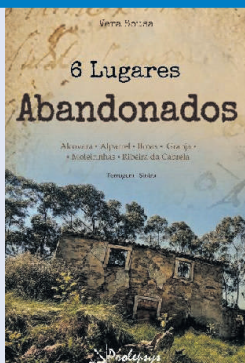


Freguesia da Terrugem
**6 lugares
Abandonados
a descobrir**

pág. 5



**Paróquia de Rio de Mouro
recebe imagem de Nossa
Senhora do Cabo Espichel.
Celebrações terminam
no domingo, dia 13**

pág. 9



**27 setembro / Jardins
da Correnteza
Sintra Blues
Festas
de São Miguel**

pág. 9

Santiago Alves conquista em Braga, o título de campeão nacional de Karting X30

Vice-campeão em 2025, o piloto de Montelavar (Sintra), Santiago Alves, conquistou no domingo, dia 6, na pista internacional de Braga, o título de campeão nacional X30 Sénior, a principal classe do Campeonato de Portugal Toyota (CPK).

Sob a organização do Clube Automóvel do Minho (CAM), as emoções foram bem fortes na quinta, e última prova do Campeonato de Portugal de Karting Toyota com a decisão dos novos campeões nacionais a ser repleta de competitividade.

No traçado bracarense, as várias corridas foram um espetáculo, novamente com a incerteza quantos aos vencedores a ser mantida praticamente até à amostragem da bandeira xadrez, dizendo bem do êxito que foi um campeonato que se iniciou em Viana do Castelo e depois prosseguiu pelos circuitos de Portimão, Castelo Branco, Baltar e, por fim, em Braga. Na categoria X30 Sénior, disputada por 16 pilotos, Diogo Caetano (Birelart) começou por ser o mais rápido nos treinos cronometrados, com a marca de 52,872s, e depois venceu as duas mangas de qualificação, garantindo assim a *pole-position* para a Pré-Final. Contudo, Anis Tazi (Birelart) triunfou na corrida matinal de domingo, logo na frente do espanhol Marco Fernández (KR) e de João Barros (LN). A derradeira corrida do campeonato, disputada em 18 voltas, teve três candidatos ao título em luta direta pela vitória: Santiago Alves (TBKart), Anis Tazi e António Macedo (CRG). Aos 17 anos, Santiago Alves venceu a Final, e sagrou-se campeão nacional da categoria X30 Sénior.

A família Alves tem agora dois campeões nacionais, já que o irmão mais velho de Santiago, Nuno Alves, foi campeão da categoria Juvenil, em 2001 e 2002.

pág. 12



Foto: DR

Sociedade
**Sintra garante
tarifas sociais
de água
e saneamento**

pág. 2

**IPMA celebra 130 anos
da oceanografia
portuguesa e reforça
capacidade de
investigação do oceano**

pág. 10



Desporto Fora da Caixa (7)
**Rúben Miguel Salgado
– O guarda-redes
que marca penaltis
e é treinador de cães**

pág. 13



SOCIEDADE

Sintra garante tarifas sociais de água e saneamento



A Câmara Municipal de Sintra aprovou 244 mil euros para garantir os benefícios atribuídos aos utilizadores abrangidos pela Tarifa Social e pela Tarifa Sintra Solidária de água e saneamento.

Este apoio assegura que famílias em situação de carência económica, beneficiários de Rendimento Social de Inserção, detentores do Cartão Sintra D'Ouro e pessoas desempregadas inscritas no Instituto do Emprego e Formação Profissional continuem a ter acesso aos serviços essenciais de água, saneamento e resíduos.

O presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida, garante que “este apoio reafirma o compromisso do Município com a proteção das famílias em maior vulnerabilidade económica, garantindo que ninguém é privado do acesso a serviços essenciais”.

A Tarifa Social e a Tarifa Sintra Solidária, existente através dos Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra, garantem a oferta dos primeiros 5 m³ de consumo de água, o respetivo saneamento e a isenção das tarifas de água, saneamento e resíduos urbanos.

Fonte: CMS

Reabertura da Piscina dos Bombeiros Voluntários de Agualva-Cacém

A Piscina da Associação Humanitária – Bombeiros Voluntários de Agualva-Cacém já reabriu ao público, incluindo sócios-utentes, dando início à nova época, e ao ano letivo 2026/2027.

A nova temporada arrancou assim no dia 1 deste mês com significativas melhorias, nomeadamente a instalação de novos equipamentos. Segundo a Associação, na nota publicada na página oficial do Facebook, “o investimento pretende reforçar a qualidade, segurança e conforto disponibilizados aos



utentes”. Apesar da reabertura, os trabalhos continuam incluindo pinturas e pequenas reparações. As intervenções estão a ser realizadas fora do horário das aulas e sem a presença de utentes, de forma a não interferir com o normal funcionamento da infra-estrutura. “Continuamos a investir nas nossas instalações e na nossa comunidade”, afirma a equipa que faz a gestão do equipamento assinalando o ansiado regresso à atividade de inúmeros frequentadores cujas opções na Cidade são praticamente inexistentes.

Proteção animal com apoios reforçados em Sintra

A Câmara Municipal de Sintra vai entregar 69 mil euros às associações de proteção animal do concelho.

Este apoio permitirá melhorar as condições de vida nos abrigos e colónias, assegurar cuidados médico-veteriná-

rios urgentes e reforçar a resposta municipal no controlo da sobrepopulação animal, contribuindo para a saúde pública.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, sublinha que “reforça-

se a colaboração com entidades que desempenham um papel essencial no acolhimento, tratamento e adoção de animais errantes”.

Com este apoio, Sintra reafirma o seu compromisso com o bem-estar animal e com a co-

operação ativa com as associações zoófilas que diariamente contribuem para um concelho mais responsável, solidário e humano.

Fonte: CMS

PUB. JORNAL DE SINTRA, 11-9-2026

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 do Programa de Aceleração de Criação de Novos Equipamentos Sociais no 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 662 / 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 diu@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, 27 de 8 de 2026.

O PRESIDENTE DA CÂMARA


(Marco Almeida)



COM OS SINTRENSES, SEMPRE

PUB. JORNAL DE SINTRA, 11-9-2026

AVISO

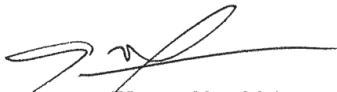
Marco Almeida, Presidente da Câmara Municipal de Sintra, torna público que, ao abrigo da delegação de competências da Câmara Municipal de Sintra no seu Presidente, constante do n.º 2 do ponto XXI da deliberação da Câmara Municipal de Sintra tomada em 7 de novembro de 2025, sobre a Proposta n.º 1-P/2025, de 3 de novembro de 2025, é submetido a consulta pública, o **Projeto de Revisão do Regulamento de Organização e Funcionamento das Galerias Municipais e dos Espaços de Exposição**, 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 700 / 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 diu@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, 1 de 9 de 2026.

O PRESIDENTE DA CÂMARA


(Marco Almeida)



COM OS SINTRENSES, SEMPRE

Exército promove homenagem aos militares mortos no incêndio na Serra de Sintra em 1966

O Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida marcou presença nas cerimónias oficiais promovidas pelo Exército Português que assinalaram os 60 anos da tragédia do incêndio na Serra de Sintra (Pico do Monge), homenageando os 25 militares do então Regimento de Artilharia Antiaérea Fixa (RAAF), atual Regimento de Artilharia Antiaérea N.º I, em Queluz, e que perderam a vida no grande incêndio que assolou a Serra de Sintra, a 6 de setembro de 1966.



As cerimónias tiveram início com uma missa na Capela do Regimento, em Queluz, seguindo-se a deposição de uma coroa de flores no Pico do Monge e uma romagem ao local onde os militares foram encontrados, hoje assinalado por 25 ciprestes. Ali foram depositadas 25 flores, uma por cada vida perdida. Presidida pelo Diretor Honorário da Arma de Artilharia, Tenente-General Morgado Silveira, a evocação contou com a presença do Presidente

da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida, e do Bispo das Forças Armadas e das Forças de Segurança, D. Sérgio Dinis, reunindo ainda familiares, antigos camaradas que com os militares privaram, bem como representantes civis, militares e bombeiros. “Sessenta anos depois, permanece o compromisso de honrar e preservar a memória daqueles que deram a vida ao serviço dos outros, na defesa da população e na proteção da Serra de Sintra”, sublinha a nota do Exército Português sobre a cerimónia.

VS



Créditos: Exército Português

Zona demarcada na Serra de Sintra devido a Fusarium circinatum

A Câmara Municipal de Sintra informa que, na sequência da deteção de *Fusarium circinatum*, foi delimitada uma zona demarcada na Serra de Sintra, junto à Azóia.

O *Fusarium circinatum* é uma praga florestal de quarentena que pode afetar espécies do género *Pinus* e a espécie *Pseudotsuga menziesii*, provocando danos e mortalidade em árvores.

A zona demarcada integra



uma zona infetada e uma zona-tampão e será objeto de monitorização pelo Instituto

da Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF, I.P.), durante um período mínimo

de dois anos.

Durante a vigência da zona demarcada, é proibida a retirada de material lenhoso da área abrangida, salvo nas situações e condições previstas na legislação aplicável, nomeadamente no que respeita ao transporte e tratamento da madeira.

Os proprietários e gestores florestais abrangidos devem cumprir as medidas de proteção em vigor. O incumprimento pode dar lugar a res-

ponsabilidade contraordenacional, nos termos da legislação aplicável.

Para esclarecimentos adicionais, os interessados poderão contactar a Divisão de Extensão e Competitividade Florestal (DECF), do Departamento Regional de Gestão e Valorização da Floresta de Lisboa e Vale do Tejo, do ICNF, I.P., através do telefone 243 306 530 ou e-mail.

Info: CMS

JORNAL DE SINTRA
O SEMANÁRIO DO CONCELHO
Há 92 anos a Informar e a Partilhar

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

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 (Sintra 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

NUCASE/EMPRESA



IVA regularizações de documentos retificativos de faturas

A regularização do IVA a favor do sujeito passivo pela emissão de nota de crédito **não decorrentes de erros**, e sim de casos em que seja anulada uma operação ou reduzido o respetivo valor tributável em virtude de invalidade, resolução, rescisão ou redução do contrato, **pela**:

- **devolução de mercadorias; ou**
- **pela concessão de abatimentos ou descontos, nos termos do n.º 2 do artigo 78.º do Código do IVA**, assume uma natureza facultativa, devendo o fornecedor ou o prestador de serviços estar habilitado a provar que reembolsou o seu adquirente, ou que este tomou conhecimento da retificação, sem o que se considera indevida a respetiva dedução. Em termos declarativos, estas regularizações devem ser efetuadas na declaração periódica do período, da data da emissão da nota de crédito, (em que se verificaram os factos que determinaram a anulação da liquidação ou a redução do valor tributável), ou na declaração do período de imposto seguinte.

A regularização do IVA a favor do sujeito passivo:

- **pela emissão de nota de crédito decorrentes de erros de faturação (faturas inexatas);**
- **decorrentes de erros de cálculo nos registos contabilísticos ou de erros nas declarações do IVA, nos termos dos n.ºs 3 e 6 do artigo 78.º do Código do IVA**, pode ser efetuada até 2 anos contados a partir da data em que o imposto se tornou exigível.

Diferente situação é aplicável aos erros decorrentes da interpretação ou aplicação de normas legais, de enquadramento jurídico (erros de direito), como sejam:

i. A aplicação indevida da regra de inversão do sujeito passivo, ou

a liquidação indevida de imposto quando aquela inversão devesse ter sido aplicada;

ii. A liquidação de imposto numa operação que beneficia de isenção, ou a aplicação indevida de uma isenção a uma operação que seria tributada;

iii. A aplicação incorreta de uma taxa de IVA, que tenha resultado em imposto liquidado a menos ou em excesso.

A regularização do IVA a favor do sujeito passivo pela emissão de nota de crédito pelo valor total do imposto a retificar decorrentes de erros de direito na emissão de faturas, nas situações em que houve nomeadamente:

- liquidação indevida de imposto, quando a operação deveria ser isenta de IVA ou sujeita à regra de inversão; ou
- liquidação com taxa superior à aplicável,

de acordo com o n.º 2 do artigo 98.º do Código do IVA, pode ser efetuada até 4 anos após o nascimento do direito à dedução. O fornecedor poderá recuperar o imposto na declaração do período em que a nota de crédito é emitida, desde que possua prova de que o adquirente tomou conhecimento da retificação ou de que foi reembolsado do correspondente montante, inscrevendo o valor da regularização no campo 40, do quadro 06 da declaração periódica, e na linha destinada a «Regularizações decorrentes de um erro de direito», do quadro 3 do Anexo relativo às regularizações do campo 40.

Caso o erro na faturação resultou em imposto liquidado a menos, exigindo a emissão da respetiva nota de débito, o imposto deve ser regularizado pelo fornecedor a favor do Estado no período de imposto do erro ou até ao final do período de Imposto seguinte, sem penalidades. Após esse prazo, com penalidades (juros e coima), através de declaração periódica de substituição do período do erro.

O adquirente do bem ou destinatário do serviço que seja um sujeito passivo do imposto, se tiver efetuado já o registo de uma operação relativamente à qual o seu fornecedor ou prestador de serviço procedeu a anulação, redução do seu valor tributável ou retificação para menos do valor faturado, corrige, até ao fim do período de imposto seguinte ao da receção do documento retificativo (nota de crédito), a dedução efetuada. Nos casos em que devesse ser aplicada a regra de inversão do sujeito passivo, o adquirente deve proceder à autoliquidação através da substituição da(s) declaração(ões) periódica(s) dando cumprimento às regras de exigibilidade.

O adquirente do bem ou destinatário do serviço que seja um sujeito passivo do imposto, tem o prazo legal de 4 anos para exercer o direito à dedução a contar a partir da data de receção dos documentos retificativos (notas de débito), e não a partir da data de emissão das faturas iniciais. Isto porque o adquirente só toma conhecimento do acréscimo do imposto nessa data, momento em que se reúnem as condições (formais e materiais) para o exercício do direito à dedução. Nos casos em que não devesse ter sido aplicada a regra de inversão do sujeito passivo, o adquirente deve expurgar qualquer autoliquidação indevida eventualmente efetuada anteriormente através da substituição da(s) declaração(ões) periódica(s).

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, 21 de agosto de 2026

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

CALENDÁRIO FISCAL		OUTUBRO 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 12	SEGURANÇA SOCIAL – DMR – SS* IRS – DMR – AT* IVA – Declaração Mensal Global (DMGIVA) – 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 mensal*	
Até o dia 20	IVA – Envio da declaração periódica do mês de agosto* IVA – Envio da Declaração Recapitulativa* Comunicação à CGA , IP dos montantes pagos nesse mês referentes a pensões* IRS/IRC – Entrega das importâncias retidas* DMIS – Entrega da declaração e do imposto do selo*	
Até o dia 22	Banco de Portugal – COPE	
Até o dia 26	IVA – Pagamento do IVA do mês de agosto* SEGURANÇA SOCIAL – Pagamento das contribuições*	
Até o dia 31 (sábado)	Seg. Social – Independentes (Cat.B) - Entrega da declaração do total dos rendimentos obtidos nos três meses imediatamente anteriores*. IUC – Pagamento do Imposto Único de Circulação* Modelo 28 – Contribuição extraordinária sobre a indústria farmacêutica* Modelo 30 – Entrega da declaração* Modelo 56 – Contribuição extraordinária sobre os fornecedores do SNS de dispositivos médicos* IVA – Balcão Único - OSS - Declaração do IVA do 3.º trimestre IVA – Balcão Único – IOSS – Declaração mensal IVA – Opção pelo regime de IVA de caixa IVA – Pedido de restituição de IVA suportado noutro Estado Membro ou país terceiro IVA – Pedido de restituição IVA pelas IPSS, associações humanitárias de bombeiros, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, entidades com CAE principal 82300 e 79110 Relatório Trimestral – Comunicação do volume de negócios, na União Europeia, para efeitos da isenção do REI – artigo 53.º/CIVA versão transfronteiriça*	

*Dia 31 de outubro é um sábado, o prazo passa para o dia útil seguinte que é 02 de novembro, segunda-feira

6 lugares abandonados a descobrir

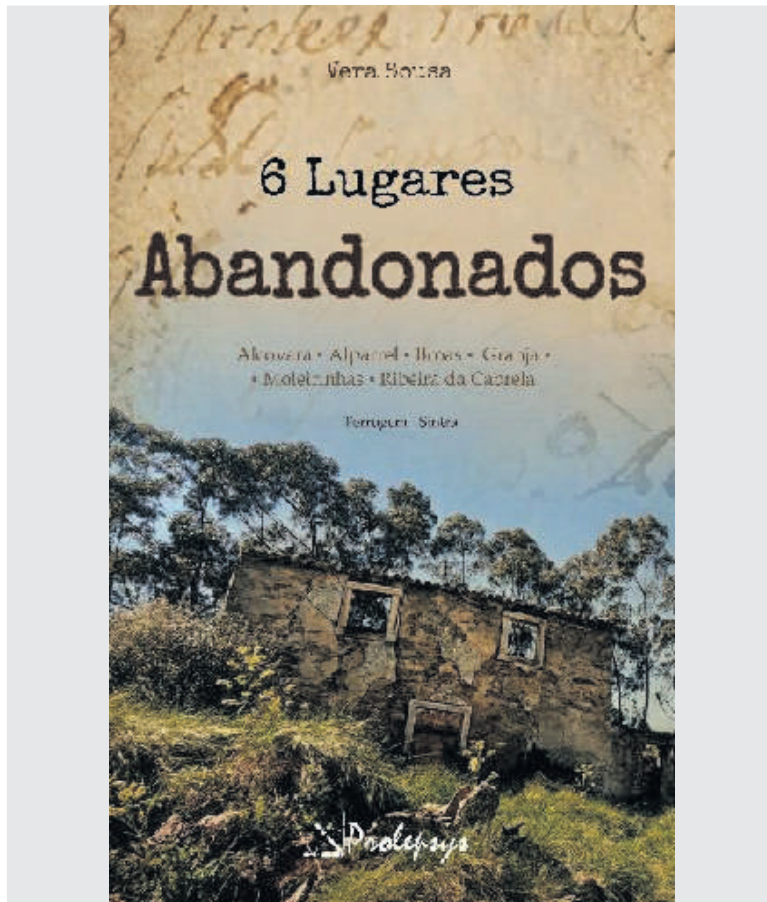
Freguesia da Terrugem – Sintra

O nosso país está repleto de tesouros escondidos. O concelho de Sintra é exemplo disso, com os seus palácios, castelo, diversos edifícios históricos e um parque natural a perder de vista, onde se pode desfrutar de momentos ao ar livre em consonância com a flora e a fauna existente. Todavia, muitos de nós esquecemos que a beleza do concelho não se circunscreve somente ao que julgamos conhecer.

No próximo ano, a freguesia da Terrugem completará 500 anos de vida e o desafio que a autora Vera Sousa se propôs concretizar foi o de descobrir lugares que anteriormente foram habitados, que deixaram de o ser e que condensam em si uma história riquíssima, alguns deles com presença desde o período árabe, outros com vestígios datados do século XVI.

Sabia da existência de Alparrel, Alcovara, Broas, Granja, Moleirinhas e Ribeira da Cabrela?

Percorrer estes lugares do concelho, envolvidos num enquadramento paisagístico fascinante, e relatados agora no livro recentemente



publicado e intitulado *6 Lugares Abandonados*, de Vera Sousa, é agora possível.

Ao caminhar junto de ruínas, conhecerá a história das pessoas que as habitaram, como viviam, as profissões que tiveram. Lugares perdidos em vales, outros na encosta, permitir-lhe-ão também descobrir um mundo associado aos moinhos de vento e às azenhas de água, com memórias registadas dos próprios netos dos moleiros que laboraram, por exemplo, na Ribeira da Cabrela. Esta foi uma investigação profunda, só possível vasculhando acervos da Torre do Tombo, arquivos municipais, teses, o espólio particular de alguns descendentes de ex-habitantes de alguns destes lugares e



Ruínas de Alparrel



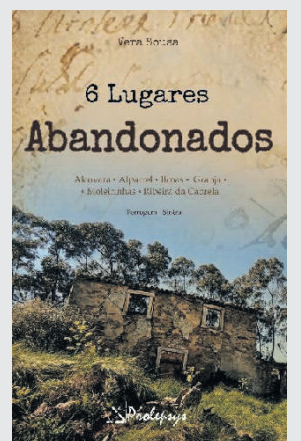
Ruínas de Broas

diversas entrevistas realizadas a idosos, alguns deles fora do distrito de Lisboa, mas com antiga ligação a alguns destes lugares.

Este é um livro que abrirá portas aos aficionados por caminhadas, fotografos de locais abandonados e a todos os interessados pela história local sintrense que penetrarão em lugares com séculos de história. E fazendo jus à sinopse da obra: *“Há locais onde o passado ainda se sente no ar. Ruínas devoradas pelo tempo, caminhos onde já ninguém passa e histórias que quase se perderam para sempre. Este livro convida a uma viagem pelo silêncio e pela memória, revelando os segredos e a história de 6 locais marcantes. Entre num mundo onde a história se recusa a desaparecer.”*

Na sequência da publicação deste livro, no dia 6 de agosto a autora realizou a sua primeira visita guiada a um destes lugares, mais concretamente à Ribeira da Cabrela, relatando, a um grupo de crianças e jovens entusiastas, da colónia de férias da Freguesia da Terrugem, as dificuldades vivenciadas pelos habitantes e a importância desta pequena aldeia ao longo dos séculos.

6 lugares abandonados é, já, a 7.ª investigação da autora direcionada para o estudo das aldeias do concelho de Sintra.



Postos de venda:

- Livraria do Jornal de Sintra
- Papelaria Esménia
- Loja Petrosintra – Terrugem
- Papelaria Olga Duarte – Terrugem
- Minimercado do Bairro – Lourel

Preço 15€



Ribeira da Cabrela



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

Escolas do distrito de Lisboa já se podem inscrever na nova edição “Heróis da Fruta”

A Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil (APCOI) anunciou a abertura das inscrições para a nova edição do programa escolar “Heróis da Fruta”, referente ao ano letivo 2026/2027. Destinada a turmas do pré-escolar e do 1.º ciclo de todo o país, incluindo as Regiões Autónomas da Madeira e dos Açores, a iniciativa que no último ano letivo 2025/2026 registou a inscrição de 41.128 alunos, 2.034 turmas e 1.170 escolas tem como objetivo central promover hábitos de alimentação saudável nas rotinas diárias das crianças portuguesas.

Desde o seu lançamento em 2011, o projeto já impactou mais de 1 milhão de alunos, consolidando-se como o maior programa de educação alimentar em contexto escolar no país. A abertura desta nova edição surge reforçada pela recente publicação de um estudo independente na prestigiada revista científica internacional European Journal of Nutrition, conduzido por investigadores do Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (ISAMB/FMUL). Esta investigação independente verificou o efeito direto do método “Heróis da Fruta” na alteração dos comportamentos alimentares das crianças:

44,6% de aumento no número de alunos que passaram a cumprir as doses diárias recomendadas de fruta e vegetais.

52,8% das crianças que consumiam pouca ou nenhuma fruta na escola passaram a ingeri-la regularmente.

Redução no consumo de snacks industriais e ultraprocessados nos lanches escolares em pelo menos metade dos alunos participantes.

Mário Silva, Presidente da APCOI afirma que “chegar a mais de um milhão de crianças ao longo destes 15 anos é um orgulho enorme, mas a missão dos Heróis da Fruta não pára aqui” E acrescenta ainda “sabermos que o projeto Heróis da Fruta aumen-



tou em quase 45% o consumo diário de fruta e vegetais das crianças, dá-nos a certeza de que levar esta iniciativa a mais escolas é um passo essencial para melhorar a literacia em saúde e nutrição em Portugal. Por isso, abrimos as inscrições para a nova edição com o compromisso renovado de continuar a inspirar as novas gerações a fazerem escolhas alimentares mais saudáveis”.

O método “Heróis da Fruta” foi desenhado por uma equipa multidisciplinar de nutricionistas e educadores, estando totalmente alinhado com as orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), da Direção-Geral da Saúde (DGS) e da Direção-Geral da Educação (DGE).

A sua aplicação em sala de aula é simples e não sobrecarrega os currículos escolares: exige apenas 5 a 15 minutos diários ao longo de 25 dias úteis (5 semanas), utilizando músicas e materiais lúdico-pedagógicos para incentivar o consumo diário da regra dos “5 ao dia”. Na

edição 2026/2027, todas as turmas participantes que completarem o desafio de 5 semanas terão direito a prémios garantidos.

Podem inscrever-se turmas de estabelecimentos de ensino públicos ou privados, incluindo jardins de infância, agrupamentos escolares, ATL, CATL e AAF. As inscrições são totalmente gratuitas e devem ser realizadas até ao dia 31 de outubro de 2026 no site heroisdafruta.com/inscricao

Sobre a APCOI:

Fundada em 2010, a Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil (APCOI) é uma ONG sem fins lucrativos dedicada a apoiar crianças e famílias no combate à obesidade infantil, a doença crónica mais prevalente em idade pediátrica. A atuação da APCOI foca-se na prevenção, no reforço da literacia em saúde e no combate ao estigma.

Fonte e imagem:
Comunicado de Imprensa

OPINIÃO

Sintra à procura de sombra

Há décadas que os cientistas do clima alertam para o aumento da frequência e da intensidade das ondas de calor. Em Sintra, que respostas concretas estamos a preparar para refrescar as nossas cidades?

Na semana passada escrevi sobre alguns aspetos da Avenida dos Bons Amigos, em Agualva, que exigem posicionamento político para se traduzirem em melhorias no quotidiano de quem ali vive. Levei-os à reunião pública de Câmara. O Presidente não respondeu, nenhum grupo municipal os retomou junto do Executivo e, entretanto, expus tudo também por escrito à Câmara Municipal. Continuamos sem sair da cepa torta.

Ficou por tratar uma questão mais abrangente: de que forma pretende este Executivo tornar mais frescas as nossas cidades?

O contraste das árvores

Depois da última reunião de Câmara, no Palácio Valenças, sai pelo Parque da Liberdade em direção à Volta do Duche. Estava um calor infernal, mas dentro do parque a temperatura era agradável. O que havia ali de diferente? Árvores. Árvores antigas que sabem transformar o calor num espaço onde apetece permanecer. Esta reflexão ganhou outra dimensão por causa de uma decisão política do Presidente Marco Almeida que considero corajosa: levar a Câmara e os eventos municipais a diferentes pontos do concelho. No âmbito dessa opção está uma mensagem clara: “Para mim, enquanto Presidente, vou valorizar todo o território, portanto a Câmara vai estar em todo o lado”.

A Câmara ao sol

A descentralização viu-se já no 25 de Abril em Massamá e no Dia do Município no Cacém e chegará também às reuniões de Câmara. Para já, os sintrenses deslocam-se às reuniões públicas e relatam situações concretas das zonas onde vivem. Depois, a Câmara vai aos respetivos locais ter com os munícipes e conhecer os problemas no terreno.

Há um efeito lateral quase pedagógico. Em alguns eventos, o Presidente da Câmara e os convidados do Município passam duas horas a torrar ao sol. Por momentos, têm um vislumbre do que os sintrenses enfrentam diariamente nesses territórios. Uma cidade mais fresca para quem nela vive também acolhe melhor quem a visita.

Uma análise detalhada

Quando coloquei a questão, sobre cidades frescas na reunião de Câmara, o Presidente optou por não responder. Escrevi, por isso, a três grupos municipais cujos contactos estavam disponíveis na página da Assembleia Municipal: PSD, PS e Livre, convidando-os a refletir e a assumir uma posição.

O Livre respondeu remetendo-me para uma

análise detalhada dos momentos em que abordou as alterações climáticas. Por que razão tem um sintrense comum de fazer essa análise profunda para descobrir o que um grupo municipal defende para a sua terra? E de que forma fazem os grupos chegar aos sintrenses a ação política que desenvolvem?

Porque tenho interesse particular no tema e valorizo a iniciativa do Livre de promover um debate específico na Assembleia Municipal, consultei a respetiva ata. Encontrei a defesa de um Plano Municipal de Resiliência Climática que identifique, entre outros aspetos, as ilhas de calor e estabeleça um plano de comunicação em diferentes idiomas, que chegue também a quem não tem telemóvel, a quem é surdo ou vive sozinho. Da CDU, destaco o ordenamento do território, o papel do arvoredo e a criação de corredores verdes nos espaços urbanos, onde vive a maioria da população do concelho.

São orientações políticas relevantes. Nem o Livre nem a CDU dirigem o Executivo e não lhes cabe executá-las. Falta perceber que consequência procuraram dar-lhes junto da Câmara: que medidas concretas propuseram e que compromissos procuraram obter, ou continuam a exigir, ao Presidente.

Dos planos ao território

Sintra não parte do zero. Na página da Câmara encontra-se um Plano Estratégico do Concelho face às Alterações Climáticas, elaborado em 2009, e um Plano Verde resultante de um protocolo celebrado em 2004. A idade destes instrumentos já justificaria explicar o que permanece atual e o que foi revisto. O Município anunciou também ter plantado mais de 27 mil árvores entre 2018 e 2023. Existem documentos e intervenções; falta uma leitura atual, territorializada e acessível do que está previsto para os lugares onde vivem os sintrenses.

Vão existir mais árvores na Avenida dos Bons Amigos? Quando se materializará o Parque Urbano do Colaride? A zona em frente à estação de Agualva será transformada numa extensão do Parque Linear da Ribeira das Jardas, como defendia o PSD quando estava na Vereação? Nas novas urbanizações e edificações promovidas pelo Município, que critérios assegurarão a proximidade de espaços verdes de qualidade? Onde pode ser consultado um plano de arborização atualizado, organizado por freguesia e acompanhado por um calendário? Na edição do Público desta segunda-feira, lemos que cidades dos Países Baixos, da Bélgica e, agora, da Alemanha estão a retirar pavimento dos bairros para renaturalizar os seus espaços. Quando a CDU fala em corredores verdes, é isto que quer para Sintra? Se é, onde propõe começar?

Eu não sei. E, depois deste percurso, continuo sem saber. Perante esta incerteza, subsiste uma certeza: num dia de calor, é mais fácil testar se um ovo frito numa chapa quente no meio de uma cidade sintrense do que descobrir o que será feito para tornar esse lugar mais fresco quando o calor aperta.

Daniel Souza

JORNAL DE SINTRA, uma marca concelhia

presente nos acontecimentos que fazem a história local

Fisioterapia assume um papel central na reabilitação e na promoção da autonomia dos seniores

No Dia Mundial da Fisioterapia que se celebra a 8 deste mês, a *emeis* destaca o papel fundamental da fisioterapia na promoção da saúde, na prevenção da incapacidade e na recuperação da autonomia, particularmente junto da população sénior.

Mais do que uma área de intervenção após uma doença ou lesão, a fisioterapia assume um papel importante na manutenção das capacidades físicas e funcionais, contribuindo para que as pessoas possam preservar a sua independência e qualidade de vida ao longo do processo de envelhecimento.

A importância desta intervenção é particularmente evidente perante o envelhecimento da população. Com o avançar da idade, aumenta a prevalência de patologias que podem comprometer a mobilidade, a força muscular, o equilíbrio e a capacidade para realizar as atividades do dia-a-dia, como as doenças musculoesqueléticas, neurológicas e cardiorrespiratórias.

Neste contexto, a fisioterapia permite desenvolver programas adaptados às necessidades de cada pessoa, trabalhando áreas como a força muscular, equilíbrio, mobilidade, coordenação, capacidade respiratória e recuperação funcional. O objetivo passa não só por recuperar capacidades perdidas, mas também por prevenir a deterioração funcional e reduzir o impacto que a doença e o sedentarismo podem ter na autonomia.

Clínica Giesta: reabilitação especializada em Chaves

É neste âmbito que se destaca o trabalho desenvolvido pela Clínica Giesta, em Chaves, uma unidade da *emeis* especializada em reabilitação e dedicada a pessoas que necessitam de cuidados centrados na recuperação funcional.

O Centro de Reabilitação da



Giesta (CRG) conta com uma equipa multidisciplinar constituída por médicos, fisioterapeutas, terapeutas e pessoal auxiliar, que trabalha de forma individualizada com cada utente. Os planos de tratamento são definidos de acordo com as necessidades e objetivos de cada pessoa e reajustados sempre que necessário.

A intervenção da Clínica Giesta abrange três grandes áreas de reabilitação. Na neurologia, são acompanhadas situações como o acidente vascular cerebral (AVC), a doença de Parkinson e a paralisia cerebral. Na área cardiorrespiratória, são desenvolvidos programas para patologias como a doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) e a asma, bem como para a recuperação após cirurgia cardiovascular. A vertente musculoesquelética inclui, entre outras, tendinites, bursites, lombalgias, cervicalgias, escolioses, entorses e ruturas musculares. Esta diversidade de respostas permite que a fisioterapia seja integrada num processo de recuperação mais abrangente, com o objetivo de aliviar a dor, melhorar a mobilidade, recuperar a função e reforçar a autonomia e o bem-estar dos utentes.

Prevenir para preservar a

autonomia

Nas pessoas mais velhas, a intervenção do fisioterapeuta assume também uma importante dimensão preventiva. O treino de equilíbrio e força muscular pode contribuir para reduzir o risco de quedas, enquanto a manutenção da mobilidade ajuda a combater os efeitos do sedentarismo e da imobilidade prolongada. A atividade física adaptada às capacidades de cada pessoa é, por isso, uma ferramenta essencial para promover um envelhecimento ativo. Mesmo perante limitações físicas ou doenças crónicas, a existência de um acompanhamento especializado permite encontrar formas seguras de manter ou recuperar a capacidade funcional.

Na *emeis*, esta abordagem é integrada num modelo de cuidados centrado na pessoa, que procura preservar as capacidades físicas e cognitivas e promover a autonomia, a participação e o bem-estar. "A fisioterapia tem um papel determinante na recuperação e na manutenção da autonomia, sobretudo numa população que está a envelhecer. Na Clínica Giesta, em Chaves, procuramos garantir uma resposta individualizada, adaptada às necessidades de cada utente, trabalhando não apenas a recuperação da função, mas

também a prevenção da incapacidade e a melhoria da qualidade de vida", explica Susana Alves, Diretora Técnica do Centro

No Dia Mundial da Fisioterapia, a *emeis* reforça a importância de olhar para a fisioterapia como uma componente essencial dos cuidados de saúde, desde a prevenção à reabilitação. O movimento, o exercício adaptado e o acompanhamento especializado podem fazer a diferença na capacidade de cada pessoa para manter a sua autonomia e continuar a participar ativamente no seu quotidiano.

SOBRE A EMEIS (<https://emeis.pt>):

emeis é a empresa de referência na área dos cuidados a seniores e pessoas dependentes e no setor da saúde mental. Atualmente, em Portugal, a *emeis* está presente com 15 residências assistidas (onde foram pioneiros na implementação da primeira UPAD – Unidade Protegida para Alzheimer e outras Demências em Portugal), o Hospital Nossa Senhora da Arrábida (HNSA) e o Centro de Reabilitação da Giesta (CRG).

A nível mundial, o Grupo *emeis* com mais de 30 anos de experiência, é líder na oferta de cuidados vastos para residências assistidas, clínicas de saúde mental, clínicas de cuidados médicos e de reabilitação, apartamentos assistidos e cuidados ao domicílio. A *emeis* conta com mais de 83 mil funcionários e uma rede de mais de 1.000 estabelecimentos que atendem mais de 260 mil residentes e pacientes por ano em 20 países.

Fonte e imagem: *emeis*, Comunicado de Imprensa

ULS Amadora-Sintra assinala o Dia do Psicólogo

O Dia Nacional do Psicólogo, celebrado a 4 de Setembro, data instituída em 2008 pela Ordem dos Psicólogos Portugueses, foi também assinalado pela ULS Amadora-Sintra.

"Na ULS este é um dia para reconhecer o papel essencial que os/as psicólogos/as desempenham na promoção da saúde e no acompanhamento de utentes e famílias, nas diferentes unidades de cuidados de saúde primários e de cuidados hospitalares. Sobre este dia, Ana Paula Silva, Coordenadora da Unidade de Psicologia, sublinha: "O Dia do Psicólogo constitui uma oportunidade para salientar a importância da saúde mental ao longo do ciclo de vida. Os/as psicólogos/as da ULS Amadora/Sintra acompanham, de forma diferenciada, utentes e famílias, contribuindo para a promoção do bem-estar psicológico e para os cuidados em saúde mental. Fazem-no dentro das equipas, nos serviços e nos projetos da ULS. É essa presença que queremos manter e reforçar.

Já Sílvia Gonçalves, representante da Psicologia para a área dos Cuidados de Saúde Primários da ULS, acrescenta: "Nos Cuidados de Saúde Primários, os psicólogos assumem um papel de proximidade, procurando garantir e melhorar o nível de saúde individual e comunitário. O trabalho na e para a comunidade assume aqui especial relevância quer na identificação de necessidades, quer na adoção de resposta integradas que garantam a melhoria de cuidados na população»

À equipa de Psicologia da Unidade Local de Saúde Amadora/Sintra, e a todos os/as psicólogos/as que, todos os dias, acompanham os/as nossos/as utentes: o nosso reconhecimento e agradecimento.

Feliz Dia do Psicólogo!"

Fonte: ULS Amadora-Sintra



Foto: créditos usl amadora-sintra
Ana Paula Silva,
Coordenadora da Unidade de Psicologia da ULS Amadora-Sintra

Nomeação do Pároco de Nossa Senhora da Consolação de Agualva

Por decreto do Sr. Patriarca de Lisboa, D. Rui Valério, de 15 de julho de 2026, foi nomeado como Pároco de Nossa Senhora da Consolação de Agualva, o Sr. Padre António Vítor Amorim Portugal Martins, CMF.

Foi ainda nomeado como Vigário Paroquial de Nossa Senhora da Consolação de Agualva e do Coração Imaculado de Maria do Cacém o Sr. Padre António Maria Ávila Gómez, CMF.

O mesmo decreto determina que: "Todas as tomadas de posse deverão decorrer até ao dia 31 de outubro, a não ser que, por razões pastorais ou outras circunstâncias particulares, o Ordinário diocesano determine diversamente."

Nota biográfica conforme o anuário católico on-line: O Sr. P. António Vítor Amorim Portugal Martins nasceu no dia 1 de outubro de 1970, foi ordenado em 15 de junho de 1997, e é Sacerdote da Congregação dos Missionários Filhos do Imaculado Coração de Maria, Claretianos (CMF). Exerceu anteriormente o cargo de pároco de Santa Maria de Tondela, na diocese de Viseu.



Foto (cortesia Paróquia de Tondela)



Encerra à Quinta-feira

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

VENDE-SE

Vendem-se 2 lotes de terreno para construção no concelho de Sintra, com áreas inscritas de 200 m2, com construção iniciada.

Tlm: 911 519 346

Trata o próprio apenas com o diretamente interessado

SOCIEDADE

Sociedade Recreativa “Os Progressistas” Cabrela, Casais da Cabrela, Silva e Faião promove Festas das Vindimas e Mostra de Ranchos no dia 20

A Sociedade Recreativa e Desportiva “Os Progressistas” promove no próximo dia 20 – um domingo –, a *Festa das Vindimas e Mostra de Ranchos*, uma iniciativa que pretende celebrar as tradições, a cultura popular e os sabores da região.

O evento decorre entre as 10h00 e as 22h00, na Sociedade da Cabrela, em Casais da Cabrela, Silva e Faião, e ao longo de todo o dia, o recinto contará com bancas de artesanato e gastronomia regional, dando a conhecer o trabalho de artesãos e produtores locais. O programa inclui ainda workshops, atividades dirigidas às crianças e petiscos, numa iniciativa pensada para diferentes gerações e para o convívio da comunidade.

Um dos primeiros destaques do programa acontece às 11h00, com a



Corrida de Carrinhos de Rolamentos, recuperando uma atividade tradicional que alia criatividade, competição e animação. Às 14h00, a gastronomia ganha especial protagonismo com um *showcooking* conduzido pela Tia Cátia, conhecida pelo programa televisivo “A Cozinha da Tia Cátia”. A demonstração culinária integra-se no espírito da Festa das Vindimas, valorizando a cozinha, a partilha e os sabores tradicionais. A partir das 16h00, a música e o folclore assumem o centro das atenções com a Mostra de Ranchos, que reúne cinco grupos:

Rancho Folclórico Etnográfico de Cabeço de Montachique; Rancho Folclórico “Os Canteiros” de Tires; Rancho Folclórico Etnográfico e Saloio do MTBA; Rancho Folclórico As Macanitas de Tercena; Rancho Folclórico do Bairro da

Fraternidade.

Com esta iniciativa, a Sociedade Recreativa e Desportiva “Os Progressistas” procura proporcionar um dia de encontro e convívio em torno do património cultural e das tradições locais, reunindo num mesmo espaço folclore, gastronomia, artesanato e atividades populares.

A Festa da Vindima e Mostra de Ranchos realiza-se no dia 20 de setembro, das 10h00 às 22h00, na Sociedade da Cabrela, em Casais da Cabrela, Silva e Faião. A Sociedade “Os Progressistas” convida toda a população, sócios, amigos e visitantes a participarem nesta celebração, reforçando o espírito de união e identidade local que caracteriza estas festividades.

Fonte e imagem: SRD “Os Progressistas”

São João das Lampas – 487 Anos da fundação da Freguesia e Paróquia

São João das Lampas assinalou na quinta-feira, dia 9, os 487 anos da fundação da freguesia e da Paróquia, numa cerimónia evocativa da história, identidade, e comunidade local.

As comemorações tiveram início pela manhã, em frente à sede da Junta de Freguesia, com uma sessão solene comemorativa. Pelas 19h00, teve lugar na Igreja Matriz uma eucaristia pelo 487.º aniversário da fundação da freguesia e da paróquia, com participação das associações e coletividades locais.

As comemorações pretendem assinalar uma data histórica para São João das Lampas, destacando o percurso da freguesia e o contributo da comunidade para a cons-



trução do seu presente e futuro. O programa integra também as Festas anuais em Honra de Nossa Senhora da Saúde, e por isso tiveram direito a música, com a cantora Ruth Marlene, e um espetáculo dos Insert Coin.

VS

Caracterização, História, Heráldica e Mapa

Até ao século XVI, o território que mais tarde viria a constituir a Freguesia de S. João das Lampas, permaneceu sujeito à Paróquia de S. Martinho de Sintra.

Dada a grande distância que separava a população da Igreja matriz, o Infante D. Afonso fez publicar, em 1539, o alvará que autorizou os fregueses a nomear pároco com residência fixa em S. João das Porqueiros – antiga designação toponímica da povoação em análise – mantendo embora a ligação a S. Martinho de Sintra. Poucos anos antes, a velha igreja local fora já reconstruída à medida das novas aspirações de autonomia. Dessa campanha de obras evidencia-se o portal manuelino, classificado como Imóvel de Interesse Público, desde 1959.

No virar do século, concretamente em 1600, o nome da povoação – S. João dos Porqueiros – é substituído pela actual designação.

Ainda na primeira metade do século XVII, uma nova sentença eclesiástica veio reforçar a independência da Igreja de S. João Baptista face à Matriz de S. Martinho.

Nas Memórias Paroquiais de 1758, S. João das Lampas surge já como uma das freguesias do Termo de Sintra, judicialmente dependente da Comarca de Alenquer.

Fonte: jf-lampas

PUBLICIDADE

Aberto todos os dias

Citaca

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

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@quintinoemoraais.pt

www.funerarioquintinoemoraais.pt

35 Anos de Serviço com Competência e Honestidade

ATENDIMENTO PERMANENTE

219 618 594 - 965 657 671

MEM MARTINS . MUCIFAL . SJ LAMPAS . SINTRA . TERRUGEM

Leia, assine e divulgue
o Jornal de Sintra

Paróquia de Rio de Mouro recebe imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel. Celebrações terminam no domingo, dia 13

Ventura Saraiva

Volvidos 26 anos, a Paróquia de Rio de Mouro volta a receber a imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel, uma cerimónia que decorreu no sábado, dia 5, com a entrega por parte da Paróquia de Nossa Senhora da Purificação, de Montelavar que durante um ano a teve em sua posse, e cujas festividades tiveram o seu epílogo no dia 4 (sexta-feira).



Momento da entrega da imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel à Paróquia de Rio de Mouro, em Montelavar

A caravana com a Charanga da GNR, e a imagem de Nossa Senhora do Cabo fez a sua passagem pelas várias localidades entre Montelavar e Rio de Mouro Velho (Igreja Matriz de Santa Maria de Belém), destacando-se, a Paróquia de S. José no Algueirão, terminando no recinto da Feira das Mercês. Foi neste local que se organizou o “Círio dos Saloios”, com desfile pelas várias artérias da vila e localidades vizinhas, como a Serra das Minas. A chegada a Rio de Mouro Velho foi assinalada com o lançamento de fogo-de-artifício. Os festejos, e a componente de animação decorrem até ao próximo domingo, dia 13, no recinto da Feira das Mercês,

no Alto da Rinchoa, integrando momentos religiosos, cortejos, feira tradicional e um programa diversificado de animação musical. O destaque do programa religioso do primeiro fim de semana teve lugar no domingo, dia 6, às 16h00, com a celebração da Missa Campal presidida por D. Joaquim Mendes na Igreja Matriz, à qual se seguiu a Procissão Solene. Ao final da tarde, pelas 19h00, a Banda Filarmónica Nossa Senhora da Fé de Monte Abraão apresentou um concerto dedicado à Nossa Senhora do Cabo Espichel. Ao longo dos dias úteis, o recinto da Feira das Mercês que abre diariamente às 17h00, mantém a habitual recitação do terço na Capela



Chegada a Rio de Mouro Velho

de Nossa Senhora das Mercês às 20h00. A partir das 21h30, o palco principal acolheu diariamente diversos espetáculos musicais, destacando-se na segunda-feira 7, para o Tributo aos ABBA (ABBAMIA); seguindo-se Tributo Popular (dia 8); Dupla Meta Cá Sets (9); Rouxinol Faduncho (10) e por último, “Espectáculo Para Sempre Marco”, precedido e seguido da atuação do DJ Sandro Saldanha (11); Edmundo Inácio (12). No último fim de semana dos festejos, o recinto abre mais cedo, às 10h00. O sábado, 12 de setembro, conta com aula de Zumba às 11h00, animação itinerante com a Tuna Inoportuna às 17h00 e concertos noturnos a cargo de Edmundo Inácio e do DJ Gonçalo.

O encerramento das festividades, no domingo, 13, contempla uma Missa Campal no recinto às 16h00, seguida da atuação do Grupo de Bombos das Mercês, e do Grupo Folclórico e Cultural da Rinchoa às 18h30. Todavia, no sábado, dia 12, os adeptos do movimento “Zumba” podem participar numa aula a partir das 11h00, e às 17h00, haverá música com a Tuna Inoportuna. Além da vertente religiosa e dos concertos, o recinto da feira conta com zonas de restauração, doçaria, artesanato e variadas diversões. O evento conta com muitos apoios da região, nomeadamente da Câmara Municipal de Sintra e da Junta de Freguesia de Rio de Mouro.

Sintra é palco do Desfile do Traje Popular

Sintra recebe, no dia 19 de setembro às 21h00, a XXVIII edição do Desfile Nacional do Traje Popular Português, no Largo do Palácio Nacional de Queluz.

A iniciativa, organizada pela Federação do Folclore Português, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra, reúne mais de mil participantes, num encontro que celebra a riqueza, autenticidade e diversidade dos trajes tradicionais portugueses. Considerado um museu vivo da cultura popular, o desfile promove a preservação do património cultural imaterial, transmitindo às gerações futuras o valor histórico dos trajes, dos modos de vida e das tradições das diferentes regiões de Portugal.

A realização desta edição em Sintra reforça a projeção cultural e turística do concelho, afirmando-o como palco privilegiado para iniciativas de âmbito nacional.

Fonte: CMS

Praia das Maças Sunset fim do verão



Sintra despede-se do verão com um Sunset na Praia das Maças, no dia 13 de setembro, a partir das 18h00.

A entrada é gratuita e o evento contará com a presença da DJ Cláudia Arauz, que irá apresentar um set musical pensado para um final de tarde descontraído, num ambiente de convívio e paisagem natural.

O evento convida Sintrenses e visitantes a desfrutar da envolvimento da Praia das Maças, num espaço que se transforma num ponto de encontro entre música e natureza.

Fonte: CMS

Sintra Blues Festas de São Miguel

A Igreja de São Miguel promove, no próximo domingo 27 de setembro, o espetáculo Sintra Blues, nas Festas de São Miguel, nos Jardins da Correnteza, a partir das 20h30.

A entrada é gratuita e todas as receitas revertem para a obra social da paróquia.

O espetáculo contará com a banda Blues & Outros Tons que apresentará um repertório vibrante com temas de Joe Bonamassa, The Doors, Muddy Waters, Elvis Presley, Freddie King, Gary Moore, Stevie Ray Vaughan, Buddy Guy, entre outros grandes nomes do blues e do rock.

O público terá também a oportunidade de ver e ouvir o convidado especial, o virtuoso saxofonista internacional, Kirill Bubakin, que integra a banda.

Será uma noite de música, energia e solidariedade, num cenário único dos Jardins da Correnteza, celebrando o espírito das Festas de São Miguel.

Fonte: blues & outros tons



Praia Grande 4.º Festival da Sardinha Assada



O 4.º Festival da Sardinha Assada realiza-se na Praia Grande, na freguesia de Colares, nos dias 11, 12 e 13 de setembro, uma organização da CPS - Associação de Praias do Concelho de Sintra.

SOCIEDADE

Sintra na Semana Europeia da Mobilidade



A Câmara Municipal de Sintra associa-se à Semana Europeia da Mobilidade 2026, que decorre de 16 a 22 de setembro, com um programa de iniciativas que promovem formas de deslocação mais sustentáveis, ativas e inclusivas.

O tema europeu deste ano é “Mobilidade para todos – Justiça entre gerações”, pretendendo dar destaque à mobilidade inclusiva e intergeracional. Sob o slogan “Sintrenses em Movimento”, o Município promove atividades dirigidas a crianças, jovens, famílias, população sénior e comunidade escolar, sensibilizando para a utilização dos transportes públicos, da mobilidade pedonal e ciclável e da mobilidade partilhada.

O programa arranca a 16 de setembro, na Casa da Cultura Lívio de Moraes, em Mira Sintra, com o lançamento da Semana Europeia da Mobilidade. Entre as 15h00 e as 19h00, a “Sintra Green Experience” apresenta atividades de experimentação e sensibilização para a mobilidade sustentável, dirigidas à comunidade. Às 17h30, realiza-se um Passeio Pedonal Intergeracional, que junta comunidade escolar, população sénior, lares e associações locais.

No dia 19 de setembro, às 15h30, realiza-se a “Kidical Mass Sintra”, um passeio de bicicleta com ponto de partida no Palácio da Vila, em Sintra, e ponto de chegada ao Parque Municipal de Ouressa, em Mem Martins. Aberta a crianças, jovens, famílias e população em geral, a iniciativa promove a mobilidade ativa, a segurança rodoviária e a convivência entre gerações, terminando com um momento de convívio.

A 22 de setembro, Dia Europeu sem Carros, o Município promove um “Bike Bus Escolar”, no Agrupamento de Escolas Ferreira de Castro, em Ouressa, Mem Martins. Durante a manhã, serão dinamizadas diversas atividades, das quais se destaca um primeiro ensaio de comboio de bicicletas para a escola, o Bike Bus. Mas haverá também bicicletas e outros veículos para experimentar, as excitantes EcoVoltas da Ekokart, as Histórias da Avó Isabel Nabiça ou os Jogos de Mobilidade Máximo Sustentável. O programa inclui ainda uma ‘Bicicadeira’ de rodas da Crisanimia e 3 trishaws da Pedalar Sem Idade destinados a passear alunos com necessidades educativas especiais e familiares mais velhos, nomeadamente avós.

As iniciativas prolongam-se até 11 de outubro, com uma nova “Kidical Mass” em Colares, reforçando o compromisso do Município de Sintra com a promoção de uma mobilidade ativa, segura, acessível e intergeracional.

Ao associar-se a esta iniciativa europeia, a Câmara Municipal de Sintra pretende envolver os sintrenses na construção de um território mais sustentável e inclusivo, incentivando alternativas ao transporte individual motorizado e valorizando o espaço público como lugar de encontro e convivência entre gerações.

Fonte: CMS

JORNAL DE SINTRA, uma marca concelhia
presente nos acontecimentos que fazem a história local

Leia, assinie e divulgue

IPMA celebra 130 anos da oceanografia portuguesa e reforça capacidade de investigação do oceano

Cento e trinta anos depois de D. Carlos I ter iniciado a primeira campanha oceanográfica portuguesa a 1 de setembro de 1896, o Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA) assinalou a efeméride a bordo do Navio de Investigação (NI) Mário Ruivo, que partiu do Porto de Lisboa na Rocha Conde d’Óbidos.

A iniciativa marca também o início de uma nova campanha oceanográfica no âmbito da Diretiva-Quadro Estratégia Marinha (DQEM) e dá a conhecer a renovada capacidade científica e operacional do NI *Mário Ruivo*, após um investimento de cerca de sete milhões de euros na sua modernização.

Segundo José Guerreiro, Presidente do IPMA, «hoje, com um NI *Mário Ruivo* profundamente modernizado, reforçamos a capacidade de Portugal para estudar e monitorizar o oceano e produzir conhecimento essencial à sua proteção e gestão sustentável».

A Diretiva-Quadro Estratégia Marinha é o principal instrumento da União Europeia para a proteção e gestão do meio marinho e tem como objetivo alcançar ou manter o Bom Estado Ambiental das águas marinhas. O IPMA assegura a coordenação científica e técnica da sua aplicação em Portugal e a avaliação do estado ambiental das águas marinhas do Continente e da Plataforma Continental Estendida.

Este trabalho é apoiado pelo projeto DQEM-MONIT, promovido pelo IPMA, com um valor anual de 3,6 milhões de euros, dos quais cerca de 2,8 milhões são financiados pelo “Programa Mar 2030”, abrangendo campanhas oceanográficas, tratamento e análise de amostras e avaliação científica dos resultados.

Investimento reforça capacidades científicas e operacionais do NI Mário Ruivo

A modernização do NI *Mário Ruivo* incidiu no reforço das capacidades científicas e de bioprospeção oceanográfica e na renovação dos sistemas de propulsão e energia. O navio dispõe atualmente de um conjunto alargado de equipamentos para investigação e monitorização do oceano, incluindo sistemas de sonar e ecosondas, perfilador acústico de correntes e sondas batimétricas multi-



feixe, que permitem estudar a coluna de água, os recursos marinhos e os fundos oceânicos a grandes profundidades.

A instalação de novas máquinas principais e grupos geradores permite igualmente melhorar a eficiência energética e a sustentabilidade operacional, reduzir consumos e emissões e aumentar o número de dias de mar disponíveis para investigação.

O investimento inclui cerca de 3,4 milhões de euros do PRR para reforço das capacidades científicas e de bioprospeção oceanográfica e aproximadamente 3,5 milhões de euros, através do PRR e do Fundo Azul, para modernização dos sistemas de propulsão e energia.

Concluída a intervenção, o navio entrou imediatamente em atividade científica, partindo para a missão Áreas Marinhas Protegidas Oceânicas 2026 (AMPO2026), realizada entre 15 e 27 de agosto na Crista Média Atlântica, a norte dos Açores, projeto financiado pelo Fundo Azul em 2,75 M€ a decorrer até final de 2027, uma etapa fundamental para o aprofundamento do conhecimento dos valores ambientais em presença e

a gestão efetiva destas áreas.

A missão permitiu colocar desde logo as capacidades reforçadas do *Mário Ruivo* ao serviço do conhecimento de áreas oceânicas de elevado valor ecológico da Plataforma Continental Estendida portuguesa. No mesmo projeto estará envolvido o navio Azores Ocean, recentemente adquirido pelo Governo Regional dos Açores (GRA), através de um MoU celebrado entre o IPMA e GRA, bem como a comunidade científica dos Açores. A missão AMPO2026, primeira realizada após a mais recente modernização do navio, teve como objetivo aprofundar o conhecimento científico sobre Áreas Marinhas Protegidas Oceânicas localizadas na Plataforma Continental Estendida portuguesa.

Durante a campanha foram recolhidos dados de oceanografia física, química e biológica e realizadas operações de observação de habitats e comunidades bentónicas, recolha de ADN ambiental (eDNA), monitorização acústica de fauna marinha, amostragem de plâncton e levantamentos de batimetria.

130 anos de investigação oceanográfica portuguesa

Esta nova campanha tem início precisamente 130 anos depois de D. Carlos I ter iniciado, a 1 de setembro de 1896, a primeira campanha oceanográfica portuguesa, a bordo do *Yacht Amélia*.

Os trabalhos realizados há 130 anos procuraram estudar de forma sistemática a costa portuguesa, a fauna marinha, as grandes profundidades, o plâncton e as correntes, recorrendo a instrumentos como linhas de sonda, termómetros de inversão, garrafas de recolha de água, dragas e redes de plâncton.

A evocação desta primeira campanha pretende estabelecer uma ligação entre os primórdios da oceanografia nacional e a atual capacidade científica e tecnológica portuguesa, simbolizada pelo renovado NI *Mário Ruivo*.

Sobre o IPMA:

O Instituto Português do Mar e da Atmosfera, I. P. (IPMA, I. P.), é um instituto público, integrado na administração indireta do Estado, dotado de autonomia administrativa e financeira e património próprio.

O IPMA, I. P., prossegue atribuições do Ministério da Agricultura e Mar, em coordenação com o Ministério da Educação, Ciência e Inovação e com o Ministério do Ambiente e Energia.

Assume o IPMA as responsabilidades ao nível do território nacional nos domínios do mar e da atmosfera, concentra os seus esforços de investigação em projetos que revertam para aplicações diretas com utilização na atividade operacional, na procura de uma melhoria progressiva da informação disponibilizada aos seus utilizadores, quer a oferta revista um carácter comercial, quer de serviço público e em particular, neste caso, com a preocupação orientada para a salvaguarda de pessoas e bens.

Fonte e fotos: IPMA
Comunicado Imprensa

MKA | Taça AFL- 1.ª Pré Eliminatória; SC Vila Verde, 0- GD Sobreirense, 4

“O caminho faz-se caminhando”

Ventura Saraiva

O Sporting Clube Vila Verde ficou-se pela ronda inicial da Taça Associação de Lisboa (AFL), ao ser derrotado em casa pelo conjunto do concelho de Torres Vedras, o Grupo Desportivo Sobreirense por 0-4.

O projecto iniciado na época passada (2025-26) mantém-se com jogadores saídos dos juniores, alguns sub-19, um processo de crescimento que levará o seu tempo, tal como a metáfora de vida muitas vezes usada; “o caminho faz-se caminhando”...

O Grupo Desportivo Sobreirense não encontrou dificuldades de maior em Vila Verde para eliminar a equipa da casa, conseguindo no decorrer do segundo tempo avançar para números expressivos, depois da vantagem mínima registada ao intervalo (0-1), um golo apontado aos 27 minutos por André Silva, mais conhecido por “Badjoca”.

No segundo tempo, e com mais opções no banco, a equipa do concelho de Torres Vedras, 8.ª classificada na Série 1, em 2025-26, foi ampliando a vantagem, com o “goleador de serviço”, Bernardo Miranda a bisar aos 62’, e 85 minutos. Miranda, que se iniciou no Cerca FC, e com um percurso até júnior no Tor-

reense, vai na sexta temporada no clube de Sobreiro Curvo, destacando-se como goleador. Na época passada foi dos melhores marcadores da 3.ª Divisão da AFL. Diogo Soares, aos 75’ contribuiu para a goleada.

Curiosamente, o Sporting Vila Verde até melhorou no processo ofensivo com as entradas de Ericson Costa, e Tomás Silva, à passagem dos 60 minutos, mas coincidente com o segundo golo do Sobreirense no minuto seguinte, o que contrariou os objetivos do treinador dos jovens leões.

Boa arbitragem de Bruna Pico, bem auxiliada pelos restantes elementos da equipa.

Ficha do jogo
Campo Afonso Araújo Som-

mer

1.ª Pré Eliminatória MKA–TaçaAFL
Árbitra: Bruna Pico, auxiliada por Frederico Couto, e Filipa Gonçalves

Ao intervalo: 01. Final: 0-4

Marcadores: Bernardo Miranda (2), André Silva (Rúben Batista, 79’), e Diogo Soares

SC Vila Verde: Diogo Graça; Filipe Catão, Miguel Reis (Daniel Conde, 79’), Miguel Batista, e Bernardo Fernandes (Tomás Silva, 60’); Gonçalo Dinis, Pedro Caleiro, Elizandro Rocha, e Daniel Segundo (Ericson Costa, 60’); Rodrigo Gomes, e Martim Sousa (Lucas Cunha, 70’).

No banco: Ricardo Correia (gr), e Guilherme Silva.

Treinador: Diogo Lamelas

GD Sobreirense: Filipe Figueiras; Simão Francisco,



foto: ventura saraiva

Ataque do Sobreirense à baliza defendida por Diogo Graça, com a bola a passar rente à trave

André Silva (Rúben Batista, 79’), Miguel Pereira, e Francisco Santos (João Santos, 72’); Emanuel Fonseca (Afonso Vieira, 79’), Tiago Miranda, Bernardo Miranda, e Bruno Bonifácio (Bernardo Ricardo, 72’); Joel Reis (Filipe Ferreira, 63’), e Diogo Soares.

No banco: Tomás Silva (gr), e Gonçalo Sousa.

Treinador: Bruno Santos

Resultados – 1.ª Pré Eliminatória: GD Igreja Nova, 3- CD Vila Franca do Rosário, 0; Mem Martins SC, 0-SRD Negrais, 2; SC Vila Verde, 0-GD Sobreirense, 4; ADC Encarnação e Olivais, 2- UD Vilafranquense, 1.

2.ª Pré Eliminatória – Dia

13/09.

Equipas concelhias: Algueirão-Quinta dos Lombos; Arsenal 72-O Despertar de Casal de Cambra; Rio de

Mouro-Freiria; União dos Santos-SC Sanjoanense; Sobreirense-SRD Negrais; AF Torre-CD Agualva; Aveiras de Cima-CD Belas.

Negrais ganha (0-2) em Mem Martins

Um dérbi concelhio na ronda inaugural a deixar de fora um dos representantes de Sintra na prova.

No campo municipal da Quinta do Recanto, Manuel Tavares marcou cedo (8’), começando por dar vantagem à turma da freguesia de Almargem do Bispo. E foi já no final da partida que Igor Sani, colocaria um ponto final na indecisão do marcador, e eventual prolongamento ao apontar o segundo golo.

A formação de Negrais vai encontrar o Sobreirense na próxima ronda, já no domingo, dia 13, no campo Luís Paulo Sarreira, em Sobreiro Curvo.



foto: ventura saraiva

O Recreios Desportivos do Algueirão apresentou o seu plantel no domingo, dia 6, no campo Raúl Neves, tendo como convidado o GD Malveira da Serra. Com 11 caras novas no plantel, e orientado de novo por Paulo Junqueiro, perdeu por 1-4, um jogo aproveitado pela equipa adversária para dar continuidade ao processo competitivo, depois da boa prestação na Taça Cascais 2026.

Campeonato de Portugal — Série 4

1.º Dezembro, Real e Sintrense jogam em casa

Avança no próximo domingo, dia 13, a 4.ª jornada do Campeonato de Portugal com os jogos a terem início pelas 15h00.

Na Série 4, o SU Sintrense defronta no parque de jogos da Portela, o Santa Clara “B”,

e o 1.º Dezembro, em S. Pedro de Sintra, o Amora FC.

Em Monte Abraão, o Real SC recebe a JD Lagense (Açores).

Na jornada do passado domingo, dia 6, o Sintrense venceu fora o Imortal (0-2), o

Real SC (0-1) no campo do Amora FC, e o 1.º Dezembro empatou (1-1) na deslocação ao Alentejo, com o FC Serpa.

O SU Sintrense lidera a classificação com 7 pontos, seguindo-se o Imortal, com 6.

VS

Campeonato Distrital da 1.ª Divisão AFL arranca no domingo dia 13

Mucifalense na estreia com Associação Murteirense

O principal campeonato da Associação de Futebol de Lisboa começa no próximo domingo, dia 13, com os jogos a terem início às 17h00.

No quadro de jogos da ronda inaugural destaque para a estreia da União Mucifalense depois da subida conquistada na época anterior. A estreia, é em casa, no

campo Eng. Álvaro Garcia de Carvalho, e o opositor, a Associação Murteirense, é um teste à equipa de Eduardo Simões.

Em Lourel, os leões recebem o Desportivo Olivais e Moscavide, e o 1.º Dezembro “B”, o Clube Oriental de Lisboa, despromovido do Campeonato de Portugal.

A ronda completa-se com os seguintes jogos: Cascais Sad-GS Loures; Futebol Benfica-Sacavense; GD Vialonga- Povoense; Ericeirense-Palmense; AD Oeiras-SC Lourinhense.

VS

Campeonato Distrital da II Divisão AFL — Série I e 2

Pêro Pinheiro recebe Catujalense

Arranca no domingo, dia 13, o escalão secundário da AFL, com o Atlético de Pêro Pinheiro, despromovido na época passada, a tentar recuperar o seu estatuto de clube nacional, com o objectivo de regressar ao topo do futebol distrital.

Na pré-época venceu o Torneio de Verão do MTBA deixando

boas indicações quanto ao valor do plantel. Recebe no campo Pardal Monteiro, o Catujalense, equipa aguerrida e que promete um bom espectáculo, em Pêro Pinheiro.

Na Série 1, destaque ainda para o encontro entre o MTBA e o CD Venda do Pinheiro, e a visita do CF “Os Montelavarenses” ao terreno

do CF Santa Iria.

Na Série 2, o Atlético do Cacém joga fora, e desloca-se ao campo do Lumiar, em Lisboa para defrontar o Recreativo Águias da Musgueira.

VS

DESPORTO

Campeonato de Portugal de Karting Toyota (CPK)

Santiago Alves – um sintrense no topo X30 Sénior

Ventura Saraiva*

Terminou no Kartódromo Internacional de Braga, com a final no domingo, dia 6, o Campeonato de Portugal de Karting Toyota (CPK), ficando assim definidos todos os campeões nacionais.

Raúl Vilarinho (Cadete), Mateus Gomes (X30 Mini), Artur Loureiro (X30 Mini U10), Duarte Alves (Júnior), Santiago Alves (X30 Sénior), Luís Alves (KZ2), Nuno Portela (KZ2 Master) e Pedro Valério (X30 Super Shifter e Gentleman), são os novos campeões de Portugal em Karting.

De relevar a conquista do título nacional do sintrense, residente em Montelavar, Santiago Alves, este ano no topo X30 Sénior, depois de ter sido vice-campeão em 2025.



Santiago Alves liderou grande parte da corrida e viria a conquistar a vitória em Braga e no campeonato



Foto: DR

As emoções foram bem fortes na quinta e última prova do Campeonato de Portugal de Karting Toyota com a decisão dos novos campeões nacionais a ser repleta de competitividade. No traçado bracaraense, as várias corridas foram um espetáculo, novamente com a incerteza quanto aos vencedores a ser mantida praticamente até à amostragem da bandeira xadrez, dizendo bem do êxito que foi um campeonato que se iniciou em Viana do Castelo e depois prosseguiu pelos circuitos de Portimão, Castelo Branco, Baltar e, por fim, em Braga.

Na categoria X30 Sénior, disputada por 16 pilotos, Diogo Caetano (Birelart) começou por ser o mais rápido nos treinos cronometrados, com a marca de 52,872s, e depois venceu as duas mangas de qualificação, garantindo assim a *pole-position* para a Pré-Final. Contudo, Anis Tazi (Birelart) triunfou na corrida matinal de domingo, logo na frente do espanhol Marco Fernández (KR) e de João Barros (LN). A derradeira corrida do campeonato, disputada em 18 voltas, teve três candidatos ao título em luta direta pela vitória: Santiago Alves (TBKart), Anis Tazi e António Macedo (CRG). Aos 17 anos, Santiago Alves venceu a Final de Braga e sagrou-se



Pódio com alguns dos campeões de Portugal

fotos: créditos fpak

campeão nacional da categoria X30 Sénior, depois de em 2025 ter sido vice-campeão nacional, na emocionante decisão no Bombarral. A família Alves tem agora dois campeões nacionais, já que o irmão mais velho de Santiago, Nuno Alves, foi campeão da categoria Juvenil, em 2001 e 2002.

Na Final minhota, Marcos Fernández foi o 2.º classificado e Lourenço Inácio (TBKart) confirmou todo o seu potencial com o 3.º lugar, estreando-se nos pódios do CPK após uma excelente recuperação. Também Solomon Hoffman (TBKart) e o jovem angolano Jorge Saraiwa (KR) estiveram em destaque na corrida decisiva, subindo vários lugares até ao

top 5, enquanto Anis Tazi e António Macedo (volta mais rápida da corrida) envolveram-se num toque e cederam posições já na segunda metade da Final, terminando logo atrás. Miguel Oliveira (KR) conseguiu recuperar até ao top 8, enquanto o jovem angolano Lucas Campos (KR) e Tomás Fernandes (TBKart) fecharam os 10 primeiros em Braga.

Jovem piloto de Montelavar brilha na categoria – rainha do CPK

Ao conquistar o título de campeão nacional de Karting da categoria-rainha, a X30 Sénior na derradeira prova do

Campeonato de Portugal de Karting Toyota (CPK), no Kartódromo Internacional de Braga, culminou época notável do jovem piloto de Sintra, que deu o terceiro título de campeão nacional à família Alves.

Poucas semanas após completar 17 anos de idade, Santiago Alves rumou à pista de Braga para a quinta e derradeira prova do Campeonato de Portugal de Karting Toyota (CPK). Líder da competição antes da jornada minhota, Santiago Alves focou-se em amearhar os pontos suficientes para garantir o título de campeão na categoria-rainha, a X30 Sénior, começando o fim-de-semana com o 2.º lugar nas duas mangas de qualificação. No domingo de manhã

(dia 6), o jovem piloto natural do concelho de Sintra manteve a concentração após uma Pré-Final azarada (6.º lugar), largando da *pole-position* para a decisiva Final. Aqui, Santiago Alves liderou grande parte da corrida e assumiu em definitivo o comando após um toque ocorrido à sua frente, coroando o seu título de campeão nacional com a vitória na derradeira prova do campeonato.

Mais um título para um dos grandes talentos da sua geração em Portugal, que se habituou a discutir as vitórias e os pódios em todas as categorias por onde passou: vice-campeão nacional na Iniciação, vitória no Open de Portugal na Cadete, 3.º classificado no CPK Júnior, vice-campeão nacional X30 Sénior e pódio na Winter Cup Portugal.

“Estou muito feliz, obviamente, e posso afirmar que este é o ponto mais alto da minha carreira”, afirmou Santiago Alves, poucos minutos após subir ao topo do pódio em Braga. “Depois da forma como fomos vice-campeões em 2025, este ano apostámos sobretudo na consistência de bons resultados, e isso deu frutos. Chegámos aqui a Braga com alguma vantagem, mas tive de dar o máximo porque a concorrência também esteve muito forte. Terminar o campeonato a ganhar foi mesmo um sonho e quero agradecer à minha família, a

toda a equipa Paulo Pita Racing Team e a todos os meus amigos. Agora vamos tentar fazer a ‘dobradinha’ na Taça de Portugal”, referiu o novo campeão nacional.

Refira-se que este é o terceiro título de campeão nacional de karting na família Alves, pois o irmão mais velho de Santiago, Nuno Alves, foi bicampeão da categoria Juvenil, em 2001 e 2002.

O foco está agora na emblemática Taça de Portugal de Karting que será disputada no Kartódromo Internacional da Região Oeste, no Bombarral, nos dias 21 e 22 de novembro.

Classificação final X30 (“Top 10”)

- 1.º Santiago dos Santos Alves, 428,5 Pontos
- 2.º Tazi Anis, 371
- 3.º António Tomás Castro de Macedo, 387,5
- 4.º Miguel Fradique Marçal Silva de Oliveira, 280,5
- 5.º João Domingos Andrade Barros, 267,5
- 6.º Solomon Joseph Hoffman, 244,5
- 7.º Tomás Tavares Fernandes, 241,5
- 8.º Fernández Digón Marco, 235,5
- 9.º Lourenço Inácio Bastos Silva, 208
- 10.º Rafael Pereira Rajani, 206,5

*Com FPKA Comunicação/ media p8

Desporto Fora da Caixa (7) — Histórias de vida e superação

Rúben Miguel Salgado – O guarda-redes que marca penaltis e é treinador de cães

Ventura Saraiva

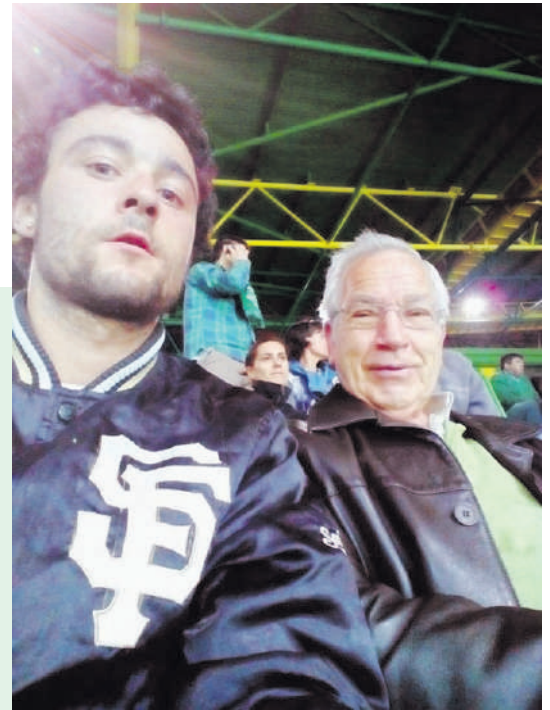
Conciliar a exigência da carreira profissional e familiar, com o desporto amador e resultados de sucesso, é uma tarefa que só os mais persistentes e audazes conseguem.

No futebol, ou fora dele, todos o conhecem por “Salgadinho”, uma alcunha dada por uma professora de português, devido à sua baixa estatura.

Nasceu na Maternidade Dr. Alfredo da Costa no ano 1990, mas é sintrense do Algueirão, onde sempre viveu. Concluiu o 12.º Ano no Ensino Profissional, na Escola de Recuperação do Património de Sintra, em Odrinhas, e iniciou-se no futebol aos 6 anos de idade, nos Recreios Desportivos do Algueirão, na posição de guarda-redes, muito por influência do seu avô, Miguel Salgado, que também jogava entre os postes e que passou pela antiga equipa da CUF.

Tem no currículo, 6 subidas de divisão; duas em Juvenis, duas, em Júnior, e duas em sénior. Soma ainda um título de campeão distrital da III Divisão da AFL.

É conhecido por exímio marcador de penaltis, apesar de guarda-redes, é treinador de cães, e ambiciona vender a sua habitação actual para construir um “Hotel para Cães”, com todas as valências...



Com o avô Miguel Salgado, a sua referência desportiva, no Estádio de Alvalade

A Rúben Miguel Salgado, o “Salgadinho”, iniciou o seu percurso escolar na Escola Básica do Algueirão Velho, passou pela EB Mestre Domingos Saraiva, e terminou o Ensino Secundário (12.º Ano), na Escola Profissional de Recuperação do Património de Sintra (EPRPS). Todavia, a carreira profissional nunca passou pelo conhecimento adquirido por via estudantil. Ingressou numa empresa de mudanças, e mais tarde criou o seu próprio negócio na mesma área, onde se manteve cerca de 12 anos. Atualmente faz serviço de motorista, prestando serviço a Embaixadas Diplomáticas.

Entretanto, a sua paixão pelos cães de todas as raças, levou-o a fazer um Curso de Treino teórico e prático de dois meses, passando a conciliar com a sua atividade profissional com o treino personalizado ao domicílio. “Sempre gostei



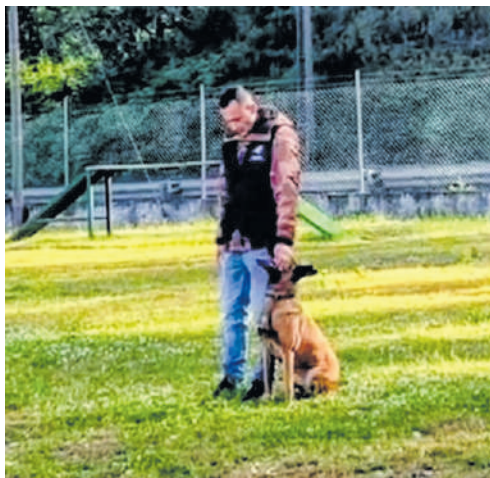
Treino de campo com cães – uma paixão de criança

de animais, muito pela influência de ter vivido na quinta dos meus tios. Os cães são para mim os animais de eleição. O meu sonho é vender a minha casa, e construir um Hotel com todas as valências. Deixei de jogar futebol para me dedicar ao treino, e só regresssei por insistência do meu avô, prestando-lhe essa homenagem, porque entretanto faleceu”, confessa “Salgadinho” que já decidiu arrumar

as luvas na próxima temporada, aos 36 anos de idade, superando a barreira das duas décadas de actividade entre os postes.

Vinte anos de futebol, e apenas quatro clubes. Algueirão, e “Os Montelavarenses” no topo das preferências

“Era ainda criança e quando



via o meu avô jogar na posição de guarda-redes, queira sempre imitá-lo” começa por nos contar “Salgadinho”. E um dia, o Algueirão abriu as “Escolinhas”, e fui lá para treinar ainda no tempo dos campos pelados. Tinha seis anos, e escolhi logo, jogar à baliza. Estive duas épocas no Futebol 7 (sub 11), e passei por todos os escalões até aos juniores. Com o Mister Miguel Pinto, subimos duas vezes de divisão, em Juvenis e Juniores. Quando passei a Sénior, o Algueirão não tinha equipa, e fui convidado para “Os Montelavarenses”, treinado por Tito Sampaio (2009). No ano seguinte ingressei no Sintra Football, um projecto do Dinis Delgado, a quem ficarei sempre grato porque para além de me pagar para jogar, ainda me conseguiu melhorias financeiras no meu trabalho. Estive dois anos no “Sintra”, e voltei ao “Montelavarenses”, com três temporadas de grande sucesso, com o Mister Paulo Reis, para mim

a grande referência entre todos os treinadores que tive. Abandonei em 2017, e só regresssei em 2023 por convite do CF “Os Montelavarenses” e para homenagear o meu avô que insistia para voltar e que entretanto viria a falecer”, recorda com saudade. Sobre o fato de ser chamado a converter pontapés de penalti, explica: “Ainda nos juvenis, como os meus colegas falhavam muito, pedi ao Mister para experimentar, e marcava sempre. A partir daí,

a fama cresceu, a confiança também, e sempre que era necessário, lá ia marcar com classe”, remata entre sorrisos. “Na época passada e na minha passagem pelo Mem Martins Sport Clube, o Mister Fernando Rodrigues também me colocou a marcar do pontapé dos 11 metros, e também contribui com um golo, e até uma assistência. Nem sempre será assim, mas sempre que for requisitado, espero contribuir com essa experiência adquirida”.

Fala quem sabe...

“O Salgadinho, é um ser humano fantástico. Durante os anos em que trabalhamos juntos, eu como presidente do Clube de Futebol “Os Montelavarenses”, e ele enquanto atleta, foi sempre um miúdo cumpridor, respeitador e afável. Só me deixou saudades, assim como a massa adepta do clube. Por essas razões, e decorridos alguns anos, fui convencê-lo a regressar, o que aceitou e acabou por integrar o plantel que se sagrou campeão distrital da III Divisão. Este ano, tudo indica que com o regresso ao Algueirão, irá terminar a carreira onde começou. Em nome dos montelavarenses desejamos-lhe toda a sorte, e que os seus objectivos profissionais se concretizem...”

José Ricardo Santos, antigo presidente do CF “Os Montelavarenses” responsável pela estreia nos seniores do clube

“Conheci o Salgadinho nos Recreios Desportivos do Algueirão, enquanto treinador do clube, embora nunca tenha sido meu atleta. Foi sempre um miúdo incrível, dedicado, e sempre disponível nos treinos e concentrado nos jogos. Tornou-se uma referência no clube pela sua capacidade de marcar penaltis, coisa rara entre os guarda-redes, e que foi muito aproveitada pelos seus treinadores. Ao fim de alguns anos está de regresso ao Algueirão, e a sua experiência vai ajudar os mais jovens guarda-redes, e a equipa, sempre que o treinador o convocar para a baliza. Que seja bem-vindo de novo ao Recreios Desportivos do Algueirão”.

João Peres Moutão, histórico treinador e dirigente do futebol no concelho de Sintra, nomeadamente no RDA



Um regresso ao clube onde se iniciou no futebol como guarda-redes

CULTURA

EXPOSIÇÕES

Sintra – “A Coleção de Cunha e Costa um Portugal que nos Une”

Quando: até 31 dezembro
Onde: MFC - Museu Ferreira de Castro

Mira Sintra – Exposição solidária “O Propósito”

Quando: até 10 outubro
Onde: Casa da Cultura Lívio de Moraes

TEATRO

Sintra – “Sobreviver é um emprego a tempo inteiro”, pelo Teatro Efêmero

Quando: 11 e 12 de setembro, às 21h30
Onde: Casa de Teatro de Sintra
reservas@chaodeoliva.com

Sintra – “O meu filho é um urso ou a fealdade de matar mongos”

Quando: 19 setembro, 16:00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – AMOR É ASSIM... com João Baião

Quando: 23 outubro, 21h00; 24 outubro 15h30 e 21h00
Onde: Centro Cultural Olga Cadaval

Anços – Revista à Portuguesa “Anços Regressa ao Palco”

Quando: setembro, a anunciar; 17 outubro, 21h; 25 outubro, 16h30
Onde: Clube Recreativo Império de Anços.
Reservas: 963590209; 965023099

MÚSICA

Sintra – GNR

Quando: 11 setembro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – “Outros Tempos”, Jazz em Monserrate

Quando: 11 a 13 setembro
Onde: Parque e Palácio de Monserrate

Sintra – Elisa

Quando: 12 setembro, 21h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – OMS | Variações Rococó de Tchaikovsky

Quando: 13 setembro, 16h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Violas Encantadas A Viola Beiroa - Tradição e Identidade da Beira Baixa

Quando: 17 setembro, 21h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – Concerto inaugural | Coro Teatro Nacional S. Carlos e Orquestra Sinfónica Portuguesa

Quando: 20 setembro

Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Ricardo Ribeiro

Quando: 25 setembro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Uma Viagem ao Mundo da Imaginação

Quando: 27 setembro, 16h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – Concerto para Bebés | A Bebê Curiosa

Quando: 29 setembro, 10h00 e 11h30
Onde: Palco do Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Carminho | Eu vou morrer de amor ou resistir

Quando: 1 de outubro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – S. Pedro

Quando: 2 outubro, 21h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – OMS | Sinfonia n.º 5 de Mahler

Quando: 4 outubro, 16h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – The Black Mamba

Quando: 9 outubro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – DJ RISCAS | O Espetáculo ao Vivo

Quando: 11 outubro, 11h00 e às 15h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Mafalda Veiga | O Inverno não dura tanto quanto parece

Quando: 16 outubro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Rosa Borges Jacinto | 40 anos de Fado

Quando: 17 outubro, 21h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

Sintra – Concerto Solidário | Orquestra Médica Ibérica

Quando: 31 outubro, 18:00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – TAXI - 45 anos

Quando: 6 Novembro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

OUTROS

Concelho Sintra – 12.ª Edição do Muscarium – Festival de Artes Performativas

Quando: até 20 setembro
Onde: Vários espaços do concelho

Agualva / Cacém / Rio de Mouro – MIMMOS – 5.ª Mostra Internacional de Marionetas e Objectos de Sintra, pela Valdevinos Teatro de Marionetas,

Quando: De 11 até 27 setembro
Onde: Agualva, Cacém e Rio de Mouro

O Jornal de Sintra
apoia a Cultura

Viola Beiroa em concerto no Olga Cadaval

O Centro Cultural Olga Cadaval recebe, o concerto “A Viola Beiroa – Tradição e Identidade da Beira Baixa”, apresentado pelo projeto Violas EnCantadas, no dia 17 de setembro, às 21h00.

Integrado na digressão do livro/disco que celebra a cultura da Beira Baixa, o concerto revisita a música, a palavra e a memória desta região, destacando a Viola



Beiroa, um dos mais antigos instrumentos de corda portugueses. Pertencente à família das

violas de arame, distingue-se pela requinta, uma corda adicional que lhe confere um timbre único e uma expres-

sividade singular.

O projeto Violas EnCantadas é formado por José Barros, Ricardo Fonseca e Fernando Deghi, que trazem ao palco uma viagem sonora dedicada à identidade musical da Beira Baixa.

Os bilhetes encontram-se disponíveis na Ticketline e nos locais habituais de venda.

Fonte: CMS

Quinta da Ribafria / 12 setembro / 21h00

Moonspell – Ao vivo em Sintra

Espetáculo exclusivo na área da Grande Lisboa, este concerto em Sintra marca a estreia dos Moonspell na nossa vila, passados 30 anos de carreira. Aproveitando a beleza natural do parque, e a marcante arquitetura da Quinta da Ribafria. Entre a novidade do álbum Far From God e a herança de Irreligious (1996), a banda celebra três décadas de história cruzando o seu legado com o presente. O espetáculo entrelaça estas duas eras num cenário que amplifica a aura teatral e mística que lhes é intrínseca.

Acesso: • 25

Municípios de Sintra: desconto de 10%, mediante apresentação de comprovativo de morada válido por bilhete. Desconto aplicável apenas a bilhetes adquiridos ou levantados em postos de venda físicos, não sendo válido para compras online.

Acompanhante de portador de deficiência, com grau de incapacidade igual ou superior a 60%, beneficia de bilhete gratuito, conforme legislação em vigor, mediante apresentação de atestado médico de incapacidade multiusos, no momento da aquisição ou levantamento do bilhete.

Bilhetes: Bilheteira da Quinta da Regaleira,

blueticket.meo.pt, nos postos de venda Blueticket e no local 2 horas antes do espetáculo
Duração: 90 minutos aprox.
Recomendado a M/6

Nota biográfica:

Depois de três décadas inesquecíveis percorrendo todo o mundo em tours sucessivas, iniciadas em 1995, vendendo milhares de discos e inscrevendo o seu nome e Portugal na história da música nacional e internacional, os MOONSPELL voltam com um novo álbum intitulado FAR FROM GOD, afirmação máxima de uma banda que se tornou referência do metal gótico, género que ajudou a moldar no final dos anos 90. Depois do sucesso do espetáculo ao vivo na Meo Arena com a Sinfonietta de Lisboa e acabados de finalizar uma muito bem-sucedida tournée na América Latina e por festivais Europeus, tocam pela primeira vez na sua carreira em Sintra, vila que citam como inspiração.

Fonte: Cultursintra

De 4 de setembro a 31 de outubro | Sala Polivalente — MU.SA - Museu das Artes de Sintra

Exposição “Pensar o Parque Natural” – Associação Finis Terrae

O Parque Natural de Sintra-Cascais constitui um dos territórios naturais e culturais mais singulares de Portugal. Aqui se entrelaçam biodiversidade, paisagem, património histórico e pressão humana crescente. A exposição Pensar o Parque Natural propõe abrir um espaço de debate, imaginação e responsabilidade coletiva, reunindo contributos de artistas, investigadores e cidadãos para questionar os modelos de ocupação, conservação e governação do território.

Através de obras artísticas, textos curatoriais e materiais documentais, a exposição explora temas como a transformação da paisagem, as ameaças ambientais, o papel da sociedade civil na defesa do território e a necessidade de novas formas de relação entre cultura, natureza e políticas públicas.

A exposição insere-se no conjunto de iniciativas da Finis Terrae dedicadas à defesa e valorização do Parque Natural de Sintra-Cascais, promovendo o envolvimento da sociedade civil na proteção da Natureza, da floresta, da biodiversidade e da orla costeira.

Defender um Parque Natural é um exercício cultural e político. Pensar o Parque Natural é imaginar futuros possíveis, mas também reconhecer os riscos presentes e a urgência da ação coletiva.

Um dos objetivos da exposição é ainda a angariação de fundos para apoiar a missão da Finis Terrae, garantindo a continuidade das suas atividades de defesa do Parque Natural de Sintra-Cascais. As receitas provenientes da venda de obras serão repartidas entre os artistas participantes e a associação. Esta iniciativa permite aos artistas valorizar e divulgar o seu

trabalho enquanto contribuem para a preservação do património natural e cultural da região.

Artistas representados: Alex R. Pereira; Alexandra Soares Correia; Alves Dias; Ana Velez e Maria Sassetti; Anastasia Bas; Bela Branquinho; Bruno Duarte Dias; Carlos Farinha; Catarina Cardoso; Chetana Thornton; Diana V. Almeida; Diego Moya; Evgenia Emets; Fátima Alves; Fernando Silva; Filipa Quadrado; Guto Souza; Isabel Correia; Ivo Moreira Bassanti; Leonor Janeiro; Luísa Lourenço; Mary St. George; Milena Sophie Kalte; Olívia Bina; Pedro Amaral; Peter Gilbert; Raquel Pedro e Catarina Marto; Regina Frank; Saskia Moro; Stephanie Monica e Diogo Amorim.

Sobre a Associação Finis Terrae

A Finis Terrae é uma associação ambientalista dedicada à defesa do Parque Natural de Sintra-Cascais em toda a sua extensão. Com foco na preservação da floresta, biodiversidade e orla costeira, a associação promove ativamente o combate à pressão urbanística e degradação ambiental através da cidadania participativa.

Esta exposição coletiva é dedicada ao diálogo entre Arte, Natureza, Património e Comunidade, com especial enfoque no Parque Natural de Sintra-Cascais. Em paralelo, será editado um catálogo que reunirá obras e textos originais, constituindo um registo artístico, crítico e poético do projeto. O objetivo é reunir num mesmo projeto imagens e palavras, criando um espaço de partilha e pensamento crítico sobre a defesa do património natural e cultural.

Fonte: MU.SA



TELEVISÃO

Aventuras de Luís no País das Maravilhas

Vamos esclarecer uma coisa: não vale a pena termos grandes ilusões quanto aos canais televisivos de informação que estão disponíveis. Se formos a ver bem, não há grande diferença entre um canal com um esqueleto “estrangeiro”, como a CNN Portugal, e a CMTV, o canal de televisão do *Correio da Manhã*. Ambos têm uma mesma organização temática: a desgraça, a tragédia e o horror, por um lado, e o futebol por outro. Notem que não escrevi “desporto”, mas sim futebol. A única diferença a pender para a CNN está (geralmente) na prosódia correcta das palavras com mais de duas sílabas, na correcção da ortoépia e da sintaxe, e até no uso da mesóclise e da proclítica. Tem ainda uma grande vantagem: a de não ter as frases de rodapé escritas pelos seguidores que Francisco Penim deixou no canal. Digamos que a CNN Portugal é uma CMTV com alguns estudos. E até, em certos casos, com algumas cadeiras pela universidade de Harvard.

Têm, todos eles, comentadores encartados nas mais diversas áreas que, como vos digo, nem são assim tantas: futebol, a guerra, as tragédias climáticas ou geofísicas. E ali vemos generais, ex-jogadores de futebol, treinadores de bancada e agentes da protecção civil, todos eles mais ou menos hiperbólicos mas, coitados!, nenhum bate Ireneu Teixeira que, no canal Now, da família da Medialivre, intruja enfaticamente e ludibria com o ar de quem não parte um prato todos quantos se dão ao trabalho de o ouvir. Curiosamente, o seu nome vem do Grego *Áirineüs*, que significa, imagine-se... “pacífico”. Quem foi que lhe sugeriu o nome, porque pacífico é que ele não é? É truculento, mostra vídeos que não são aquilo que ele diz que representam, mente muitas vezes com ar plácido e sereno. Mas, recentemente, Ireneu inovou e fez *fact checking* a si próprio: escolheu umas “imagens de Ceuta”, mas eram tão claramente imagens de França que o próprio teve de dizer que “não parece Ceuta”...

Mas, a favor do Now, existe de vez em quando Luís Paixão Martins, um mestre da comunicação política, que abordou o confronto público recente entre a tutela da Administração Interna e a oposição, afirmando que “Luís Neves entregou uma prenda de Natal a André Ventura quando o desafiou para um combate”: e é isso mesmo, um brinde.

“Era o melhor dos tempos, era o pior dos tempos, era a idade da sabedoria, era a idade da loucura, era a época da fé, era a época da incredulidade, era a estação da Luz, era a estação das Trevas, era a Primavera da esperança, era o Inverno do desespero...” E isto, que é a abertura de *Um Conto de Duas Cidades* (1859), de Charles Dickens, poderia muito bem retratar as promessas de Luís Montenegro e os respectivos resultados depois de eleito. O único problema é que Dickens falava da Revolução Francesa e usou uma série de paradoxos para mostrar que aquele período foi marcado por extremos absolutos e contradições profundas. Por cá, muitos viam Montenegro (ainda verão?) como muitos franceses viram a Revolução, como a “Primavera da esperança” — o melhor dos tempos... A verdade é que, no século XVIII, o Terror jacobino acabou por descambar para a fome, a perseguição política e caos social — o Inverno do desespero. E assim estamos por cá.

Occupados, como metade do país e as televisões parecem estar, com as alegadas tropelias de Luís Neves, ninguém liga ao que verdadeiramente importa à vida das pessoas. No fim de semana dei comigo a ver, em letra de forma, aquilo que é fácil de perceber a quem olhar os rodapés dos canais de informação: que quem tem o azar de adoecer espera horas infindas para ser visto num hospital. Não há médicos, não há enfermeiros, não há técnicos de saúde. Um dia destes vi que não há anesthesiologistas, função fundamental para qualquer operação. E o Quadro Global de Referência (QGR) do SNS para o triénio 2026-2028, diz que o SNS vai manter um resultado negativo na ordem dos mil milhões de euros nos próximos dois anos. E mais: que os utentes com médico de família se vai manter nos 85,37%, sem qualquer perspectiva de melhoria, ainda que ficasse aquém do necessário. E, durante esse mesmo período, milhares de utentes vão continuar a aguardar mais tempo do que o recomendado para consultas e cirurgias e a passar um ror de horas à espera de uma opinião urgente para as maleitas que os afligem.

Enquanto isso, Luís Montenegro repete *ad nauseam* a sua confiança em Luís Neves e a excelência desse ministro que tem uma obra feita como não há memória, nem no país nem, tão-pouco, no planeta. E esquecendo que quando era oposição, isto da saúde se resolvia em menos de seis meses e agora, depois de ter tomado posse (pela primeira vez) em 2 de Abril de 2024, há quase dois anos e meio, lamento confirmá-lo, não só não resolveu como tudo está pior. E, vai uma aposta?, na segunda-feira os combustíveis vão subir de novo e o governo não irá prescindir dos seus impostos. Mas que importa isso se o Governo vai criar um fundo soberano? E comprar três fragatas que não irão caber nos estaleiros do Alfeite? Ora, implicâncias minhas...

Voltou de férias *O Princípio da Incerteza*, na CNN, sem Pedro Duarte, que vai finalmente dedicar-se ao cargo de edil, e com José Matos Correia no seu lugar, bem como O Trigo do Joio, com Mário Centeno. Os programas faziam falta.

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



Bernardo de Brito e Cunha

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	
Aguálva-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 I 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 Aguálva
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
3.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, 11 de Setembro — Ofélia Pais Ferreira Urmal, de Montelavar; Maria da Conceição de Oliveira, da Pernigem, Maria Celeste Filipe da Silva Rodrigues, Fernanda Dias Paiva Gomes; João Romão Júnior, do Ral, José Carlos da Costa Nogueira, Paulo Alexandre Gomes Neves, Nuno Ricardo Afonso Gomes Ramalho Nascimento, Eduardo Jorge Damião Roça Raio.

Sábado, 12 — Luisa Mateus Tojeira, da Terrugem, Carolina das Candeias Silva Moniz, do Cacém, Maria da Graça Morgado Mota, de Almoçageme; Agostinho Machado da Silva, de Almargem, Fernando Manuel Nascimento Antunes, de Almoçageme, João Carlos Barreiros da Costa, da Serração, Ivo Manuel Regueira Costa, do Mucifal.

Domingo, 13 — Maria João Galiza da Silva Granja; Vasco Manuel da Encarnação Jorge, Rui Rodrigo Firmino Guerra da Fonseca, de Almoçageme, Carlos Manuel Nascimento Marques, de Almoçageme, João Tiago Alves Mota, Médéric Forestier Batista, de França.

Segunda-feira, 14 — Fernanda Rodrigues Capote, de Galamares, Maria Helena Patrício Pereira, do Ral, Capitolina Maria Catarino, de Vila Verde, Célia Maria de Sousa Alexandre, Benvinda Gomes Antunes Baptista, de Mem Martins, Bertila de Jesus Pina Amaral, de Queluz, Ermelinda Oliveira Nunes, de Janas; Fausto Amadeu P. das Neves, José da Silva Cordeiro Júnior, de Tavadre - Figueira da Foz, Manuel Gonçalo Apolo Júnior, de Lisboa, Vitor Manuel Ricardo Pereira, de Sintra, Manuel de Matos, de Lisboa Nuno Miguel Dias Cosme, do Mucifal.

Terça-feira, 15 — Ana Luísa Feliciano Martins, Georgina Martins, do Algueirão, Luísa Maria Figueiredo, Maria Manuela Valentim Fernandes, Domingas Custódio Sandinha, da Pernigem, Maria João Grilo de Azevedo Ramalhete, de Montelavar, Maria Manuela da Silva Martins Ricardo, Tomás Filipe Leitão Florêncio, de Almargem do Bispo.

Quarta-feira, 16 — Inês Simões Leitão, de Almargem do Bispo, Ana Rita Afonso Gomes Ramalho do Nascimento; Marcelo de Carvalho, da Praia das Maças, José Manuel Brandão Nunes, Luis Miguel Ramalho Galego.

Quinta-feira, 17 — Susana Isabel Mechas Jacinto, de Murtais, Maria Amélia de Almeida Simões da Silva, de S. Pedro, Isabel de Sousa Gomes, Frederico Manuel de Freitas Vidal, de Cascais, Eduardo Ferreira Nunes Torres, Valentim Ricardo Santos Gonçalves, Rui Jorge Regala Lúcio, Américo Francisco da Silva, de Alborgas e António José dos Santos Moreno Correia.

Sexta-feira, 18 — Maria Antónia Pinto Carolo, Maria da Conceição Jacinto, da Pernigem; António Tojeira Pires, de Vila Verde, Paulo Jorge Conceição Figueiredo, de Vila Verde.

Sábado, 19 — Marta Maria Louro Jacinto Pechilga, de Alvarinhos, Amália Maria Fernandes Rodrigues, das Azenhas do Mar, Idalina Martins Farinha, de Almornos, Maria de Lurdes de Almeida Urmal, de Montelavar, Maria de Jesus Martins Coelho, da Idanha; João Manuel Castro Simões, José Príncipe Martins, de S. João das Lampas, José Manuel Batista Amaro, Zuriqe - Suíça.

Domingo, 20 — Ana Luísa Miranda Corredoura, de Pero Pinheiro, Ana Isabel Recto Domingos, da Praia das Maças, Maria Alice Tomáz, do Mucifal, Albertina Rosa Jerónimo, de Pero Pinheiro, Maria Paula de Oliveira Lourenço, do Sabugo, Maria Natália Conde Sebastião, de Odrinhas, Ana Cristina Pinhações Quitério; Francisco Duarte Filipe, de Camarões, eng.º Álvaro Garcia de Carvalho, do Mucifal, Pedro Miguel Simões Barreira, de Oeiras, Nuno Gonçalo Antunes Martins, de Nafarros, Lukas Mohedano Baleia, de Boembre.

Segunda-feira, 21 — Dora Cristina Pais Adrião, de Montelavar, Leontina Rodrigues Baptista, de Sintra, Matilde Ferreira Nunes, da Terrugem, Isabel Maria da Silva Fidalgo, de Pero Pinheiro, Hortense Conceição Vicente, de Mem Martins, Maria Helena Esteves Santos Costa; Luís Manuel da Costa Baptista, de Belas, Joaquim Norton de Sousa, de Lourel, Mário Nuno Pires Soares Bandeira de Mello Ferreira Jordão, do Cacém.

Terça-feira, 22 — Mariana Cardoso Correia, da Tojeira, Maria Alice Inácio de Almeida, de S. Pedro, Dionísia Ferreira da Silva Faria, Lúdia Maria Duarte Carvalho, do Mucifal, Maria José Aniceto Henriques, de Mem Martins, Alda Maria da Conceição Neves Costa, Maria de Lurdes Baeta Neves, da Aldeia Nova do Cabo (Fundão); João Urmal, de Montelavar, Emanuel Nunes Morão Couchinho Baptista, dr. Frederico Moreira Rato, do Casal de Santo Amares, Agostinho Simas, Pedro Vicente Carolo.

Quarta-feira, 23 — Carolina Alexandre Jorge, Maria Emília da Costa Baptista, de Pero Pinheiro, Maria Alice Gomes Firmino, de Almoçageme, Ana Paula da Cunha Figueiredo, de Lourel, Maria Orlanda da Silva de Sousa, de Lourel, Beatriz Isabel Santana de Almeida Campos, de Mem Martins, Maria Augusta Jesus Ferreira; Custódio Pedroso Ferreira, da Várzea de Sintra, José Manuel Duarte Carvalho, do Mucifal, Pedro Jorge dos Santos Caldas, da Abrunheira.

Quinta-feira, 24 — Maria da Assunção Ramos dos Santos Cardoso, de Lisboa, Jacquelina Belo Prista Rodrigues, de Mem Martins, Cláudia Sofia Santos Rodrigues, das Azenhas do Mar, Beatriz Oram Soares, Maria Cecília Fortunato; Manuel Duarte Casinhas, Filipe Mechas Coelho, de Almoçageme, Guilherme Antunes Romão, de Cortegaça e Fernando Mendes, de Pero Pinheiro.

Sintra Pro Fest na Praia Grande celebrou 30.º Aniversário

Vitória para Namika Yamashita, e Pierre-Louis Costes. Filipa Broeiro eliminada nos “quartos”

Ventura Saraiva

A edição de 30.º aniversário do Sintra Pro, etapa do Mundial de Bodyboard, terminou no domingo, dia 6, com ondas, muita emoção e dois vencedores de grande nível: o francês Pierre-Louis Costes que soma assim o sexto triunfo na Praia Grande, e a japonesa Namika Yamashita que garantiu praticamente o título mundial quando só falta uma etapa para realizar, em Espirito Santo, no Brasil, no próximo dia 20. A *bodyboarder* sintrense Filipa Broeiro, campeã em 2025, atingiu os 1/4 Final, sendo eliminada pela japonesa que se sagraria vencedora da competição feminina

Depois de no dia de sábado (5), “um mar pequeno” e a falta de ondas ter suspenso as provas, o domingo começou com os 1/4 Final com quatro lusos ainda em competição, Miguel e Francisco Ferreira no lado masculino, e Filipa Broeiro e Luana Dourado entre as senhoras. Ambas foram eliminadas, por dois “pesos-pesados” das ondas; Filipa, por Yamashita, e Luana (vice-campeã em 2025), pela brasileira Luna Hardman.

Nas meias-finais, Namika Yamashita bateu a compatriota Yuka Nishimura, enquanto no outro *heat*, uma curiosa meia-final entre Neymara Carvalho, pentacampeã mundial de 50 anos e a filha Luna Hardman, com a geração mais nova a levar a melhor e qualificar-se para a final onde cedeu perante Yamashita (13.85 vs. 13.10 pontos).

Pierre-Louis Costes, um francês que adotou Portugal volta a vencer

Na competição masculina os embates mais emocionantes tiveram lugar para os heats que envolveram os portugueses Miguel Ferreira e Francisco Ferreira, e o claro favorito do público, Pierre-Louis Costes, o francês antigo campeão



Créditos fotográficos: João Araújo

Namika Yamashita – a japonesa estreia-se a ganhar em Sintra e garante praticamente o título de campeã mundial

mas que reside em Portugal há cerca de 15 anos. Miguel Ferreira, apesar de excelentes prestações nos primeiros dias da competição foi vencido por Uri Valadão nos 1/4 de final. No entanto, Uri Valadão, vencedor por 4 vezes na Praia Grande, do Sintra e duas vezes campeão mundial fez valer a sua veteranaria e selou a passagem às meias-finais, onde haveria ainda de vencer o outro português, Francisco Ferreira, que antes tinha ganho ao gaulês Ethan Capdeville.

Trinta anos do Sintra Pro Fest no topo do Bodyboard

Recorde-se que o Sintra Pro teve início no ano 1996, e é a etapa mais antiga do circuito

mundial de bodyboard, reunindo alguns dos principais nomes da modalidade nas ondas da Praia Grande entrando assim no mapa internacional. Organizado pela Câmara Municipal de Sintra e pela Asso-



Créditos fotográficos: João Araújo

Pierre-Louis Costes – 6.ª vitória nas ondas da Praia Grande

ciação de Bodyboard e Surf da Costa de Sintra, o evento contou este ano – novamente – com a parceria dos SMAS de Sintra, que contribuíram para a adoção de medidas destinadas a tornar a competição mais sustentável.

A cerimónia de entrega de prémios, que encerrou esta edição especial do Sintra Pro Fest, contou com a presença das vereadoras Andreia Bernardo e Eunice Baeta, do presidente dos SMAS de Sintra, Rui Caetano, e do presidente da Junta de Freguesia de Colares, Pedro Filipe.

Classificação final

Masculino: 1º Pierre-Louis Costes (França)
2º Uri Valadão (Brasil)
3º Armide Soliveres (Espanha)
3º Francisco Ferreira (Portugal)
Feminino: 1º Namika Yamashita (Japão)
2º Luna Hardman (Brasil)
3º Yuka Nishimura (Japão)
3º Neymara Carvalho (Brasil)



Foto: créditos IBC

Filipa Broeiro – a sintrense mantém-se no topo mundial e só foi eliminada pela vencedora do sector feminino

48.ª Meia Maratona São João das Lampas

Sábado, dia 12, às 17h00

A Meia Maratona São João das Lampas, edição 48, está marcada para sábado, dia 12, com o tiro de partida apontado para as 17h00, como é da tradição, incluída no programa dos festejos em Honra de Nossa Senhora da Saúde.

Uma das mais antigas e prestigiadas provas de atletismo em estrada da região de Sintra e a segunda mais antiga do país na distância, é organizada pelo Grupo de Dinamização Desportiva, com o apoio da Junta de Freguesia de São João das Lampas e da Câmara Municipal de Sintra. A competição desafia os atletas a percorrer os clássicos 21,097 km num percurso exigente e repleto de paisagens características da zona salaia, com passagens por Ado-Longo, Areias, Alvarinhos, Odrinhas, Amoreira, Monte Arroio, Sacário, Pernigem, Fachada, Chilreia, Codiceira, Ribeira de Rio de Cões, Alfaquiques, e meta no Largo Central de São João das Lampas.

Ao longo do percurso existem vários postos de abastecimento, cronometragem eletrónica por chip e assistência médica, oferecendo todas as condições para uma participação segura.

Em simultâneo realiza-se também a **Meia Rampa (7.ª Edição)**, uma corrida de 13 km destinada a quem pretende enfrentar uma distância intermédia, e que tem cada vez mais adeptos. Para esta edição inscreveram-se 150 atletas.

A Organização, com a colaboração das autoridades, controlará o trânsito automóvel na altura da prova, que estará condicionado no traçado da prova. VS

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.ptwww.facebook.com/ColourInvasioncolourinvasion@colourinvasion.pt

Tel. 214 201 612 | 964 386 873

QUAL
É A SUA
COR?