



Sociedade
**120.º Aniversário
dos Bombeiros
Voluntários de São
Pedro de Sintra**

pág. 5

Divisão Policial de Sintra
**Mais de 400
crianças
celebram
o Dia da Criança**

pág. 8

Sociedade / MTBA
**Caminhada
Bolembre
“Trilhos da Praia”**

pág. 10

Cultura / Dia 13, 16h30
**“O Menino
do Lapedo”
no Museu
de Odrinhas**

pág. 14

Festa da Criança – Um sucesso em Algueirão-Mem Martins



Com celebração no dia 1 de Junho, o Dia Mundial da Criança estendeu-se no concelho de Sintra até ao sábado, dia 7, com a Junta de Freguesia de Algueirão-Mem Martins a promover no espaço da Bacia de Retenção da Água, junto à linha férrea, a “Festa da Criança”.

O programa teve início pelas 10h00, e terminou já depois das 20h00, com uma afluência de público que foi paciente com as crianças que quiserem experimentar de tudo o que havia no recinto. Escalada, Rapel, Pinturas Faciais, Karting, Baloíços, Saltitões, e até vestir o equipamento dos bombeiros, numa actividade da corporação de Algueirão-Mem Martins, sempre presente nas iniciativas junto do público.

De destacar no concelho de Sintra, outras celebrações, com destaque para a União de Freguesias de Sintra, no Mercado da Várzea, Freguesia de Aqualva e Mira Sintra no Jardim da Anta, Freguesia de Rio de Mouro, no recinto da Feiras das Mercês, e Sociedade Recreativa de Vila Verde.

pág. 9



fotos: ventura saraiva

Saúde
**Dar Sangue:
um gesto simples
que salva vidas**

pág. 2

Sociedade / Dias 13 e 14
**Feira dedicada
à saúde,
prevenção
e bem-estar**

pág. 8

Televisão
**Lições de
matemática
avanzada ou a teoria
formal dos números**

pág. 15

Desporto Fora da Caixa (6)
**Anabela Codêço
Ferreira – A leoa que
vestiu de vermelho
e o azul é a sua pista**

pág. 12



SOCIEDADE

Piscinas Oceânicas
da Praia das Maças
abrem ao público

Coincidente com a abertura oficial da época balnear, as Piscinas Oceânicas da Praia da Maças já se encontram abertas ao público, desde o dia 1 do corrente mês, funcionando diariamente das 09h00 às 19h00.

Inauguradas no mês de Julho, do ano 1956, trata-se de um dos equipamentos balneares mais emblemáticos do litoral sintrense, muito procurado por residentes e visitantes durante os meses de Verão, proporcionando uma alternativa segura e agradável para banhos junto ao mar, e com água salgada. A sua abertura ao público representa uma excelente oportunidade para promover a Praia das Maças e toda a zona costeira de Sintra junto de residentes, turistas nacionais e visitantes estrangeiros que planeiam deslocar-se ao litoral de Sintra.

Fonte e foto: Sintra Sol

SAÚDE

Dar Sangue: um gesto simples que salva vidas

Todos os dias, milhares de pessoas necessitam de transfusões sanguíneas.

Vítimas de acidentes, doentes oncológicos, pessoas submetidas a cirurgias complexas, grávidas com complicações ou crianças com doenças hematológicas dependem frequentemente de sangue para sobreviver. Apesar dos avanços da medicina, ainda não existe qualquer substituto artificial para o sangue humano. A única forma de garantir este recurso essencial é através da dádiva voluntária.

No dia **14 de junho** celebra-se o **Dia Mundial do Dador de Sangue**, uma data criada para reconhecer todos aqueles que, de forma altruísta, contribuem para salvar vidas. É também uma oportunidade para sensibilizar a população para a necessidade contínua de manter reservas de sangue adequadas.

Em Portugal, as reservas de sangue enfrentam regularmente períodos críticos, sobretudo durante os meses de verão e épocas festivas, quando há menos dadores disponíveis. Uma única dádiva pode ajudar até três pessoas diferentes, já que o sangue recolhido é separado em vários componentes - glóbulos vermelhos, plasma e plaquetas - utilizados conforme as necessidades de cada doente.

Muitas pessoas gostariam de doar sangue, mas ainda existem dúvidas e receios associados ao processo. A dádiva de sangue é segura, rápida e realizada com material esterilizado e descartável. Antes da colheita é feita uma avaliação clínica simples para garantir a segurança do dador e do recetor.

Todo o processo demora cerca de 30 minutos, sendo a recolha em si apenas uma pequena parte desse tempo.

De forma geral, pode doar sangue quem tenha entre 18 e 65 anos, pese pelo menos 50 Kg e seja saudável. Existem algumas situações temporárias que podem impedir a dádiva, como infeções recentes, certos medicamentos, viagens específicas ou procedimentos médicos recentes, mas estas questões são avaliadas individualmente pelos profissionais de saúde.

Doar sangue é um gesto de cidadania ativa, acessível à maioria das pessoas e que pode fazer a diferença entre a vida e a morte. Numa sociedade onde tantas vezes nos sentimos impotentes perante os problemas do mundo, a dádiva de sangue recorda-nos que pequenos gestos continuam a ter um enorme valor. Não exige dinheiro, nem conhecimentos especiais, apenas disponibilidade e vontade de ajudar o próximo.

Neste mês de junho, vale a pena refletir sobre esta forma simples de solidariedade. Talvez alguém esteja vivo amanhã graças a uma decisão tomada hoje.

Mariana Cruz de Sousa

**Médica Interna Medicina Geral e Familiar,
USF Monte da Lua, ULS Amadora-Sintra**

**Grupo de Orientadores e Internos
de Medicina Geral e Familiar – USF Cynthia,
Colares, Monte da Lua e Lapiás**

PUB. JORNAL DE SINTRA, 12-06-2026

AVISO

Marco Almeida, Presidente da Câmara Municipal de Sintra, torna público que, ao abrigo da delegação de competências da Câmara Municipal de Sintra no seu Presidente, constante do n.º 2 do ponto XXI da deliberação da Câmara Municipal de Sintra tomada em 7 de novembro de 2025, sobre a Proposta n.º 1-P/2025, de 3 de novembro de 2025, é submetido a consulta pública, o **Projeto de Regulamento de Atribuição do Cheque Família do Município de Sintra**, nos termos do artigo 101.º do Código do Procedimento Administrativo, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 4/2015 de 7 de Janeiro, durante o prazo de 30 dias a contar da data da publicação de Aviso em II Série do Diário da República, estando o texto disponível mediante a afixação do Edital n.º 387/2026, nos locais de estilo e no sítio eletrónico oficial do município www.cm-sintra.pt.

Qualquer interessado pode apresentar, durante o período de consulta pública, por escrito, sugestões sobre quaisquer questões que possam ser consideradas relevantes no âmbito do presente procedimento, conforme disposto no n.º 2 do citado artigo 101.º do Código do Procedimento Administrativo, endereçadas ao Presidente da Câmara Municipal de Sintra, entregues no Departamento de Atendimento e Qualidade, Praça D. Afonso Henriques, n.º 1 R/C, Portela de Sintra, 2710 SINTRA, através do fax 219238551, ou ainda através do e-mail dju@cm-sintra.pt.

Em todas as comunicações deve ser indicado o procedimento a que mesma se reporta, sob pena de rejeição liminar.

Paços do Município de Sintra, 25 de 5 de 2026

O PRESIDENTE DA CÂMARA


(Marco Almeida)

PUB. JORNAL DE SINTRA, 12-06-2026

AVISO

Marco Almeida, Presidente da Câmara Municipal de Sintra, torna público que, ao abrigo da delegação de competências da Câmara Municipal de Sintra no seu Presidente, constante do n.º 2 do ponto XXI da deliberação da Câmara Municipal de Sintra tomada em 7 de novembro de 2025, sobre a Proposta n.º 1-P/2025, de 3 de novembro de 2025, é submetido a consulta pública, o **Projeto de Regulamento de Atribuição de Bolsas de Estudo a Alunos do Ensino Superior Residentes no Concelho de Sintra – “Sintra Estuda+”**, nos termos do artigo 101.º do Código do Procedimento Administrativo, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 4/2015 de 7 de Janeiro, durante o prazo de 30 dias a contar da data da publicação de Aviso em II Série do Diário da República, estando o texto disponível mediante a afixação do Edital n.º 386/2026, nos locais de estilo e no sítio eletrónico oficial do município www.cm-sintra.pt.

Qualquer interessado pode apresentar, durante o período de consulta pública, por escrito, sugestões sobre quaisquer questões que possam ser consideradas relevantes no âmbito do presente procedimento, conforme disposto no n.º 2 do citado artigo 101.º do Código do Procedimento Administrativo, endereçadas ao Presidente da Câmara Municipal de Sintra, entregues no Departamento de Atendimento e Qualidade, Praça D. Afonso Henriques, n.º 1 R/C, Portela de Sintra, 2710 SINTRA, através do fax 219238551, ou ainda através do e-mail dju@cm-sintra.pt.

Em todas as comunicações deve ser indicado o procedimento a que mesma se reporta, sob pena de rejeição liminar.

Paços do Município de Sintra, 26 de 5 de 2026

O PRESIDENTE DA CÂMARA


(Marco Almeida)

Micaela Ferreira da Silva, é a Presidente da Comissão da Cruz Vermelha – Delegação de Sintra

A Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Sintra, elegeu nova Comissão, passando a ser liderada por Micaela Ferreira da Silva, que sucede assim a Miguel Cruz. Olga Figueiredo, Pedro Ryder, e Aida Mendes são os Vogais, mantendo-se Filomena Espírito Santo, como Diretora da Delegação.

A nova Comissão foi recebida pelo Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida, e pelo Chefe de Gabinete, Paulo Veríssimo, “num encontro que assinalou o início de um novo ciclo de trabalho e cooperação” como se pode ler na nota publicada nas redes sociais da Instituição.

Durante a reunião, foi apresentada a estratégia para o



Micaela Ferreira da Silva, 3.ª à esquerda

Foto: cortesia cruz vermelha-delegação sintra

triénio 2026-2029, assente numa visão de transformação social, proximidade à comunidade e alavancagem da capacidade de resposta da Delegação. A digitalização dos processos foi destacada

como eixo transversal de modernização e eficiência, permitindo ampliar o impacto social e melhorar o acompanhamento das necessidades reais do território.

Entre as áreas prioritárias,

mereceu especial destaque o apoio à população sénior e o combate ao isolamento social, tema que recebeu uma receção muito positiva por parte do Sr. Presidente da Câmara Municipal de Sintra que tam-

bém já fez parte da Cruz Vermelha em 2023, como Presidente da Comissão.

“Acreditamos que este encontro permitiu estabelecer pontes importantes para o desenvolvimento de projetos conjuntos ao serviço da comunidade sintrense, reforçando a proximidade, a cooperação institucional e o compromisso com quem mais precisa.

A Cruz Vermelha de Sintra agradece ao Sr. Presidente da Câmara Municipal de Sintra a disponibilidade, o acolhimento e a abertura demonstrada, renovando a sua vontade de trabalhar em parceria para uma Sintra mais solidária, humana e inclusiva” sublinha a nota divulgada pela Cruz Vermelha- Delegação de Sintra.

VS/CVDS

Papa Leão XIV saúda 50 anos da União das Misericórdias Portuguesas e apela à missão de solidariedade

O Papa Leão XIV enviou uma mensagem de felicitações e profundo encorajamento à União das Misericórdias Portuguesas (UMP) por ocasião do seu 50.º aniversário. O documento papal foi endereçado diretamente ao presidente do Secretariado Nacional, Manuel de Lemos, no âmbito do Congresso Nacional das Misericórdias, realizado em Braga entre os dias 4 e 6 de junho.

Na missiva, o Santo Padre associa-se calorosamente às comemorações e exorta as Misericórdias a permanecer firmes na sua missão de difundir, nos tempos atuais, “a caridade de Cristo, Rosto misericordioso do Pai”, lembrando que “a solidariedade é, simultaneamente, um princípio e uma virtude”. Enquanto princípio, rege a ordem objetiva das relações e a interdependência entre os povos; como virtude, exige uma determinação firme e perseverante pelo bem comum, com especial atenção aos mais vulneráveis.

Como mensagem de estímulo para que a UMP prossiga unida na promoção do apoio social, imitando Jesus “Bom Samaritano da humanidade”, o Papa Leão XIV concedeu a Bênção Apostólica a todos, fazendo votos de abundantes graças para os frutos do congresso.

Hospitalização Domiciliária Pediátrica celebra três anos a apoiar crianças e famílias

A Unidade de Hospitalização Domiciliária Pediátrica (UHDP) do Hospital Fernando

Fonseca, da ULS Amadora/Sintra, celebrou no passado, dia 1, três anos de inovação, proximidade e cuidados centrados na criança, no adolescente e na família. Desde a sua criação, a UHDP tem permitido que centenas de crianças e jovens recebam cuidados especializados de internamento hospitalar no conforto do seu domicílio.

Ao longo destes três anos, foram realizados cerca de 700 internamentos domiciliários e mais de 6.000 visitas clínicas, permitindo poupar 2731 dias de internamento hospitalar, números que refletem o impacto crescente deste modelo assistencial inovador e humanizado junto da comunidade.

A Hospitalização Domiciliária Pediátrica representa uma nova forma de cuidar: mais próxima, mais integrada e mais adaptada às necessidades reais das crianças, adolescentes e respetivas famílias. Para além da qualidade e segurança clínica, este modelo promove o conforto, a continuidade de cuidados, a capacitação familiar e uma maior participação dos pais e cuidadores no processo terapêutico.

A crescente diferenciação dos cuidados prestados tem permitido acompanhar um número cada vez maior de crianças e jovens com diferentes patologias e necessidades terapêuticas, incluindo situações agudas em contexto de doença crónica complexa.

O sucesso deste projeto deve-se ao compromisso,



dedicação e entusiasmo da equipa multidisciplinar, bem como à parceria fundamental com a Fundação do Gil, que tem contribuído para consolidar uma resposta assistencial verdadeiramente inovadora.

Paralelamente à atividade assistencial, a equipa tem também apostado na divulgação científica deste modelo, contribuindo para afirmar a Hospitalização Domiciliária Pediátrica como uma resposta segura, eficaz e com potencial de expansão a nível nacional.

O maior reconhecimento destes três anos continua a vir das crianças, adolescentes e famílias que diariamente recebem a equipa nas suas casas e confiam nos seus cuidados.

Porque cuidar também é estar perto, a ULS Amadora/Sintra continuará a apostar no reforço e desenvolvimento deste modelo de apoio domiciliário.

Fonte e foto: unidade local de saúde amadora/sintra

JORNAL DE SINTRA

DIRETORA

Idalina Grácio de Andrade (TE 596)
direcao@jornaldesintra.pt

REDAÇÃO

Paulo Aído (CPJ n.º 1613)
Bernardo de Brito e Cunha (CPJ n.º 1425)

Ambiente

Fernanda Botelho

Cultura

António Lourenço, João Cachado, Liberto Cruz, Sérgio Luís de Carvalho

Desporto

Ventura Saraiva

desporto@jornaldesintra.pt

História e História Local

F. Hermínio Santos, Jorge Leão, Miguel Boim, Teresa Caetano (Sintria Monumenta Historica: património histórico-artístico)

Opinião

João Cachado, Manuel Mogo

SEDE REDAÇÃO E SEDE EDITOR

Av. Heliodoro Salgado, n.º 6, 2710-572 SINTRA
Telef. 21 910 68 31 / 30 - Telem. 96 243 14 18
redacao@jornaldesintra.pt

GRAFISMO

José Manuel Figueiredo

PAGINAÇÃO

Paula Silva

paginacao@jornaldesintra.pt

LOJA / COMERCIAL / PUBLICIDADE

Cristina Amaral e Ana Jardim

loja@jornaldesintra.pt

gestao@jornaldesintra.pt

info@jornaldesintra.pt

Telef. 21 910 68 30 (Loja)

ASSINATURAS

Cristina Amaral - Telef. 21 910 68 30

loja@jornaldesintra.pt

EDIÇÕES EM PAPEL VIA CTT

Portugal – 20 euros/ano

Apoio – 25 euros/ano

Estrangeiro – 45 euros/ano

Apoio – 50 euros/ano

Preço avulso (0,70)

DISTRIBUIÇÃO

Translista / CTT

Distribuição Local: Loja do Jornal de Sintra

JORNAL DE SINTRA

TIPOGRAFIA MEDINA SA

Av. Heliodoro Salgado, n.º 6, 2710-572 SINTRA

www.jornaldesintra.com

Impressão na Empresa Gráfica

Funchalense, SA

Rua da Capela Nossa Sra. da Conceição, 50

- Morelena - 2715-028 Pero Pinheiro

Telef. 21 967 74 50

PROPRIETÁRIO E EDITOR

TIPOGRAFIA MEDINA, S.A.

COM O CAPITAL SOCIAL DE 50.000,35 €

NIPC - 501087036 - Conselho de Administração:

Idalina Grácio de Andrade, Maria Madalena

Alegre Miguel, Maria da Graça da Costa Pedroso

Mesa da Assembleia Geral – Francisco Hermínio

Pires dos Santos e Vanessa Alexandra Lopes

Silvestre

Detentores de mais de 10% do capital da

empresa – Idalina Grácio de Andrade, Maria

Madalena Alegre Miguel, Maria da Graça da

Costa Pedroso

ESTATUTO EDITORIAL

O Estatuto Editorial do Jornal de Sintra foi

publicado em 7 de Janeiro de 1934, mantendo-se

inalterável. Encontra-se disponível para conhe-

cimento público na página www.jornaldesintra.com

http://www.jornaldesintra.com/2021/12/

estatuto-editorial-do-jornal-de-sintra/

REGISTO N.º 100128

Tiragem média: 6.000 exemplares

Depósito Legal n.º 371272/14

Os artigos assinados são da responsabilidade

dos seus autores. As opiniões expressas nos

mesmos não são, necessariamente, a opinião da

direção e da redação.

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DA IMPRENSA REGIONAL



ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA
DE IMPRENSA

NUCASE/EMPRESA

NUCASE
GRUPO

Regime de restituição de IVA

É possível a restituição total ou parcial do montante equivalente ao IVA suportado em determinadas aquisições de bens e serviços, nomeadamente pelas associações humanitárias de bombeiros, à Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, às instituições particulares de solidariedade social, entidades com a classificação portuguesa de atividades económicas principal «82300 Organização de feiras, congressos e outros eventos similares» e «79110 - Atividades das agências de viagem».

Apenas pode ser objeto de restituição o montante equivalente ao IVA suportado nas aquisições internas, importações e aquisições intracomunitárias de bens e serviços.

Beneficiários	Bens/serviços elegíveis
Associações humanitárias de bombeiros	Bens móveis de equipamento diretamente destinados à prossecução dos respetivos fins (inclui serviços de conservação, reparação e manutenção).
<ul style="list-style-type: none"> Santa Casa da Misericórdia de Lisboa Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) 	<ul style="list-style-type: none"> Construção, manutenção e conservação de imóveis – total ou parcialmente para fins estatutários. Ativo fixo tangível – única e exclusivamente para fins estatutários (exceto veículos e reparação dos mesmos). Limite anual: € 10.000 (IVA excluído). Alimentação e bebidas – atividades sociais.
CAE principal: <ul style="list-style-type: none"> 82300 – Organização de eventos 79110 – Agências de viagem 	Despesas de organização de congressos e feiras: transportes / viagens, alojamento, alimentação, receção e imóveis / equipamento destinados a tais receções.

O presente regime consagra o princípio da não duplicação de benefício, apenas sendo permitida a restituição do montante equivalente ao IVA suportado na medida em que esse imposto não seja dedutível nem tenha sido objeto de restituição ao abrigo de outro regime, designadamente no âmbito de projetos financiados pelo PRR, ou quaisquer outros de natureza similar.

Nas situações de acumulação de regimes devem verificar-se as seguintes condições:
a) O montante global do benefício não pode exceder o montante a restituir nos termos deste regime;
b) Não pode haver duplicação de benefício relativamente ao IVA suportado, até à concorrência do montante do benefício apurado nos termos da alínea anterior.

Maria Manuela Vieira Reynolds de Melo

Mestre em Gestão de Empresas e Contabilista Certificada

Departamento de Assessoria Técnica da NUCASE – Contabilidade e Fiscalidade, SA
Carcavelos, 03 de junho de 2026

CALENDÁRIO FISCAL

JULHO 2026

DATA LIMITE	OBRIGAÇÃO FISCAL
Até o dia 6	Comunicação das faturas , dos documentos de conferência de entrega de mercadorias ou da prestação de serviços e dos recibos emitidos no regime de IVA de caixa. Comunicação da inexistência de faturação , caso não haja emissão de documentos.
Até o dia 10	SEGURANÇA SOCIAL – Envio da Declaração Mensal de Remunerações – DMR-SS IRS – Envio da Declaração Mensal de Remunerações – DMR-AT IVA – Declaração Mensal Global (DMGIVA) – Importação de Bens (operadores postais)
Até o dia 15	SISTEMA INTRASTAT – Envio ao Instituto Nacional de Estatística Modelo 11 – Notários e entidades que desempenhem funções notariais IVA – Pagamento do IVA da DMGIVA IVA – Opção no portal das finanças pelo pagamento do IVA das importações através da declaração periódica do IVA IES – Informação Empresarial Simplificada Dossier Fiscal Dossier dos Preços de Transferência
Até o dia 20	Comunicação à CGA , IP dos montantes pagos nesse mês referentes a pensões IVA – Envio da declaração periódica do mês de maio IVA – Envio da Declaração Recapitulativa IRS/IRC – Entrega das quantias retidas DMIS – Entrega da declaração e do imposto do selo IRS – Primeiro pagamento por conta dos independentes (Cat. B)
Até o dia 21	Banco de Portugal – COPE
Até o dia 27	SEGURANÇA SOCIAL – Pagamento das contribuições IVA – Pagamento do IVA do mês de maio
Até o dia 31	Seg. Social – Independentes (Cat.B) – Entrega da declaração do total dos rendimentos obtidos nos três meses imediatamente anteriores. IRC – Primeiro pagamento por conta IRC – Primeiro pagamento adicional por conta da derrama estadual IUC – Pagamento do Imposto Único de Circulação IVA – Balcão Único – OSS – Declaração do IVA do 2.º trimestre IVA – Balcão Único – IOSS – Declaração mensal Relatório Trimestral , entrega pelos SP que tenham obtido NIF com sufixo “EX” IVA – Pedido de restituição de IVA suportado noutro Estado Membro ou país terceiro IVA – Pedido de restituição IVA pelas IPSS, por transmissão eletrónica de dados Instituições Financeiras Reportantes – Comunicar à AT informação relevante a cada uma das contas dos EUA Modelo 28 – Contribuição extraordinária, indústria farmacêutica Modelo 30 – Entrega da declaração de maio Modelo 31 – Entrega da declaração por transmissão eletrónica de dados Modelo 33 – Entrega pelas entidades emittentes de valores mobiliários Modelo 34 – Entrega pelas entidades registadoras ou depositárias de valores mobiliários Modelo 40 – Entrega pelas Instituições de Crédito e Sociedades Financeiras Modelo 56 – Contribuição extraordinária, dispositivos médicos SNS

NUCASE
GRUPO

A preparar o futuro juntos.
Inovação e confiança
para a sua eficiência.

De pessoas para pessoas.

ESPECIALISTAS EM CONTABILIDADE, FISCALIDADE
E GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS

NUCASE NEGÓCIOS
SOLUÇÕES INOVADORAS PARA UMA GESTÃO SIMPLES E SEGURA.

NUCASE CONSULTING
GESTÃO E ACOMPANHAMENTO ESPECIALIZADO À SUA MEDIDA

ENTRE EM CONTACTO
CONNOSCO

A NOSSA EQUIPA ESTÁ PRONTA PARA O AJUDAR A
ENCONTRAR O APOIO ADEQUADO À SUA NECESSIDADE

☎ 214 585 700 ✉ geral@nucase.pt

nucase.pt

CARCAVELOS + ESTORIL + PAREDE + SINTRA + LISBOA

Bombeiros Voluntários de São Pedro de Sintra – 120 Anos

Ventura Saraiva

A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de São Pedro de Sintra, comemorou no sábado, dia 6, o seu 120.º aniversário. A manhã começou com um desfile de viaturas operacionais por algumas artérias do concelho com accionamento das sirenes, dando a conhecer alguns dos meios que diariamente garantem o socorro e a segurança da Comunidade à qual presta serviço.

Um dos momentos do programa foi a romagem ao Cemitério local para evocação da memória do Comandante do Quadro de Honra, Domingos Jesus Gaspar, que faleceu em meados de Janeiro deste ano com 89 anos de idade. Figura marcante da história dos Bombeiros e que deixou um Legado de dedicação, liderança, e serviço aos bombeiros, e que dificilmente será

esquecido por todos os que serviram, conviveram e aprenderam com o Comandante Gaspar. A Sessão Solene do 120.º aniversário foi presidida por Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, e teve a presença de muitas individualidades, destacando-se Elísio Oliveira (Comandante Regional de Emergência e Proteção Civil de Lisboa e Vale do Tejo, Hugo Santos (Comandante Sub-

regional de Emergência e Proteção Civil da Grande Lisboa), José Bento Marques (presidente do Conselho Jurisdicional da Liga de Bombeiros Portugueses), Pedro Araújo (Vice-presidente da Federação de Bombeiros do Distrito de Lisboa), Comandante dos Bombeiros de São Pedro de Sintra, e Vice-presidente da Direcção por inerência de funções), Hugo Miguel Marques, Presidente da Direcção, Avelino Couto, comandantes

e presidentes de várias corporações de bombeiros entre muitos outros convidados, nomeadamente autarcas, com a União de Freguesias de Sintra, a fazer-se representar pela Vogal Paula Bento. Nas homenagens e distinções dos vários Crachás de Ouro da Liga de Bombeiros, de relevar a que foi feita a Silvestre Brandão Félix, presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Humanitária dos Bombeiros



Paula Bento na celebração dos 120 anos dos BV São Pedro de Sintra

Foto: DR

Voluntários de S. Pedro de Sintra, uma figura do associativismo sintrense, que se tornou conhecido com o Blog “Largo do Chafariz”.

Dia Municipal do Bombeiro em Belas

Ventura Saraiva

A Câmara Municipal de Sintra, em parceria com a Associação dos Bombeiros Voluntários de Belas, assinalou no dia 31 de Maio (domingo), o “Dia Municipal do Bombeiro” numa cerimónia de homenagem às corporações de bombeiros do concelho, celebrando o trabalho desenvolvido por homens e mulheres que, todos os dias, colocam a vida ao serviço da protecção da população e da salvaguarda de pessoas e bens.

A cerimónia começou pelas 10h00, com a revista às forças em parada por Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, com as corporações de Almoçageme, Colares, Sintra, São Pedro de Sintra, Montelavar, Algueirão-Mem Martins, Belas, Queluz e Aigualva-



foto: cortesia - bvs

Desfile apeado

Cacém perfiladas, seguindo-se vários momentos protocolares marcados pelo reconhecimento público da missão dos bombeiros.

De registar a presença do Comandante Sub-regional da Grande Lisboa, Hugo Santos, da Liga de Bom-

beiros Portugueses, representada pelo presidente do Conselho Jurisdicional, José Bento Marques, do Vice presidente da Federação de Bombeiros do Distrito de Lisboa, Avelino Couto.

A Protecção Civil de Sintra também

se fez representar com Álvaro Terezo, e João Maia, assim como a Paróquia de Belas, com o Padre Daniel Almeida.

As Fanfarras dos Bombeiros de Colares, Algueirão Mem Martins e Belas animaram o desfile apeado e motorizado, perante os aplausos do público que se foi juntando no Jardim da Samaritana, com o início na Avenida General Humberto Delgado.

De recordar que a autarquia anunciou investir ao longo deste ano de 2026, mais de 3,8 milhões de euros no apoio às Associações Humanitárias de Bombeiros Voluntários do Concelho de Sintra, contribuindo para que os bombeiros exerçam a sua missão com excelência, garantindo maior segurança para todos os sintrenses.

Sociedade Filarmónica “Os Aliados” festeja 104.º Aniversário

Esta sexta-feira, dia 12, a Sociedade Filarmónica “Os Aliados” de S. Pedro de Penaferrim assinala com o Hastear da Bandeira pelas 09h00, os seus 104 anos de vida.

No domingo, dia 14, prossegue o programa de aniversário, às 10h15, com uma Missa na Igreja Paroquial de São Pedro, e às 11h30, uma Romagem ao Cemitério do Alto da Bonita (Nossa Senhora das Graças).

Às 15h00, começam os preparativos para a Sessão Solene, com a recepção às Entidades convidadas, e por volta das 15h30, uma actuação da Escola de Música. Às 16h00, será a vez da Banda Filarmónica “Os Aliados” entrar em cena com o habitual Concerto de Aniversário.

As celebrações terminam com um “Porto de Honra”, já depois das 17h00.

VS

PUBLICIDADE



**A FUNERÁRIA
SÃO JOÃO DAS LAMPAS**
de Quintino e Morais

SEDE
Rua da Oliveira, 1 Aldeia Galega
2705-416 S. João das Lampas
SINTRA

geral@quintinoemorais.pt

www.funerariaquintinoemorais.pt



35 Anos de Serviço
com Competência
e Honestidade

ATENDIMENTO PERMANENTE

24 219 618 594 - 965 657 671

MEM MARTINS . MUCIFAL . SJ LAMPAS . SINTRA . TERRUGEM

Aberto todos os dias

Ataca

CAFÉ
PASTELARIA
PIZZARIA

O Seu café junto ao apeadeiro da Portela de Sintra

HORÁRIO: Das 07H00 às 24H00

R. Dr. António José Soares, 12 – 2710 SINTRA
Telef. 21 923 14 59

Leia, assine e divulgue
o Jornal de Sintra

OPINIÃO

Sintra, o lixo e a política da superfície

Depois de anos de fotografias, slogans e promessas, os resíduos continuam a ser discutidos pela superfície. Mas o lixo fica na rua e a taxa há de chegar à fatura da água. A superfície começa a sair cara.

Se há assunto que está sempre na agenda em Sintra é o lixo, o que diz muito da incapacidade do poder político de encontrar uma solução resiliente para um problema que a todos diz respeito. Este é um tema tão presente que a memória que guardo das publicações de Marco Almeida entre 2021 e 2025 é simples: lixo por este Município fora. Com tanta fotografia publicada talvez seja possível fazer uma exposição no Olga Cadaval, com núcleos em diferentes freguesias. Sendo um tema estrutural, é de todo o interesse para Sintra que a Assembleia Municipal se pronuncie a respeito e que os grupos municipais dediquem uma sessão inteira a discutir, com profundidade, os resíduos no Município de Sintra. Nos últimos quatro anos tal não aconteceu. Sim, nem o PSD, que é o partido do Presidente Marco Almeida, teve essa iniciativa. O que era bom era vociferar, a cada sessão, que, com a Presidência de Basílio Horta, Sintra era o cenário da “Alice no País das Maravilhas”. Já quando se tratava de fazer uso dos poderes próprios dos eleitos municipais, o entusiasmo parecia menor: estudar, preparar e comprometer-se com propostas consequentes dá trabalho. O período eleitoral também não foi rico em

soluções concretas para o Município. Caso precise de refrescar a memória, reveja as edições deste Jornal entre 5 de Setembro, n.º 4542, e 10 de Outubro, n.º 4547. Anunciar que o lixo na rua vai acabar, ou que a duplicação do investimento na recolha de lixo é para avançar, é uma simplificação grosseira de um debate difícil, técnico e complexo. E a ausência de uma discussão séria na Assembleia Municipal traduz-se num mau serviço para nós, que vivemos, trabalhamos ou estudamos em Sintra. Importa ainda lembrar que há eleitos, neste que é o segundo maior município do país, que não vivem, nem trabalham, nem estudam em Sintra. Quando se decide sobre o quotidiano de centenas de milhares de pessoas, conhecer o território não é detalhe: é condição mínima. Uma vez que estamos a reavivar a memória, importa saber como se tem debruçado a Assembleia Municipal sobre o assunto. Ora, tendo sido realizadas oito sessões em 2026, tem a Assembleia Municipal discutido a desorganização da gestão de resíduos no Município de Sintra? Em Janeiro, Fevereiro e Abril foram feitas menções tímidas ao tema, com uma particularidade: essas intervenções couberam aos parceiros eleitorais de Marco Almeida: PSD, IL e PAN e ao seu parceiro de governação, o Chega. Foram os Presidentes de Junta, sempre zelosos dos seus territórios, que trouxeram estas necessidades ao plenário da Assembleia Municipal? Não. Foi o tema amplamente discutido em comissão? Não encontrei no site da Assembleia qualquer convocatória de comissão sobre o tema, o que, no mínimo, impede os municípios de

acompanhar se essa discussão aconteceu. O tema ganhou nova relevância com a disputa pública entre o Presidente da Câmara e o Vereador do PS, Bruno Parreira. A minha expectativa era que, como líder do Grupo Municipal do PS, o assunto fosse trazido pelo eleito João Soares. Mas enfim, aproveitemos a matéria que há. Há que conceder que o primeiro ano de um Executivo é sobretudo o cumprimento de responsabilidades fechadas anteriormente, porque um Orçamento como o de Sintra exige tempo de preparação. Daí o Vereador Bruno Parreira enunciar os novos contentores e o novo camião de lavagem de contentores como um legado do Executivo que integrou como Vice-Presidente. E é muito pertinente denunciar contratos de novas viaturas que excluem manutenção, reparação e substituição. Da responsabilidade da Câmara é central falar da proposta 132-P/2025, que versa sobretudo sobre o agendamento da recolha de monos, retirado da alçada das Juntas de Freguesia. Foi uma iniciativa do atual Presidente da Câmara. Como o novo modelo não está a funcionar, já se discute voltar ao modelo anterior. Sobre isto, e no devido momento, o Vereador Bruno Parreira alertou na reunião de Câmara de 16 de Dezembro e votou contra. Na Assembleia Municipal, onde esta proposta foi aprovada com os votos contra do PS, da CDU e do Livre, o PS nada disse a respeito. Foi a CDU que recordou que o modelo anterior funcionava e que tinha levado ao aumento da recolha de monos das 2 mil para as 14 mil toneladas. E importava que esse alerta, por parte do PS, tivesse sido feito na

Assembleia Municipal, porque é aí que se fiscaliza a atividade da Câmara Municipal. Curiosamente, todos os Presidentes de Junta, incluindo os do PS, votaram a favor da perda de autonomia, com prejuízo do serviço efetuado na freguesia. Se alguém perceber isto, por favor manifeste-se. Mas manifeste-se também sobre os pressupostos em que se baseou o Presidente da Câmara para apresentar uma proposta que prejudicou a recolha de monos nas várias freguesias e que agora poderá levar à reversão da decisão. É importante. Por fim, o aumento da taxa de resíduos vai refletir-se nas nossas faturas da água. O Presidente Marco Almeida já está a alertar para isso há algum tempo. Convinha era começar a dizer quanto é que isso nos vai pesar no bolso. Tudo isto importa. Mas, como vemos, tudo continua a ser discutido pela superfície e transforma-se numa disputa eminentemente política. Só que tem impacto real: afeta o nosso bem-estar, a alegria de vivermos em Sintra, num lugar que queremos bem cuidado, e de onde queremos receber bem as pessoas que têm significado para as nossas vidas, e onde quem vem conhecer o nosso território deveria levar boas recordações. Porque isso também diz da forma como somos vistos. E mais: a taxa de resíduos terá reflexo na nossa carteira. Merecemos que estas discussões sejam feitas de forma séria e responsável. Porque o lixo em Sintra não é apenas o que fica na rua; é também o que fica por discutir nas instituições.

Daniel Souza

A subversão do direito por entidades públicas que primam pelo descaso na condução dos seus negócios

Os Serviços Municipais de Águas de Sintra, numa interpretação esdrúxula das leis, entende – para daí colher vantagens ilícitas em detrimento dos consumidores – que a contraprestação pelo fornecimento de água não é um preço, mas uma taxa. E essa “qualificação” não é inocente: é que a prescrição do preço é de seis (6) meses, mas a da taxa de oito (8) anos. Ora vejamos:

A Lei-Quadro de Defesa do Consumidor considera liminarmente os serviços fornecidos pelos poderes públicos aos consumidores como contratos submetidos ao seu império: serviços públicos, contratos privados, com todas as consequências daí resultantes.

A Lei dos Serviços Públicos Essenciais considera o “fornecimento de água” um serviço público essencial, de par com os mais nela elencados.

E, em obediência à segurança do direito e ao equilíbrio dos orçamentos domésticos, estabelece prescrições e caducidades de curto prazo. Para que os cidadãos não fiquem indefinidamente à espera que lhes apresentem contas caladas (com os juros e os juros sobre juros) que os deixam, em verdade, “descalços”, como sói dizer-se...

A “prescrição e caducidade” (inaplicáveis à energia eléctrica em alta tensão) previne-as a lei, como segue:

- O direito ao recebimento do preço do serviço prestado prescreve no prazo de seis meses

após a sua prestação.

- Se por facto do fornecedor tiver sido paga importância inferior à do consumo efectivo, o direito à diferença caduca em seis meses após o pagamento parcial.
- O prazo para a acção ou injunção é de seis meses da data prestação do serviço ou do pagamento inicial.

O fornecimento de energia eléctrica em alta tensão está, por expressa menção da lei, excluído da aplicação de tais prazos. Se o legislador pretendesse regime diferente para o “fornecimento de água”, tê-lo-ia dito também de modo expresso. E não o fez. Quando pretendeu subtrair tresloucadamente as comunicações electrónicas dos “serviços públicos essenciais”, fê-lo em 2004 e, quando recuperou o “juízo”, tornou a pô-los lá em 2008.

Como dizia Ferreira de Almeida, “serviços públicos, contratos privados” com todas as consequências que do conceito refulgem. A contraprestação pelo fornecimento, a cargo do consumidor, é, pois, um preço que não uma taxa. A taxa é a contrapartida para os serviços públicos “puros e duros”, que não para os basilares, os essenciais, os do catálogo, como no caso.

E os argumentos legais são abundantes: e só se não referem aqui pela natureza meramente informativa do artigo. Não se tratando de uma taxa, não colhe a aplicação do prazo de prescrição da Lei Geral

Tributária, que, ao contrário da Lei dos Serviços Públicos Essenciais [seis (6) meses] se prolonga, como um favor à Administração, por oito (8) anos.

O prazo de prescrição das dívidas de água é, pois, de seis (6) meses após o fornecimento do bem, demarcado pela emissão da factura regular, cuja periodicidade é mensal. E bem assim o da caducidade da diferença de preço, neste caso contado da data do pagamento inicial.

Como é de seis (6) meses o prazo para a acção como para a injunção, sob pena de caducidade do direito (de acção ou injunção): prazo que pode absorver tanto o da prescrição como o da caducidade, de conhecimento oficioso, no caso, sempre que os autos cheguem à esfera do titular do órgão de judicatura.

E o que quer significar esta expressão? Que, no caso da prescrição, que – para que dela se tome conhecimento – tem de ser provocada pelo consumidor, basta que o juiz considere que a acção ou a injunção foi proposta fora de tempo (para além dos seis meses) para que não seja necessário ao interessado invocar, por sua iniciativa, a excepção (i., é, a prescrição).

Aliás, como nos recorda o Conselheiro João Ferreira Pinto, distinto colega do curso de 72/77 da Faculdade de Direito de Coimbra, a prescrição de seis meses para as dívidas da água está mais do que consolidada na jurisprudência dos Supremos Tribunais:

“I – O direito ao recebimento (ou, noutra

perspectiva, a obrigação do pagamento), de todas as quantias (a que, circunstancialmente, o legislador, na Lei n.º 23/96 de 26 de Julho, chama “preço”) respeitantes, entre outros, aos serviços de fornecimento de água, de recolha e tratamento de águas residuais e de gestão de resíduos sólidos urbanos, prescreve decorridos que sejam 6 meses, sobre o momento do respectivo fornecimento/prestação.” (Supremo Tribunal Administrativo: acórdão de 23 de Junho de 2021).

Mal se percebe, pois, o “pino” que os Serviços Municipais de Sintra querem fazer para impor aos consumidores, à revelia da letra e do espírito da lei, a cobrança de montantes judicialmente inexigíveis porque prescritos, violentando despoticamente os equilíbrios orçamentais das famílias...

Quando a lei estabelece curtos prazos de prescrição e de caducidade, como no caso, é para obrigar os serviços a ser céleres e eficientes na gestão das suas actividades. Que não a estribarem-se em prazos intermináveis que convidam a que não trabalhem e se sirvam do seu descaso, da sua ineficiência, da sua imprudência para penalizar os particulares como se em situação de sujeição perante entidades todo-poderosas que exercem, de forma absoluta, atribuições desmarcadas, prepotentes, arbitrarias e iníquas.

Mário Frota

presidente emérito da apDC – DIREITO DO CONSUMO - Portugal

Dia Mundial do Ambiente – 2026

5 de junho é o Dia Mundial do Ambiente, e não Dia Mundial do Meio Ambiente, pois pretende-se que o Ambiente continue inteiro (precisamos que assim seja).

ecológica do mundo, envolvendo governos, empresas, escolas e cidadãos em ações concretas de preservação ambiental. Será que é mesmo assim?

Em 2026, o tema central foi

de reciclagem (neste caso através do papelão e do embalão), a ‘despesa’ passará a ‘receita’. Há que pensar nisto. Ou será que o esforço é enorme?

Quando pergunto a qualquer

limite (mais 2 anos? ou 3 ou 4?). E a seguir?

Apesar do tema LIXO ter sido um dos principais aspetos referidos durante a campanha eleitoral, o assunto do futuro aterro sanitário não interes-



Metade (Meio) do ambiente não é suficiente para as necessidades das pessoas, dos animais e das plantas, ou seja, dos seres vivos. Meio e Ambiente são expressões usadas frequentemente como sinónimas, por isso há que usar a expressão correta.

O **Dia Mundial do Ambiente** foi instituído pela Assembleia Geral da ONU em 1972, durante a Conferência de Estocolmo sobre o Ambiente Humano, e é promovido pelo Programa das Nações Unidas para o Ambiente (PNUA) para sensibilizar a população sobre a proteção ambiental e a necessidade de mudanças de hábitos em defesa do planeta. Celebrado anualmente em 5 de junho, é considerado o maior evento de mobilização



‘**Agora pelo clima**’, que pretendia destacar a urgência das mudanças climáticas e a necessidade de respostas imediatas da humanidade. Será que foi mesmo assim?

As fotos que partilho são apenas um pequeno exemplo do que vou encontrando em quase todo o lado. Estas são de várias salas de aula de uma ESCOLA!!!

Se os RSU são colocados no caixote dos indiferenciados, e se não houver posteriormente a necessária recuperação, o aterro sanitário irá encher mais rapidamente e os municípios terão de pagar valores mais elevados da taxa de RSU (pois é! Pagar ainda mais!!!). Por outro lado, se os RSU forem encaminhados corretamente para o sistema



cidadão (inclui alunos, colegas de profissão ou responsáveis autárquicos) qual é o ‘caminho do lixo’?

As respostas (ou a ausência das mesmas) é muito (mas mesmo muito) preocupante... ou nem tanto, pois PREOCUPAÇÃO parece não haver. Poucos meses após as últimas eleições autárquicas o que é que os atuais autarcas sabem disto? e o que é que assumem fazer para resolver aquele que é, seguramente, um dos principais problemas da humanidade?

Para onde vai o lixo que produzimos (e produzimos cada vez mais)?

No território da TRATOLIXO (Sintra, Mafra, Cascais e Oeiras) a capacidade do aterro sanitário está quase no seu



sou abordar (e ainda não interessa). Porque será? Sabem os municípios que somente 85% da receita municipal com os RSU cobre a despesa?

Por isso de onde vêm os outros 15% (do IMI, do IMT, do IUC... ???)

Não seria adequado os atuais presidentes das Câmaras Municipais de Sintra, Oeiras, Cascais e Mafra, respetivamente Marco Almeida, Isaltino Morais, Nuno Piteira Lopes e Hugo Moreira Luís, se pronunciarem e envolverem as populações em soluções necessárias e adequadas. Ou não sabemos o que fazer e vamos continuar a ‘fingir’ que o problema não existe.

Henrique Martins, colaborador local

DIGA DE SUA JUSTIÇA

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro

No início de Abril, escrevi à Junta De Freguesia sobre este desmoronamento na Av Dr Francisco Sá Carneiro. Para minha surpresa foi nessa correspondência que descobriram que a Avenida fica na Freguesia de Agualva e Mira-Sintra. Na reunião pública, no final desse mês, perguntei ao Presidente da Câmara o qual delegou a resposta através dos Vereadores. A



resposta tarda em chegar. Na última Assembleia Municipal em Maio, mencionei a Avenida mas, dada a ausência de reação, deve ter passado despercebida. Dos grupos municipais também nada. É que isto já está assim desde o rescaldo de final de Janeiro da tempestade Kristin. Quando é que vamos a isso Sr Presidente?

Daniel Souza, Agualva-Mira Sintra

O Jornal de Sintra reserva-se o direito não publicar quaisquer “Diga de Sua Justiça” sempre que o respectivo envio seja feito de forma anónima, embora a coberto de um e-mail de um suposto grupo.

GNR

Sintra – Prisão preventiva por burla qualificada

O Comando Territorial de Lisboa, através do Núcleo de Investigação Criminal do Destacamento Territorial de Sintra, no dia 1 de junho, deteve um homem de 42 anos por burla qualificada, no concelho de Sintra.

Na sequência de uma denúncia que dava conta de que um grupo de indivíduos, fazendo-se passar por elementos de uma Força de Segurança, teria simulado uma busca domiciliária e subtraído aos lesados cerca de 21 500 euros, os militares da Guarda desenvolveram de imediato diligências de investigação, que permitiram localizar e deter um dos suspeitos nesse mesmo dia, bem como, a viatura alegadamente utilizada na prática dos factos.

No decurso da ação, foi ainda possível recuperar parte do montante subtraído. O suspeito foi detido no cumprimento de mandados de detenção fora de flagrante delito emitidos pela Autoridade de Polícia Criminal.



Da ação resultou a apreensão do seguinte material:

- 4 455 euros em numerário;
- um bastão extensível;
- uma munição de calibre 6,35 mm;
- uma viatura;
- distintivo e mandados falsificados, alegadamente utilizados para ludibriar as vítimas;
- indumentária utilizada pelo suspeito

O detido foi presente ao Tribunal Judicial de Sintra para primeiro interrogatório judicial, tendo-lhe sido aplicada a medida de coação de prisão preventiva.

A Guarda Nacional Republicana alerta a população para que, perante indivíduos que se apresentem como elementos das forças de segurança, solicite sempre a respetiva identificação profissional e, em caso de dúvida, contacte de imediato a força de segurança territorialmente competente, não facultando a entrada na residência nem entregando quaisquer quantias monetárias sem confirmação da legitimidade da atuação.

Fonte: GNR

PUB. JORNAL DE SINTRA



Encerra à
Quinta-feira



Av. Doutor Miguel Bombarda, 3 - R/C,
2710-590 SINTRA • Telef. 219 231 804

JORNAL DE SINTRA

Uma presença desde 1934
nos acontecimentos que fazem história

SOCIEDADE



Mais de 400 crianças celebraram o Dia Mundial da Criança com a Divisão Policial de Sintra em Mem Martins”

“Pequenos Polícias por um dia”

O Comando Metropolitano de Lisboa da Polícia de Segurança Pública, através da Divisão Policial de Sintra, associou-se, no dia 1 de junho de 2026, às comemorações do Dia Mundial da Criança promovidas pela Direção da Escola EB1/JI da Cavaleira, numa iniciativa que reuniu dezenas de crianças, professores, auxiliares da comunidade educativa num ambiente de proximidade, aprendizagem e diversão. O evento proporcionou às crianças um contacto direto com a missão da PSP, através de um conjunto diversificado de atividades pedagógicas, preventivas e lúdicas, especialmente concebidas para assinalar a data. Grande destaque para a ação de sensibilização sobre segu-



rança rodoviária dirigida aos alunos do 4.º ano, durante a qual foram transmitidos conhecimentos essenciais para uma circulação mais segura enquanto peões, passageiros e futuros condutores. No final

da sessão, os participantes receberam simbolicamente a sua “Carta de Condutor Júnior”, reconhecendo o empenho demonstrado na aprendizagem das regras de segurança rodoviária.

As crianças do 3.º ano tiveram igualmente a oportunidade de vestir mini fardas da PSP, assumindo por momentos o papel de pequenos agentes, numa atividade que despertou enorme entusiasmo junto

dos mais novos.

No âmbito do programa “Estou Aqui! Crianças”, a PSP procedeu ainda à atribuição de 164 pulseiras, reforçando a divulgação de uma ferramenta essencial para a rápida localização de crianças em caso de perda ou desorientação, particularmente relevante em períodos de férias e em locais com grande afluência de pessoas.

As crianças participaram também num circuito de educação rodoviária com bicicletas e triciclos, onde puderam aplicar de forma prática os conhecimentos adquiridos. A exposição de viaturas policiais constituiu outro dos pontos altos da iniciativa, permitindo aos participantes conhecer de perto alguns dos meios utilizados diariamente pela PSP no cumprimento da

sua missão.

A elevada adesão e o entusiasmo demonstrado pelos participantes fizeram desta comemoração um verdadeiro sucesso, evidenciando a importância da colaboração entre a escola, as famílias e as forças de segurança na promoção de uma cultura de cidadania, prevenção e segurança desde os primeiros anos de vida.

A Polícia de Segurança Pública continuará a apostar na proximidade com a comunidade escolar, desenvolvendo iniciativas que contribuam para o crescimento seguro, informado e responsável das crianças, reforçando os laços de confiança entre os mais jovens e a Polícia.

Fonte: PSP

Sintra recebe feira dedicada à saúde, prevenção e bem-estar

Sintra recebe a V Feira de Saúde e Bem-Estar nos dias 13 e 14 de junho, entre as 10h00 e as 18h00, no Iscte-Sintra, na Avenida Heliodoro Salgado.

Durante dois dias, o evento oferece um programa diversificado dedicado à promoção da saúde e de estilos de vida saudáveis, proporcionando momentos de aprendizagem,

participação e convívio.

O programa integra palestras temáticas, rastreios de saúde gratuitos, atividades físicas, sessões de showcooking, mostra e venda de artesanato. A iniciativa visa reforçar a literacia em saúde, sensibilizar os Sintrenses para a importância da prevenção e da adoção de hábitos de vida saudáveis, bem como divulgar os recur-

sos e programas existentes nas áreas da promoção da saúde, prevenção da doença e acesso a rastreios.

A V Feira de Saúde e Bem-estar é promovida pelo Núcleo Rotário de Desenvolvimento Comunitário de Sintra, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra, União das Freguesias de Sintra e do Iscte-Sintra. Fonte: CMS

Oficina de Teatro para crianças no Conservatório de Música de Sintra

No próximo sábado, 13 de junho, de manhã, o Conservatório de Música de Sintra e o Teatro Efémoro promovem a última oficina de teatro mensal desta temporada, especialmente pensada para crianças dos 6 aos 12 anos. Com orientação do ator e formador Miguel Moisés, será mais um encontro para

partilhar jogos simples e divertidos, no qual os mais novos vão poder ter um primeiro contacto com o mundo do teatro, explorar a expressão corporal e a criatividade, bem como descobrir o gosto de criar em equipa, num ambiente seguro, onde todos se sentem à vontade para se expressar.

As inscrições decorrem no site do Conservatório de Música de Sintra e têm um custo de 15,00 para alunos internos e de 20,00 para participantes externos.

Mais informações em inscrições em:

<https://www.conservatoriodemusicadesintra.org/oficina-teatro-criancas.html>

Festa de Verão de São Marcos

AACD São Marcos vai promover, nos dias 26 e 27 de junho, mais uma edição da Festa de Verão de São Marcos, um evento que pretende celebrar o início do verão com um programa diversificado, dirigido a toda a comunidade e com entrada livre.

As comemorações terão lugar na Escola EB 2,3 Rainha D. Leonor de Lencastre, em São Marcos, e incluem propostas para diferentes públicos e idades. Na sexta-feira, 26 de junho, o programa abre às 19h00 com Artes & Talentos, seguindo-se, às 21h00, a animação musical com DJ com músicas dos anos 70's 80's e 90's.

No sábado, 27 de junho, o dia arranca às 10h00 com um torneio de futsal, seguindo-se, às 19h00, a entrega dos Prémios ACD São Marcos. A noite continuará às 20h00 com o warm-up DJ, culminando, às 21h00, com o espetáculo Tributo Popular.

A iniciativa conta com o apoio da União das Freguesias de Cacém e São Marcos, da Câmara Municipal de Sintra e do Agrupamento de Escolas Dom João II, reforçando o espírito de parceria institucional em torno de um evento que pretende dinamizar a freguesia e proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio.

A ACD São Marcos convida toda a popula-

FESTA VERÃO SÃO MARCOS 2026

SEXTA 26 JUNHO
18H Abertura
21H DJ 70.80.90

DJ 70.80.90

Artes & Talentos

Tributo Popular

SABADO 27 JUN
10H Torneio Futsal
16H Prémio ACD
17h Artes e Talentos
17h AEROBIC Dance
Aula Aberta Elisabete Real

21H TRIBUTO POPULAR

MUITO MAIS QUE UM BRINHO

ACD São Marcos

ção a participar nesta festa, que celebra o associativismo, o talento local e a alegria de viver em comunidade.

Fonte: Associação Cultural e Desportiva São Marcos



Gerson Mendes, Catarina Nogueira, Bianca Leal, e Helena Paiva, alunos das escolas de teatro



fotos: ventura saraiva

Algueirão-Mem Martins volta a ser notícia com a Festa da Criança

Ventura Saraiva

O espaço da Bacia de Retenção da Água, do lado do Algueirão, junto à linha férrea, parece ser o espaço de eleição da Junta de Freguesia de Algueirão-Mem Martins para a realização de eventos. No sábado, dia 6, levou a efeito a “Festa da Criança” e revelou-se um sucesso de organização, e de participação das famílias, tornando o espaço num autêntico Parque de Diversões.

Centenas de crianças, com Encarregados de Educação, familiares, vizinhos, amigos marcaram presença logo pela manhã, assim que os portões abriram, e devido à afluência, ainda houve *tolerância de ponto* quanto à hora de encerramento.

O programa teve início pelas 10h00, e terminou já depois das 20h00, com uma afluência de público que foi paciente com as crianças que quiserem experimentar de tudo o que havia no recinto. Escalada, Rapel, Pinturas Faciais, Karting, Baloiços, Saltitões, e até vestir o equipamento dos bombeiros, numa actividade da corporação de Algueirão-Mem Martins, sempre presente nas iniciativas junto do público.

O período da tarde, mais convidativo ao passeio em família, foi de entusiasmo e energia dos mais pequenos. Em todas as propostas de animação, e divertimento, as longas filas de espera eram mais que muitas, nomeadamente na torre de Rapel, onde a descida de fazia em modo individual,



com todas as condições de segurança, levando algum tempo a sua preparação. Outra das actividades muito participadas, foi a Escalada, utilizando a parede da torre de Rapel. Também aqui, as



filas foram significativas, com os “papás” e famílias orgulhosos da destreza e coragem dos seus meninos. As várias arenas de diversão instaladas no parque, foram também muito procuradas, e também foi preciso paciência para aguardar a vez de entrar. Ao longo do recinto, elementos de várias escolas de Teatro, foram interagindo com as crianças, procurando envolvê-las no espírito da festa



“Gosto muito da festa, e das pinturas faciais. Também gostei dos palhaços (risos)

Miriam Silva, 8 anos, Tapada das Mercês

sia de Aqualva e Mira Sintra no Jardim da Anta, Freguesia de Rio de Mouro, no recinto da Feiras das Mercês, e Sociedade Recreativa de Vila Verde.

“Esta foi a 5.ª vez que desci em Rapel, e gosto muito de fazer. Se tenho medo? Agora nem tanto, na estreia talvez, mas já não me lembro bem. Adorei mais esta experiência”.

Xavier Filipe, 9 anos, Bairro de Ouressa

circense e/ou teatral, com números de malabarismo, criatividade, e acção colectiva. De destacar no concelho de Sintra, outras celebrações, com destaque para a União de Freguesias de Sintra, no Mercado da Várzea, Fregue-

“Estou impressionado com a organização, e o espaço que não conhecia. Parabéns à Junta de Freguesia pela iniciativa, até porque sendo num sábado, permite juntar as famílias, podendo circular sem problemas, numa visão perfeita”

Marco Esteves, Encarregado de Educação, Paiões.

PUB.

AESINTRA – ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL DE SINTRA

Somos a peça que a sua empresa precisa.

FORMAÇÃO | JURÍDICO | SEGURANÇA ALIMENTAR | SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO | CRIAÇÃO DO PRÓPRIO EMPREGO



www.aesintra.pt

SOCIEDADE



Participantes



Praia de Magoito – Duna Consolidada



Cascata de Magoito e Francisco Amaro, o organizador

Caminhada Bolembre “Trilhos da Praia”

Inserida nas **Caminhadas MTBA 2026-caminhadas pelas 4 aldeias**, a caminhada Bolembre “Trilhos da Praia” foi a segunda de quatro. As próximas estão previstas decorrer em 20 de setembro (Tojeira) e 5 de dezembro (Magoito – noturna). Estas iniciativas são de angariação de fundos para a marcha do MTBA-2026.

Na agradável manhã do feriado 4 de junho, o percurso de um pouco mais de 10 kms teve o seu início e término no Campo de Futebol do MTBA e foi concretizado por largas dezenas de participantes. O animado grupo e com vontade de caminhar percorreu



Participantes – Praia de Magoito

alguns bonitos, mas ‘exigentes’, trilhos (de subidas e des-

cidas) em direção à maravilhosa praia de Magoito,

tendo observado interessantes aspetos da natureza e do

património rural. Após as palavras iniciais de José Jorge, da Comissão da Marcha e de Francisco Amaro, da equipa que preparou esta caminhada, os participantes passaram, logo no início, pelo marco geodésico e pelo abrigo de passageiros de Bolembre. Depois encontraram um abrigo de trabalhador rural (ou de pastores?) e observaram variadíssima flora (alguma autóctone?). O aproximar da praia de Magoito, vindo de sul, depois de se passar pelo marco geodésico da Mata da Vigia, que desmoronou recentemente, proporcionou a observação da paisagem de ‘cortar a respiração’ perante

tanta beleza. E foi na praia, junto à foz da Ribeira da Mata, que se fez o registo fotográfico de grupo (com muitos dos participantes). No regresso, já com o cansaço a ‘marcar presença’, foi a cascata da Ribeira de Magoito que ‘roubou’ a atenção dos participantes.

E a próxima caminhada terá, com certeza, muitos dos participantes neste interessante (e exigente) percurso a se inscreverem, pois a paisagem e o património aqui existente são de ‘qualidade de topo’.

Henrique Martins, correspondente local



Abrigo Passageiros



Abrigo trabalhador rural



Vigia da Mata – situação actual



Marco Geodésico

750 mil euros para recuperar e estabilizar a orla costeira de Sintra

A Câmara Municipal de Sintra assinou o **contrato-programa no âmbito dos “Territórios Resilientes-Intervenções de restabelecimento das zonas ribeirinhas e costeiras”, garantindo um investimento de 750 mil euros para intervenções de recuperação, estabilização e mitigação de risco na orla costeira do concelho.**

Ao abrigo deste contrato-programa, firmado com o Fundo Ambiental e Agência Portuguesa do Ambiente, o Município Sintrense garante 750 mil euros, destinada à



execução de intervenções na orla costeira do concelho, com especial incidência nas

praias do Magoito e Grande, que sofreram danos significativos na sequência das in-

tempéries registadas no início de 2026.

Para Marco Almeida, presi-

dente da Câmara Municipal de Sintra, “estas intervenções assumem relevância estratégica no quadro da adaptação às alterações climáticas, da proteção do litoral, da salvaguarda do património natural e da qualificação dos espaços públicos costeiros, beneficiando diretamente Sintrenses, visitantes e as atividades económicas associadas à orla atlântica”.

As ações previstas visam reforçar a segurança de pessoas e bens, restabelecer condições de fruição pública, proteger os ecossistemas costei-

ros e aumentar a resiliência do território face à crescente frequência e intensidade de fenómenos meteorológicos extremos.

A operação enquadra-se na Resolução do Conselho de Ministros que autorizou o Fundo Ambiental a celebrar contratos-programa “Territórios Resilientes” para financiar intervenções de restabelecimento dos territórios ribeirinhos e das zonas costeiras afetadas por situações de cheia, inundação e danos no litoral.

Fonte: CMS

Campeonato Distrital de Juniores A (sub 19) II Divisão AFL — Final

Sintrense “B” conquista em Oeiras título de campeão

Ventura Saraiva

O Estádio Municipal de Oeiras foi o palco escolhido pela Associação de Futebol de Lisboa (AFL) para realizar o jogo para atribuição do título de campeão distrital de Juniores A (sub 19) da II Divisão, entre o Sintrense, Sad “B” (vencedor da Série I), e Cascais, Sad (Série 2).

O jogo realizou-se no feriado de quinta-feira, dia 4, e terminou com a vitória da equipa de Sintra, no desempate na marcação de pontapés da marca de 11 metros. Resultado final: 10-11!

Destaque para os dois guarda-redes, Rodrigo Catana, e Guilherme Félix que chamados à lista de marcadores não falhariam o alvo.

Muito público afecto às duas equipas encheu as bancadas do municipal de Oeiras-Estádio Mário Wilson, numa tarde de sol, por vezes ventosa, mas que não retirou o entusiasmo dentro das quatro linhas, e também das claques que se foram manifestando ao longo de mais de duas horas, entre o tempo regulamentar, prolongamento, e penaltis. Venceu o Sintrense, mercê da eficácia dos seus jogadores

que não vacilaram na hora do remate, concluindo com sucesso as duas séries de cinco remates. Quanto ao jogo, o Sintrense entrou forte e marcou cedo, aos 7 minutos, pelo *suspeito do costume*, Rafael Branquinho, que com o golo ficou no topo dos melhores marcadores do campeonato. Agitaram-se as hostes afectas ao emblema de Sintra que com a vantagem foram acreditando que até podiam aumentar o score, e assim fazer

a festa ao longo do jogo. Só que do outro lado, estava uma equipa que também queria levar o troféu, e um treinador que curiosamente já tinha passado pelo Sintrense (Cristiano Vicente) e até foi feliz em cima do intervalo. Trocou de médios, saindo Duarte Gonçalves, e entrou António Valido. E o que seria uma substituição táctica antes do intervalo, acabou por ter influência no golo do empate conseguido por José Palmares, no minuto de desconto dado pelo árbitro, João Cabral.

O segundo tempo ficou marcado pelas muitas substituições de ambos os lados, com os treinadores à procura das melhores soluções para ganhar o jogo. O prolongamento tornou-se inevitável, sem alterações no marcador. O final complicou-se para as duas equipas com a expulsão de Mateus Morais (GDSC), e Miguel Garcia (SUS), nomeadamente para a marcação dos penaltis. No desempate, o Sintrense “B” seria mais eficaz, com 10 remates certos, vencendo o troféu e sagrando-se campeão distrital da II Divisão, 2025-26.



Festa no final com o troféu conquistado

fotos: cortesia - afl

Ficha do jogo:

Estádio Municipal de Oeiras Mário Wilson
Árbitro: João Cabral, auxiliado por Telmo Batista, e Diogo Santos. 4.º Árbitro: Miguel Cabral
Ao intervalo: 1-1. Final: 9-10 (desempate por penaltis)
Marcadores: Rafael Branquinho (7') SUS; José Palmares (45+1') GDS Cascais.

más Machado, Alex Morosan, António Valido (Cascais, Sad).
Santiago Alves, Samuel Nunes, Francisco Batista, Pedro Barros, Guilherme Félix, Gabriel Dias, Rúben Manuel, Rafael Caçador, Diogo Delgado, e André Ferreira (Sintrense “B”).
Equipas:
GDS Cascais, Sad: Rodrigo

65’), Diogo Cerqueira (Miguel Garcia, 90’), Frederico Alves, Duarte Gonçalves, David Nunes (Abdul Enbaló, 80’), Bernardo Rodrigues, e João Costa.
Treinador: Cristiano Vicente. Adjunto: Frederico Santos. Delegados: Frederico Luís, e Rui Fonseca.
Fisioterapeuta: João Pedro Queiróz.

SU Sintrense “B”: Guilherme Félix; Simão Sénica, Pedro Barros, Ruben Manuel (Diogo Delgado, 90’), Mohamed Fati (André Ferreira, 90’), Rodrigo Borges (Mateus Morais, 68’), Santiago Alves, Rafael Branquinho (Francisco Batista, 90’), Diogo Silva (Rafael Caçador, 68’), Martim Simões (Gabriel Dias, 57’), e Samuel Nunes.

No banco: Afonso Paulinho (gr)
Treinador: Mário Dinis. Adjunto: Bruno dos Santos
Delegados: Tiago Zegre, e Diogo Barbosa.
Fisioterapeuta: Catarina Alves.



GDS Cascais, finalista vencido



Equipa de arbitragem liderada por João Cabral

Penaltis: Rodrigo Catana, João Costa, Francisco Veloso, Christian Stromme, Abdul Embaló, Frederico Alves, To-

Catana; Tomás Lota (Tomás Machado, 65’), José Palmares, Alex Morosan, Afonso Gonçalves (Simão André,

Campeonato Distrital da III Divisão AFL — Sub 15 (Iniciados) — 13.ª Jornada

GD Rio de Mouro (RRM) garante título de campeão

Ao derrotar o GD Olivais e Moscavide por 3-2, na penúltima jornada do Apuramento do Campeão, jogo realizado no feriado do dia 4 (4.ª feira), a equipa do GD Rio de Mouro, Rinchoa e Mercês (RRM) garantiu matematicamente o título de campeão, a uma jornada do final da prova. Rodrigo Moniz (2’), Guilherme Silva (26’), e Hermes Capitão (32’), marcaram os golos para a equipa da Linha de Sintra.

Tomás Condeças, aos 22’ e 36 minutos marcou para o conjunto visitante. No domingo, dia 7, fecharam-se as contas da prova, com o GD Rio de Mouro (RRM) a empatar (1-1) no terreno do Torreense B”. Acompanham o emblema de Rio de Mouro na subida de divisão, o FC O Despertar de Casal de Cambra, Associação Footvolution (Lisboa), CMF Janitas (Torres Vedras), e GD Vialonga.

Ventura Saraiva

Clube de Futebol “Os Montelavarenses”, época 2026-27

Dário Morais anunciado como treinador dos Seniores

Após duas épocas ao comando do SU Sintrense “B”, na 3.ª Divisão AFL, Dário Morais assume um novo desafio em 2026-27 ao comando do Clube de Futebol “Os Montelavarenses”, substituindo Fábio Santos que deixou o emblema de Montelavar para outros projectos.

Enquanto treinador, Dário Morais de 44 anos de idade começou no Sporting de Lourel, em 2013, passou para o Sintrense, nos dois casos

com os Juniores C (Iniciados). Em 2019, regressou a Lourel, como Adjunto dos Seniores, e nas duas épocas seguintes orientou os Juniores A. Em 2024, fez o final da época no CA Pêro Pinheiro, com 5 jogos e 4 vitórias.



VS

DESPORTO

Desporto Fora da Caixa (6) — Histórias de vida e superação

Anabela Codêço Ferreira – A leoa que vestiu de vermelho, mas encontrou no azul a sua pista

Ventura Saraiva

Conciliar a exigência da carreira profissional e familiar, com o desporto amador e resultados de sucesso, é uma tarefa que só os mais persistentes e audazes conseguem.

Anabela Còdeço Ferreira nasceu no ano de 1970, e é do Signo Sagitário. Nasceu na Maternidade Dr. Alfredo da Costa, em Lisboa, mas é sintrense do Algueirão, onde viveu os tempos de infância.

Começou a trabalhar aos 18 anos de idade, ainda antes de concluir o 12.º Ano, e seguiu os estudos, no Ensino Técnico Profissional na área da Contabilidade e Gestão.

Descobriu o atletismo já depois dos 40 anos por influência da amiga Íris Maurício, e estreou-se em 2014 no Centenário da BA I, em Sintra, com um pódio absoluto (3.º lugar).

Passou pela equipa da Casa Benfica em Algueirão, e Varitintas, e em 2019, passou a representar “Os Belenenses”. Em 2020, fez a sua primeira internacionalização Master por Portugal, sagrando-se campeã da Europa nos 10.000 metros- Equipas, no EMACNS. No plano interno, já se perde a conta de pódios, e títulos regionais e nacionais, com maior visibilidade no emblema de Belém, sendo ainda recordista nacional na Estafeta 4x100, 4x200 e 4x400m pela Seleção Nacional Master.

Adepta do Sporting, e apesar de leoa, vestiu de vermelho, e passou para o azul, porque adoptou como forma de estar “gosto muito é de viver . . .”



DAnabela Còdeço Ferreira iniciou o percurso escolar na Escola Básica do Algueirão Velho, passou pela EB Visconde de Jorumenha, Mira Sintra, e Secundária Gama Barros, no Cacém.

Seguiu para o Ensino Profissional, concluindo o Curso de Contabilidade Aplicada, e Fiscalidade no IATA, em Lisboa.

O seu primeiro emprego, aos 18 anos de idade foi na empresa de estudos de Mercado, a EUROTESTE, onde esteve de 1987, até 2000, na função de “Transcritora”.

Seguiu-se uma nova etapa profissional, esta na área do Curso de Contabilidade e Fiscalidade, com admissão na empresa NRV Norvia, Consultores de Engenharia, SA, onde se mantém, decorridos 26 anos.

Actualmente, reside na localidade de Raposeiras, na freguesia de Algueirão-Mem Martins, paredes-meias, com



Uma brincadeira no futebol seria a ponte para o atletismo

a de Pêro Pinheiro.

Sonhar com o baptismo de voo na BA I, e sair de medalha ao peito

A corrida apareceu na vida de Anabela Ferreira já depois dos 40 anos de idade. “Numa ocasião, em 2014, convidaram-me para integrar uma equipa de futebol feminino no Magoito – o MTBA –, para

angariar fundos para as Marchas Populares, e aceitei. Uma amiga, a Íris Maurício desafiou-me logo após o jogo para começar a treinar atletismo com o grupo existente na aldeia, e entusiasmada lá fui eu com elas. Entretanto surgiu a Corrida Centenário da BA I (Novembro 2014) e como sorteavam um baptismo de voo, decidi inscrever-me, para num golpe de sorte, sair em sorteio. Para isso tinha que correr os 10 km, e no final, fui chamada ao pódio, porque tinha sido a 3.ª da Geral feminina”. Não ganhei o voo, mas voei para outros”, recorda Anabela.

Casa Benfica em Algueirão -MM, Varitintas e “Os Belenenses”

Com a primeira medalha conquistada, Anabela Ferreira integrou a equipa da Casa Benfica em Algueirão-MM, a convite do José Costa que lhe deu “as primeiras luzes” do



Representar Portugal um sonho concretizado

treino específico. “Eu sou muito leoa (Sporting), e vestir

de encarnado, não foi muito do meu agrado (risos), mas

aceitei. Comecei a fazer o Torneio Sintra a Correr, em 2015, e a subir constantemente ao pódio do meu escalão (F45). Fiz também umas provas pela equipa da Varitintas, até que senti que o “meu atletismo” passava pelas provas de pista, e conseguir representar Portugal em competições internacional” confessa com o tal brilhozinho nos olhos. “Fui para “Os Belenenses” em 2019, e em 5 anos, já realizei muitos dos meus sonhos no atletismo, com o foco nas provas de pista. Fora dela, continuo a ser a Mulher profissional, mãe, e já avó”.

Fala quem sabe...

“Há pessoas que marcam a nossa vida pela sua força, pela sua coragem e pela forma como nunca desistem perante os desafios. A Anabela é exatamente uma dessas pessoas. A sua determinação inspira todos os que têm o privilégio de a conhecer, mostrando que, com dedicação, disciplina e coração, é possível ultrapassar qualquer obstáculo.

Mas a sua grandeza vai muito além das conquistas e dos quilómetros percorridos. É também aquele ombro amigo sempre disponível, aquela irmã de coração que está sempre presente. Quem tem a sorte de fazer parte da sua vida sabe que ela defende os seus como ninguém. Já nos conhecemos há vários anos, desde o ginásio, e tem sido um privilégio acompanhar as suas conquistas.

Só ela poderia ter a ousadia de ser a minha *madrinha* das corridas, a pessoa que despertou, e alimentou este *bichinho*, mostrando-me que cada passo é uma conquista, e que os limites existem para serem superados.

A sua força, faz dela uma mulher extraordinária. Obrigada por seres quem és, Anabela, e por continuares a inspirar-me, dentro e fora das corridas”.

Sónia Ferreira, atleta da equipa Casa Benfica em Algueirão-Mem Martins

“Conheci a Anabela Ferreira em 2019 quando ela ingressou no nosso clube, Clube Futebol “Os Belenenses”. Rapidamente me apercebi da sua garra e vontade de vencer no atletismo, uma atleta focada, resiliente, e determinada nos seus objectivos.

Por isso tem vindo a construir o seu caminho no atletismo nacional com vários títulos nacionais e regionais e representação por Portugal nos recentes mundiais na Madeira. Para além de todos os sucessos que consegue alcançar, a Anabela destaca-se também pela pessoa que é, e pela sua amizade, sempre lá a gritar por todos os seus colegas de equipa para que esses também atinjam os seus objectivos, facto que eu lhe agradeço sempre as suas palavra para comigo o seu incentivo nas provas.

Como amigo, posso afirmar que todo o sucesso que ela tem conquistado se deve à sua inabalável determinação em querer sempre mais. Que continues sempre assim, sorte e sucesso no Atletismo, que ainda está muito no seu início.

Força amiga!”

Nuno Queija, Farmacêutico, e atleta de referência no CF “Os Belenenses”



Contabilidade de Fiscalidade, uma profissão exigente

Estágio de Formação Técnica da Academia de Judo Filipa Cavalleri (2.ª Edição)

“A coragem é a palavra-chave para a vida”

Ventura Saraiva

A Academia de Judo Filipa Cavalleri com Sede nas instalações do Janas Futebol Clube (Sintra) promoveu no dia 16 de Maio, mais um estágio de judo destinado aos jovens das várias escolas, sendo convidada a internacional e Mestre Andreia Cavalleri para uma palestra enquanto atleta de Alta Competição.

O diálogo com os cerca de 70 jovens foi subordinado ao tema “Entre derrotas e vitórias, a força de uma campeã”.

Um dos momentos do evento foi a homenagem a cinco judocas da Academia que no recente Campeonato Nacional de Juvenis (ASN) conquistaram 2 medalhas (Prata e Bronze) e três 5.ºs lugares.

“A coragem é a palavra-chave para a vida”, foi a mensagem que Andreia Cavalleri deixou aos promissores alunos de judo que participaram no estágio.

Depois do internacional João Pina, no Estágio de 2025, este ano na 2.ª Edição, foi a vez da Mestre Andreia Cavalleri partilhar o seu testemunho enquanto atleta da Alta Competição, e todo o processo de etapas desde a Formação até às competições internacionais.

Foi Medalha de Bronze, no Campeonato da Europa de 1993, e mais recentemente quando regressou à competição depois de um interregno de Dez anos, sagrou-se Campeão da Europa e do Mundo, em 2019 no sector de Veteranos (-63 kg).

Enquanto Juvenil foi tetra

campeã nacional, conquistando 19 títulos nacionais na sua carreira de judoca, sendo internacional, e pré-olímpica. Foi um encontro marcado por muitas aprendizagens, partilha, convívio e espírito de equipa. Muitas perguntas, e muitas outras que ficaram por fazer, porque a tarde também era de trabalho, com os treinadores liderados pelo Mestre Carlos Ramos. No final houve distribuição de autógrafos, momentos que ficarão certamente na memória de todos.

“Entre derrotas e vitórias, a força de uma campeã”

Andreia Cavalleri partilhou o



Andreia Cavalleri distinguida com troféu pela sua participação no Estágio

fotos: ventura saraiva

seu inspirador percurso de judoca numa palestra cheia de valores, dedicação e paixão pelo judo. A primeira internacionalização foi na Bélgica nos Jogos da Juventude

para atletas do escalão de Juvenis.

“Sempre fui uma miúda muito introvertida, e não gosto muito de falar em público”, começou por sublinhar perante a plateia.

E com algum nervosismo inicial, foi-se libertando à medida que iam surgindo as perguntas, “comecei a praticar judo na Escola de Colares (Sarrazola), e mais tarde, como se tornou pequena para evoluir, fui para o Algés e Dafundo porque senti que precisava de dar o salto em termos de carreira desportiva. Só que cheguei lá e ganhava aos rapazes o que os deixava desconfortáveis (risos). Logo, aí, os rapazes para serem melhores que eu, tinham que treinar mais. E isto há muitos anos atrás fazia toda a diferença.

Presentemente as coisas são



2.º Estágio de Formação Técnica juntou 70 alunos de várias escolas

diferentes e ainda bem. Os meninos e meninas têm a possibilidade de treinarem juntos, e serem tão fortes como os rapazes. A coragem, é a palavra-chave para a Vida em todas as ocasiões” um lema dirigido aos 70 alunos que entenderam a mensagem da Mestre Andreia Cavalleri, ladeada pelas irmãs, Inês, e Filipa.

Cinco medalhas no Campeonato Nacional de Juvenis

Antes do início do Estágio foram homenageadas cinco judocas da Academia que recentemente se evidenciaram no Campeonato Nacional de Juvenis realizado no Complexo Desportivo de Rio Maior nos dias 9 e 10 de Maio, sob orientação dos Mestres Carlos Ramos, e

Afonso Matos. Também a Mestre Andreia Cavalleri foi alvo de uma distinção ao ser-lhe oferecido um troféu pela sua presença, e testemunho de carreira desportiva.

As judocas distinguidas foram: Bianca Lopes, Madalena Quintal, Matilde Baleia, Gabriela Soares, e Maria Linares.

De registar a presença dos representantes da Câmara Municipal de Sintra, Paula Serra, e Nuno Pinheiro, e da União de Freguesias de Sintra, Vítor Macias, Vogal do Desporto. O Janas FC fez-se representar pelo presidente da Direcção Fernando Pereira.

Foi ainda dirigida uma palavra de apreço e gratidão à família Alina e Andrei Moiscuc por todo o apoio e dedicação à Academia de Judo Filipa Cavalleri.



Equipa de Juvenis que foi alvo de homenagem com os Mestres Carlos Ramos e Filipa Cavalleri

PUBLICIDADE

COLOUR INVASION
DESIGN
DEVELOPMENT
DIGITAL STRATEGY



IDENTIDADE VISUAL
LOGÓTIPO E ESTACIONÁRIO



WEB MARKETING
VISIBILIDADE ONLINE
GESTÃO DE FACEBOOK



WEBSITE
CORPORATIVO OU LOJA ONLINE



GESTÃO E MANUTENÇÃO
DO WEBSITE

www.colourinvasion.pt
www.facebook.com/ColourInvasion

colourinvasion@colourinvasion.pt
Tel. 214 201 612 | 964 386 873

QUAL
É A SUA
COR?

CULTURA

EXPOSIÇÕES

Sintra – “Ponto de Inflexão”, exposição dedicada à Coleção J. Eduardo Lima Cascada
Quando: até 14 de junho
Onde: MU.SA – Museu das Artes de Sintra

Sintra – DOR – Degrees of Resilience, José van Zeller
Quando: até 14 de junho
Onde: Galeria Municipal – MU.SA - Museu das Artes de Sintra

Sintra – Febre, Nadya Ismail
Quando: até 14 de junho
Onde: Sala Polivalente – MU.SA - Museu das Artes de Sintra

Ribeira de Sintra – “Rever-decer”, exposição da artista e artesã alemã Milena Kalte,
Quando: até 3 agosto
Onde: Museu da Água e Resíduos (MAR)

Acontece Camões de Paulo Filipe Monteiro com Lídia Franco com convidados
Quando: 10 junho, 16h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros, Centro Cultural Olga Cadaval

Sintra – Conservatório Música e teatro/Sons e Compassos
Quando: 11 junho, às 18h00 e às 19h15
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Peter Pan | Uma história diferente, BY furcação Teatro
Quando: 4 julho, 16h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

MÚSICA

Sintra – Orquestras Escolares de Sintra | Tiago Bettencourt
Quando: 28 junho, 16h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Sétima Legião – Sextas do Rock
Quando: 3 julho, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Rui Veloso Trio

Quando: 24 julho, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

DANÇA

Sintra – Os Dias da Idade | Espetáculo “RODOPIOS”
Quando: 24 junho, 14h30
Onde: Auditório Acácio Barreiros, Centro Cultural Olga Cadaval



60.ª edição do Festival de Sintra

Decorre de 11 a 21 de junho em vários locais emblemáticos do concelho. Programa completo em festivaldesintra.pt

Danças com História na Quinta da Ribafria

Pela Associação Danças com História – 14 JUN | 11h00

Gentes de Sintra, assim fidalgos como plebeus. Sabei que no ano do Senhor de 2024, nesta mui nobre, mui antiga e mui afamada Quinta de Ribafria, que noutro tempo pertenceu a outrossim nobre, famosa e antiga família do mesmo nome, que Ribafria se chamava...

É com este apelo, que Danças com História começará as suas apresentações na Quinta de Ribafria.

As três representações artísticas da ADCH giram em torno de três épocas determinantes da História da família Ribafria e da sua Quinta, através de breves narrativas de um arauto, de música e danças de época, assistimos à reconstituição de uma era e de uma linhagem que forjou a



História de Sintra e a História de Portugal. Uma evocação histórica onde a dança, a música e a memória se interligam. Além dos bailarinos contará com a fala de um Arauto aludindo a acontecimentos e personagens marcantes da história.

A apresentação de junho será dedicada ao século XVI data

da ascensão da família, nobilitação e construção da Quinta, tempo em que Gaspar Gonçalves foi Porteiro da Câmara real d’el-rei D. Manuel I.

Acesso gratuito. Próximas datas: 12 JUL, 30 AGO, 20 SET e 11 OUT 2026

Fonte: Cultursintra

TEATRO

Sintra – Acontece Camões,

Parceria Jornal de Sintra e Teatro Politeama de Filipe La Féria

Atribuição de bilhetes aos assinantes com pagamento em dia. Peça no Jornal de Sintra o seu voucher para duas pessoas e reserve a sua presença directamente no teatro. Entregas limitadas. Apoie o Jornal de Sintra com a sua assinatura e receba bilhetes gratuitos.

PUB. JORNAL DE SINTRA

TEATRO POLITEAMA
SAMBA! RITMO! ALEGRIA!
Habilite-se a ganhar uma viagem de 1 semana ao Rio de Janeiro num Hotel 5 estrelas com a **OASIS** (viaje)

La Féria APRESENTA

Carmen Miranda
O Grande Musical

De Quarta a Sábado às 21h e Sábado e Domingo às 17h
Reservas: 213 405 700 - 964 409 036 - politeama.bol.pt
(Chamada para rede fixa nacional - Chamada para rede móvel nacional)

Quinta da Ribafria/ Dia 20, sábado, 17h

SintraAmbiente’26 – UniVersus Ensemble

O UniVersus Ensemble apresenta um concerto que cruza música, palavra e movimento, inspirado nas obras literária e musical de José Manuel Freire. Com influências que vão do clássico ao jazz, o grupo cria paisagens sonoras que convidam à introspeção e à celebração do carácter sagrado da vida.

Neste espetáculo, que integra o SintraAmbiente’26, serão também explorados temas do livro Mistérios do Som e da Música (2026), num ambiente artístico que une voz, instrumentos e dança para proporcionar ao público uma experiência sensorial profunda e envolvente.

Carol Ramalho, voz
Luís Martins, saxofones
Rita Bandeira, violino
Luís Sá Pessoa, violoncelo
Sebastian Scheriff, percussões
José Freire, teclas
Mónica Roncon, bailarina
Duração: 60 minutos aprox.
Recomendado a M/6
Programa:
Magisterium
Spiritus
Golden key
Despertares
Dança dos iluminados
Reflexos do real



Flor de lótus
Quietude
Memórias
(En)canto
Vir virtutis
Persona
Enigma
Fronteira

Fonte: Cultursintra

MASMO – Museu Arqueológico São Miguel de Odrinhas / Dia 13, 16h30

“O Menino do Lapedo”

Pelos Valdevinos Teatro de Marionetas

Este espetáculo é uma adaptação do livro “O Menino do Lapedo” autoria de Mafalda Brito e ilustrações de Rui Pedro Lourenço, inspirado na descoberta do fóssil do esqueleto de uma criança encontrado em 1998 no Abrigo do Lagar Velho do Vale do Lapedo em Leiria com 24500 anos. O esqueleto foi classificado em 2021 como bem de interesse nacional, sendo-lhes atribuída a designação de tesouro nacional.



Era uma vez um vale. Um vale cheio de memórias dos nossos antepassados! Um dia, os arqueólogos descobriram um esqueleto de

uma criança. O que a torna tão especial? É a época em que nasceu? É a sua fisionomia? Como viviam as pessoas na Pré-História? A história que vos vamos contar é uma história da pré-história... A história do Menino do Lapedo.

Classificação: M/6
Duração: 35 minutos

Fonte: Cultursintra

TELEVISÃO

Lições de matemática avançada ou a teoria formal dos números

Deixem-me voltar a perguntar-vos uma coisa que já aqui formulei no dia 24 de Abril, há mês e meio: já se viu foto ou sabe-se o nome do piloto abatido no Irão e “extraído”, como os militares dizem, por uma quantidade nunca vista de homens e meios? Tanto quanto percebi, ainda não: deve estar muito combatido — ou Trump já o teria mostrado... — ou, mais certo ainda, esse foi um episódio que nunca aconteceu. E, caso esteja enganado ou apenas a ser maledicente, como é minha característica de Escorpião, espero que o moço (ou moça, que as mulheres são tão boas como os homens e, nalgumas coisas, bem melhores) se encontre de saúde e a recuperar. Mas continuo a inclinar-me para uma película rodada em trumpicolor...



Bernardo Brito e Cunha

Aconteceu de tudo, nos comentários referentes à greve geral de há uma semana, o que é um clássico: uma mobilização incrível, ou uma coisa sem significado, uma adesão maciça, contra números insignificantes. Quase no final da tarde, na CNN Portugal, Isaura Quevedo, decidiu convidar o senhor Gustavo Paulo Duarte, que é Presidente da Confederação do Comércio e Serviços de Portugal e que acumula com o cargo de CEO do Grupo Paulo Duarte, e perguntar-lhe o que achava da greve a protestar contra a reforma laboral. E o senhor Gustavo Paulo Duarte, que é Presidente e CEO, respondeu assim: “Se perguntar às pessoas minhas amigas, com quem falo ou com quem me cruzo, que me digam três medidas da reforma, ninguém me sabe dizer.” Talvez porque o senhor Gustavo Paulo Duarte tenha amigos, e fale, e se cruze somente com pessoas a quem sobra tempo para os filhos e dinheiro no fim de cada mês. É alargar o leque, Gustavo!

O primeiro comentário semanal de Mário Centeno deixou-me tão bem impressionado, que voltei na semana seguinte para ver *O Trigo do Joio*. E Centeno, ao contrário da ideia que tinha dele enquanto foi ministro, é de uma clareza de raciocínio notável, explica-se muito bem e tem um riso de miúdo, desarmante.

Centeno começou por fazer um avaliação histórica do que se passou quando ainda era ministro das Finanças, e pegou na linguagem do *Preço Certo*, histórico programa da RTP apresentado por Fernando Mendes, para dizer a quem o ouvia (mas com destinatários óbvios nas pessoas de Montenegro e Morais Sarmiento) que “o passado recente, que ditou as contas certas, merece ser revisitado. Nesses anos, havia orçamentos, previsões e execução. Já havia *Preço Certo*, e chegariam, entretanto, as contas certas”.

Referindo-se já ao período com o governo da AD, e olhando para o exercício de 2025, “o jogo do *Preço Certo* da despesa pública corrente acabou em seis a um a favor do Banco de Portugal”, no que tocou a previsões de evolução da despesa. E foi aqui que o economista centrou as suas críticas, falando mesmo na “montra de despesa permanente”, ao estilo do apresentador do *Preço Certo*, a quem pediu mesmo, emprestada, a sua frase-marca: “Espectáculo!”.

Econtinuou: “Aquilo que o Executivo controla, a despesa — e dentro desta o investimento — é que tem de ser avaliado quando se discutem estimativas e previsões”, defendeu Centeno. E aqui, segundo as contas avançadas pelo próprio, “o Banco de Portugal acertou muito mais do que o Governo. Em oito segmentos da despesa [despesa corrente mais seis subitens e despesa de capital], apenas num, o dos subsídios, o Ministério das Finanças ficou mais próximo da realidade do que o estimado pelo Banco de Portugal.”

Tudo isto explicado como se fôssemos crianças de quatro anos, de forma simples, com gráficos: com clareza para que todos entendam. Razão por que espero que Luís Montenegro e Morais Sarmiento não percam, como eu, o comentário de Centeno. Que, com surpresa, vi reproduzido (e melhorado) no jornal *Público* do dia seguinte, terça-feira.

Não sei se foi ocasional ou se será uma constante, mas era bom que se tornasse um hábito, por diversas razões: pode não dar jeito ver em directo (nem na box), por terem ficado dúvidas neste ou naquele ponto (embora Centeno seja de uma clareza notável) ou, simplesmente, para rever (reler?) com calma esta ou aquela passagem. E, mais importante ainda, para que Luís Montenegro e Morais Sarmiento não tenham justificação: porque o desconhecimento da lei não é desculpa — e os comentários de Mário Centeno deviam ter força de Lei.

Cito duas frases de Centeno: «Quando, sem dinheiro para pagar as contas, se exclama que “não foi um problema de despesa, a receita é que caiu”. Olarilólé, olarilólé. Gerir assim sabe tão bem!»

E ainda: «Em economia, os preços guiam-nos, os erros perseguem-nos. É por isso que termos o preço certo é um “espetáculo”!»

Maria Lúcia Amaral, ex-ministra da Administração Interna, justificou a sua demissão com a perda de autoridade, reconhecendo que lhe “escaparam” os incêndios no Verão e a tempestade que atingiu o país no início do ano. Acrescentou ainda que não tinha “conhecimentos nem meios”: é a primeira vez que escuto um ministro fazer uma confissão assim. Registo.

(Esta crónica, por desejo expresso do seu autor, não respeita o novo Acordo Ortográfico.)

ALMANAQUE

TELEF. URGÊNCIAS

Urgência	112
Centro de Saúde de Sintra	21 924 77 70
Hospital Amadora/Sintra	21 434 82 00
G.N.R. (Sintra)	21 325 26 20
PSP	21 765 42 42
Polícia Municipal	21 910 72 10
SMAS	800 204 781
E.D.P	805 506 506
Turismo - Est. de Sintra	21 924 16 23
Câmara Municipal de Sintra	21 923 85 00
Centro Regional Seg. Social	808 266 266
Tribunal Judicial de Sintra	21 910 48 00
Protecção Civil de Sintra	800 211 113

Bombeiros Voluntários

Aguilva-Cacém	21 914 00 45
Algueirão-M. Martins	21 922 85 00
Almoçageme	21 928 81 71
Belas	21 431 17 15
Colares	21 929 00 27
Montelavar	21 927 10 90
Queluz	21 434 69 90
São Pedro de Sintra	21 924 96 00
Sintra	21 923 62 00

Espaço Cidadão de Sintra

Edifício Municipal da Portela
Praça D. Afonso Henriques, n.º 1 R/C, Portela de Sintra, 2710-590 Sintra
Tel.: 21 923 85 50 - Fax: 21 923 85 51
Linha Azul: 21 924 16 86
Email: datm.sats@cm-sintra.pt
Horário: 2ª a 6ª feira das 9h00 às 16h30 (aberto à hora do almoço) *
* Em situações de grande afluência de público, poderá verificar-se o encerramento antecipado do acesso às senhas.

FARMÁCIAS SERVIÇO PERMANENTE

Farmácia Cristina

Avenida Vitorino Nemésio, 14-A
Algueirão-Mem Martins
Telef. 219214820

Farmácia Mem Martins

Rua António Feijó, 109 A
Algueirão-Mem Martins
Telef. 214027347

Farmácia Azeredo

Urbanização Quinta do Mirante,
LOTE 47, Queluz
Telef. 214350879

Farmácia Sintra ICI9

Rua Francisco Lyon de Castro, 27
Algueirão-Mem Martins
Telef. 219105223

FEIRAS

Feira de Almoçageme (Freguesia de Colares)

3.º Domingo de cada mês

Feira de Levante de Aguilva

Todas as quartas-feiras

Feira de Monte Abraão

Todos os Sábados

Feira de S. João das Lampas

1.º Domingo de cada mês

Feira de S. Pedro de Penaferrim

2.º e 4.º Domingos de cada mês

Feira da Terrugem

3.º e 5.º Domingo de cada mês

Mercado de Montelavar

2.ª a 6.ª de cada mês. Todos Sábados.

Mercado da Tapada das Mercês

Todos os Sábados

ANIVERSÁRIOS

Os assinantes são parte importante nesta e em qualquer publicação periódica. Desde sempre, vêm assumindo não só a expressão de apoiantes como de fiéis leitores, a quem, naturalmente, estamos gratos.

Por ocasião de mais um aniversário natalício e porque as relações de cooperação têm base afectiva, o JS apresenta, aos assinantes abaixo mencionados, sinceros parabéns e solicita a sua actualização.



Sexta-feira, 12 de Junho — Josefina de Almeida Tavares de Carvalho, Maria Madalena Sequeira de Sousa Inácio, de Vila Verde, Vitorina Antónia Ramos Carolo, Alzira Mendes Cravo dos Santos Moniz, Alexandrina Rosa Cavalheiro Albano, de Montelavar, Eva Maria Julião Vinagre Pedrosa, de Morelena, Maria de Lurdes Sadio Garcia, de Vila Verde; Adelino da Silva Rodrigues, do Algueirão, Joaquim Carlos Martins Ferreira, de Sintra, Gastão José Trigos Jordão de Oliveira, José Jorge Rodrigues, de Zurique-Suíça, Rogério dos Santos Rodrigues, das Lameiras.

Sábado, 13 — Maria Helena Pardal Monteiro, de Pero Pinheiro, Fernanda Fonseca Figueira, Guilhermina Regueira Nunes, Maria de Lourdes Duarte Torres, do Algueirão, Maria Antonieta Paixão dos Santos de Carvalho, do Algueirão, Maria Antónia Alexandre Duarte, de Odrinhas, Vitorina Ramos Pinto; Mário João Teodoro Nabais, de Montelavar, António Francisco de Figueiredo, João de Sousa Leitão, das Lameiras, João António Jesus Teixeira, Carlos Manuel Ferreira dos Santos, de Montelavar, António Augusto Matias da Silva, de Campo Raso, João Pais Lopes, António Maceira Clemente, de Arneiro dos Marinheiros, Bernardo António Badajoz Grilo, José Rodrigues, Mário João Casmarrinha.

Domingo, 14 — Ana Catarina Garrau Leitão dos Santos, de Praia das Maças, Maria Leontina Guimarães Raio, da Várzea de Sintra, Ana Isabel Garcia Sarmiento, Amélia de Jesus Magalhães, de Cabra Figa, Maria Elizabeth Bento Ferreira, Laura Simões, do Algueirão; Abel Casinhas, de Montelavar, António Manuel Pedro Caetano, do Mucifal, Gilberto Rui da Silva Lourenço, de Lourel, Guilherme Jacinto Ferreira Simões, da Várzea de Sintra, João da Costa Faria, de Galamares, major aviador António Joaquim Viana Tomé, de Alhandra, João Carlos Pires da Silva, Vila Verde, João António Macedo Cravo.

Segunda-feira, 15 — Maria Adelaide Sequeira, Hortense Emília Jorge Duarte, de Anços, Maria Teresa Silvestre Gonçalves; Matias José Casinhas, Carlos Manuel Jorge Baptista, de Pero Pinheiro, António Marques Matos Cordeiro, do Algueirão, Justino Gaspar dos Santos, de Lourel, Eugénio António Saraiva Martinho, de Nafarros, Luís Miguel Amaro Nabais.

Terça-feira, 16 — Helena Maria Sebastião Pena, de Vale de Lobos, Ivone Maria Passos de Mesquita Mântua, Elisa Pardal Monteiro, de Pero Pinheiro, Maria Fernanda Mota Regala Lúcio, Maria Susete Rodrigues Tomé, Henrique Alfredo Gomes, Jorge Campelo, João António da Silva, de Albarraque, Carlos Dias Filipe, de Camarões, Fernando Cláudio Oriol Pena, Joaquim Manuel Frutuoso Correia, de Cabriz, maior eng.º Luís Eugénio Batáglia Fábão, de Lisboa, José Fernandes Gomes, Rogério Silvestre Pedrosa, Diogo Pardal da Silva Gonçalves, de Almargem do Bispo.

Quarta-feira, 17 — Teresa Miranda da Fonseca Salgueiro Verdasca, de Pero Pinheiro, Inês Capitolina Simões, de Pero Pinheiro, Maria Vitória Jacinta, de Vila Verde, Helena Maria de Castro Matias, de Nafarros, Francisca Rosa Villa Cisneros da Cruz, da Amadora, Alice Maria Barreiros da Costa Rodrigues, do Canadá; João Antunes Silvestre, de Morelena, Firmino António Nunes Carriço, de Pero Pinheiro, José Vaz, do Lavradio, Paulo Alexandre Duarte Dias, do Linhó, Luís Matos dos Santos.

Quinta-feira, 18 — Suzete Tavares Mendes Valério das Neves, Guilhermina Parracho, Maria Marcelina Trindade Fonseca, de Pero Pinheiro, Paula Sofia Neves Gomes, Júlia Maria Luísa, da Codiceira; Mário João Costa Fernandes, da Ribeira de Sintra, José Carlos Neves Jordão, Francisco Maria Ferreira de Almeida Garrett, António Luís Ferreira Almeida Garrett, João Bernardino Dias, de Almoçageme, Rui Jorge Carvalho Pires, de Olivais-Sul, António Gabriel, Luís Miguel Simões Alves, de Sintra.

Sexta-feira, 19 — Marta Isabel Silvério Maneira, de Morelena, Joaquina Eduarda Fernandes de Figueiredo, de Pero Pinheiro, Almerinda da Luz Couto, do Mucifal, Maria de Jesus Pimenta da Silva, de Colares, Elizabeth dos Santos Clemente, de Arneiro dos Marinheiros, Maria Helena da Costa Jorge Lavrador, da Várzea de Sintra, Maria Otilia Medina da Silva Cordeiro, Otilia Maria Medina S. Cordeiro, de Tavarede (Figueira da Foz), Sofia Ribeiro Pinto, de Telheiras, Violeta Mohedano Balaia, de Bolembre; Henrique Duarte da Silva, de Lourel, Manuel Domingos Monteiro Parcelas, de Faião, Ernesto Alexandre Pires Soares Bandeira de Melo Ferreira Jordão, de Queluz, Tiago Manuel Leitão Ferreira, das Lameiras.

Sábado, 20 — Maria Judite A. Pardal, da Tojeira, António Henrique Filipe, de Queluz, Duarte Costa Vidal, do Mucifal, António Martins Borrego, Júlio da Silva Feliciano, dos Negrais, Gabriel de Oliveira Baptista, de Torres Vedras, António Manuel Andrade Marta, dr. Marco António Almeida dos Santos, José Ferreira da Cruz.

Domingo, 21 — Júlia Assunção Silva, do Mucifal, D. Maria Ermelinda Gomes Falcão da Silva, do Algueirão, dra. Vera Santana, de Lisboa; João Fernando Capucho Martins, de Montelavar, Jorge Gabriel de Oliveira Martins, Gonçalo Samuel Sousa Pinto Hermenegildo, de Bolembre, Diogo Filipe Lopes Pessoa, de Almargem do Bispo.

Segunda-feira, 22 — Irina Sofia Martins, de Hermsilla, Maria Helena Patrício Mendes, de Colares; Diamantino Pereira, da Maceira, António Luís Fernandes Rodrigues, das Azenhas do Mar, Hernâni Filipe dos Santos Teixeira, de Albarraque, Aurélio João Ramos Crespo, José Nunes da Silva Monteiro, de Lourel, Francisco Coelho Meira, do Algueirão, Aníbal José Gomes Falcão da Silva, do Algueirão, Estevão Ramos Marques, do Linhó, Eduardo Carlos Borges Mascarenhas Serra, do Mucifal.

Terça-feira, 23 — Carla Alexandra Dias Lourenço, Esperança de Araújo, da Várzea de Sintra, Ana Lúcia Guilherme de Melo, do Algueirão, Isabel Cristina Pais Verissimo, de Pero Pinheiro, Maria de Lourdes Alves Galvão Azevedo, dr. juiz Acácio Artur Lopes Cardoso, Vasco Paulo Valdez Marques de Lemos, José Francisco Carpinteiro, de Lisboa, Cândido Pargana, do Algueirão, Júlio de Oliveira Cato, da Assafora.

Quarta-feira, 24 — Maria Odete Miranda Nazaré, de Lourel, Maria José Monteiro Conde, de Albagas, Maria Adelaide da Silva, de Albagas, Maria Laura Duarte Câmara de Sousa Conceição, Maria José da Silva Monteiro, de Albagas, Maria da Conceição Ribeiro Silva Roberto, Maria Ausenda Sádio Santos Soares; srs. Wenceslau Antero Sarmiento, Paulo Moreira, Victor João Pedroso Ferreira, de Negrais, Luis Fernando Blanco Cunha, João Duarte Valentim, de Pexilgais.

Quinta-feira, 25 — Maria Teresa Cabral, de Lisboa, Donzília Durão Bravo Henriques, Leonor Sequeira Rabeco, do Mucifal, Maria de Lurdes Pereira Frutuoso, de Cabriz, Helena da Veiga Pinto, Henrique Ribeiro Cabral de Almeida, Álvaro Taful Pires, de Vila Verde, José Levi Malta da Silva, do Magoito, João Duarte Valentim, de Mem Martins.

Atletas sintrenses em destaque na Final da Artistic World Cup em Cesena (Itália)

Matilde Antunes (Ouro), Rita Azinheira (Prata), Guilherme Roseiro, e Maria Andrade (Bronze)

Ventura Saraiva

A cidade italiana de Cesena acolheu durante uma semana (de 1 de Junho, até ao dia 7), a Final da Artistic World Cup, competição que reuniu os atletas apurados nas especialidades de Patinagem Livre, Solo Dance e Pares de Dança, num total de 1.200 participantes de 25 países. Depois das duas semifinais, vários atletas portugueses, em representação dos seus clubes, garantiram a presença na fase decisiva da competição, distribuídos pelos escalões de Cadetes a Seniores. A competição marcou o encerramento do circuito internacional da *Artistic World Cup 2026*, e reuniu em Cesena alguns dos principais atletas da modalidade nas várias disciplinas.

Da Sociedade Recreativa da Várzea de Sintra, competiram Matilde Antunes que conquistou a Medalha de Ouro, na Patinagem Livre, sagrando-se bi-campeã da Taça do Mundo, em Juvenis. Rita Azinheira, subiu ao 2.º lugar em Juniores, conquistando a Medalha de Prata, e Guilherme Roseiro, a de Bronze, no escalão de Cadetes. A grande novidade, foi a estreia de Maria Andrade, do Grupo União Recreativo do Linho, que na categoria etária de “Tots” (Benjamins) que arrecadou a Medalha de



Matilde Antunes



Rita Azinheira



Guilherme Roseiro



Maria Andrade

fotos (créditos world cup)



Leonor Piedade – 12.º lugar em estreia internacional

foto: cortesia hcs

Bronze. Da coletividade do Linho, destaque ainda para Maria Clara Simões (campeã distrital) que obteve o 8.º lugar em “Minis” numa pauta com 22 atletas, garantindo assim um lugar no “Top 10” da Final. Leonor Piedade (Hockey Club de Sintra) fez a sua estreia em Infantis, obtendo o 12.º lugar em Patinagem Livre. A comitiva portuguesa conquistou mais 8 medalhas, com destaque para a *campeoníssima*, Madalena Costa, Medalha de Ouro em Seniores,

Margarida Costa, Prata, em Juvenis, ambas do Santacruzense. Tiago Leite, e Catarina Coelho (CP Areias), Medalha de Bronze, em Pares de Dança-Cadetes. Tiago Leite, repetiu o Bronze no plano individual. Beatriz Brandão, do Rolar Matosinhos, em Cadetes, Medalha de Bronze. Rodrigo Silva (União P. Maia) em Juvenis, também arrecadou a de Bronze. No escalão de Juniores, Albina Kachur (Rolar Matosinhos), foi medalha de prata. Registe-se que em Cesena (Itália)

estiveram ainda em competição, e na especialidade de Solo Dance, Ernesto Silva e Catarina Craveiro (RM), em Seniores; Francisco Andrade (CPAre) em Juniores; Leonor Carneiro (RM), em Juvenis; e Luan Andrade (CPAlb), em Cadetes. Em Patinagem Livre, a participação incluiu Diogo Nogueira (GNA), em Seniores, e Sebastião Costa (SCSC) em Cadetes. Nos Pares de Dança, Tomás Ferreira e Sara Branco (CPAreias), em Juniores.

Campeonato Distrital de Patinagem Artística

Maria Clara (GUR Linho) e Leonor Piedade (HC Sintra) no pódio

Realizou-se nos dias 16 e 17 de Maio, no pavilhão de Alverca do Ribatejo, o Campeonato Distrital de Patinagem Livre, com a presença do Grupo União Recreativo do Linho, e Hockey Club de Sintra. No escalão de Infantis, de relevar a brilhante prestação da atleta Maria Clara Simões, que se sagrou Campeã Distrital de Patinagem Livre. Ainda no mesmo escalão, a atleta Alice Mendes conquistou um meritório 8.º lugar, garantindo assim a sua presença no 4.º Open Nacional que se realizou em Manteigadas (Setúbal) Relativamente ao escalão de Iniciados, a atleta Yasmin Guimarães alcançou a 11.ª posição, conseguindo igualmente o apuramento para o 4.º Open Nacional, resultado



Atletas do GUR Linho em Alverca

Fotos: DR

que lhe permitirá integrar o ranking nacional da modalidade. No escalão de Cadetes, a atleta Inês Crespo conquistou um honroso 11.º lugar no seu primeiro ano neste escalão, enquanto Clara Alves terminou a competição na 20.ª posição. Terminada esta importante prova distrital, a equipa do Grupo União e Recreativo do Linho, constituída apenas por seis atletas, alcançou um excelente 10.º lugar entre 23 equipas participantes, demonstrando o empenho, a qualidade e o espírito de união de todo o grupo. A equipa técnica, constituída pelos treinadores Cristina Alpoim, Tiago Ferreira e Joana Couto, Óscar Teixeira, e Maria Morais, está igualmente de parabéns pelos resultados alcançados e por todo o trabalho, dedicação e acompanhamento

diário que têm desenvolvido junto das atletas ao longo da época. Quanto ao Hockey Club de Sintra, Leonor Piedade, campeã nacional da 2.ª Divisão, sagrou-se vice-campeã em Infantis.

Ventura Saraiva/GURL



Leonor Piedade