

Sociedade
**Aqualva-Cacém
assinala 25 anos
de elevação
a Cidade**

pág. 3

São João das Lampas
**Exposições
Caninas 2026
entre os dias
24 e 26 julho**

pág. 3

Assafora, Cortesia e Catribana
**Festejos em Honra
de N.ª Sra.
da Consolação
de 16 a 19 de julho**

pág. 5

Sociedade
**Milhares de
forasteiros na Feira
Medieval de São
Pedro de Sintra**

pág. 9



Ciclo Danças com História na Quinta da Ribafria



fotos: ventura saraiva

Com o patrocínio da Fundação Cultursintra, prossegue na Quinta da Ribafria, entre Lourel e Cabriz, o ciclo Danças com História, uma programação que teve início no dia 10 de Maio e que se prolonga até 11 de Outubro do corrente ano, com carácter mensal.

No passado domingo, dia 12, o Pateo do Lagedo, no Solar de Ribafria, edificado em 1541, recebeu a terceira sessão, esta dedicada ao Século XVII e a ligação da família a D. João V, com destaque para André de Albuquerque Ribafria um dos mais gloriosos generais da guerra contra Espanha. Uma repetição agendada para o último dia do ciclo, 11 de

Outubro.

A próxima exibição Danças com História será no dia 30 de Agosto, e será dedicada ao Século XV aquando do surgimento da família, com destaque para Luís Gonçalves e sua mulher Catarina, viventes, segundo se crê, nos alvares de quatrocentos.

Todas as sessões são ao domingo entre as 11h00 e as 12h00.

Toda a informação está disponível na programação da Fundação Cultursintra.

A Associação Danças com História conta com 32

associados, cerca de 700 apresentações públicas, em Portugal e no estrangeiro, cento e cinquenta trajes dos Séculos XV, XVI e XVII, tendo já participado em mais de 50 Seminários, Oficinas de Dança, Conferências, Palestras, Jornadas de Estudo e Estágios de Dança Antiga.

Manteve, desde 2001 a 2012, uma colaboração com os Serviços Educativos do Palácio Nacional de Sintra, de 2010 a 2019 com o Castelo de S. Jorge/EGEAC, Lisboa e ainda com a Fundação Cultursintra quer na Quinta da Regaleira quer na Quinta da Ribafria.

pág. 5

Sociedade
**Mobilidade,
segurança
e acessos
à Vila de Sintra**

pág. 2

Cultura
**Revista à
Portuguesa
– “Anços Regressa
ao Palco”**

pág. 14

Televisão
**O Portugal
dos Pequenos
Crónica de Bernardo
de Brito e Cunha**

pág. 15

Sociedade
**Hospital
de Sintra
assinala um ano
de atividade**

pág. 16

Atletismo Nacional
de Pista Sub-20
**J.O.M.A. no
pódio feminino
(2.º lugar)**

pág. 12

SOCIEDADE

Sintra

Estacionamentos da Portela interditos a autocaravanas



O estacionamento de autocaravanas passa a estar interdito nos parques de estacionamento da Portela Norte e Portela Sul, em Sintra, privilegiando assim os veículos automóveis e motociclos.

Esta medida melhora a gestão do estacionamento, assegurando maior rotatividade dos lugares disponíveis e melhores condições de circulação e segurança para todos os utilizadores.

Os utilizadores de autocaravanas, caravanas ou veículos similares deverão utilizar os lugares reservados para este tipo de viaturas no Parque EMES do Lourel (<https://waze.com/ul/heyckf95gb>).

Fonte: EMES EM SA

Candidaturas às Hortas Solidárias de Sintra até 10 de agosto



Estão abertas, até 10 de agosto, as candidaturas para atribuição de talhões nas Hortas Solidárias do Bairro Alegre, no Cacém, e da Presa, em Rio de Mouro, promovidas pela Câmara Municipal de Sintra para desenvolvimento de agricultura urbana, biológica e de subsistência.

A Horta Solidária do Bairro Alegre disponibiliza 05 talhões, enquanto a Horta Solidária da Presa tem disponíveis quatro talhões. As candidaturas devem ser efetuadas em formulário próprio, disponível no website da autarquia, e submetidas através do Sintra Online ou presencialmente nos Postos de Atendimento Municipal, acompanhadas da documentação exigida.

Os candidatos selecionados terão acesso gratuito a uma ação de formação em cultura de hortícolas em modo de produção biológica, a realizar pela Câmara Municipal de Sintra em articulação com o IIEFP, em período laboral e pós-laboral. Mais informações através do Departamento de Saúde, Solidariedade e Inovação Social da Câmara Municipal de Sintra, sito na Av. Dr. Álvaro de Vasconcelos, n.º 8, 1.º, 2710-420 Sintra, pelo telefone 219 236 028 ou por e-mail.

Fonte: CMS

Mobilidade, segurança e acessos à Vila de Sintra

A Câmara Municipal de Sintra implementa novas regras de circulação e paragem na Vila de Sintra, com o objetivo de melhorar a mobilidade, reduzir congestionamentos e garantir uma experiência mais confortável para Sintrenses e visitantes.

Este plano foi desenvolvido em articulação com diversas entidades, incluindo Guarda Nacional Republicana, Polícia Municipal, Bombeiros, Proteção Civil, EMES, Parques de Sintra - Monte da Lua e Fundação CulturSintra, e contempla alterações temporárias de circulação, reforço de transporte público e recomendações para quem visita ou circula no concelho.



Posto de apoio ao turismo em Lourel

foto: vs

Serviços TVDE

Os serviços de transporte individual de passageiros (TVDE) passam a poder parar apenas em pontos específicos de pick & ride, devidamente assinalados. Fora desses locais, não é permitida a paragem.

As regras definidas para os TVDE não se aplicam aos Táxis.

Circulação de autocarros na Volta do Duche

Na Volta do Duche, apenas podem circular:

- Carreira 434
- Carreira 435
- Carris Metropolitana

Os autocarros com comprimento inferior a 11 metros e com destino ao Palácio da Pena podem transpor os pontos de controlo.

Os restantes autocarros não devem seguir para a Volta do Duche, uma vez que não é permitida a tomada nem a largada de passageiros nessa zona. Para esse efeito, deverá ser utilizado o Parque de Estacionamento de Lourel.

Autocarros turísticos

Os autocarros turísticos deixam de entrar na Vila. Passam a seguir diretamente para o parque de estacionamento de Lourel, onde os passageiros podem desembarcar. Quem pretender visitar a Vila de Sintra deverá apanhar a carreira 434, 435 ou Carris Metropolitana a partir desse ponto.

Lourel: novo ponto de apoio ao visitante

O Lourel passa a dispor de um posto de apoio ao turismo, com:

- WC públicos
- Informação turística
- Apoio ao visitante

Condicionamentos de Trânsito

Durante a operação, existirão condicionamentos em áreas críticas para a mobilidade, nomeadamente:

- Ramalhão
- São Pedro de Sintra
- Portela

Estes condicionamentos estão devidamente assinalados através de sinalização temporária, com percursos alternativos claramente definidos.

Estacionamento

Para facilitar o acesso ao centro histórico e reduzir congestionamentos, recomenda-se a utilização dos **parques periféricos**, com ligações rápidas ao centro:

- Estacionamento do Lourel
- Estacionamentos de apoio identificados

Transportes e Operadores

Para melhorar a mobilidade, haverá ajustes temporários aos percursos de transporte público, incluindo:

Carreira 434

- Percurso ajustado para melhorar a circulação e reduzir conflitos com zonas de maior afluência.

Autocarros de Turismo

- Percursos definidos especificamente para esta operação, com zonas claras de tomada e largada de passageiros.
- Local de Estacionamento para autocarros

Operadores Turísticos

Os operadores turísticos que utilizem autocarros com comprimento igual ou superior a 11 metros deverão dirigir-se ao Parque de Estacionamento de Lourel, onde se encontra a zona destinada à tomada e largada de passageiros.

Apenas os autocarros com comprimento inferior a 11 metros e com destino ao Palácio da Pena podem prosseguir para além dos pontos de controlo.

A partir do Parque de Estacionamento de Lourel, os visitantes poderão utilizar as soluções de transporte disponibilizadas para aceder à Vila de Sintra e aos principais pontos turísticos.

Recomendações para quem visita Sintra

- Planeie a visita com antecedência.
- Prefira os transportes públicos.
- Utilize os parques periféricos.
- Respeite a sinalização temporária.
- Evite circular com veículo próprio nas zonas próximas do centro histórico.
- Utilize a app Waze e Google Maps.
- Siga sempre as indicações das autoridades no terreno.

Pontos de Controlo e Áreas de Acesso Condicionado

Durante a operação estarão ativos diversos Pontos de Controlo de Acesso que regulam a entrada de veículos em determinadas zonas.

Também estará operacional:

- Posto de Comando Móvel;
- Zonas reservadas a meios de socorro;
- Áreas de circulação prioritária.

Entidades Envolvidas

Esta operação é coordenada pela Câmara Municipal de Sintra, em colaboração com:

- Guarda Nacional Republicana; Polícia Municipal;
- Bombeiros;
- Proteção Civil; EMES; Parques de Sintra - Monte da Lua; Fundação CulturSintra.

Fonte: CMS

Aqualva-Cacém assinala 25 anos de elevação a Cidade

E levada a Cidade no dia 12 de Julho do ano 2001, Aqualva-Cacém assinalou a efeméride no passado domingo, dia 12, uma cerimónia que teve a presença, entre outros autarcas, nomeadamente do Poder Local, do Vice-presidente da Câmara Municipal de Sintra, Francisco Duarte, em representação do Presidente Marco Almeida.

A partir dessa data, a então Vila, foi administrativamente desdobrada em quatro freguesias; Aqualva, Cacém, Mira Sintra e São Marcos, sendo desagregadas na reorganização de 2012/13, com a chamada “Lei Relvas” 11-A/



Foto (cortesia ufams)

2013, sendo criadas as freguesias de Aqualva Mira Sintra, e Cacém São Marcos. Registe-se que foi a 15 de Maio de 1953, através do Decreto-Lei n.º 39210 que Aqualva e Cacém se uniram para formar a freguesia de Aqualva-Cacém que se tornaria numa referência autárquica no pós 25 de Abril, sendo Sebastião Antunes um dos pilares dessa referência, liderando o Executivo desde 1993 até 2001.

Próximo da Ribeira das Jaldas, foi inaugurada uma estrutura metálica que assinala os 25 anos de elevação a Cidade, ficando assim registado momento da celebração.

VS

Sintra investe na recolha de lixo



A Câmara Municipal de Sintra aprovou os concursos públicos para aquisição de novos contentores para a deposição de resíduos urbanos bem como o reforço no serviço de recolha de cortes de jardins e resíduos verdes.

Um investimento a rondar 1 milhão de euros que é mais um passo para contribuir para a solução na recolha de lixo por parte dos Serviços Municipalizados de Sintra.

No âmbito da modernização dos equipamentos de recolha de resíduos, foi aprovada a abertura do procedimento para a aquisição de contentores de recolha para resíduos sólidos urbanos. O contrato prevê a aquisição de 250 contentores fundamentais para a operação das novas viaturas de carga e para a expansão da rede de deposição no concelho.

Em resposta ao aumento das deposições abusivas de resíduos verdes e misturas no concelho, agravado pela insuficiência temporária de meios, foi aprovada a abertura do concurso público urgente para a prestação de serviços de recolha.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra salientou que “estes investimentos refletem o compromisso da autarquia Sintrense em reforçar a capacidade operacional dos serviços municipais, garantir a continuidade e qualidade dos serviços essenciais, responder com eficácia a necessidades emergentes, assegurar a modernização dos sistemas de recolha e gestão de resíduos”.

Estes procedimentos permitirão reforçar a capacidade operacional até à entrada em funcionamento das novas viaturas previstas para 2027, assegurando a continuidade do serviço público de recolha.

Com este conjunto de investimentos, a Câmara Municipal de Sintra e os SMAS de Sintra consolidam a modernização dos serviços municipais e asseguram a continuidade de respostas essenciais, reforçando a qualidade e a fiabilidade dos serviços prestados aos Sintrenses.

Fonte: CMS

Exposições Caninas 2026 em São João das Lampas entre os dias 24 e 26 de julho

As Exposições Caninas regressam ao Largo 9 de setembro, em São João das Lampas entre os dias 24 e 26 de julho de 2026, mantendo uma tradição que se realiza desde 1982. A iniciativa é promovida pela Câmara Municipal de Sintra, organizada pela Comissão de Festas da Vila Velha, com supervisão técnica do Clube Português de Canicultura e apoio da Junta de Freguesia de São João das Lampas e da União de Freguesias de Sintra. O evento integra a 37.ª Expo-

sição Canina Monográfica de Terriers, a 43.ª Exposição Canina Nacional e a 41.ª Exposição Canina Internacional, reunindo ainda várias exposições especializadas de clubes de raça, dedicadas a cães retriever, pastores britânicos, Serra de Aires, Epagneul Pequês, Dogue Alemão, Spaniel e Bouledogue Francês. Ao longo dos três dias, centenas de exemplares estarão em competição, sendo avaliados por juizes especializados para distinções como Melhor

Bebé, Melhor Cachorro, Melhor Veterano, Melhor Exemplar das Raças Portuguesas e o mais aguardado prémio de Melhor Exemplar da Exposição (BIS). As Exposições Caninas de São João das Lampas continuam assim a afirmar-se como um dos mais importantes encontros nacionais dedicados à canicultura, atraindo criadores, expositores e apaixonados pelo universo canino de todo o país e do estrangeiro.

Fonte: CFVV Sintra

EXPOSIÇÕES CANINAS SINTRA 2026

LARGO DE SÃO JOÃO DAS LAMPAS

25.07.2026
43.ª Exposição Nacional (CAC)

26.07.2026
41.ª Exposição Internacional (CAC/FCI-CACIB)

Logos of various organizations including FCI, FCI Portugal, FCI Sintra, FCI Freguesia de Sintra, FCI Freguesia de São João das Lampas, FCI Freguesia de Terrugem, future dogs, and happyOne.

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)

Grça Pedrosa

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

Translist / 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 Pedrosa

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 Pedrosa

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

SOCIEDADE

Sintra+Ativa regressa a Queluz

A Câmara Municipal de Sintra promove, a 19 de julho, no Parque Urbano Felício Loureiro, em Queluz, mais uma edição do Sintra+Ativa 2026, iniciativa que convida os Sintrenses e visitantes a participar num conjunto diversificado de atividades físicas gratuitas ao ar livre.

Dirigido a participantes de todas as idades, o evento sensibiliza para a importância da prática regular de atividade física, evidenciando os seus benefícios para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida, bem como o seu contributo para a promoção da inclusão, da convivência e da coesão social.

O Sintra+Ativa 2026 dá a conhecer a diversidade da oferta desportiva existente no concelho, através da participação de clubes, associações e entidades ligadas ao desporto e ao exercício físico.

Ao longo do dia, os participantes poderão experimentar várias modalidades e atividades, como escalada, slide, air bungee, minigolfe, gincana de bicicleta, teqball, rugby, orientação, kick boxing, karaté, judo, zumba, alongamentos, fitboxe, fitness & stretching e caminhadas. As atividades decorrem das 11h00 às 13h00 e das 14h00 às 19h00, são de participação gratuita e sem inscrição prévia. Basta comparecer no local com vestuário e calçado adequados à prática desportiva. Com esta iniciativa, a Câmara Municipal de Sintra reafirma o seu compromisso com a promoção de estilos de vida ativos e saudáveis, incentivando a prática desportiva e valorizando o papel do movimento associativo na dinamização da atividade física no concelho.

PROGRAMA

19.JUL| Manhã
11h00 | Kick Boxing – Real Sport Clube
11h00 | Caminhada
12h00 | Alongamentos – Leve Fitness Club
12h00 | Fitboxe – Real Sport Clube
12h15 | Karaté – Clube Tokui Dojo
19.JUL| Tarde
16h20 | Fitness & Stretching - Centro Shotokai de Queluz
15h00 | Luta Olímpica – G. Desportivo e Recreativo de Manique de Cima
17h00 | Caminhada
17h00 | Judo – Associação Desportiva Lusitanus Sports
18h00 | Zumba Fitness – Life Gymnasium

Fonte: CMS

O Olive Oil World Congress (OOWC) reúne em Lisboa profissionais de 43 países

A sua segunda edição, do Olive Oil World Congress, realizada em Lisboa nos dias 2 e 3 de julho, reuniu quase 380 profissionais de 43 países e contou com a participação ativa de José Manuel Fernandes (Agricultura e Assuntos Marítimos, Portugal), Anton Refalo (Agricultura, Pescas e Direitos dos Animais, Malta), Rezq Salimiya (Agricultura, Estado da Palestina) e Rana Tanveer Hussain (Segurança Alimentar Nacional e Investigação, Paquistão), para além do conselheiro da Agricultura de Castilla-La Mancha, Julián Martínez Lizán, e do diretor executivo do Conselho Oleícola Internacional (COI), Jaime Lillo. A ampla representação institucional e a participação de profissionais provenientes de 43 países, incluindo os principais produtores mundiais de azeite, permitiram alcançar um consenso que será materializado no Manifesto de Lisboa, um documento aberto a futuros contributos, elaborado a partir das comunicações científicas, dos debates técnicos e dos encontros institucionais realizados durante o Congresso. Concebido como uma folha de rumo para o setor olivícola mundial, o documento será colocado ao serviço das administrações públicas, dos organismos internacionais e dos operadores de toda a cadeia de valor.

“O Manifesto de Lisboa reflete a maturidade alcançada pelo Olive Oil World Congress enquanto espaço de diálogo e cooperação. Queremos que seja um documento útil, aberto e dinâmico, capaz de orientar as decisões do setor com base no conhecimento científico e num consenso verdadeiramente internacional”, afirma Ricardo Migueláñez, coordenador-geral do OOWC.

A mensagem central do Manifesto é clara: a saúde constitui o maior valor que o azeite oferece ao mundo. Trata-se de uma convicção sustentada por décadas de investigação científica que, na opinião dos participantes, deverá orientar as políticas públicas, a investigação e a comunicação do setor. O documento nasce com vocação de continuidade, assumindo-se como um texto vivo, aberto a novos contributos de especialistas e dos países participantes.

Duas jornadas de elevada intensidade: da inteligência artificial no olival ao Manifesto de Lisboa

A conferência inaugural, proferida pelo cientista Fabrice DeClerck, definiu o tom das jornadas: o azeite

para o setor olivícola.

A dimensão global do encontro refletiu-se igualmente na composição dos participantes. Portugal constituiu a delegação mais numerosa, com 124 profissionais, segui-

espaço para crescer”, “Drones, IA e lagares automatizados: a revolução tecnológica já chegou ao olival” e “Futuro do azeite depende de inovação, tradição e investimento”.

A segunda edição do Olive Oil World Congress consolida o crescimento desta iniciativa e inaugura uma nova etapa com o desenvolvimento do Manifesto de Lisboa, que pretende tornar-se um documento de referência para reforçar a cooperação internacional e enfrentar os grandes desafios do setor olivícola.

O Congresso contou com o apoio institucional do Conselho Oleícola Internacional (COI), do CIHEAM Zaragoza e da Fundação Dieta Mediterrânica, bem como de entidades públicas como o Ministério da Agricultura e Assuntos Marítimos de Portugal, a Junta de Castilla-La Mancha (“Campo y Alma”), a Generalitat da Catalunya, a Junta da Andaluzia e o IMIDRA.

No setor privado apoiam, para já, esta segunda edição, para além da Olivum, entidades como a AgroBank, o BPI do Grupo CaixaBank, a Interprofesional del Aceite de Oliva Español, a GEA Group, a Novonosis-Univar Solutions, a APOAC (Associação para a Promoção do Olival e Azeite de Aire e Candeeiros), através da sua marca comercial “Olivedos do Carso”, a Adsaica (Associação de Desenvolvimento das Serras de Aire e Candeeiros), a Feria de Zaragoza (ENOMAQ), a Kubota, a Dazeite e a Siliker.

Sobre o OOWC

O Congresso Mundial do Azeite é um fórum bienal que reúne os principais especialistas mundiais em cada área, promovendo a geração de conhecimento e impulsionando a inovação em todos os elos da cadeia de valor do azeite. A sua segunda edição, realizada em Lisboa em julho de 2026, consolidou o OOWC como o principal ponto de encontro do setor olivícola à escala mundial. Mais informações em: www.oliveoilworldcongress.com

Fonte: Comunicado de Imprensa| Congresso Mundial del Aceite de Oliva



José Manuel Fernandes, Ministro da Agricultura e Assuntos Marítimos

Foto: créditos - oowc

como modelo na transição global para dietas mais saudáveis e o olival como sistema agrícola capaz de capturar carbono e reforçar a biodiversidade quando são adotadas práticas regenerativas.

A segunda jornada colocou a inovação no centro do debate. Os especialistas confirmaram que a inteligência artificial é já a tecnologia mais disseminada no olival, com plataformas de gestão digital que permitem planear os trabalhos agrícolas com um nível de precisão até agora inacessível para a maioria dos olivicultores. Os debates abordaram igualmente a economia circular — com o bagaço de azeitona, as águas residuais e o caroço de azeitona a surgirem como novas fontes de valorização —, a adaptação às alterações climáticas através da genética avançada e da rega inteligente, as estratégias globais de promoção do azeite virgem extra (AOVE) e as mais recentes evidências científicas sobre os seus benefícios para a saúde.

Relativamente aos mercados, Jaime Lillo, diretor executivo do COI, salientou que um em cada três litros de azeite produzidos na região mediterrânica é já consumido fora desta região, uma tendência que transforma a cooperação internacional numa exigência estratégica

do de Espanha, com 84. Estiveram ainda representados alguns dos principais países produtores de azeite, como Marrocos, Itália, Grécia, Tunísia, Argélia, Estado da Palestina, Jordânia, Egito, Líbano ou Irão, bem como mercados estratégicos como a Malásia, os Estados Unidos, a Alemanha, o Brasil, os Países Baixos, o Chile, a Nigéria, a Argentina e a Austrália.

O OOWC contou igualmente com a presença de uma delegação da Women in Olive, a rede internacional que promove a liderança feminina no setor olivícola. Durante o Congresso, ambas as organizações anunciaram o início de uma colaboração que se concretizará em iniciativas conjuntas ao longo dos próximos meses.

Um impacto mediático sem precedentes em Portugal

A dimensão internacional do Congresso refletiu-se igualmente na cobertura mediática. O OOWC gerou cerca de 40 impactos diretos em mais de 20 órgãos de comunicação social portugueses, um alcance sem precedentes para um evento desta natureza em Portugal. Entre os títulos publicados destacaram-se: “Lisboa, capital mundial do azeite”, “Azeite português entre os melhores do mundo mas há

Ciclo Danças com História na Quinta da Ribafria – 3.ª Apresentação

Domingo, 12, Onze horas da manhã. Um pouco por todo o lado, os estabelecimentos comerciais, como pastelarias, leitarias, cafés ficam cheios de pessoas para o pequeno-almoço, ou apenas uma bebida, e dois dedos de conversa. Nas igrejas e capelas, outras pessoas se juntam na fé, e no cumprimento do dever paroquial. Outras na azáfama das compras, seja no bairro, na aldeia, ou nas grandes superfícies.

Onze horas da manhã. Na Quinta da Ribafria, o número de visitantes contam-se por três mãos cheias. Uma família de turistas, outra família que se junta numa actividade desportiva, e cerca de duas dezenas a marcar lugar no Pátio do Lagedo, do Solar da Ribafria, esperando mais uma edição – a 3.ª, do Ciclo Danças com História, uma programação que teve início no dia 10 de Maio e que se prolonga até 11 de Outubro do corrente ano, com carácter mensal. Esta terceira sessão, foi dedicada ao Século XVII e a ligação da família a D. João V, com destaque para André de Albuquerque Ribafria um dos mais gloriosos generais da guerra contra Espanha. Uma repetição agendada para o último dia do ciclo, 11 de Outubro.

A próxima, Danças com História, está agendada para dia 30 de Agosto, e será dedicada ao Século XV aquando do surgimento da família, com destaque para Luís Gonçalves e sua mulher Catarina, viventes, segundo se crê, nos alvares de quatrocentos. Todas as sessões são ao domingo entre as 11h00 e as 12h00.

Toda a informação está disponível na programação da Fundação Cultursintra.

A Associação Danças com História conta com 32 associados, cerca de 700 apresentações públicas, em Portugal e no estrangeiro, cento e cinquenta trajes dos Séculos



XV, XVI e XVII, tendo já participado em mais de 50 Seminários, Oficinas de Dança, Conferências, Palestras, Jornadas de Estudo e Estágios de Dança Antiga.

Manteve, desde 2001 a 2012, uma colaboração com os Serviços Educativos do Palácio Nacional de Sintra, de 2010 a 2019 com o Castelo de S. Jorge/EGEAC, Lisboa e

ainda com a Fundação Cultursintra quer na Quinta da Regaleira quer na Quinta da Ribafria.

Ventura Saraiva

Assafora, Cortesia e Catribana Festejos em Honra de N.ª Sra. da Consolação de 16 a 19 de Julho

As aldeias de Assafora, Cortesia e Catribana estão novamente em festa para festejar e homenagear a sua Padroeira.

Programa:

Quinta-feira, 16 de Julho

19:00 – Abertura do Arraial
21:00 – Terço do Rosário e Procissão de velas
22:30 – Animação com Rogério e Daniela

Sexta-feira, 17 de Julho

19:00 – Abertura do Arraial
22:00 – Espetáculo com Mónica Sintra
00:00 – DJ's Drop Apes

Sábado, 18 de Julho

10:00 – Caminhada Saloia
17:00 – Aula de Zumba com Vania Santos
18:00 – Magnífica Garraiada e Abertura do Arraial
22:00 – Espetáculo com Ténis Bar
00:00 – DJ Cláudia Arauz

Domingo, 19 de Julho

14:00 – Círio pelas 3 Aldeias
16:00 – Eucaristia em Honra de Nossa Sra. da Consolação, seguida de procissão
18:00 – Concerto com a Banda da SFUA
20:00 – Animação com Cowboy do Cerrado Dj Brabo



No Paço da Ribafria / 20 JUL – 16h00 Recital de Celebração do Dia Mundial do Amigo

Pela Orquestra Ibérica
Bernardo Sousa e Leonardo Guedes

A Orquestra Ibérica marca presença no Paço da Ribafria para assinalar o Dia Mundial do Amigo. Acesso gratuito.

Orquestra Ibérica
Bernardo Sousa e Leonardo Guedes

W.A.MOZART (1765-1791)
Duo for two violins, op.70. no. 1 em Si bemol Maior

R. FUCHS (1847-1927)
20 violin duos, op.55
I. Ziemlich Ruhig
II. Langsam
IV. Mässig bewegt
VI. Einfach, leiblich
VII. Etwas bewegt
VIII. Langsam, sehr innig
X. Heiter bewegt

J. LECLAIR (1697-1764)
Sonata for 2 violins em Mi menor op.3, no.5
I. Allegro ma pouco
II. Gavotta gracioso- andante



III. Presto

R. GLIERE (1875-1956)
12 duos for 2 violins, op.49, no.1
III. Andante
IV. Poco Allegro
V. Vivace
VII. Allegretto
VIII. Con fuoco
IX. Andante
X. Con moto
XI. Cantabile
XII. Vivace

Fonte: Cultursintra



Encerra à Quinta-feira



Apelo desesperado de uma família de Sintra: Cuidamos da saúde de todos no Hospital de Santa Maria, mas hoje os nossos 5 filhos não têm onde morar

Exmo. Senhor Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. Marco Almeida,
Exmo. Senhor Vice-Presidente, Francisco Duarte,

Escrevemos-vos não apenas como munícipes, mas como pais em absoluto sofrimento e desespero. No passado dia 18 de junho, a nossa vida ruíu quando a Câmara Municipal de Sintra executou o despejo da nossa habitação em Queluz. Hoje, os nossos 5 filhos — cinco vidas frágeis que dependem inteiramente de nós — encontram-se alojados provisoriamente numa pensão em Lisboa.

Todos os dias, nós, os pais, saímos do acolhimento de emergência desta pensão, para cumprir o nosso dever como Técnicos Auxiliares de Saúde no Hospital de Santa Maria. O nosso trabalho é cuidar. É dar a mão a quem sofre, ajudar a salvar vidas e garantir o bem-estar dos doentes que cruzam as portas do hospital. Dedicamos a nossa vida a melhorar a saúde dos outros. Mas hoje, ironicamente, somos nós que choramos a pedir que o Estado e o Município de Sintra nos ajudem a salvar a saúde e a dignidade dos nossos próprios filhos.

A rotina e a estabilidade de uma casa são o único porto de abrigo para os nossos filhos, que enfrentam batalhas diárias muito duras e que viram o seu mundo desabar com este despejo:

A Leonor, a nossa filha mais velha, tem Paralisia Cerebral. Toda esta instabilidade, ansiedade e a angústia de termos sido empurrados para um quarto de uma pensão têm-lhe provocado sucessivas e violentas crises de epilepsia e convulsões. Ver a nossa filha sofrer assim, sem lhe conseguirmos dar o conforto e a segurança de um lar, destrói-nos por dentro a cada hora que passa.

O Santiago e o Afonso têm Perturbação do Espectro do Autismo. Para uma criança com autismo, perder a sua casa, o seu quarto e as suas referências de rotina é o equivalente a perder o chão. O sofrimento psicológico e a desregulação deles são indescritíveis.

O Sebastião e o Lourenço sofrem de PHDA (Perturbação por Défice de Atenção e Hiperatividade), transtorno de oposição

e dislexia encontrando-se igualmente num estado de enorme vulnerabilidade, ansiedade e profunda desregulação emocional.

Toda esta estrutura de saúde agrava-se com a urgência de proteger o percurso escolar e artístico dos nossos filhos. Os quatro rapazes têm as suas rotinas totalmente estabelecidas no Agrupamento de Escolas Padre Alberto Neto e frequentam, com muito esforço, dedicação, entusiasmos e orgulho o Conservatório de Música de Sintra, onde o Sebastião estuda violino e o Lourenço estuda trombone. A música e a escola pública são as grandes âncoras de desenvolvimento e inclusão deles. Num momento em que decorrem as renovações de matrículas para o próximo ano letivo, a incerteza sobre onde vamos morar está a gerar uma ansiedade avassaladora nos rapazes. Manter a estabilidade escolar e geográfica em Sintra, não é um capricho; é uma necessidade médica e pedagógica absoluta para que eles não percam os apoios, os professores e os terapeutas que já os conhecem e acompanham.

Sabemos perfeitamente que o despejo não foi decidido por este atual executivo. No entanto, como poderão verificar pela troca de e-mails que enviamos em anexo, foram inúmeras as nossas tentativas anteriores para que a nossa situação fosse atendida e resolvida com dignidade. Inclusive, de forma profundamente dolorosa, os nossos filhos chegaram a ser iludidos com a promessa de uma nova habitação na Rua Alto do Forte, Nº 2. Eles visitaram a casa e ficaram radiantes ao perceberem que finalmente teriam um pátio grande onde poderiam brincar em segurança com os nossos cães. Contudo, à última da hora, fomos informados de que o Dr. Eduardo Quinta Nova decidiu atribuir essa habitação a outra família e ainda ordenou que fôssemos despejados. Brincar desta forma perversa com as expectativas de crianças e jovens com necessidades tão especiais foi de uma enorme crueldade e desferiu um golpe terrível que se refletiu na saúde mental e física deles, piorando as suas patologias

Exmo. Senhor Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. Marco Almeida, Exmo. Senhor Vice-Presidente, Francisco Duarte, Escrevemos-vos não apenas como munícipes, mas como pais em absoluto sofrimento e desespero. No passado dia 18 de junho, a nossa vida ruíu quando a Câmara Municipal de

Sintra executou o despejo da nossa habitação em Queluz. Hoje, os nossos 5 filhos — cinco vidas frágeis que dependem inteiramente de nós — encontram-se alojados provisoriamente numa pensão em Lisboa. Todos os dias, nós, os pais, saímos do acolhimento de emergência desta pensão, para cumprir o nosso dever como Técnicos Auxiliares de Saúde no Hospital de Santa Maria. O nosso trabalho é cuidar. É dar a mão a quem sofre, ajudar a salvar vidas e garantir o bem-estar dos doentes que cruzam as portas do hospital. Dedicamos a nossa vida a melhorar a saúde dos outros. Mas hoje, ironicamente, somos nós que choramos a pedir que o Estado e o Município de Sintra nos ajudem a salvar a saúde e a dignidade dos nossos próprios filhos. A rotina e a estabilidade de uma casa são o único porto de abrigo para os nossos filhos, que enfrentam batalhas diárias muito duras e que viram o seu mundo desabar com este despejo: A Leonor, a nossa filha mais velha, tem Paralisia Cerebral. Toda esta instabilidade, ansiedade e a angústia de termos sido empurrados para um quarto de uma pensão têm-lhe provocado sucessivas e violentas crises de epilepsia e convulsões. Ver a nossa filha sofrer assim, sem lhe conseguirmos dar o conforto e a segurança de um lar, destrói-nos por dentro a cada hora que passa. O Santiago e o Afonso têm Perturbação do Espectro do Autismo. Para uma criança com autismo, perder a sua casa, o seu quarto e as suas referências de rotina é o equivalente a perder o chão. O sofrimento psicológico e a desregulação deles são indescritíveis. O Sebastião e o Lourenço sofrem de PHDA (Perturbação por Défice de Atenção e Hiperatividade), transtorno de oposição e dislexia encontrando-se igualmente num estado de enorme vulnerabilidade, ansiedade e profunda desregulação emocional. Toda esta estrutura de saúde agrava-se com a urgência de proteger o percurso escolar e artístico dos nossos filhos. Os quatro rapazes têm as suas rotinas totalmente estabelecidas no Agrupamento de Escolas Padre Alberto Neto e frequentam, com muito esforço, dedicação, entusiasmos e orgulho o Conservatório de Música de Sintra, onde o Sebastião estuda violino e o Lourenço estuda trombone. A música e a escola pública são as grandes âncoras de desenvolvimento e inclusão deles. Num momento em que decorrem as renovações de matrículas para o próximo ano letivo, a incerteza sobre onde vamos morar está a gerar uma

ansiedade avassaladora nos rapazes. Manter a estabilidade escolar e geográfica em Sintra, não é um capricho; é uma necessidade médica e pedagógica absoluta para que eles não percam os apoios, os professores e os terapeutas que já os conhecem e acompanham. Sabemos perfeitamente que o despejo não foi decidido por este atual executivo. No entanto, como poderão verificar pela troca de e-mails que enviamos em anexo, foram inúmeras as nossas tentativas anteriores para que a nossa situação

A Ação Social propôs-nos o pagamento do primeiro mês de renda e da caução num imóvel a procurar por nós no mercado privado. Agradecemos o esforço das técnicas, mas imploramos que compreendam a nossa realidade: com os nossos salários de auxiliares de saúde e sem um fiador, o mercado privado rejeita-nos sistematicamente. Ninguém nos arrenda uma casa. A solução que nos foi dada é, infelizmente, uma ilusão que nos deixa a um passo da rua com três dependentes com deficiências graves.

Foi com um esforço imenso que, em 2018, conseguimos reerguer-nos e sair de uma situação de carência económica extrema quando encontramos o nosso trabalho como Técnicos Auxiliares de Saúde no Hospital de Santa Maria. Lutámos tanto pela nossa dignidade e estabilidade que não nos parece justo, nem humano, sermos empurrados novamente para a vulnerabilidade total por força dos valores impraticáveis e proibitivos do mercado de arrendamento privado.

Mais se recorda, em particular com o conhecimento deste e-mail por parte do Ministério Público e do Juízo de Família e Menores, que a lei portuguesa determina expressamente que a falta de recursos económicos e a carência habitacional não constituem motivo para a aplicação de medidas de institucionalização ou separação dos filhos do seu núcleo familiar. Sendo nós pais trabalhadores, dedicados e cuidadores exemplares da saúde dos nossos cinco filhos, a única carência existente é a falta de uma habitação digna — uma responsabilidade que a lei e a Constituição da República Portuguesa atribuem solidariamente ao Estado e às autarquias locais. A proteção destas crianças e jovens exige, por isso, o apoio à nossa família unida, e nunca a sua desestruturação.

Senhor Presidente Dr. Marco Almei-

da — cuja reconhecida ligação histórica a causas humanitárias e sociais, nomeadamente na Cruz Vermelha, nos dá a esperança de sermos ouvidos —, e Senhor Vice-Presidente Francisco Duarte, apelamos à vossa profunda empatia e ao vosso coração como líderes deste município.

Não vos pedimos um favor; imploramos por humanidade e pelo direito constitucional à habitação para cinco crianças e jovens, com necessidades de saúde e educação especiais, que precisam desesperadamente de proteção.

Por favor, reconsiderem o nosso caso. Pedimos que a autarquia intervenha diretamente — seja através do realojamento numa habitação municipal, renda apoiada ou acessível em Sintra, seja através da ativação urgente do programa “Porta de Entrada” em que o município assuma o papel de garante ou inquilino face ao mercado.

Nós, que trabalhamos num serviço de medicina intensiva e cuidamos da saúde de tantos portugueses todos os dias. Por favor, ajudem-nos agora a proteger a saúde, a estabilidade e a vida da Leonor, do Santiago, do Afonso, do Sebastião e do Lourenço, que são nossos filhos e vossos Sintrenses, com orgulho.

Ficamos a aguardar, com o coração nas mãos, a oportunidade de vermos este caso reapreciado por Vossas Excelências, na esperança que nos possamos encontrar e debater o mesmo.

Pela gravidade e contornos desumanos desta situação, enviamos este apelo com o conhecimento dos principais órgãos de comunicação social (televisão) e de direitos humanos. Fazemo-lo na esperança de dar visibilidade à nossa história e de encontrar, junto da sociedade civil ou da Ordem dos Advogados, o apoio jurídico urgente (pro bono) que não temos capacidade financeira para suportar, mas que é vital para defendermos judicialmente o teto, a dignidade e os direitos fundamentais dos nossos cinco filhos.

Sem outro assunto de momento. Subscrevemo-nos com o maior respeito e esperança.

Os Sintrenses,

Ricardo Carvalho e Filomena Paiva, devidamente identificados

DIGA DE SUA JUSTIÇA

Acumulação de lixo nas Mercês (Sintra)

Exmos. Senhores,
Venho, por este meio, solicitar a vossa atenção para uma situação que considero preocupante e que afeta o espaço público na zona das Mercês, no concelho de Sintra.

Há várias semanas que existe uma acumulação significativa de lixo junto dos contentores e espalhado pela via pública. Apesar de já ter comunicado esta situação às entidades competentes, o problema mantém-se sem resolução, continuando a agravar-se.

Anexo algumas fotografias recentes que ilustram o estado do local. É possível observar resíduos domésticos, móveis, papéis e outros detritos espalhados, o que, além de causar uma imagem de abandono, atrai pombos e representa um potencial risco para a higiene e para a saúde pública.

O objetivo deste contacto não é apontar responsabilidades individuais, mas sim pedir que esta situação possa ser divulgada, para que as entidades competentes lhe deem a atenção e a prioridade que merece. Os moradores e utilizadores deste espaço têm o direito de viver num ambiente limpo e digno.

Caso entendam ser útil, poderei fornecer mais fotografias, indicar a localização exata do local e enviar informação sobre a denúncia que já apresentei às entidades responsáveis.

Agradeço, desde já, a vossa atenção e o importante trabalho que desenvolvem na

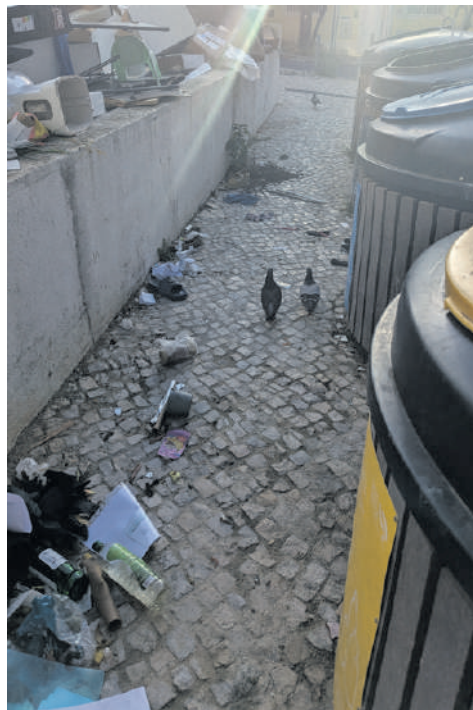


divulgação dos problemas que afetam a comunidade local.

Informo ainda que eu já sou conhecido por pressionar entidades a fazer aquilo que vários deputados e autarcas, de Lisboa toda, não fazem e aquilo que a muitos jovens da minha idade não desperta interesse de alterar ou por medo, ou por “despreocupação”.

Com os melhores cumprimentos,

Diogo Aleixo, jovem de 20 anos, Mercês.



Agradecimento – Festival Aqui ao lado 2026

Exmos./as Senhores/as,
A 8.ª edição do Festival Aqui ao Lado terminou este domingo e gostaríamos de vos agradecer a divulgação dada ao festival e o espaço concedido à nossa comunicação.

Foram três dias de programação no Parque Salgueiro Maia, em Massamá, vividos num ambiente muito animado, familiar e acolhedor. Apesar das temperaturas elevadas, o público aderiu às atividades, ocupou os diferentes espaços do recinto e contribuiu para uma edição marcada pela diversidade, pela proximidade e pelo sentido de comunidade.

Ao longo do fim de semana, o festival voltou a cumprir um dos seus principais propósitos: dar palco a jovens talentos emergentes, aproximar diferentes manifestações artísticas da comunidade e mostrar que um projeto cultural gratuito e

associativo pode criar encontro, participação e descoberta no espaço público.

Para uma associação cultural juvenil sem fins lucrativos como a Narrativa Aleatória — Associação Cultural, o apoio dos jornais, sites, plataformas e agendas culturais é fundamental para levar o festival mais longe. Cada notícia, publicação, partilha ou referência contribuiu para ampliar a visibilidade do projeto e do trabalho desenvolvido ao longo de todo o ano.

Por isso, deixamos o nosso sincero agradecimento pela atenção e pela divulgação dada à 8.ª edição do Festival Aqui ao Lado.

Esperamos voltar a contar convosco nas próximas edições.

Com os melhores cumprimentos,

Susana Maurício

Projeto Terra — Associação Cultural
Assessoria de Imprensa e Comunicação
Festival Aqui ao Lado 2026

Não diga nada a ninguém

Em Sintra, distinguem-se pessoas por voto secreto, as atas das comissões não estão imediatamente acessíveis, os eleitos não apresentam biografias e as votações não têm nomes. Depois celebra-se Abril.

O Regulamento das Distinções Honoríficas do Município de Sintra, aprovado por unanimidade pela Assembleia Municipal, contempla três tipos de distinções: a Chave de Honra do Município de Sintra, as Medalhas de Mérito Municipal e as Medalhas de Bons Serviços e Dedicção. Todas podem ser aprovadas por voto secreto. O regulamento admite que a Câmara prescindir desse procedimento quando “não estejam em causa juízos sobre pessoas singulares”. Mas “pode prescindir” não significa “deve prescindir”. A possibilidade existe; a obrigação de transparência, não. Não vejo grande sentido em reconhecer, em segredo, pessoas singulares ou coletivas que tenham prestado serviços de mérito ao Município nas suas várias vertentes. Um reconhecimento público deveria resultar de uma decisão publicamente assumida.

Quem procurar na ata da Assembleia Municipal em que o regulamento foi aprovado também não encontrará qualquer esclarecimento por parte dos nossos autarcas. Poderá o leitor mais atento alegar que a matéria foi discutida em comissão e, por isso, não voltou ao plenário. Convém ter cautela com essa conclusão. Por um lado, o essencial das discussões em comissão deve ser trazido ao plenário da Assembleia Municipal. Por outro, os registos do que acontece nas comissões não são de acesso imediato ao público. Ainda que a participação dos eleitos nessas reuniões dê lugar ao pagamento de senhas de presença, porque estão ao serviço do Município, os cidadãos não conseguem saber com facilidade o que ali foi discutido. Mais secretismo, portanto.

Temos o reconhecimento do mérito coletivo ou individual em segredo. Temos as atas das comissões da Assembleia Municipal longe do acesso imediato. Tudo isto por decisão de representantes públicos, eleitos em eleições livres, mais de meio século depois do 25 de Abril de 1974. E há mais. Já me debrucei algumas vezes sobre a ausência de notas biográficas dos eleitos à Assembleia Municipal. Trago o assunto novamente porque vi o deputado Rui Rocha, da Iniciativa Liberal, muito indignado num vídeo sobre os currículos dos dirigentes dos SMAS de Almada. Caramba, Sr. Deputado: nem os eleitos municipais do seu partido em Sintra têm uma biografia mínima disponível, quanto mais informação suficiente para escrutinar os dirigentes dos SMAS de Sintra. Mas, já que está tão empenhado em aferir a experiência dos dirigentes de Almada, a ver se dá uma perninha aqui a um dos maiores municípios do país. Os sintrenses certamente agrade-

cerão a transparência.

E não se preocupe: ainda há mais segredo. Até nas votações da Assembleia Municipal. Na última sessão, o Livre apresentou uma “Saudação do Mês do Orgulho LGBTQIA+”. Uma saudação aos direitos humanos com arco-íris necessária. Depois de ouvir Miguel Salazar, numa comissão parlamentar, relatar o tratamento que recebeu da própria mãe, eleita pelo Chega na Assembleia Municipal da Póvoa de Varzim, fiquei estarelecido. E, depois de ler as reações à alegria do jovem Afonso Barreto ao subir ao palco do NOS Alive com a sua diva pop favorita, Zara Larsson, ao som de “Lush Life”, tornou-se ainda mais evidente que os direitos que o Livre levou à Assembleia Municipal não são uma mera abstração.

Mas o posicionamento individual dos nossos autarcas permanece secreto. O resultado foi este:

A favor: PS (14), PSD (7), CDU, Livre, IL (1) e PAN

Contra: Chega e IL (1)

Abstenção: PSD (10) e PS (1)

A ata permite conhecer a divisão política, mas não permite atribuir responsabilidade política. Para PSD, PS e IL, a interpretação torna-se completamente especulativa. Quem se absteve no PSD e no PS? Foram presidentes de junta ou outros membros da Assembleia Municipal? Não sabemos, mas o leitor pode teorizar o que lhe apetecer com a bênção da própria Assembleia. E quem votou contra na Iniciativa Liberal? Miguel Martins ou João Almeida? Atire uma moeda ao ar e decida-se.

Estas votações poderiam fazer parte da história política dos nossos representantes: o registo de como cada um se posicionou, naquele momento, perante uma questão de direitos humanos. Em vez disso, passam a integrar a história da opacidade da Assembleia Municipal de Sintra. Não por falta de soluções, mas por opção dos próprios. E, se quiser chegar à fala com os seus autarcas para perguntar quem votou de determinada maneira e porquê, no site da Assembleia Municipal só encontrará o contacto do Chega. É curioso. Ouvimos muitos dos restantes proclamar, de pulmões cheios, “25 de Abril sempre” e “a revolução do povo, pelo povo e para o povo”. Mas disponibilizar um contacto para o povo? Isso já não.

A democracia representativa exige que os eleitos assumam publicamente as escolhas feitas em nome dos cidadãos. Sem saber como votou cada um, não há escrutínio nem responsabilização política; há apenas uma decisão coletiva atrás da qual todos se podem esconder. Em Sintra, os eleitos celebram Abril, mas preservam mecanismos que os protegem do escrutínio dos cidadãos. Querem o mandato do povo, mas não querem que o povo saiba como o exercem.

Aparentemente, gente fina não se mistura com a ralé.

Daniel Souza

SOCIEDADE

Maria do Céu Simões termina carreira no Hospital Amadora/Sintra

A Unidade Local de Saúde de Amadora/Sintra, partilha o agradecimento a Maria do Céu Simões, assistente administrativa que, ao longo de duas décadas, dedicou a sua vida profissional ao cuidado dos utentes do Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca (HFF) e que recentemente se aposentou.

A Céu começou o seu percurso no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca em 2005, como Auxiliar de Ação Médica na Medicina III, onde se destacou pelo carinho e atenção aos utentes: fosse a ajudar a fazer a barba ou a dar as refeições a quem mais precisava. Em 2009, tornou-se Assistente Administrativa, passando pelas Consultas Externas de Neurologia e, em 2010, pelas Consultas Externas de



Festa de despedida de Maria do Céu Simões (em baixo com o ramo de flores)

Infeciologia, onde encontrou um dos desafios mais marcantes e mais

gratificantes da sua carreira.

O contributo dos Assistentes

Técnicos e Assistentes Administrativos é muito relevante na

nossa ULS. O atendimento, a marcação de atos clínicos, o contacto e encaminhamento de cada utente, família, acompanhante em diferentes fases, são as tarefas mais visíveis deste grupo profissional em que se inclui também a capacidade de acolher a ansiedade de quem espera, de ouvir ativamente as preocupações de cada pessoa, quando acede a cada uma das nossas unidades de saúde. Implica um cuidado que não se mede em atos clínicos e que é essencial.

Agora que se aposenta, a Céu não abandona: vai continuar como voluntária no Hospital, inscrever-se na Faculdade Sénior e participar num projeto para a terceira idade da Câmara Municipal da Amadora.

Fonte e foto: *uls amadora-sintra*

Sintra apoia seniores com reparações gratuitas

A “Oficina do Idoso” é um serviço gratuito da Câmara Municipal de Sintra, destinado aos munícipes com 65 ou mais anos, que contribui para um dia a dia mais seguro, confortável e autónomo.

Se precisa de uma pequena reparação em casa, este serviço pode ajudar. A “Oficina do Idoso” realiza intervenções de canalização, eletricidade,

serralharia e bricolage, ajudando a manter as habitações em boas condições de habitabilidade. Este projeto tem como objetivo promover a qualidade de vida da população sénior do concelho, disponibilizando apoio técnico gratuito para pequenas reparações de construção civil no domicílio. O agendamento é simples e gratuito.



Basta contactar a “Oficina do Idoso” através do número 800 204 952 para marcar uma visita técnica. Com este serviço, a Câmara Municipal de Sintra continua a investir em respostas de proximidade, reforçando o seu compromisso com o bem-estar e a qualidade de vida dos seniores Sintrenses.

Fonte: CMS

2 MINUTOS PARA OS DIREITOS HUMANOS

1 | PORTUGAL

Foi aprovado na especialidade, a 9 de julho, o projeto-lei do Chega que proíbe a utilização de burcas e outros véus que ocultem o rosto em espaços públicos. A Amnistia Internacional – Portugal entende que o texto aprovado pela Comissão da Assembleia da República é discriminatório e viola os direitos humanos das mulheres que optam por usar um véu para cobrir o rosto. Além disso, tem implicações na liberdade de religião, no direito à privacidade, no direito à liberdade de expressão e no direito à liberdade de reunião e manifestação pacíficas, reiterando a condenação desta proposta, que foi aprovada na generalidade em outubro de 2025.

2 | PALESTINA

As autoridades israelitas devem libertar imediatamente o pediatra palestino e diretor do hospital Kamal Adwan, Dr. Hussam Abu Safiya, detido arbitrariamente. O apelo surge na sequência de relatos de um advogado que visitou Abu Safiya, segundo os quais existe uma ameaça iminente à sua vida, como consequência da tortura e de outros maus-tratos que tem vindo a sofrer sob custódia israelita. O Dr. Abu Safiya encontra-se detido arbitrariamente em prisões israelitas desde 27 de dezembro de 2024 – há mais de 18 meses – sem acusação nem julgamento, data em que foi detido enquanto prestava serviço no seu hospital, na cidade de Gaza.

3 | LÍBANO

O acordo entre Israel e o Líbano, assinado em Washington, a 26 de junho de 2026, ameaça trair as vítimas de crimes de guerra no Líbano, defendem a Amnistia Internacional e cinco organizações de direitos humanos e de liberdade de imprensa. Algumas partes do texto parecem ter como objetivo impedir que as vítimas de crimes graves procurem justiça perante instâncias internacionais. Outras parecem aceitar passivamente as deslocações forçadas, prolongadas e por tempo indeterminado, de dezenas de milhares de residentes de vastas áreas do sul do Líbano, ocupadas pelas forças israelitas.

4 | SUDÃO

As Forças de Apoio Rápido cometeram crimes contra a humanidade e limpeza étnica durante a sua campanha para tomar El Fasher, no estado do Darfur do Norte, no Sudão, concluiu a Amnistia Internacional num novo relatório. A organização apela a um cessar-fogo imediato no Sudão e à mobilização urgente de uma força internacional para proteger os civis. “Cidade sitiada, crianças sob fogo: os crimes contra a humanidade das Forças de Apoio Rápido no Darfur do Norte” documenta como civis em El Fasher e arredores foram mortos, feridos, espancados, torturados e detidos entre o início de 2024 e outubro de 2025.

5 | GEÓRGIA

A Geórgia está a passar por uma das mais graves erosões dos direitos humanos desde a independência, à medida que o partido no poder recorre, cada vez mais, a práticas autoritárias para manter o seu domínio. Isto, num contexto de crescente descontentamento público devido à sua posição em relação à invasão da Ucrânia pela Rússia e às relações da Geórgia com a União Europeia. Um novo relatório, intitulado “Anatomia da Repressão – Geórgia: 500 Dias de Protesto, Repressão e Resiliência”, documenta como o governo liderado pelo partido Sonho Georgiano utilizou a desinformação como arma para justificar medidas repressivas e difamar os críticos.

📍 Junte-se a nós. Torne-se nosso apoiante WWW.AMNISTIA.PT/APOIAR-AMNISTIA-INTERNACIONAL

Milhares de forasteiros na Feira Medieval de São Pedro de Sintra

Numa iniciativa da União de Freguesias de Sintra, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra, e SMAS de Sintra, terminou no domingo, dia 12, a Feira Medieval de São Pedro de Sintra, com 4 dias de grande animação e milhares de forasteiros que apesar de todas as dificuldades de chegar ao local, dado o enorme fluxo de circulação automóvel, nomeadamente no fim-de-semana, a par de outras actividades no Centro Histórico de Sintra. Com um vasto programa, desde o dia 9 (Quinta-feira), e com entrada livre, a Feira



fotos: ventura saraiva

Medieval, no cenário natural do Largo D. Fernando II, onde se realiza a feira quinzenal, transformou-se no ambiente de um Mercado da Idade Média, que apesar de repetitivo, tem enorme popularidade junto do público de todas as idades. Combates Medievais, Espectáculos de Fogo, Teatro de Rua, com actores profissionais, Aves de Rapina, Répteis, Jogos Tradicionais, Artes & Ofícios, Músicos e Dançarinas, Mercadores e Artesanato, uma panóplia de propostas, destacando-se as várias Tavernas que não tiveram mãos a medir em qualquer hora do dia ou da

noite. E por falar em noite, os que se mantiveram até ao fecho da feira, puderam assistir ao sempre deslumbrante espectáculo de fogo, com Cogulume, Flame, e o Spit Fire. Os forasteiros tiveram também a oportunidade de conhecer e comprar produtos de origem árabe, e ter contacto directo com várias formas de doçaria, produtos hortícolas, queijos, pão, e outras opções já conhecidas deste tipo de eventos, independentemente da época histórica.

Ventura Saraiva



JORNAL DE SINTRA

O SEMANÁRIO DO CONCELHO
Há 92 anos a Informar e a Partilhar

ASSINE E APOIE

CONDIÇÕES DE ASSINATURA

EDIÇÕES VIA CTT

- Portugal – 20 euros/ano
- Apoio – 25 Euros/ano
- Estrangeiro – 45 euros/ano
- Apoio – 50 Euros/ano

Para assinar favor enviar valor para o NIB
0036 0050 9910032656560 (Banco Montepio)
(Com a indicação do nome do assinante e respectivo e-mail/contacto)

Contacto: 219106830
loja@jornaldesintra.pt

WWW.JORNALDESINTRA.COM

Av. Heliodoro Salgado, n.º 6 – 2710-572 Sintra

PUB. JORNAL DE SINTRA, 17-07-2026



Sede: Estrada de Santa Maria,
n.º 39 B – Bolembre
2705-559 S. João das Lampas
Contactos:
E-mail: grupomtba@gmail.com
Tlm: 961 946 913
Contribuinte: 501127976

GRUPO UNIÃO RECREATIVO E DESPORTIVO MTBA

PESSOA COLETIVA DE UTILIDADE PÚBLICA
DECRETO-LEI N.º 460/77, DE NOVEMBRO DE 1977

CONVOCATÓRIA

Nos termos do Art.º 27.º do Capítulo 9.º dos Estatutos do Grupo União Recreativo e Desportivo MTBA, convoco a Assembleia Geral Ordinária do Grupo, em sessão a realizar pelas 20:30 do dia 24 de Julho de 2026 (ou uma hora depois com qualquer número de associados), no Pavilhão do MTBA, sito em Bolembre – Sintra, com a seguinte Ordem de Trabalhos:

1. Apresentação, discussão e votação do Relatório e Contas da Direção e parecer do Conselho Fiscal, relativo ao exercício de 2025;
2. Apresentação, discussão e votação do Plano de Actividades da Direção para o exercício de 2026;
3. Outros assuntos de interesse.

Bolembre, 30 de Junho de 2026.

O Presidente da Assembleia Geral

José Miguel Portelinha Vaz

MODALIDADES: FUTEBOL • FUTSAL • KARATÉ • GINÁSTICA • ATLETISMO • VOLEIBOL
• FOLCLORE • CARNAVAL • MARCHA POPULAR

PUB. JORNAL DE SINTRA, 17-07-2026



**Sport União
Sintrense**

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

Fundado em 7 de Outubro de 1911

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA CONVOCATÓRIA

Ao abrigo do disposto no n.º 1 do artigo 33.º dos Estatutos do Clube, convoco a Assembleia Geral do Sport União Sintrense, a reunir-se em sessão ordinária no próximo dia **21 de julho, pelas 20h30**, situado no primeiro andar da bancada principal, no Salão Nobre, na Rua Dr. Félix Alves Pereira, na Portela de Sintra, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

1. Apreciação e deliberação do Plano de Actividades e Orçamento para a época 2026/2027.
2. Outros assuntos de interesse para o Clube.

Em conformidade com os n.ºs 1 e 2 do artigo 32.º dos Estatutos do Clube, a Assembleia Geral funcionará em primeira convocação com a presença da maioria de sócios e, não havendo, funcionará 30 minutos depois em segunda convocação, com qualquer número de sócios.

Sintra, 1 de julho de 2026.

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Dr. Jorge Leitão

Rua Pedro Cintra, n.º 23 - 2710-436 Sintra
Telef. +351 219 231 840 - Fax: +351 219 241 953
secretaria@susintrense.com • www.susintrense.pt

SOCIEDADE

FÓLIO – Festival Literário Internacional de Óbidos apresentado em Lisboa

Teatro da Trindade INATEL, em Lisboa, acolheu na segunda-feira, 13 de julho, a apresentação pública da 11.ª edição do FÓLIO – Festival Literário Internacional de Óbidos, que decorre de 8 a 18 de outubro sob o tema “Para Além da Pele”.

Este ano, o evento traz a Óbidos o Nobel da Literatura 2023 Jon Fosse e alguns dos maiores nomes da literatura e do pensamento contemporâneo, e marca o arranque da criação do Conselho Estratégico de Literatura e Conhecimento, um órgão consultivo que deverá afirmar-se como uma plataforma de pensamento estratégico, um laboratório de ideias, capaz de consolidar a literatura como política pública, mas também posicionar Óbidos como um território de referência, nas dimensões Cultura, Leitura, Conhecimento, Democracia e Desenvolvimento. “Hoje multiplicam-se os festivais literários um pouco por todo o lado. Congratulamo-nos com isso, mas importa sublinhar que o FÓLIO não é apenas mais uma tendência. O FÓLIO é uma política pública consolidada e planeada”, começou por afirmar, na ocasião, Ricardo Duque, vereador com o pelouro da Cultura no Município. Este novo Conselho - que tem entre os seus conselheiros fundadores Pilar del Río, José Luís Peixoto, Mia Couto, Afonso Cruz, Valter Hugo Mãe, Tatiana Salem Levy, José Eduardo Agualusa, Dulce Maria Cardoso, Gonçalo M. Tavares e ainda Pedro Freitas - terá como missão “fixar as bases científicas, metodológicas e estratégicas do ecossistema literário de Óbidos”, contribuindo para posicionar o concelho como um território produtor de pensamento e de políticas públicas no domínio da literatura e do conhecimento. “O nosso objetivo é afirmar Óbidos como uma referência europeia e lusófona nas políticas públicas da literatura, da leitura e do conhecimento, reforçando as ligações entre literatura, educação, ciência, tecnologia, inovação, cidadania e desenvolvimento económico”, sustentou, acrescentando que este novo passo “dá suporte institucional ao compromisso assumido com a candidatura de Óbidos a Capital Portuguesa da Cultura 2028”.

Durante a sua intervenção, o vereador dirigiu ainda uma palavra de reconhecimento a Pilar del Río, presidenta da Fundação José Saramago, destacando “a ligação inestimável que une o Município de Óbidos a esta instituição, uma parceria que enriquece a matriz cultural do concelho e o liga de forma duradoura às grandes individualidades da língua portuguesa”. Para Pilar del Río, “Óbidos é cultura universal”. “Vamos tentar que Óbidos seja Capital Portuguesa da Cultura, que já é”, mas Óbidos podia ser “Capital Ibérica da Cultura. Porque não?”, questionou. “Que a denominação que estamos a tentar obter, e que vamos conseguir, sirva de manifesto. [Porque] o que representa as sociedades e os países são as suas culturas, as suas formas de estar, de querer, de se emocionar, de ler poesia. Não são as guerras, as conquistas, são os encontros. E Óbidos ‘é uma ‘cidade’ de encontros. Por isso uma ‘cidade’ de cultura. E por isso assim devia ser denominada. Sempre”.

Nomes confirmados:

Entre os autores já confirmados encontram-se Jon Fosse, vencedor do Prémio Nobel da Literatura 2023 e um dos mais importantes e celebrados autores da atualidade. Escritor e dramaturgo prolífero, estreou-se no romance em 1983 com “Vermelho e Preto”, tendo recebido vários prémios ao longo da sua carreira. A sua extensa obra, traduzida em mais de 50 línguas, inclui romance, teatro, poesia, livros para crianças e ensaio. A Jon Fosse vão juntar-se nomes de diferentes continentes, como Leïla Slimani, Ana Maria Gonçalves, Kiran Desai, Yann Martel, Aixa de la Cruz, Catherine Millet, Vera Laconelli, Valter Hugo Mãe, Ricardo Araújo Pereira, Marco Neves, entre muitos outros escritores, ensaístas, pensadores e criadores nacionais e internacionais, anunciou Pedro Sousa, curador do FÓLIO Autores.

Fonte: CMO Comunicado Imprensa



Dia Mundial do Cérebro – 22 Julho: Importância de cuidar da saúde cerebral

No Dia Mundial do Cérebro, assinalado a 22 de julho, os profissionais da *emeis*, referência na prestação de cuidados a seniores em Portugal, reforçam a importância de promover a saúde cerebral ao longo da vida e de sensibilizar para a distinção entre as alterações cognitivas associadas ao envelhecimento normal e os sinais precoces de doenças neuro degenerativas, como a doença de Alzheimer.

À medida que envelhecemos, o cérebro também sofre alterações naturais. Algumas pessoas podem sentir que demoram mais tempo a aprender algo novo, que necessitam de mais concentração para recordar determinadas informações ou que, ocasionalmente, se esquecem onde colocaram objetos do dia a dia. Estas situações podem fazer parte do processo normal de envelhecimento e não significam necessariamente a existência de uma demência. “Nem todos os esquecimentos são motivo de preocupação. É importante compreender que existem alterações cognitivas normais associadas à idade. O que deve despertar atenção é quando as dificuldades de memória começam a comprometer a autonomia, a capacidade de orientação ou a realização das atividades quotidianas”, explicam os profissionais da *emeis*.

Entre os sinais de alerta que justificam avaliação especializada destacam-se o esquecimento frequente de acontecimentos recentes ou datas importantes, a repetição constante das mesmas perguntas ou frases, a dificuldade em realizar tarefas habituais, a desorientação em locais familiares e alterações significativas da comunicação ou do comportamento.

A perda de memória e o declínio cognitivo podem ser influenciados por diversos fatores, para além da idade. O isolamento social, a inatividade física, o stress crónico, a ansiedade, a depressão, a falta de sono, determinadas patologias cardiovasculares e metabólicas, assim como défices nutricionais, nomeadamente de vitamina B12 e ácido fólico, podem afetar o funcionamento cerebral.

Segundo a equipa multidisciplinar da *emeis*, a adoção de hábitos de vida saudáveis continua a ser uma das estratégias mais eficazes para preservar a saúde do cérebro e promover um envelhecimento ativo. “Tal como cuidamos do coração ou dos músculos, também devemos cuidar do cérebro. Um estilo de vida



saudável pode retardar o envelhecimento cerebral, reduzir fatores de risco associados a doenças neurológicas e contribuir para uma melhor qualidade de vida ao longo dos anos.”

Entre as principais recomendações dos especialistas encontram-se:

- Praticar atividade física regularmente;
- Manter uma alimentação equilibrada, rica em frutas, vegetais e nutrientes essenciais para a saúde cerebral;
- Garantir uma boa qualidade do sono;
- Estimular o cérebro através da leitura, jogos de lógica, palavras cruzadas, sudoku ou da aprendizagem de novas competências;
- Utilizar estratégias de organização, como agendas, listas ou calendários;
- Manter uma vida social ativa e relações interpessoais significativas;
- Controlar fatores de risco como hipertensão arterial, diabetes, tabagismo e consumo excessivo de álcool.

A estimulação cognitiva desempenha igualmente um papel fundamental na manutenção das capacidades mentais. Técnicas de associação de ideias, exercícios de memória e atividades que desafiam

o raciocínio ajudam a reforçar as ligações neuronais e a preservar funções como a atenção, a memória e a capacidade de resolução de problemas.

Nas suas 15 residências em Portugal, a *emeis* desenvolve programas personalizados de estimulação cognitiva e promoção da autonomia, através de equipas multidisciplinares compostas por médicos, enfermeiros, psicólogos, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas e outros profissionais especializados na área do envelhecimento e da saúde cerebral.

Os especialistas da *emeis* sublinham ainda uma mensagem particularmente relevante: envelhecer não significa perder inevitavelmente as capacidades cognitivas. Muitas pessoas mantêm um elevado desempenho intelectual ao longo da vida, especialmente quando adotam hábitos saudáveis e permanecem física, social e mentalmente ativas. Neste Dia Mundial do Cérebro, a *emeis* convida a sociedade a olhar para a saúde cerebral como uma prioridade de saúde pública e reforça a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e da promoção de estilos de vida que permitam viver mais anos com autonomia, bem-estar e qualidade de vida.

Fonte e foto: *emeis* divulgação

Patinagem Artística — Campeonato Nacional de Dança-Solo Dance

Santa Susana e Pobral conquista título de vice-campeã

Ventura Saraiva*

O Campeonato Nacional de Dança de Patinagem Artística terminou no passado dia 5, depois de seis dias de competição (começou a 30 de Junho), e consagrou a equipa da Sociedade Recreativa de Santa Susana e Pobral como vice-campeã ao classificar-se no 2.º lugar, com 1839.62 pontos. O título principal foi para o Rolar Matosinhos (AP Porto) com 2992.97. De relevar ainda os títulos individuais de Matilde Claro, no escalão de Iniciadas, e Francisco Gonçalves, nos Juniores. Bárbara Faneco, conquistou a Medalha de Prata em Seniores, uma categoria dominada pela campeã europeia de patinagem livre, Catarina Craveiro.

O Pavilhão Rota dos Móveis, em Lorde-lo, reuniu 264 atletas de todo o país naquela que é uma das principais competições do calendário nacional da patinagem artística. A competição foi organizada pela Federação de Patinagem de Portugal (FPP), em parceria com a Associação Desportiva de Paredes, a Associação de Patinagem do Porto e o Município de Paredes. Ao longo de seis dias de competição, estiveram em acção patinadores dos escalões de Infantis, Iniciados, Cadetes, Juvenis, Juniores e Seniores, que disputaram os títulos nacionais individuais, pontuando para os seus clubes no objectivo da melhor classificação colectiva. A Sociedade Recreativa de Santa Susana e Pobral viria a somar 1839.62 pontos, classificando-se no 2.º lugar entre a meia centena que entrou na pauta final classificativa, e onde figuram, o GDR “Os Lobinhos”, Sociedade Re-

creativa da Várzea de Sintra, União Recreativo do Linhó, e Hockey Club de Sintra. A colectividade da freguesia de S. João das Lampas voltou a destacar-se na competição,

arrecadando vários lugares cimeiros nas provas individuais. Matilde Claro (38.65 pontos), na categoria de iniciados, e Francisco Gonçalves, em



Cerimónia de abertura com a apresentação das equipas



Matilde Claro – Campeã Nacional Iniciadas

fotos: cortesia - spssp

juniores (63.85), conquistaram o título de campeões nacionais, ao subirem ao lugar mais alto do pódio. Bárbara Faneco, (60.75) em seniores, conquistou a medalha de prata, e Maria Inês Gonçalves (Bronze), nas Juvenis. O colectivo da SRSSP apresentou-se com: Mia Fernandes, Matilde Claro, Lara Miranda, Mariana Pais, Leonor Noronha, Beatriz Lourenço, Samuel Braz, Maria Inês Gonçalves, Afonso Dias, Mariana Gonçalves, Inês Zeferino, Carolina Ribeiro, Leonor Lourenço, Joana Antão, Inês Delgadinho, Francisco Gonçalves, Francisco Fernandes, Bárbara Faneco, Inês Castelo, Sofia Rodrigues, Ana Beatriz Aragão e Leonor Castilho. A equipa técnica foi orientada por Ana Cristina Dias Marques.

Classificação final

- 1.ª Rolar Matosinhos, 2992.97 Pontos
- 2.ª SR Santa Susana e Pobral, 1839.62
- 3.ª Casa do Povo de Areias (Barcelos), 1610.52
- 4.ª Rolar H. Clube Lourosa, 1031.50
- 5.ª Grupo Nun’ Álvares, 974.41
- 6.ª ADR Achada (Mafra), 973.52
- 7.ª APP Rollersky II, 778.27
- 8.ª Associação Desportiva de Paredes, 711.25
- 9.ª Núcleo CR Valongo, 647.41
- 10.ª Clube Futebol Sassoeiros, 646.11
- (...)
- 16.ª Sociedade Recreativa Várzea de Sintra, 266.95
- 27.ª GDR “Os Lobinhos”, 160.02
- 37.ª Grupo UR Linhó, 110.22
- 51.ª Hockey Club de Sintra, 51.94

Hóquei em Patins — Nacional da 3.ª Divisão

— Apuramento Promoção

Juventude Salesiana termina em 1.º e sobe à 2.ª

Terminou no dia 28 de Junho, a Fase de Apuramento Promoção, com a equipa da F. Salesianos/AJ Salesiana a derrotar no Estoril, a ACR Santa Cita por 2-0 (golos de Filipe Reis, e Francisco Maximiano), garantindo uma das vagas para subida à 2.ª Divisão na próxima temporada, 2026-27. Uma temporada de sucesso para a equipa técnica liderada por Rui Bravo que passou pela UDC Nafarros enquanto jogador sendo capitão de equipa até 2009/10 de onde saiu para o CACO. O CRPF Lavra ao empatar (1-1) em Vila Boa do Bispo, ficou no 2.º lugar, e sobe também ao escalão secundário. Quanto ao título de campeão da 3.ª nacional, foi conquistado pela ADJ Vila Praia (Minho) ao vencer a APAC Tojal por 2-4, na última jornada do Apuramento de Campeão. A formação de Vila Praia de Âncora terminou a fase decisiva da competição no primeiro lugar, com 12 pontos, confirmando a conquista do título. Além da ADJ Vila Praia e da APAC Tojal, também o HC Mealhada e o HCP Grândola (vencedor da Zona Sul B, garantiram a promoção à 2ª Divisão para a época 2026/27.

PUB.



A FUNERÁRIA
SÃO JOÃO DAS LAMPAS
de Quintino e Moraes

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

geral@quintinoemoraais.pt

www.funerariaquintinoemoraais.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

DESPORTO

Atletismo — Campeonato Nacional de Pista ao Ar Livre (sub 20)

J.O.M.A. segura 2.º lugar em femininos e sagra-se vice-campeã

Ventura Saraiva

A pista do Complexo Desportivo das Caldas da Rainha acolheu no fim-de-semana, dias 11 e 12, o Campeonato Nacional de Sub 20.

A equipa feminina de atletismo da Juventude Operária de Monte Abraão (J.O.M.A.), sagrou-se vice-campeã nacional ao somar 96 pontos na classificação colectiva, superando o Benfica que obteve 89.

Dos clubes da Associação de Atletismo de Lisboa, destaque para Cátia Khvas (NúcleOeiras), vencedora dos 1.500 metros, e Madalena Sampaio, da Fundação Salesianos campeã nacional nos 100 metros Barreiras.

O Sporting Clube de Portugal conquistou o título de campeão nacional de juniores (sub 20) nos dois sectores, masculino e feminino pelo quarto ano consecutivo. Depois do primeiro dia ter sido dominador, mas com vantagens pontuais reduzidas, a segunda jornada alargou a vantagem leonina nos rapazes, terminando com 177,5 pontos. A Juventude Vidigalense posicionou-se no 2.º lugar (115 pontos), e o Sport Lisboa e Benfica, em 3.º, com 110,5.

No plano feminino, o emblema de Alvalade partiu para a jornada inaugural sem oposi-

ção, aumentando na ronda seguinte. Somou 188 pontos. A J.O.M.A., 96, e o SL Benfica, 89.

Neste sector, registou-se, a obtenção de dois novos recordes nacionais durante a primeira jornada. Na prova dos 100 metros, a atleta Carolina Ventura, do Benfica, estabeleceu uma nova marca de referência no escalão Sub-18, com 11.54 s. Por sua vez, Lara Roque, da AA Bela Vista (Algarve, alcançou o recorde nacional Sub-20 nos 3.000 metros obstáculos, com o tempo final de 10:22.57 minutos.

Campeões nacionais individuais

Masculinos:
1.500 metros: Francisco Jogo (Sporting)
400m barreiras: Afonso Chaves (Sporting)
110m barreiras: Pedro Vieira (Sporting), que empatou com Samuel Falieu-Mané (Benfica) com 14.32 s.
Estafeta 4x400m: Raimundo Jorge, Márcio Alves, Daniel Fernández e Afonso Chaves (Sporting)
400 metros: Afonso Conceição (Olimpico Vianense)
Estafeta 4x100m: SL Benfica
Salto em comprimento: Tia-gó Matos (CDC Priscos)
Salto com vara: Samuel Falieu-Mané (Benfica)
Lançamento do peso: João



foto: (créditos fpa comunicação)

Sporting dominou os nacionais de juniores (sub 20) e conquistou a dobradinha pela 4.ª vez consecutiva

Pedro Silva (Benfica)
Lançamento do martelo: Nikita Miroshnyk (Juventude Ilha Verde)
Lançamento do dardo: Simão Duarte (Associação Grão Vasco)
3.000m obstáculos: Leonardo Oliveira (El Comandante)
5.000m marcha: Celestino Pacheco (Juventude Ilha Verde)
Lançamento do disco: Guilherme Gavina (CRDCD Luzense)
3.000 metros: Igor Gomes (GDC Guilhovai)
Salto em altura: Eduardo Carolo (GD Estreito)
800 metros: David Moura (GRECAS)
200 metros: David Pereira

(Olimpico Vianense)
Triplo salto: Afonso Cordeiro (Juventude Ilha Verde)
Femininos:
100 metros: Carolina Ventura (Benfica)
400 metros: Adimizia Andrade (Benfica)
Estafeta 4x100m: SL Benfica
1.500 metros: Cátia Khvas (NucleOeiras)
Salto em comprimento: Natacha Candé (Juventude Ilha Verde)
Salto em altura: Natacha Candé (Juventude Ilha Verde)
Lançamento do Martelo: Clara Teixeira (Ass. Jardim da Serra)
3.000m obstáculos: Lara Roque (AA Bela Vista)
3.000 metros planos: Lara Roque (AA Bela Vista)

5.000m marcha: Isabel Luís (Clube Pedro Pessoa)
400m barreiras: Cristina Neves (Benfica)
800 metros: Mariana Moreira (UD Várzea)
100m Barreiras: Madalena Sampaio (Fundação Salesianos)
Triplo Salto: Naycira Varela (Sporting)
Salto com vara: Carolina Veríssimo (Sporting)
Lançamento do disco: Adarlene Binta (Sporting)
200 metros: Diana Indequê (Sporting)
Lançamento do Dardo: Margarida António (Sporting)
4x400m: Lara Nunes, Teresa Delfino, Carolina Veríssimo e Ciara Costa (Sporting).

Turim Acro Cup 2026 International

Gimnoanima conquista 4 pódios



foto: (cortesia gimnoanima)

Associação Gimnoanima volta a destacar-se em competição internacional

Realizou-se nos dias 3,4, e 5 deste mês, no Palazzetto Gianni Asti, o Turim Acro Cup 2026, competição internacional de ginástica acrobática que contou com uma delegação da Associação Gimnoanima composta por 28 ginastas distribuídos por 11 pares e grupos. No total, a Associação de Mem Martins saiu de Itália com a

conquista de três medalhas de Ouro, e uma de Prata. Dos 11 pares e grupos em competição, nove garantiram o apuramento para as finais, confirmando a qualidade da formação e da preparação técnica desenvolvidas pela Associação Gimnoanima. Nas decisões, o clube conquistou três medalhas de ouro: no escalão Open, com

o triunfo do par feminino (Carolina Cavaleiro/Lara Guedelha), e no escalão Sênior, com as vitórias do par misto e do grupo feminino. A estes resultados juntou-se ainda uma medalha de prata, alcançada pelo grupo feminino no escalão Beginner (Marta Brandão/Benedita Ribeiro/Uliana Sytnik).

VS

Karate Shukokai — KSI European Open 2026

Dojo Samurai de Rio de Mouro ajuda Portugal com 3 Medalhas

A Academia de Artes Marciais Dojo Samurai, sediada na Vila de Rio de Mouro, destacou-se em Leipzig (Alemanha) no decorrer do KSI European Open 2026, integrando uma Seleção da APKS — Associação Portuguesa de Karate Shukokai, na competição que decorreu de 8 a 12 deste mês.

A primeira medalha, foi conquistada no primeiro dia do campeonato, com vitória de Ricardo Couveiro, que subiu ao lugar mais alto do pódio na categoria de Kata Juvenis, arrecadando a Medalha de Ouro.

No segundo dia da competição, os atletas do Dojo Samurai voltaram a brilhar, com Gabriel Rodrigues a alcançar a Prata em Kumite Júnior Light. Em Kumite Cadete, Gonçalo Freire conquistou a Medalha de Bronze.

Destaque também para as



foto: (cortesia dojo samurai)

Comitiva portuguesa que marcou presença em Leipzig (Alemanha)

prestações dos atletas Kevine Martins, Tiago Couveiro e Martim Caiado, que apesar das boas prestações, não conseguiram alcançar os lugares de pódio.

No total, a equipa portuguesa através da APKS Shukokai Portugal alcançou um total de 8 pódios, no KSI European

Open 2026 com quatro medalhas de ouro, uma de prata e três de bronze.

A Delegação da APKS Shukokai Portugal foi liderada por Shihan Marcelo Azevedo e integrou ainda o Sensei Jorge Marques, na qualidade de árbitro, e o Sensei Nuno Dias, como treinador.

VS

Sintra Trail Monte da Lua — 5.ª Edição

Tomás Morais e Inês Correia estreiam-se a vencer

Ventura Saraiva

Realizou-se ao início da noite (21h00), de sábado, dia 11, a 5.ª Edição do Sintra Trail Monte da Lua, e que reuniu mais de um milhar de participantes dos dois mil inscritos, limite fixado pela organização, entre competição, e caminhada de 5 e 10 kms.

Tomás Morais, em representação da Run Tejo, estreou-se a vencer, assim como Inês Correia, da Casa Benfica em Faro.

Terminaram os 10 km competitivos, 696 participantes, embora um número significativo, pelo tempo gasto, optaram por caminhar em vez de correr... Nota curiosa para os números finais; o número de mulheres classificadas (381) superou a participação dos homens que se ficaram pelos 315. A última do sector feminino, gastou 02,28,02" (escalão F50), e no masculino, 02,19,33" (M55).

Foi para todos os gostos. Correr rápido para chegar nos lugares de topo, correr mais lento, ou que as pernas e os pulmões deixavam. E se no plano competitivo, muitos caminharam, nos caminheiros houve muitos que decidiram correr, nomeadamente nos 5 km., com muitos jovens a participar. Mas o Sintra Trail Monte da Lua, é competição. E neste cenário, houve duas estreias a vencer no Largo Rainha Dona Amélia. Tomás Morais que se tem especializado na distância das duas léguas, preparou-se para esta prova, e venceu, apesar da forte oposição de José Fernandes (outro estreante) que ficou apenas a 21 segundos. A completar o pódio absoluto, um especialista de trail de longa distância (UTMB), o polaco, Krzysztof Pachowicz que muito cedo perdeu o contacto com os da frente, e terminaria a 3m07s do vencedor. No sector feminino, Inês Correia que representa a Casa



Trio que chegou primeiro à meta instalada frente ao Palácio Nacional de Sintra

Benfica em Faro, e laureada com a recente vitória no MIUT Starter na Ilha da Madeira, no mês de Abril, fez uma corrida praticamente a solo. Venceu folgadoamente, deixando a segunda classificada, Gemma Gordon, outra especialista em Ultra Trail, a quase três minutos e meio. Esta londrina, habitual participante em provas portuguesas, é investigadora em Psi-

cologia, e apesar da segunda posição, liderou o escalão F35. No 3.º lugar, e a correr pela equipa Beloura Team, Mécia Anastácio, técnica superior nos SMAS de Sintra, vencedora do escalão F40. Na classificação absoluta, nota ainda para a excelente corrida de Bruno Sousa (CPA CHESMAS), que entraria em 5.º lugar, sendo o melhor do



Marco Almeida, presidente da autarquia sintrense associou-se ao evento e deu o sinal de partida

fotos: créditos - HMS Sports/Paulo A. Lopes/Walter Branco



Inês Correia, vence de forma fantástica o sector feminino da competição

escalão M45. Os clubes do concelho de Sintra mantiveram-se um pouco à parte da competição, a exemplo das anteriores edições. O Centro de Cultura e Desporto Sintrense (CCDS) apresentou-se com uma equipa, e teve em Armindo Sampaio, o seu melhor elemento, ao classificar-se no 28.º lugar (55m59s), vencendo o seu escalão, M65. Com 32 nacionalidades representadas no evento, o Sintra Trail Monte da Lua desperta emoções devido à beleza do seu traçado, em ambiente nocturno. A passagem pela Quinta da Regaleira será o mais apreciado, onde não faltou música ao vivo para animar os participantes. A prova organizada pela empresa de eventos desportivos, HMS Sports, é promovida pela Câmara Municipal de Sintra, com apoio, entre outros, da Parques de Sintra-Monte da Lua, e SMAS de Sintra. Esta estrutura camarária apoiou a iniciativa através da instalação de pontos de abastecimento de água, evi-

tando a produção de resíduos decorrente da habitual utilização de água engarrafada e, por outro lado, sensibilizar os participantes para a qualidade da água distribuída

na rede pública. Foi também a disponibilizada a contentorização de recolha de resíduos de diferentes valências, incluindo ao nível dos biorresíduos.

Classificações

Geral masculina ("Top 10"):

- 1.º Tomás Morais, Run Tejo, 42,08"
- 2.º José Fernandes, .COM, 42,29"
- 3.º Krzysztof Pachowicz, Individual, 45,15"
- 4.º Francisco Lemos, CB Reguengos Monsaraz, 46,38"
- 5.º Bruno Sousa, CPA CHESMAS, 48,22"
- 6.º Afonso Veríssimo, Individual, 50,28"
- 7.º João Teixeira, Juventude Almansor, 50,31"
- 8.º João Góis, Individual, 50,36"
- 9.º João Esteves, Gatunos, 52,15"
- 10.º Fernando Sousa, Individual, 52,35"

(Terminaram 315 atletas)

Geral Feminina:

- 1.ª Inês Correia, Casa Benfica Faro, 54,11"
- 2.ª Gemma Gordin, individual, 57,26"
- 3.ª Mécia Anastácio, Beloura Team, 01,02,12"
- 4.ª Ana Raquel Damas, Individual, 01,02,47"
- 5.ª Eduarda Gonçalves, individual, 01,02,57"
- 6.ª Natacha C. Individual, 01,03,09"
- 7.ª Arlete Rego, Individual, 01,04,25"
- 8.ª Karen Kurth, individual, 01, 05, 34"
- 9.ª Elisabeth Di Cioccio, Individual, 01,05,56"
- 10.ª Esther Róling, Individual, 01,06,06"

(Terminaram 381 atletas)



Caminheiros tiveram duas opções para participar. Uma na distância de 5km, e outra de 10 K, o mesmo traçado da corrida

CULTURA

Orquestra Municipal de Sintra D. Fernando II apresenta concerto de excelência



foto: arquivo / cms

A Orquestra Municipal de Sintra D. Fernando II apresenta-se no Centro Cultural Olga Cadaval, a 26 de julho, às 16h00, para um concerto que reúne duas obras de grande relevância do repertório sinfónico.

O programa tem como ponto alto o Concerto para Piano n.º 2, de Sergei Rachmaninoff, uma das obras mais emblemáticas do romantismo, interpretada pelo jovem pianista Sintrense Thiago Tortaro, sob a direção do maestro Cesário Costa.

O concerto abre com a 7.ª Abertura, de Eduardo Jaime Talassi, apresentada em estreia moderna, proporcionando ao público a oportunidade de conhecer uma obra marcante do património musical português.

A entrada é gratuita, mediante levantamento de bilhetes na bilheteira do Centro Cultural Olga Cadaval, limitada à lotação disponível e com o máximo de dois bilhetes por pessoa.

Fonte: CMS

Grandes êxitos de Rui Veloso em concerto intimista

No próximo dia 24 de julho, às 21h00, no Centro Cultural Olga Cadaval, recebe o concerto Rui Veloso Trio, um espetáculo que convida o público a revisitar alguns dos maiores clássicos da música portuguesa num formato intimista e envolvente.

Acompanhado pelos guitarristas Alexandre Manaia e Eduardo Espinho, Rui Veloso apresenta-se em palco num registo de Trio de Guitarras, onde a simplicidade dos arranjos valoriza a força das melodias, das letras e da interpretação. Neste formato especial, o diálogo entre as guitarras revela novas perspetivas sobre temas que marcaram várias gerações de portugueses.



Com mais de quatro décadas de carreira, Rui Veloso continua a ser uma das maiores referências da música nacional. Autor de um vasto repertório de canções que se tornaram intemporais, o músico mantém uma ligação única com o público, transformando cada concerto num momento de partilha e emoção.

Com duração aproximada de

75 minutos, sem intervalo, o espetáculo promete uma experiência próxima e autêntica, onde a essência das composições ganha um protagonismo renovado através da cumplicidade entre os três músicos.

Os bilhetes estão disponíveis na Ticketline a nos locais habituais.

Fonte: CMS

PUB.



“R. Bordalo - Pinta Sintra”

Está à venda
no Jornal de Sintra.

“Mitos e Marés” inspira o próximo concerto das Noites de Orfeu

“Mitos e Marés” é o mote para o terceiro concerto do Ciclo “Noites de Orfeu”, a 18 de julho, às 21h00, no MASMO – Museu Arqueológico de São Miguel de Odrinhas.

Neste concerto, o Quarteto de Cordas do Sintra Estúdio de Ópera interpreta obras de Joseph Haydn, Maurice Ravel, Felix Mendelssohn, Arvo Pärt e Samuel Barber, num programa que propõe uma reflexão sobre a presença simbólica do mar na cultura ocidental, a partir da mitologia romana e da sua projeção no imaginário musical.

Figuras como Neptuno, Tritão, as Nereidas, Anfitrite e Oceano evocam as múltiplas dimensões do elemento marinho, fonte de vida e fecundidade, mas também espaço de instabilidade, perigo e transformação.

O ciclo “Noites de Orfeu” combina música,



história e espaços do museu, com repertório inspirado no imaginário clássico e organizado em torno de grandes temas mitológicos. Cada concerto propõe um diálogo entre as obras musicais e o património arqueológico de Sintra.

Fonte: CMS

Revista à Portuguesa – “Anços Regressa ao Palco” estreia dia 25 de julho

Como é do conhecimento geral, o lamentável acontecimento na Aldeia, ocorrido há dias atrás, que levou à decisão conjunta do Grupo de Teatro e da Direção da Coletividade, em adiarmos a Estreia da REVISTA, que estava marcada para o passado dia 4, assim como adiadas foram também as sessões dos passados dias 5 e 10. Nestes termos, vamos finalmente Estrear a nossa Revista à

Portuguesa: ANÇOS REGRESSAAO PALCO, no próximo dia 25 às 21:30 horas.

Ainda haverá sessões a acontecerem no dia 26 matiné às 17:30 horas e no dia 31 às 21:30 horas.

Voltaremos depois ao palco, em Setembro, Outubro e Novembro para mais sessões.

Fonte: CRIA

PUB.

ANÇOS

REGRESSA AO PALCO

REVISTA À PORTUGUESA

★ 25 DE JULHO - 21H30

★ 26 DE JULHO - 17H30

★ 31 DE JULHO - 21H30

★ SETEMBRO - A ANUNCIAR

★ 17 DE OUTUBRO - 21H

★ 25 DE OUTUBRO - 16H30

MARCAÇÕES: 963 590 209 (LUIS) OU 965 023 099 (JÚLIA)

C.R.I.A : RUA DA SOCIEDADE, 9, ANÇOS

ENCENAÇÃO: PAULO TAFUL

TEXTO: AUGUSTO TIMÓTEO

MÚSICA: AUGUSTO TIMÓTEO, LUIS MOTA FILIPE, CARLOS DIONÍSIO, JOSÉ ARAÚJO, JOSÉ GALIZA

ELENCO:
ARSÉNIO LUIZ, BEATRIZ CARVALHO, BEATRIZ TEODORO, CARLOS SILVA, DIANA SILVESTRE, DINIS CABEÇA, FLORINDA TEODORO, HELENA ROUSSADO, JOAQUIM FELICIO, JÚLIA NEVES MATOS, JÚLIA SILVA, LUIS MOTA FILIPE, NELSON VICENTE, OTILIA VICENTE, RODRIGO CARVALHO, ROSA DUARTE, ROSÁRIO LUIS, SÃO SEMEDO, VERA DIAS

SINTRA

Junta de Freguesia

Europolco

Delfim Cozinhas

MCGM Stones

CINTRAHER

Hospital de Sintra assinala um ano de atividade com mais de 80 mil atos assistenciais

O Hospital de Sintra, inserido na Unidade Local de Saúde (ULS) Amadora/Sintra, assinalou no dia 14 (terça-feira), o seu primeiro ano de atividade da unidade de saúde.

Ao longo destes meses, a unidade procurou afirmar um modelo de prestação de cuidados assente na proximidade reforçando a resposta assistencial à população do concelho de Sintra, um dos maiores do País, na inovação e na integração entre os diferentes níveis de cuidados de saúde. Entre os principais indicadores de atividade, o Serviço de Urgência Básica (Nível II) registou 35.997 episódios de urgência, maioritariamente classificados com triagem verde, em conformidade com o perfil assistencial da unidade. Dispondo, para o efeito, de uma Sala de Eletrocardiograma, de uma Sala de Pequena Cirurgia e do apoio do Centro Tecnológico de Imagiologia, no que respeita exames complementares de diagnóstico de radiologia convencional e tomografia computadorizada (TAC). Na área das Consultas Externas, foram realizadas cerca de 22.500 consultas, das quais aproximadamente 10.000 corresponderam a primeiras consultas contando ainda com exames especiais de diagnóstico, nomeadamente nas especialidades de Medicina Interna, Oftalmologia e Gastroenterologia, reforçando



Há um ano atrás, o Jornal de Sintra marcou presença na inauguração, com forte presença de membros do Governo liderados pelo PM, Luís Montenegro.



fotos: ventura saraiva

a aposta em consultas de alta resolução. A Cirurgia de Ambulatório realizou aproximadamente 2.000 procedimentos durante o primeiro ano de funcionamento, tendo para o efeito contado com metade da capacidade de salas operatórias. Também a atividade de diagnóstico e apoio clínico registou um crescimento significativo. A Unidade de Patologia Clínica assegura atualmente a resposta às

necessidades de cerca de 800 doentes por mês da Unidade Local de Saúde Amadora/Sintra, enquanto o Centro de Diagnóstico, equipado com Ressonância Magnética, radiologia convencional, tomografia computadorizada, densitómetro, mamografia e ecografia, realizou aproximadamente 20.000 procedimentos ao longo deste primeiro ano. Com um modelo de ambulatório centrado na pessoa, o

hospital tem vindo a fortalecer a articulação com as unidades de saúde que compõem a ULS Amadora/Sintra: de cuidados de saúde primários e os cuidados hospitalares prestados no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca, promovendo percursos assistenciais integrados e uma resposta mais humanizada, eficiente e orientada para as necessidades dos utentes. Um ano depois da abertura, o

Hospital de Sintra continua a afirmar-se como uma unidade diferenciadora na prestação de cuidados de saúde em ambulatório, mantendo o compromisso de crescer de forma sustentada, próxima da população e focada na qualidade e segurança dos cuidados. Ao assinalar este primeiro ano de atividade, reconhece-se e agradece-se o empenho, a dedicação e o profissionalismo de todos os que, diaria-

mente, contribuem para este projeto. A qualidade dos cuidados prestados tem sido fundamental para afirmar o Hospital de Sintra como uma unidade de referência, ao serviço da população e da melhoria contínua da resposta em saúde.

Fonte/comunicado: ULS Amadora/Sintra HFF

PUBLICIDADE



IDENTIDADE VISUAL
LOGÓTIPO E ESTACIONÁRIO



WEBSITE
CORPORATIVO OU LOJA ONLINE



WEB MARKETING
VISIBILIDADE ONLINE
GESTÃO DE FACEBOOK



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?