 2º lugar, Carla Mochila a obter o 4º lugar e o regresso de José Faustino após lesão que obteve um 7º lugar.

Terminadas as 12 provas do Troféu que decorreu de Novembro de 2018 a Junho de 2019 obtivemos um 12º lugar entre as cerca de 80 equipas presentes, conseguindo somar 877 pontos. Das equipas do concelho de Oeiras obtivemos um excelente 10º lugar.

No dia 16 de Novembro realizou-se no Auditório da Escola Sebastião e Silva (Antigo Liceu de Oeiras) a cerimónia de entrega dos prémios relativos à época 2018/2019. O auditório estava repleto, tantos eram os atletas presentes para serem premiados.

Os nossos atletas consagrados foram Hugo Silva com o 2º lugar em seniores

masculinos, Pedro Pedro com um 2º lugar em M35 e Carla Mochila com um 4º lugar em F40. Por equipas recebemos o troféu correspondente ao 10º lugar das equipas do Concelho de Oeiras.

A 38ª edição do Troféu de Oeiras teve início no dia 24 de Novembro em Porto Salvo e irá terminar no dia 10 de Junho de 2020 no Estádio Nacional, sendo composta por 12 provas.

Nessa primeira prova do Troféu de Oeiras a Associação de Moradores 18 de Maio esteve representada com 34 atletas dos quais 6 eram dos escalões jovens (Benjamins a Juniores). O resultado final foi bastante positivo, com vários pódios a nível individual e um 8º lugar por equipas.

**Se gostas de correr e queres fazer parte de uma equipa bem-disposta e divertida vem juntar-te a nós.**

Gonçalo Pedro  
goncapedro@gmail.com



## CUIDADO COM AS CARTEIRAS DIÁLOGOS CRUZADOS SOBRE FINANÇAS E ECONOMIA

### AS DESIGUALDADES SALARIAIS ENTRE MULHERES E HOMENS

Uma das dimensões da desigualdade de género tem a ver com a diferença salarial entre homens e mulheres que, de acordo com um recente relatório da Organização Internacional do Trabalho (OIT), ainda se mantem elevada apesar de nas últimas três décadas ter sofrido uma diminuição, embora pouco significativa.

Neste artigo iremos divulgar alguns indicadores, quer a nível mundial quer a nível do nosso país, que ilustram esta triste realidade, procurando contribuir assim para uma reflexão em torno das questões que se prendem com as desigualdades de género.

O referido relatório da OIT, utiliza um indicador que mede o desajustamento entre homens e mulheres, em salários pagos por hora, e conclui que essa diferença em todo o mundo é, em média, de 18,8%.

Num conjunto de 27 países com economias mais desenvolvidas, onde existem estatísticas mais credíveis, apenas o Chile e a Estónia apresentam uma diferença salarial entre homens e mulheres superior à registada em Portugal. Entre nós os homens ganham em média mais 22,1% do que as mulheres, no Chile essa diferença é de 23,7%, e na Estónia de 25,7%.

Não restam dúvidas que a desigualdade entre géneros, no que respeita aos rendimentos do trabalho é ainda hoje uma realidade, quase tão evidente como há vinte anos atrás. As alterações que se observaram ao longo de duas décadas foram de facto insuficientes.

Para fazer face a esta situação, alguns países, entre os quais Portugal, já tomaram a iniciativa de criar leis que possam garantir ou regular a igualdade salarial entre homens e mulheres.

Aprovada em 21 de Agosto de 2018 pela Assembleia da República, a Lei 60/2018, é uma lei específica em matéria de discriminação remuneratória que prevê mecanismos de informação, avaliação e correção.

A sua entrada em vigor, em Fevereiro de 2019, obriga as entidades empregadoras a praticar uma política de transparência remuneratória, assente na descrição de tarefas e na avaliação de funções, com base em critérios objetivos, comuns a homens e mulheres, competindo às entidades públicas (nomeadamente à Autoridade para as Condições do Trabalho e à Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego) a sua fiscalização.

Uma última referência para o facto de esta questão no nosso país, não se verificar nos trabalhadores da Função Pública, onde as diversas categorias e as respectivas remunerações, não distinguem o sexo dos seus titulares.



José Carlos Pereira - Economista  
cpereira.cp.2010@gmail.com

## SOMOS O QUE COMEMOS MIRTILO - *VACCINIUM MYRTILLUS L.*

**Família:** Ericáceas

**Nomes vulgares:** Arando, erva-escovinha, uva-do-monte.

**Habitat e distribuição:** Arbusto nativo da Europa e América do Norte, No nosso País encontra-se nos matos, pinhais e montanhas do Alto Minho, Marão e Serra da Estrela

**Partes utilizadas:** Frutos e folhas.

**Propriedades:** Adstringente, tónico, antibacteriano, anti-séptico, antiemético (que elimina ou previne os vómitos) anti-séptico urinário. Hipoglicemiante, reduz os níveis de açúcar no sangue (as folhas são usadas no tratamento da diabetes). Antioxidante, trabalha em conjunto com a vitamina C para proteger das lesões causadas pelos radicais livres, presentes na atmosfera e nos alimentos. Os antocianósidos do Mirtilo, em conjunto com a vitamina E, reduzem os sintomas das cataratas nos idosos e os estados inflamatórios em geral.

**Propriedades Terapêuticas:** É usado com frequência para tratar problemas linfáticos e venosos e para fortalecimento dos vasos capilares. Actua em casos de diarreias graves. Indicado para acção local no alívio de inflamações na boca e catarros. Já foi muito utilizado contra febres. É atribuída à mirtilina a acção antibacteriana. Possui um valor nutritivo indiscutível utilizado em marmeladas, talvez seja esta razão por ajudar a melhorar a visão nocturna, devido à presença de vitaminas. Mirtilo é uma planta que trabalha bem na restauração da pequena circulação e por isto é usada em retinopatia diabética, falta de perfusão renal, pé diabético, varizes, etc.

**Principais indicações:** Diabetes mellitus; insuficiência venosa; problemas de microcirculação incluindo retinopatias (afecção da retina) de origem vascular; retinopatia diabética; diarreias; melhorar a visão nocturna; falta de perfusão renal; pé diabético.

**Contra indicações:** Possibilidade de interferir com inibidores da agregação plaquetária (aspirina) e anticoagulantes.



**Efeitos Secundários e Toxicidade:** Em caso de gastrites ou úlcera gastroduodenal, os taninos podem provocar agravamento.

**Precauções:** Não deve ser usado em simultâneo com medicação anticoagulante, nem opor mulheres grávidas ou a amamentar. Doses elevadas ou uso prolongado podem provocar intoxicações crónicas que podem originar caquexia, anemia, icterícia, agitação aguda e distonia.

**História:** O Mirtilo e a Uva-do-monte foram em tempos muito valorizadas como plantas medicinais, pertencem à família da Uva-de-urso (*Arctostaphylos uva-ursi*), um importante anti-séptico urinário, as suas folhas são utilizadas de maneira muito semelhante na medicina popular. Os boticários isabelinos faziam um xarope das bagas com mel, chamado "rob", como remédio para a diarreia. Em experiências recentes, o sumo de outro familiar, o Arando (*V. oxycoccus*) demonstrou ser muito eficaz no tratamento da cistite.

**Usos culinários:** Os frutos podem ser utilizados para consumo "in natura", em sumos, geleias, iogurtes, em muesli, marmelada, vinho e bolos. O seu sumo era empregado para tingir finos vinhos tintos.

Maria da Luz Cardoso  
m.luz.cardoso@gmail.com

## ARQUITECTURA, POLÍTICA E PARTICIPAÇÃO

# NÃO É UM TIJOLO É UMA PEDRA. ARQUIVO: DIOGO SEIXAS LOPES

Com cerca de 20 anos o ainda estudante de arquitectura Diogo Seixas Lopes (1972-2016), trilhava já um percurso de participação cívica e intervenção cultural que viria a ser indissociável da sua obra como arquitecto.

Em meados dos anos 90 começou por escrever para o semanário Já, fundado por Miguel Portas e Nuno Ramos de Almeida, e depois para as revistas Alice e Premiére, primeiro sobre música e depois sobre cinema, arte e cultura.

Ao discurso punk rock, humorista e acutilante vão se juntando um conjunto de leituras disciplinares sobre a contemporaneidade, onde a arquitectura assume um papel cada vez mais central. Em 1999 é um dos fundadores da revista Prototipo e o editor dos nove números publicados até 2004. Paralelamente, no ano 2000, inicia a sua participação no Jornal Arquitectos, com o qual colaborará directamente entre 2009 e 2012, fazendo parte do seu conselho editorial.

Depois de um período de escrita intensa, em 2004 funda com Patrícia Barbas o atelier Barbas Lopes e concentra-se na sua actividade profissional enquanto arquitecto, vendo o seu trabalho ser progressivamente reconhecido, sobretudo, a partir dos projectos para o Teatro Thalia, realizado em co-autoria com Gonçalo Byrme, e para o edifício FPM41, torre recentemente concluída junto ao Saldanha, em Lisboa.

Depois da morte de Miguel Portas e em resposta às

políticas de austeridade impostas pela troika, o grupo de amigos que tinha colaborado no Já volta a reunir-se e cria o jornal de parede O Espelho e Seixas Lopes participa em quatro dos seis números editados, entre 2012 e 2014.

Seixas Lopes construiu assim um percurso entre teoria e prática, investigação e profissão, pensamento crítico e participação política. O Arquivo: Diogo Seixas Lopes agora editado pela Dafne pretende reunir de forma sistemática a obra escrita do arquitecto, crítico, editor, argumentista, realizador e corador num único volume, com 856 páginas. O volume exaustivo de textos, ainda assim quase infinitamente incompleto, dadas as múltiplas conferências, comunicações e intervenções, impossíveis de localizar ou transcrever, demonstram o folgo, a coragem e a dimensão do pensamento de Seixas Lopes.

Não se trata por isso de um "tijolo" cerâmico e poroso que o tempo acabará por dissolver, mas de um cunhal em pedra maciça que servirá de suporte para compreender o caminho da arquitectura e cultura portuguesas nas últimas três décadas e para as projectar não só na sua dimensão técnica e artística, como também cultural e social.

Ricardo Santos  
rs@ricardosantos.net



## O RISCO É BOM

# ARRISCAR É UMA AVENTURA

"O risco é bom" era parte de uma canção que se ouvia nos acampamentos de verão que eu fazia em mais novo. Cantava-se a certa altura "o risco é bom / sem aventura a descoberta embora dura não é certa". Dito por outras palavras: arriscar é uma aventura que vale a pena porque descobrir é difícil e nem sempre acontece. Descobrir tem tanto de prazer como de risco.

A coluna que agora começa adota estas duas palavras (risco e prazer) e espera levá-las a quem as queira adotar também. O prazer é o prazer, já se sabe. Haveria tanto a dizer sobre ele que mais vale calar. Mas o risco é aqui entendido sobretudo como um substantivo. Risco que é uma linha, uma marca, um traço. Por isso, a partir daqui, estas palavras serão em geral sobre essas linhas, marcas, traços do desenho.

Mas porquê risco? O que há de arriscado em fazer um risco, em desenhar? Bem, há a vergonha daquilo que vão dizer, há o medo de riscar mal, de "ficar feio" ou de "não ficar parecido". Mas é preciso dizer que o risco é passageiro. Os que dizem mal do risco ou do desenho é porque não gostam de desenhar e de arriscar. Só não risca mal quem nunca riscou.

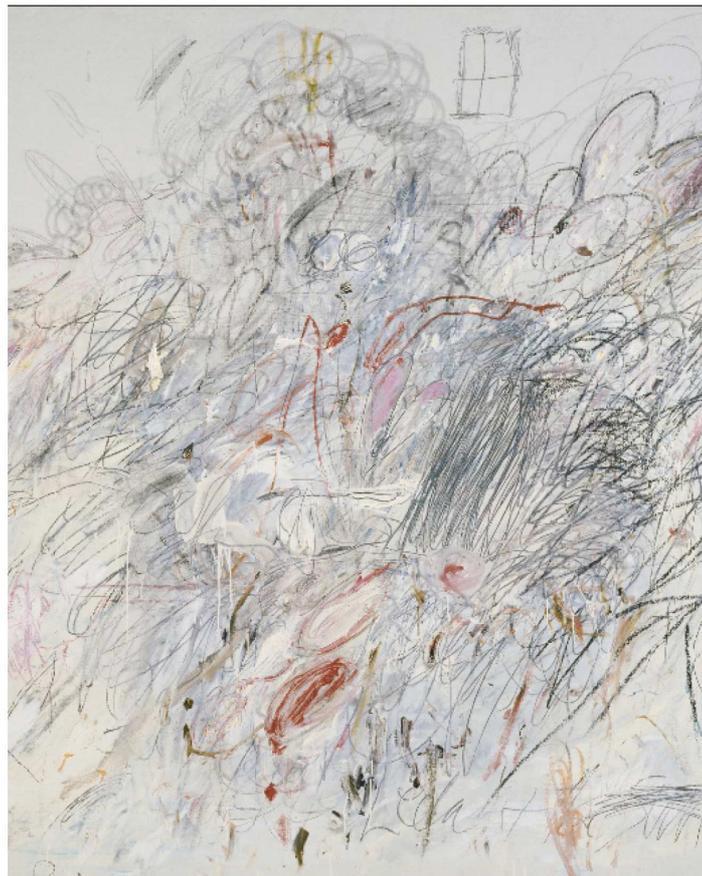
Podíamos dizer que o medo como o risco é bom. São irmãos gémeos. Quem não tem medo? Tenho medo e por isso arrisco. Arrisco para deixar de ter medo, para o vencer. Uma vez ultrapassado o medo estou confiante e logo arriscar é natural. Por isso é que a única forma de aprender, saber, gostar de desenhar é ... desenhando.

Assim, aqui ficam uma imagem e uma proposta.

A imagem é do norte-americano Cy Twombly. Este artista riscava para contar histórias, umas conhecidas e antigas outras nem por isso. Estes riscos são desenhos mas também podem ser letras, palavras ou sons como se, à medida que se conta a história, se estivesse sempre à procura da melhor maneira de o fazer. O risco é isso mesmo: uma procura!

**A proposta é pegar em duas folhas e num riscador (lápis ou caneta), riscar uma folha de todas as maneiras e feitos até faltar, e na outra fazer apenas um risco horizontal, vertical ou diagonal. Depois pensar quantos riscos são precisos para fazer o risco perfeito.**

Tiago Lança  
tiagolanca@gmail.com



## SALVEMOS O PLANETA

A ameaça à vida na terra tornou-se num perigoso fator de insustentabilidade devido à atuação Humana. Os grandes incêndios, que destroem as florestas, ou a queima de combustíveis fósseis, liberta na atmosfera gases como o dióxido de carbono e o metano, principais gases com efeito de estufa na atmosfera. O aumento da temperatura global é provocado pelo aumento da emissão destes gases. É necessário e urgente encontrar um compromisso, entre vários países do mundo, para diminuir a sua irradiação.

O risco que criámos no mundo para o nosso desaparecimento, deixa no entanto uma prova eterna da nossa existência, as toneladas de lixo plástico e seus derivados lançados nos oceanos.

A saúde humana pode estar comprometida com as perdas na biodiversidade e produção agrícola, se não houver capacidade de conter o aquecimento global abaixo dos 20°C, poderá não ser possível a nossa adaptação aos impactos negativos provocados por fenómenos extremos como: secas; chuvas torrenciais; degelos dos polos e aumento do nível dos oceanos.

Todos temos de participar ativamente nestes desafios que se colocam à sociedade civil, se assim não for não podemos esperar nenhuma eficácia das medidas e soluções, por mais corretas que sejam.

Os jovens estudantes fazem greve às aulas, e vão para a rua, preocupados com os problemas no planeta, no sentido de influenciar nas decisões, que o afetam, tomadas pelos decisores a nível mundial, com o objetivo de valorizar e preservar os recursos naturais e paisagísticos.

Estes jovens, talvez por o serem e assim não se preocuparem com a responsabilização dos seus actos, depois fazem precisamente o contrário, vão para as festas da queima das fitas e deixam no espaço utilizado para tal toneladas de lixo, vidro, plástico, etc., entre as quais 20 toneladas que não são

recicláveis, esquecendo-se da razão que os levou a fazer greve às aulas, se calhar dava jeito, e gritando palavras de ordem a favor do planeta.

Eu pessoalmente sou mais a favor do reutilizável, entendo que se poupa muito mais em energia, pois não se consome energia a desfazer ou derreter e depois mais energia a fazer peças novas, como por exemplo garrafas de vidro. Mas esta é a minha opinião e vale o que vale.



**Temos um ditado que vem mesmo a calhar para esta situação:**  
“Conforme fizeres a cama, assim nela te deitarás”

Raúl Costa  
raulcosta@gmail.com

## CORREIO DO LEITOR

**A PISCINA DA OUTURELA/PORTELA, ESTÁ DOENTE, PRECISA DE CUIDADOS!**

Concluída em 2001, este edifício emblemático de zona da Portela/Outurela, da autoria do arquiteto Manuel Vicente, passados estes anos, apresenta diversas patologias. Como se verifica nas fotos as intempéries deixaram marcas. As paredes e cobertura falam por si. Justifica-se uma intervenção urgente de avarquia na manutenção/conservação deste tão útil equipamento municipal.

Pedro Duarte



## PARTICIPAR PARA CONSTRUIR

Muitas são as iniciativas que nos invadem insistentemente para fomentar a participação cívica dos cidadãos, em particular em períodos de eleições. O número atarracado da abstenção, leva a que o Estado procure, dentro de uma certa regra pré-estabelecida, ganhar os cidadãos para participar nos processos eleitorais. É o nosso futuro, a vida de todos nós que se joga nesses dias tão frágeis para qualquer Democracia.

Cartazes, anúncios na rádio e na TV, comunicados de Presidentes da República, de Primeiros-Ministros, de líderes de partidos são insistentemente notícia, procurando convencer eleitores. novos e velhos.

As escolas, fomentam a participação dos estudantes em práticas formativas e simulações de processos de eleição, porque de pequenino se torce o pepino, diz-se, e para que os ainda jovens cidadãos, sejam, no seu futuro de responsabilidade adultos, civicamente activos e naturalmente participantes na vida pública, são variadas e muitas as iniciativas que procuram fomentar uma prática de acção e intervenção.

No entanto... parece que a coisa não dá resultados.

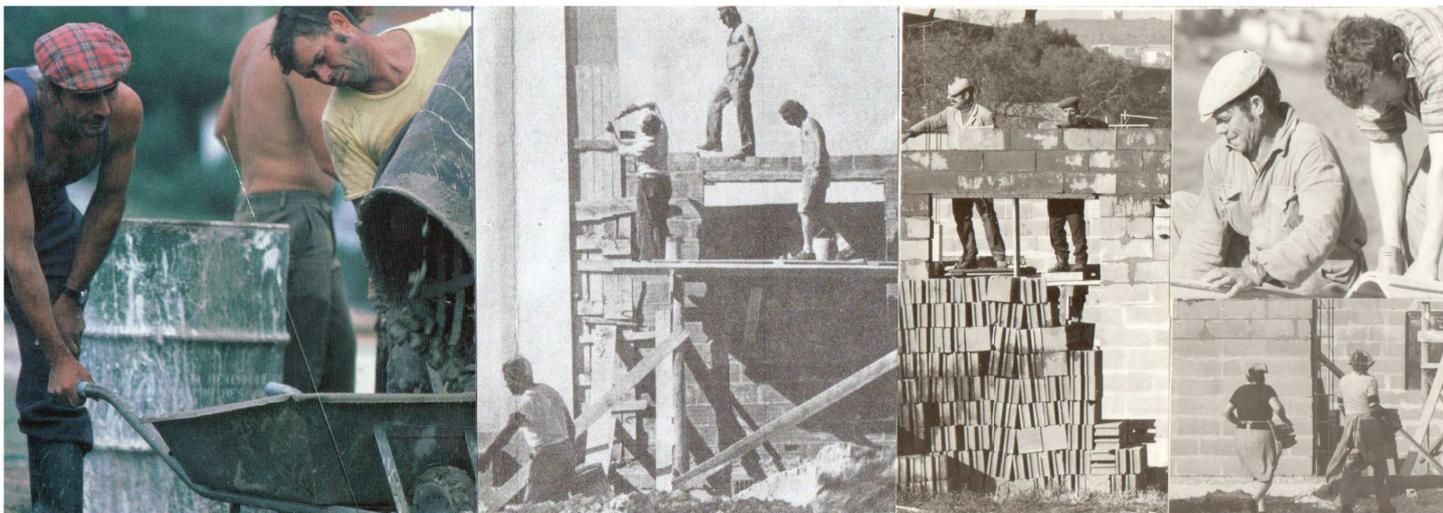
Há um afastamento generalizado dos cidadãos da coisa pública. Que não se reflete apenas nos processos eleitorais nacionais ou europeus, mas também a nível local onde são cada menos aqueles que se disponibilizam para "trabalhar" em prol dos outros... e às vezes com muita razão.

Para compreender estes fenómenos de desinteresse, seria interessante olhar para a História e, em particular, para a nossa história recente, num tempo em que a Democracia aprendia a dar os primeiros passos e em que todos

nós, homens, mulheres, crianças, pobres, ricos, remediados, sentíamos que tínhamos algo a dar e a dizer à sociedade. A história da Associação 18 de Maio é um extraordinário exemplo desses tempos mágicos. De como se participava em iniciativas, em como se fomentavam acções, em como se discutiam assuntos com uma participação activa e forte de muitos associados. E essa história não é apenas o acaso de um tempo. É um sentimento de pertença que qualquer um de nós tinha nessa altura. Nessa segunda metade dos anos 70 e da primeira metade dos anos oitenta. Quem não se lembra das Assembleias Gerais tão concorridas; das secções funcionando assente em sócios que se disponibilizavam para colaborar nas iniciativas e acções que se realizavam. A construção da ampliação da escola, do pavilhão, da cooperativa de consumo... as equipas de desporto, o jornal, os bailes, o teatro... Ainda hoje, quem não percebe que o que faz mexer a 18 de Maio é muito de carolice e abnegação de alguns.

Era importante olhar para trás e perceber como é que poderemos ganhar outra vez as pessoas para a participação cívica e a defesa dos espaços públicos como coisa de todos. E esse olhar para trás terá de passar, naturalmente, por cada um de nós. Devemos questionarmo-nos sobre o que é podemos oferecer para mudar esta indiferença e contribuir para uma mudança de atitude. 15 minutos por semana? Cada um de nós...

Miguel Rego  
mirego@gmail.com



### A A.M 18 MAIO DESEJA UM SANTO E FELIZ NATAL

**GINA – CABELEIREIROS**  
Manicure – Pedicure  
Depilações - Unhas de Gel  
Rua Amélia Rey Colaço, Nº 46 A  
Carnaxide  
Telefone 214177285 / 967005347

**ANA PIRES – INSTITUTO DE BELEZA**  
Rua Antero de Quintal, 58  
Carnaxide  
Telefone 214170811

**LOOK CABELEIREIROS**  
INSTITUTO DE BELEZA  
Rua Antero de Quintal, 13B  
Carnaxide  
Telefone 2114161276

**DIANA BAIÃO – NUTRICIONISTA**  
Telefone 915595281

**MARIA DA LUZ CARDOSO – MASSAGISTA**  
Estrada de S. Marçal, 11  
(Edifício da Associação de Moradores 18 de Maio)  
Telefone 963762934

**O FORNO DE CARNAXIDE**  
PASTELARIA E PADARIA COM  
FABRICO PRÓPRIO  
Rua Antero de Quintal, 13 – C  
Carnaxide  
Telefone 214185352

**O FORNO I I**  
Urbanização do Alto dos Barrinhos  
Rua Inácio Duarte, 19 B  
Carnaxide  
Telefone 214182067

**PÉROLA DE CARNAXIDE**  
CAFÉ E PASTELARIA  
Rua 25 de Abril, 35 A  
Carnaxide  
Telefone 210912986

**CAFÉ BELÍTA**  
PASTELARIA  
Rua Carlos Wanllenstein, 6 B  
Carnaxide  
Telefone 214172646  
**RUI COSTA**

**BAR DA A. M. 18 de MAIO**  
Estrada de S. Marçal, 11  
Outurela  
Telefone 214177680

**SUMOL+COMPAL**

**LONGA VIDA**

**E A TODOS OS  
COLABORADORES E  
VOLUNTÁRIOS QUE APOIARAM  
A CAMINHADA DAS FAMILIAS  
2019**

## QUIOSQUE DA SAÚDE

Em 15 de Junho foi inaugurado o Quiosque da Saúde localizado perto da sede da A.M 18 de Maio. O projeto resulta de uma parceria entre a Câmara Municipal de Oeiras e a ACA (Associação Conversa Amiga). O posto disponibiliza diversos serviços de saúde gratuitos, promovendo a saúde e prevenindo a doença. O quiosque irá proporcionar gratuitamente alguns cuidados

médicos e de enfermagem elementares, mas relevantes para os cidadãos, dos quais salientamos a avaliação da tensão arterial, o apoio na gestão terapêutica diária dos doentes crónicos e retirada de pontos de sutura, entre muitos outros. ESTÁ ABERTO DAS 11H ÀS 14H E DAS 15H ÀS 19H DE TERÇA A SÁBADO.



## HABITAÇÃO

Na publicação Oeiras em Revista tomámos conhecimento que a Câmara Municipal de Oeiras tem previsto um empreendimento habitacional de 64 fogos de tipologias T3 e T2. O empreendimento irá localizar-se no Alto da Montanha junto ao marco geodésico numa zona que recentemente foi objeto de trabalhos de arranjos exteriores. O início da obra está previsto para 2020, sendo o investimento estimado de 6.805.200€.

Sobre este assunto bem como de outras urbanizações privadas previstas para a zona iremos recolher mais informações que apresentaremos no próximo número de "O Bairro"



## FESTA DE SANTA CATARINA NA PORTELA/OUTURELA

Decorreu nos dias 30 de novembro e 1 de Dezembro, sob organização da Associação Assomada e do grupo de Mordomos da Paróquia, a Festa de Santa Catarina 2019.

Santa Catarina é a padroeira dos cabo-verdianos oriundos do Concelho de Santa Catarina na ilha de Santiago.

Foi um programa diversificado e muito participado. Houve atividades desportivas, recreativas e culturais, celebração religiosa e uma procissão que percorreu as ruas do bairro.

A Festa terminou com um almoço comunitário com gastronomia tradicional cabo verdiana e portuguesa, seguida de tarde cultural com música e danças multiculturais.



## O DESPORTO É A MELHOR FORMA DE "APRENDER A VENCER"

Este ano de 2019 tem sido fantástico depois de ser reconhecido pelo IPDJ /PNED com o troféu MOVE-TE POR VALORES e de contar com o apoio e reconhecimento da WBC World Boxing Council pela primeira vez em Portugal e em Oeiras. No dia 28 de Outubro 2019 no VI Aniversario da UF Carnaxide Queijas fui condecorado com a medalha de Mérito de Grau de Ouro pelo reconhecimento do meu trabalho com as crianças e jovens comunidade e demais onde aliamos a prática do Boxe e os Estudos e onde temos como lema: O desporto é a melhor forma de "aprender a vencer".

A maior recompensa do nosso trabalho não é o que nos pagam por ele, mas aquilo em que ele nos transforma e hoje mais uma vez estou grato pelo reconhecimento de quem valoriza o meu trabalho através da pratica do Boxe e dos Estudos. Mas este reconhecimento não é só meu, é de todos que diariamente me motivam, me dão apoio e colaboram para que possamos todos juntos continuar o trabalho que nos propusemos e sermos melhores a cada dia.

Obrigado a todos, António Ramalho



## TEATRO NA ASSOCIAÇÃO NOVA PEÇA

Já começaram os ensaios do Artes Cénicas Grupo, para a peça a levar a cena em 2020. Será “O QUINTETO ERA DE CORDAS” que irá representar a Associação de Moradores 18 de Maio na Mostra de Teatro da Câmara Municipal de Oeiras.

“O QUINTETO ERA DE CORDAS” é uma comédia inglesa de humor negro, absolutamente deliciosa. Trata-se dum assalto a um Banco em que tudo corre mal aos ladrões. Uma senhora de muita idade, tipicamente inglesa, completamente inocente e muito simpática, consegue impedir todas as

maldades. As peripécias da história são hilariantes.

Como a vida não é fácil e todas as notícias que chegam até nós, são sempre muito deprimentes, furacões, incêndios, acidentes, violência doméstica, deterioração do planeta etc... O Artes Cénicas decidiu fazer uma comédia, que por momentos vos divirta e faça esquecer tantas desgraças. Esperamos sinceramente que venham ver-nos, não se vão arrepender. Viva o Teatro.

Isilda Paulo



## NOVO ANO, NOVA CULTURA

Neste novo ano que se aproxima, A. M. 18 Maio está focada em encontrar e superar novos desafios e apostar numa cultura diversificada em várias artes e formas de expressão.

Artes como a Pintura, Escultura, Gravura, Artes plásticas, Fotografia, Música, Dança entre outras, são projetos em desenvolvimento. Por intermédio de exposições, workshops, colóquios e tertúlias, queremos convidar a população local e os nossos associados a juntarem-se a nós nesta aventura.

Assim, também um desafio é lançado aos nossos artistas locais, leitores e associados: convidamos todos os interessados a partilharem os vossos trabalhos, ideias e projetos onde conjuntamente, iremos encontrar formas de divulgar, partilhar, desenvolver e promover esses trabalhos nas mais variadas artes, num projeto que se prevê ambicioso, desafiante e de compromisso.

Para já, e na a vertente teatral, contamos com a habitual temporada do nosso

grupo de teatro “Artes Cénicas”, que estará em cena a partir do dia 17 de Abril até dia 23 de Maio, onde se insere o já habitual espetáculo de Aniversário da A. M. 18 Maio e também o espetáculo no âmbito da Mostra de Teatro Amador de Oeiras em data a confirmar.

É este o nosso desafio cultural para 2020. Trabalhar juntamente com a comunidade local na promoção da cultura de todos para todos.

E com todos temos este compromisso, porque **“Não corrigir as nossas falhas é o mesmo que cometer novos erros.”**

– Confúcio (551 a.C – 479 a. C.).

Fábio Fernandes  
fsfernandes89@gmail.com

## PARTICIPAR É UM IMPERATIVO

Neste número a rubrica "Memórias Associativas" vai publicar a história associativa de Raúl Costa (sócio nº 223), elemento que desde os primeiros tempos de construção da Associação, até fases posteriores, sempre esteve na primeira linha. Os seus contributos foram nas mais diversas áreas de trabalho associativo: - jovem atleta (como se pode ver na foto publicada 1), ativista na Secção Cultural, colaborador de "O Bairro" desde o início, secretário da Direção, elemento do Conselho Fiscal, presidente da Mesa da Assembleia Geral, tesoureiro, funcionário administrativo da A.M. 18 de Maio no período em que foram ministrados cursos de formação profissional na A.M. e Presidente da Associação em 1983 num mandato em que se entregaram 50 casas No Bairro (2º Fase).

Raúl Costa, atualmente com 59 anos, é natural da Portela de Carnaxide "um filho da terra", como dizem os moradores mais velhos, viveu a sua infância na Quinta das Forquilhas. Frequentou a escola primária da Portela/Outurela nos anos 60. Tinha 13 anos quando aconteceu o 25 de Abril, tendo participado ativamente nas atividades desportivas (foto2) e culturais da Associação 18 de Maio vividas com grande participação dos moradores nessa fase inicial.

O seu pai, sócio da AM 18Maio, não foi contemplado com casa no novo Bairro. Após o seu casamento, Raúl, foi viver para casa da sua sogra no Bairro. Reside atualmente em Queijas com a mulher e o filho.

Dos tempos iniciais da Associação recorda a sua participação intensa nas diversas atividades que o enriqueceram cultural e civicamente. Recorda a título de exemplo a sua participação no Curso de animadores locais (foto3) organizado pelas Equipas SAAL em 1978.

Refere que a participação dos moradores nesses tempos de construção da Associação foi muito intensa e importante. Havia muita unidade. Pena é que com a extinção do Processo SAAL o bairro não tenha sido construído na totalidade.

Raúl recorda a importância da realização em 1986 dos Cursos de Formação Profissional de corte e confeção na Associação, com o apoio do C.R.de S.S. e financiados pela U.E., e em que colaborou (foto 4). Foram muito importantes para as jovens que neles participaram pois assim conseguiram uma melhor integração no mundo do trabalho.

Relativamente à situação atual da Associação considera que a desmobilização dos associados e familiares, no respeitante aqueles que têm casa no Bairro, é o facto de terem o seu problema resolvido e fecharem-se na sua casa, ao ponto de deixarem, com o tempo, de frequentar a Associação, exemplo disso é nem virem assistir às peças de teatro, levadas a cena, pelo Grupo de Teatro da A. M. 18 Maio, no nosso pavilhão. Os restantes, os que não obtiveram casa, devido à não continuidade da construção do Bairro, tiveram de ir para outros lugares resolver o seu problema habitacional.

Questionado sobre o futuro da Associação de Moradores Raúl Costa considera que apesar de todas as dificuldades é muito importante garantir a continuidade do projeto da A.M.18 de Maio, que para ter sucesso tem de se adaptar aos tempos presentes. Considera que todos os moradores da zona deveriam aderir e reforçar o trabalho da Associação em prol da comunidade.



Agora como em 1975, a PARTICIPAÇÃO É UM IMPERATIVO, porque o processo ainda não está concluído e é preciso acautelar o futuro dos mais jovens, concluiu Raul Costa.





*seja*  
**Voluntário**

**FAÇA PARTE DA NOSSA EQUIPA**

CONTACTE OS SERVIÇOS DE ATENDIMENTO AO PÚBLICO DA SEDE E DELEGAÇÃO  
PRESENCIALMENTE OU ATRAVÉS DOS TELEFONES: 214173090 | 214174 833

**INSCREVA-SE**



[uf-carnaxide-queijas.pt](http://uf-carnaxide-queijas.pt) [UF-Carnaxide-Queijas](https://www.facebook.com/UF-Carnaxide-Queijas)



**METALOUTURELA, LDA**  
José Manuel Pires Teixeira

**SERRALHARIA CIVIL**  
ALUMÍNIOS - FERRO - ESTORES

Marqueses - Portas - Janelas - Lagartos  
Vidro Duplo - Lacados Madeira

**orçamentos grátis**

Av. Comend. Nunes Correa, 34 Armz.-1 - Nova Carnaxide  
2790-483 CARNAXIDE tel./fax.: 214 173 690 tlm. 919 652 171  
e-mail. empresmetalouturela@gmail.com

**Ofícios**   
*fazemos tudo pela sua casa*

José Arede  
965327664  
arede@oficios.com.pt

[oficios.com.pt](http://oficios.com.pt)  
INCI 140423/1NAE/LA código:355659

## PEQUENOS ANÚNCIOS

No sentido de permitir aos pequenos comerciantes da zona a publicação de um anúncio de baixo custo (20 €), reservamos no Bairro um espaço para esse efeito. Cada anúncio terá a área deste texto.

Contacto: [am.18maio@gmail.com](mailto:am.18maio@gmail.com)



## FALAM AS RUAS

Neste número iremos falar da Alameda Sophia de Mello Breyner Anderson localizada a sul da antiga Escola Primária da Portela.

Sophia de Mello Breyner que nasceu no Porto em 1919 e faleceu em Lisboa em

2004 foi uma das mais importantes poetisas portuguesas do século XX, tendo sido a primeira mulher a receber o Prémio Camões em 1999. Quando estudante foi dirigente de movimentos universitários católicos, ficou célebre a sua "Cantata da Paz". Foi ativista política, tendo sido depois da revolução do 25 de Abril eleita deputada à Assembleia

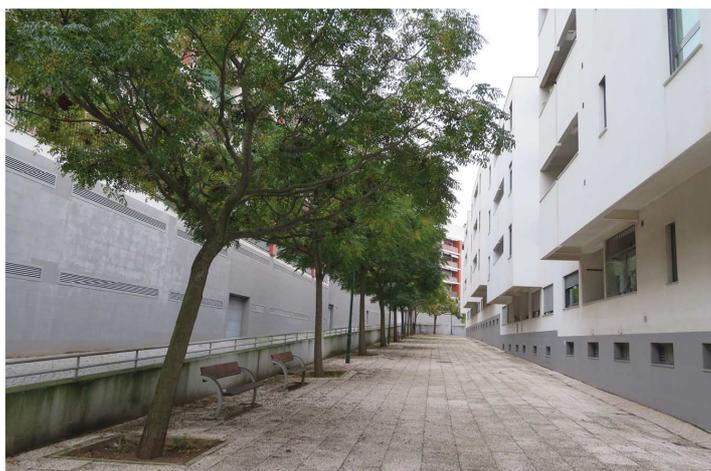
Constituinte, integrada nas listas do Partido Socialista.

Começou por publicar poemas em 1940, tendo entre 1944 e 1997, publicado catorze livros de poesia. Também escreveu contos, peças de teatro e curtos ensaios.

O seu corpo está no Panteão Nacional desde 2014.

**As ondas quebravam uma a uma  
Eu estava só com a areia e com a espuma  
Do mar que cantava só para mim.**

S.M.B.



# M L FARMÁCIA M C MOTA CAPITÃO

Direcção Técnica de Otilia Mota Capitão

## Horário:

Dias úteis - 8:30h às 21.00h

Sábados - 9:00h às 19:00h

## Serviços 2020

**22 Janeiro**

**10 Março**

**27 Abril**

-

**Permanente 24:00H**  
até às 9:00h do dia seguinte

Tel.: 21 418 97 99 | Fax: 21 418 98 00

E-mail: farm.motacapitao@gmail.com

Av. Edmundo Lima Basto, nº 19 – B/C  
Alto dos Barronhos, 2790-485 CARNAXIDE

Agora temos  
**TOSQUIAS**  
nas lojas de



**Algés**  
214113072

**Linda-a-Velha**  
215956663

**Palmeiras**  
210994293



**DR. BICHARADA** +  
CONSULTÓRIO VETERINÁRIO

**210174597**



MEDICINA INTERNA  
LABORATÓRIO  
DOG WALKING

VACINAÇÃO  
DOMICÍLIOS  
MEDICINAS ALTERNATIVAS

**Já Abriu Já Abriu Já Abriu Já Abriu**



uf-carnaxide-queijas.pt UF-Carnaxide-Queijas

DELEGAÇÃO DA JUNTA DE FREGUESIA  
RUA SOARES DE PASSOS, N.º 5 D  
2790-440 QUEIJAS

## HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

**2ª A 6ª FEIRA**

Das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

com apoio  
**OEIRAS VALLEY**  
PORTUGAL  
MUNICÍPIO  
OEIRAS



**USC QAL**  
UNIVERSIDADE SÉNIOR DE CARNAXIDE E QUEIJAS  
APRENDIZAGEM E LAZER

**ANO LETIVO 2019 - 2020**  
**INSCRIÇÕES ABERTAS A PARTIR DE 20 DE AGOSTO**  
**NO ATENDIMENTO AO PÚBLICO DA DELEGAÇÃO**  
**OU NA SEDE DA JUNTA DE FREGUESIA**

Sede da Junta de Freguesia - Carnaxide  
Rua Cesário Verde - Edifício Centro Cívico  
2790-047 Carnaxide  
Telef (s) +351 214 173 090 / 091  
Fax: +351 214 172 813

Delegação da Junta de Freguesia - Queijas  
Rua Soares de Passos, 5-D  
2790-440 Queijas  
Telef (s) +351 214 174 833  
Fax: +351 214 173 916



O Município de Oeiras deseja-lhe

*Boas Festas*



**OEIRAS  
VALLEY**

PORTUGAL

MUNICÍPIO  
OEIRAS

## MENSAGEM DE ANO NOVO

Caras e caros munícipes, nesta quadra Natalícia é meu desejo pessoal, e em nome da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, que todos possamos vivê-la com muita paz, alegria e fraternidade.

Ponho nestes meus votos o sentimento próprio de quem representa de forma ativa, uma União de Freguesias que partilha anseios, inquietações e esperanças.

Iremos continuar a trabalhar, para a melhoria da qualidade de vida da nossa autarquia, e que esta seja mais solidária e próspera.

**Para todos votos de Feliz Natal e que o Ano Novo concretize todas as suas aspirações!**

Inigo Pereira  
Presidente da Junta de Freguesia Carnaxide/Queijas



## MENSAGEM DE NATAL

Caríssimos amigos!

Aproxima-se o tempo de Natal. A azáfama é grande nas ruas, lojas, casas e por toda a parte. Preparam-se iguarias, enfeites, presépios e... muitos presentes. Todos se preocupam para que não falte uma prenda a ninguém nesta quadra natalícia.

Numa loja de brinquedos, entre tantas compras e vendas, um jovem casal mostra-se enervado por entre os brinquedos de várias cores alinhados nas estantes, pendentes do teto ou em desordem sobre o balcão. Pegam em bonecas que choram e riem, jogos eletrónicos, cozinhas em miniatura. Não conseguem escolher um brinquedo ou porque a oferta é diversificada demais ou porque o grau de exigência não corresponde ao exposto.

Aproxima-se então uma funcionária muito simpática com a habitual pergunta:

- Posso ajudá-los em alguma coisa?

- Olhe - explica a mulher - nós temos uma menina muito pequena, mas estamos quase todo o dia fora de casa e, por vezes, até de noite.

- É uma menina de poucos sorrisos pois não se contenta facilmente - explica o marido.

- Nós queremos comprar um brinquedo que a torne feliz - acrescentou a mulher - Não nos interessa o preço ... desde que seja algo com que a nossa filhinha se entretenha, que lhe dê alegria mesmo quando esteja só...

A funcionária olha-os com uma expressão

desolada, mas com gentileza avisa:

- Lamento muito não poder ajudar, mas aqui não vendemos pais.

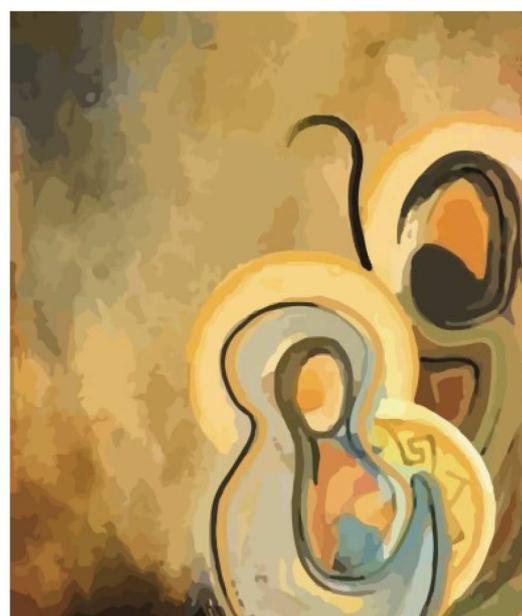
Muitas vezes nós refugiamo-nos por detrás de prendas, procuramos compensar défices de atenção ou de carinho através de presentes ou gestos vazios de significado.

No meio de tanta partilha, sabemos colocar ao dispor dos outros aquilo de que eles mais precisam. Mais do que dispor de coisas, sabemos dispor-nos a nós mesmos e o resto virá por acréscimo. E quanto mais nos dermos em atenção, tempo e companhia, menos necessidade teremos de nos fazer representar por brinquedos ou outros objetos e menos falta irão fazer.

Jesus Cristo veio até nós não para nos trazer coisas, iguarias ou entretenimentos, mas para estar connosco. A seu exemplo que a nossa melhor prenda, neste Natal, seja **DISPONIBILIDADE**.

**Desejo a todos os sócios da Associação de Moradores 18 de Maio um Santo e Feliz Natal e que no novo ano de 2020 cada um de nós saiba dar a prenda da amizade e solidariedade na disponibilidade que queremos ter para com tantos irmãos que percorrem os mesmos caminhos que nós percorremos na nossa vida.**

Pe. José Manuel  
Pároco de Outurela / Portela



## A POESIA ESTÁ NO BAIRRO

Poema de Natal e Ano Novo aos sem abrigo

Natal não é só luzes,  
Também é uma quadra sentida  
Porque muitos nela vagueiam  
Na triste escuridão da vida.

*Lembro também os sem abrigo, os mendigos que tanto como nós são pessoas, pessoas que já tiveram um lar, e hoje vivem na rua, pessoas que já pertenceram a boas famílias, e hoje são consideradas pela sociedade como filhos de ninguém.*

Para estas tristes pessoas  
Um alegre Natal quero desejar  
E que no próximo Ano Novo  
A felicidade possam encontrar.

João Raposo

## O BAIRRO FLORIDO NA QUADRA FESTIVA

As fotos que publicamos não foram tiradas na Primavera como pode parecer. Foram feitas

em novembro e mostram um bairro bonito e florido.

