JORNAL DE SINTRA

Publicações Periódicas

Prioritário

Pode abrir-se para verificação postal
Autorizado a circular fechado DE01552025CIS/jan

ctt
Taxa Paga
Portugal
Cliente 11267710

ANO 93 - N.º 4598 (Digital) • PREÇO AVULSO € 0,70 (c/IVA) **SEXTA-FEIRA, 13 DE NOVEMBRO DE 2026**

SEMANÁRIO REGIONALISTA INDEPENDENTE • DIRETORA: IDALINA GRÁCIO DE ANDRADE • ANTÓNIO MEDINA JÚNIOR (fundador) e JORNAL DE SINTRA galardoados com a Medalha de Mérito Municipal (Grau Ouro) • PROPRIEDADE: TIPOGRAFIA MEDINA, SA

Processo para criar Área Marinha Protegida em Cascais, Mafra e Sintra entra numa nova fase

pág. 2

1.º Festival de Sopas promovido pelo Rancho Folclórico "Os Canteiros" de Vila Verde reúne centenas de passoas

pág. 9

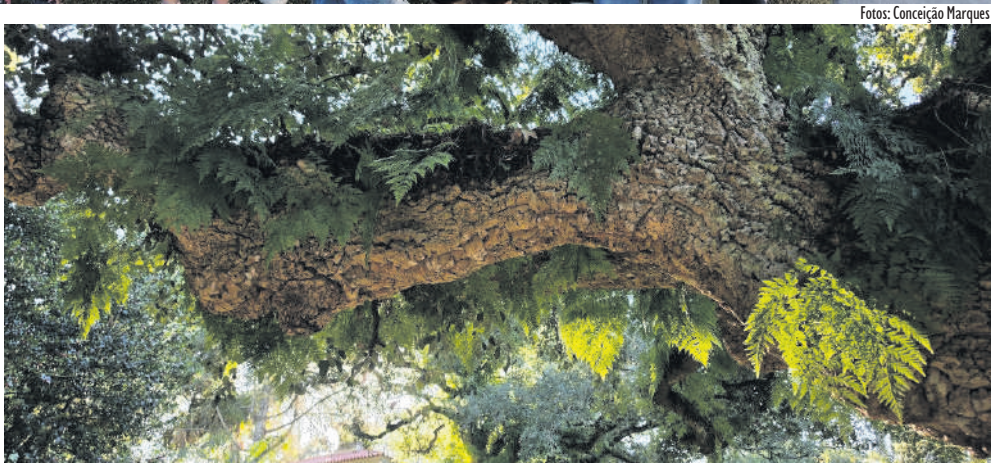


Alunos da EBS Alto dos Moinhos descobrem a biodiversidade da Serra de Sintra em Monserrate



Fotos: Conceição Marques





No dia 5 do corrente mês, um grupo de 20 alunos do Programa Eco-Escolas e Delegados Ambientais da Escola Básica e Secundária Alto dos Moinhos, na Freguesia de Terrugem, acompanhado por duas professoras, participou numa visita de estudo ao Centro de Interpretação da Natureza de Monserrate, em Sintra.

A visita foi proporcionada pelo 1.º prémio conquistado pelo aluno Martim Garcia, do 7.º C, no desafio «A Nossa Biodiversidade», promovido pela Ascendi, com a construção de um ouriço-cacheiro a partir de cápsulas de café reutilizadas e outros materiais. O concurso destinou-se às escolas do 1.º e 2.º ciclos dos municípios abrangidos pelas auto-estradas geridas pela Ascendi, entre os quais Sintra e Cascais, e do concelho de Sintra, foram distinguidas com o primeiro lugar a Escola Básica de São Pedro de Sintra, no 1.º ciclo, e a Escola Básica e Secundária Alto dos Moinhos, no 2.º ciclo.

O prémio individual de Martim Garcia, do 7.º C, transformou-se assim numa oportunidade de aprendizagem e descoberta para os Vinte alunos da escola do Alto dos Moinhos. A iniciativa teve como principal objetivo aprofundar os conhecimentos dos participantes sobre a biodiversidade da Serra de Sintra e sensibilizá-los para a importância da conservação dos ecossistemas e das espécies que neles habitam.

pág. 8

Sociedade
Magusto de São Martinho na Vila Velha adiado para dia 15
pág. 4

Sociedade
Concurso Renda Reduzida Sénior Sintrense
pág. 4

1.º Festival Literário Internacional de Sintra (FLIS), começa dia 13
pág. 5

Cultura
GB 22 de Maio da Idanha promove Noite de Fados dia 28
pág. 14

Hóquei em Patins
Stuart HC Massamá perde final da Supertaça
pág. 11

SOCIEDADE

Processo para criar Área Marinha Protegida em Cascais, Mafra e Sintra entra numa nova fase



O processo de criação da Área Marinha Protegida de Iniciativa Comunitária (AMPIC) em Cascais, Mafra e Sintra, desenvolvido em parceria com a Fundação Oceano Azul e apoiado pelo Fundo Ambiental e pelo Governo português, avança para uma nova fase marcada pelo reforço da participação e do trabalho colaborativo entre todos os que vivem, trabalham e dependem do mar nesta região.

Após a realização de três sessões públicas de apresentação do programa nos municípios parceiros, o processo avança para uma etapa de trabalho conjunto que reunirá entidades públicas, comunidade científica, utilizadores do mar e

representantes da sociedade civil com o objetivo de construir uma proposta de conservação sólida, inclusiva e assente no melhor conhecimento ecológico e socio-económico.

Realizadas nos dias 29 e 30 de setembro e 19 de outubro, respetivamente, em Sintra, Mafra e Cascais, as sessões reuniram uma ampla diversidade de participantes, incluindo representantes da administração central, regional e local, organizações de profissionais da pesca, associações de pesca lúdica, operadores marítimo-turísticos, escolas, centros de investigação, associações empresariais e cidadãos interessados.

Estas sessões permitiram apresentar e discutir o ponto de situação do programa, partilhar experiências de processos semelhantes desenvolvidos no Algarve e nos Açores e dar a conhecer os estudos científicos e socio-económicos em curso. O principal objetivo destas discussões foi promover o envolvimento das partes interessadas, criando condições para uma participação informada, sensibilização e mobilização.

A forte mobilização registada nestes encontros demonstrou o compromisso coletivo para um processo participativo transparente e aberto ao contributo de todos sob o mote "Ninguém pode ficar para trás".

Terminada esta etapa, seguir-se-á o início de um processo de trabalho conjunto que envolverá as principais entidades e utilizadores do mar destes três municípios. Com início marcado para o final de novembro, este processo será dividido em diversas sessões de trabalho, que abrangerão a análise e discussão sobre temas estruturais para a criação da futura AMPIC, como, por exemplo, a identificação da área de intervenção e o seu potencial de conservação, avaliação científica e socioeconómica, identificação e mapeamento das zonas prioritárias dos usos/atividades, proposta de zonamento e regulamentação, ou a criação dos mecanismos de implementação da área marinha protegida.

O objetivo desta fase é construir uma proposta amplamente participada e sustentada em evidência científica, integrando simultaneamente os contributos das diferentes partes interessadas, a ser entregue ao Governo português. Este processo pretende assegurar que a futura AMPIC reflita uma visão partilhada para o território e responda aos desafios de conservação da biodiversidade marinha, valorizando ao mesmo tempo as atividades económicas e culturais ligadas ao mar.

A zona costeira de Cascais, Mafra e Sintra possui um elevado potencial ambiental e recursos naturais marinhos de grande valor, muitos dos quais permanecem por conhecer. No entanto, estes valores estão sujeitos a pressões significativas associadas à proximidade de centros urbanos e à atividade humana. A futura Área Marinha Protegida de Interesse Comunitário (AMPIC) poderá contribuir para a conservação da biodiversidade, a conetividade entre ecossistemas e o desenvolvimento sustentável das atividades como a pesca local ou o turismo de natureza, já que a proposta a ser criada visa reforçar a articulação da Rede Nacional de Áreas Marinhas Protegidas.

O compromisso que tem vindo a ser assumido por todos os participantes ao longo deste processo demonstra que a conservação do oceano se constrói através do diálogo, da colaboração e da participação ativa daqueles que melhor conhecem este território.

Sobre o Concelho de Cascais

Entre o Atlântico e a Serra de Sintra, Cascais construiu uma identidade própria, onde a qualidade de vida, a preservação ambiental e o desenvolvimento caminham lado a lado. Localizado a cerca de 30 quilómetros de Lisboa, o concelho distingue-se pelo equilíbrio entre a dinâmica urbana e um património natural de exceção, com cerca de um terço do seu território integrado no Parque Natural de Sintra-Cascais. Com uma área de 97,4 km² e quatro freguesias, Cascais reúne condições únicas para construir um projeto de vida, desenvolver atividade económica e usufruir de um território reconhecido pela sua elevada qualidade ambiental e pela proximidade ao mar e à natureza. As suas praias, reconhecidas pela beleza e diversidade, continuam a ser um dos principais fatores de atração para residentes e visitantes. Cascais, um Concelho para toda a vida.

Sobre o Concelho de Mafra

O Concelho de Mafra é o lugar onde o imponente barroco se encontra com a liberdade do Atlântico. Situado a cerca de 30 minutos de Lisboa, este território estende-se entre o mar e a serra, fundindo a herança rural com a modernidade urbana. Administrativamente, o município é um mosaico de 11 freguesias, distribuídas por 291 km². Estas unem a autenticidade de tradições icónicas — como o seu famoso Pão — à frescura de paisagens que oscilam entre o campo e as ondas da Ericeira. É o destino ideal para quem procura cultura, natureza e mar num só lugar.

Sobre o Concelho de Sintra

Sintra destaca-se pela diversidade territorial, combinando praias, florestas, áreas rurais e grandes centros urbanos. É reconhecida pela sua Paisagem Cultural, classificada como Património Mundial da UNESCO desde 1995, pela arquitetura romântica e riqueza natural. O concelho Sintrense apresentaforte dinamismo económico, aliado a uma população jovem e multicultural e a uma estratégia clara de sustentabilidade alinhada com os ODS. O Município de Sintra tem 319,23 km² e cerca de 400 mil habitantes, sendo o segundo mais populoso do país. Sintra afirma-se como um território onde património, natureza e inovação se conjugam, ideal para viver, visitar e investir.

Sobre a Fundação Oceano Azul

A Fundação Oceano Azul é uma fundação internacional criada em 2016. Sob o mote From the Ocean's Point of View, tem como missão servir o oceano com determinação e propósito, promovendo ações concretas e compromissos decisivos que contribuam para proteger a vida no planeta. Através da promoção da conservação baseada na ciência, da defesa de mudanças políticas estruturantes e da transformação dos paradigmas de tomada de decisão, trabalha com vista a alcançar um oceano saudável, resiliente e sustentável.

Fonte e foto: Kreab.com| Comunicado de Imprensa





PUB. JORNAL DE SINTRA, 13-11-2026

CONVOCATÓRIA

Nos termos do Art.º 28 alínea 2, dos Estatutos e de acordo com o Decreto Lei n.º 172-A/2014 de 14 de Novembro de 2014, convoco a Assembleia Geral da **URPIB (União de Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia de Belas),** a reunir-se em sessão Ordinária na sala de convívio da URPIB, situada na Av. Dr. Leão de Oliveira, n.º 23, Lj esq. em Belas, no **dia 21 de Novembro 2026**, pelas 15 horas, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

1.º – Ler a ata anterir, discutir e por em aprovação a mesma.
2.º – Apreciar, Discutir e Votar o plano de Atividades e Orçamento para o Ano de 2027.
3.º – Situação dos rendimentos.
4.º – Outros Assuntos de Interesse para a Instituição.

NOTA: Se não houver número legal de associados à hora indicada, a mesma reunirá 30 minutos depois, com qualquer número de presenças, (art.º 26 alínea 3) dos estatutos.

Belas, 03 de Novembro de 2026.

Presidente da Mesa da Assembleia Geral
(a) Alfredo de Jesus Teixeira Gonçalves

Plano Nacional de Fiscalização de 2026

Campanha «Taxa Zero ao Volante» fiscalizou mais de 4,5 milhões condutores e passageiros e promoveu mais de 38 mil testes de álcool

Ações conjuntas da ANSR, GNR e PSP decorreram entre 3 e 9 de novembro nos distritos de Lisboa, Santarém e Porto

As cinco ações conjuntas da campanha «Taxa Zero ao Volante» permitiram fiscalizar 4 530 171 condutores e passageiros e realizar 38 553 testes de álcool. No âmbito destas ações, a GNR e a PSP detetaram 273 contraordenações por condução sob o efeito do álcool e efetuaram 339 detenções por condução em estado de embriaguez, somando um total de 612 ilícitos.

Promovida pela Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária (ANSR), pela Guarda Nacional Republicana (GNR) e pela Polícia de Segurança Pública (PSP), a iniciativa decorreu entre 3 e 9 de novembro de 2026 e encerrou as onze campanhas previstas no Plano Nacional de Fiscalização (PNF) de 2026.

A campanha foi também divulgada através dos meios digitais.

A iniciativa combinou ações presenciais de sensibilização de condutores e passageiros, asseguradas pelas equipas da ANSR, com operações de fiscalização da GNR e da PSP, com especial enfoque na prevenção e deteção da condução sob o efeito do álcool.

Resultados das ações de sensibilização e fiscalização

No âmbito da 11.ª e última campanha do PNF 2026, foram realizadas cinco ações conjuntas de sensibilização e fiscalização. Os resultados registados foram os seguintes:

Entidades	Território	Veículos Fiscalizados	Infrações
ANSR	Continente	4 081 256	4 938
GNR		402 704	9 227
PSP		39 517	4 134
PSP	Regiões autónomas	6 694	349
Totais		**4 530 171**	**18 648**

No âmbito desta campanha, foram sensibilizados presencialmente pelas Equipas ANSR mais de 500 condutores e passageiros, a quem foram transmitidas mensagens destinadas a alertar para os riscos da condução sob o efeito do álcool e a promover comportamentos responsáveis, nomeadamente:

- Se beber, não conduza;
- Escolha sempre um condutor designado;
- Utilize transportes alternativos;
- Planeie o regresso a casa antes de consumir álcool;
- Respire vida. Sopre zero;
- O melhor resultado no teste é 0,0 g/l. Cada decisão responsável pode salvar vidas.

À semelhança de campanhas anteriores, esta iniciativa contou também com a participação dos serviços das administrações regionais dos Açores e da Madeira, complementando o trabalho de sensibilização e fiscalização desenvolvido no Continente.

Sinistralidade Rodoviária

Entre os dias 03 e 09 de novembro de 2026, no território nacional registaram-se 2 978 acidentes de todas as causas, dos quais resultaram cinco (5) vítimas mortais, quarenta (40) feridos graves e 966 feridos leves.

Deste total, no Continente registaram-se 2 817 acidentes (95%), com cinco (5) vítimas mortais (100%), 35 feridos graves (88%) e 938 feridos leves (97%).

Nas Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira, registaram-se 161 acidentes (5%), resultando em cinco (5) feridos graves e 28 feridos leves.

Quanto à distribuição por entidade fiscalizadora, sob a jurisdição da GNR registaram-se 1 772 acidentes (60%), cinco (5) vítimas mortais, 29 feridos graves e 548 feridos leves.

Na área de atuação da PSP, verificaram-se 1 206 acidentes (40%), 11 feridos graves e 418 feridos leves.

Relativamente ao período homólogo de 2025, registaram-se mais 26 acidentes, mais uma (1) vítima mortal, menos 11 feridos graves e mais 121 feridos leves.

Leitura de 2026 face a 2025	
Vítimas Mortais	+1 (+25%)
Feridos Graves	-11 (-22%)
Feridos Leves	+121 (+14%)

O álcool e a segurança rodoviária

Dados da ANSR indicam que, em 2025, no âmbito da fiscalização, foram realizados cerca de 2,1 milhões de testes de álcool em Portugal continental. Nesse ano, por cada 100 testes realizados, foram detetadas 1,6 infrações.

O álcool afeta capacidades essenciais à condução, como a atenção, o tempo de reação e a tomada de decisões, aumentando o risco de acidente. A sensibilização e a fiscalização são, por isso, fundamentais para alertar os condutores para estes riscos e incentivar escolhas responsáveis.

A campanha «Taxa Zero ao Volante» reforçou a mensagem de que a condução e o consumo de álcool são incompatíveis. Planear antecipadamente o regresso a casa e optar por alternativas seguras são decisões que contribuem para proteger todos os utilizadores da estrada.

As campanhas integradas nos Planos Nacionais de Fiscalização são promovidas anualmente, desde 2020, pela ANSR, pela GNR e pela PSP, com temáticas alinhadas com as recomendações europeias e orientadas para a prevenção dos principais fatores de risco da sinistralidade rodoviária.

Em 2026, o PNF manteve os temas trabalhados em 2025 — velocidade, álcool, dispositivos de segurança, uso do telemóvel e veículos de duas rodas a motor — integrando, pela primeira vez, um eixo dedicado aos utilizadores vulneráveis.

A sinistralidade rodoviária não é uma fatalidade. A adoção de comportamentos responsáveis e seguros por todos os utilizadores da estrada é essencial para prevenir acidentes e reduzir as suas consequências, em particular as mais graves.

Fonte: ANSR

"Hospital dos Pequeninos e o Acampamento na Floresta".

O Hospital dos Pequeninos é um projeto sem fins lucrativos, e tem como objetivo reduzir a ansiedade que os pequeninos sentem quando confrontados com profissionais de saúde, promovendo a literacia em saúde e lutando contra o "medo da bata branca".

O projeto destina-se a crianças entre os 3 e os 10 anos e, para participar, basta levar um peluche com um "dói-dói" e muita vontade de brincar!



Todos os anos, a organização recebe milhares de crianças nas várias edições, sendo que este ano haverá uma edição para escolas, na semana de 23 a 27 de novembro, a realizar-se na Cantina I dos Serviços de Acção Social da Universidade de Lisboa ("*Cantina Velha da UL*").

Será uma edição dedicada às famílias, no fim de semana de 28 e 29 de novembro, no Pavilhão do Conhecimento (Parque das Nações em Lisboa), sendo a entrada livre e gratuita (excepto na área expositiva).

Outra edição dedicada às famílias, no Porto de Setúbal, está por confirmar, e será num fim-de-semana igualmente a confirmar durante o mês de Abril de 2027.

Cumulativamente, prevê-se a participação de 3.000 a 3.500 crianças nas duas edições.

Tendo em conta o caráter do projeto, o "Hospital dos Pequeninos" pede ajuda e boa vontade de parceiros de divulgação de modo a chegar ao maior número de casas possível. Todos os contatos são através do e-mail: hpequeninos@aefml.pt

JORNAL DE SINTRA

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

REDAÇÃO
Paulo Aido (CPJ n.º 1613)
Bernardo de Brito e Cunha (CPJ n.º 1425)
Graça Pedroso
Ambiente
Fernanda Botelho
Cultura
António Lourenço, João Cachado, Liberto Cruz, Sérgio Luís de Carvalho
Desporto
Ventura Saraiva
desporto@jornaldesintra.pt
História e História Local
F. Hermínio Santos, Jorge Leão, Miguel Boim, Teresa Caetano (Sintria Monumenta Historica: património histórico-artístico), Vera Sousa
Opinião
João Cachado, Manuel Mogo

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

GRAFISMO
José Manuel Figueiredo
PAGINAÇÃO
Paula Silva
paginacao@jornaldesintra.pt

LOJA / COMERCIAL / PUBLICIDADE
Cristina Amaral e Ana Jardim
loja@jornaldesintra.pt
gestao@jornaldesintra.pt
info@jornaldesintra.pt
Telef. 21 910 68 30 (Loja)

ASSINATURAS
Cristina Amaral - Telef. 21 910 68 30
loja@jornaldesintra.pt
EDIÇÕES EM PAPEL VIA CTT
Portugal – 20 euros/ano
Apoio – 25 euros/ano
Estrangeiro – 45 euros/ano
Apoio – 50 euros/ano
Preço avulso (0,70)

DISTRIBUIÇÃO
Translista / CTT
Distribuição Local: Loja do Jornal de Sintra

JORNAL DE SINTRA
TIPOGRAFIA MEDINA SA
Av. Heliodoro Salgado, n.º 6, 2710-572 SINTRA
www.jornaldesintra.com

Impressão na Empresa Gráfica Funchalense, SA
Rua da Capela Nossa Sra. da Conceição, 50 - Morelena - 2715-028 Pero Pinheiro
Telef. 21 967 74 50

PROPRIETÁRIO E EDITOR
TIPOGRAFIA MEDINA, S.A.
COM O CAPITAL SOCIAL DE 50.000,35 €
NIPC - 501087036 - Conselho de Administração: Idalina Grácio de Andrade, Maria Madalena Alegre Miguel, Maria da Graça da Costa Pedroso

Mesa da Assembleia Geral – Francisco Hermínio Pires dos Santos e Vanessa Alexandra Lopes Silvestre

Detentores de mais de 10% do capital da empresa – Idalina Grácio de Andrade, Maria Madalena Alegre Miguel, Maria da Graça da Costa Pedroso

ESTATUTO EDITORIAL
O Estatuto Editorial do Jornal de Sintra foi publicado em 7 de Janeiro de 1934, mantendo-se inalterável. Encontra-se disponível para conhecimento público na página www.jornaldesintra.com http://www.jornaldesintra.com/2021/12/estatuto-editorial-do-jornal-de-sintra/

REGISTO N.º 100128
Tiragem média: 6.000 exemplares
Depósito Legal n.º 371272/14

Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores. As opiniões expressas nos mesmos não são, necessariamente, a opinião da direção e da redação.

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DA IMPRENSA REGIONAL
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE IMPRENSA

SOCIEDADE

Concurso Renda Reduzida Sénior Sintrense

Estão abertas, até 19 de novembro, as candidaturas ao Concurso de Arrendamento de Renda Reduzida Sénior, promovido pela Câmara de Sintra, que disponibiliza fogos habitacionais.

Os interessados devem apresentar candidatura até 19 de novembro, através do formulário eletrónico disponível na plataforma GIHabita Online ou presencialmente nos Postos de Atendimento Sintrenses.

Estão disponíveis, por sorteio, 6 fogos municipais, nas tipologias T1, e T2 situados na União das Freguesias de Sintra, Massamá e Monte Abraão, Agualva e Mira-Sintra, Cacém e São Marcos e na Freguesia de Rio de Mouro e Queluz.

As candidaturas devem cumprir os requisitos previstos no Regulamento Geral de Habitação do Município de Sintra, sendo as condições de acesso e os documentos necessários consultáveis no edital e respetivos anexos.

Condições do concurso:
Edital n.º 848/2026
Anexo I - Lista de Fogos
Anexo II - Lista de Requisitos
Anexo III - Lista de Documentos
Anexo IV - Declaração de Indignidade Habitacional
Anexo V - Minuta Contrato Arrendamento

Informação: CMS

Reabilitação de edifícios chega a todo o território Sintrense

A Câmara de Sintra aprovou a revisão do regulamento ReaVIVA, que passa a abranger todo o concelho, reforçando os apoios à reabilitação e valorização de edifícios.

Marco Almeida, presidente da autarquia Sintrense, sublinha que "o alargamento do programa a todo o concelho marca uma mudança significativa nas políticas municipais de habitação e urbanismo, alinhado com as atuais prioridades em matéria de regeneração urbana".

Com a revisão do regulamento, o programa passa a abranger todo o concelho, até agora limitado a imóveis localizados em Áreas de Reabilitação Urbana, permitindo que mais proprietários e condomínios beneficiem de apoios à reabilitação dos seus edifícios.

O programa ReaVIVA Sintra é uma iniciativa municipal que concede apoio financeiro a fundo perdido, até ao limite de 30 mil euros por intervenção, visando promover a reabilitação e valorização dos edifícios e das áreas urbanas do concelho.

A proposta de revisão do regulamento será submetida à Assembleia Municipal.

Info: CMS

Magusto de São Martinho na Vila Velha adiado para o dia 15

Previsto para o final da tarde do dia 11 (quarta-feira), o tradicional magusto em Honra de S. São Martinho promovido pela Comissão de Festas da Vila Velha, União de Freguesias de Sintra, e Paróquia de São Martinho de Sintra, foi adiado para o próximo domingo, dia 15, a partir das 17h00 na sequência das previsões meteorológicas extremas com a tempestade "Charlie" e de acordo com os alertas da Proteção Civil.



Depois do magusto, e como habitualmente, realiza-se a celebração da **Eucaristia, pelas 19h15** na Igreja de São Martinho, não havendo confirmação da presença do Cardeal D. Manuel Clemente que estava garantida no dia 11, com a palestra "S. Martinho. O seu tempo e a sua devoção em Portugal".

VS

Feira de Outono no Cacém adiada para os dias 20 a 22

Inicialmente prevista para o fim-de-semana deste mês, a Feira de Outono promovida pela União das Freguesias de Cacém e São Marcos, foi adiada devido às previsões de mau tempo com a depressão "Bruna" para os dias 20,21, e 22, com concertos, animação de rua, artesanato, gastronomia e atividades para crianças. O evento decorre na Praceta Duque de Saldanha, junto à Loja do Cidadão (Cacém de Cima), com entrada livre.

A programação integra também atividades para os mais novos com jogos e "Brincadeiras em Família", a oficina "Compostagem da Avó Olinda", iniciativa promovida pelos SMAS de Sintra.

Os participantes poderão construir marionetas na oficina "Dá Vida à Reciclagem", que alia a criatividade à reutilização de materiais.

VS



1 | PORTUGAL

A polícia carregou novamente sobre manifestantes pacíficos, em Lisboa e no Porto. Voltámos a assistir ao uso excessivo e desproporcionado da força por parte das forças policiais. A Amnistia Internacional está profundamente preocupada por ver, mais uma vez, o Estado português responder com força excessiva a pessoas que se manifestam pacificamente, causando mais feridos em Lisboa e no Porto. O Governo deve assegurar que o direito de manifestação é protegido.

2 | UCRÂNIA

O aumento dos ataques direcionados da Rússia às infraestruturas energéticas e de aquecimento da Ucrânia corre o risco de criar uma nova catástrofe humanitária para os civis às portas do inverno, alertou a Amnistia Internacional. O número de mortos entre a população civil durante a invasão ilegal em grande escala da Rússia aumentou significativamente nos últimos meses. Prevê-se que outubro de 2026 tenha sido um dos períodos mais mortíferos para os civis dos últimos anos.

3 | CAMBOJA

As empresas de segurança privada cambojanas ligadas às forças armadas, à polícia e a poderosas redes empresariais do país ajudaram a sustentar uma indústria de esquemas fraudulentos assente no tráfico de pessoas, no trabalho forçado, na tortura e na escravatura, afirmou a Amnistia Internacional num novo relatório. Foram identificadas cinco empresas de segurança privada no Camboja onde os guardas cometeram ou facilitaram abusos.



4 | AÇORES

Diversos caças e aviões reabastecedores terão utilizado a Base das Lajes, nos Açores, desde 22 de outubro. Esta movimentação ocorre numa altura em que o presidente norte-americano Donald Trump ameaça voltar a atacar o Irão e lançar uma nova "pequena Fúria Épica", em alusão à operação que lançou a 28 de fevereiro contra aquele país do Médio Oriente. A petição da Amnistia Internacional para restrição da Base das Lajes já tem mais de 6000 assinaturas.

5 | SUDÃO

Os civis em El Fasher, no Sudão, continuam a sofrer detenções, tortura e acesso limitado à ajuda humanitária, um ano após as Forças de Apoio Rápido terem capturado a cidade e cometido atrocidades contra civis. Novos testemunhos – residentes que escaparam recentemente da cidade – relataram como as escolas foram transformadas em centros de detenção, como a sua circulação era rigorosamente controlada e as execuções ilegais generalizadas.

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

1.º Festival Literário Internacional de Sintra (FLIS), começa sexta-feira, dia 13

Ventura Saraiva

Com a apresentação oficial agendada para as 18h00 de sexta-feira, dia 13, com a presença do presidente da Câmara Municipal de Sintra, no UM.SA – Museu de Artes de Sintra, a 1.ª Edição do FLIS – Festival Literário Internacional de Sintra irá prosseguir até ao dia 22, espalhando-se pelas ruas, escolas e transportes do concelho.



Com curadoria de Pedro Mexia e Raquel Marinho, o programa reúne 25 mesas de conversa com autores, além da conferência final, a cargo do filósofo José Gil. O dia inaugural, na sexta-feira, e após a inauguração, pelas 19h00, haverá a primeira conversa, com a escritora e romancista Dulce Maria Cardoso, sendo moderadores, Pedro Mexia, e Raquel Marinho. Às 21h00, sobre ao palco do Centro Cultural Olga Cadaval, o pianista Mário Laginha para um Concerto imperdível.

O cartaz apresentado, dispensa apresentações, e conta com nomes como; Hélia Correia e Ana Paula Tavares, ambas Prémio Camões, e Julia May Jonas, autora norte-americana do romance que deu origem à série da Netflix Vladimir.

Dulce Maria Cardoso, Valter Hugo Mãe, José Eduardo Agualusa e Gonçalo M. Tavares, entre os autores de língua portuguesa mais traduzidos e premiados.

Paulo Portas e Ricardo Costa, estarão em conversa no sábado, dia 14, uma das mesas mais aguardadas do evento, assim como Karina Sainz Borgo, no domingo (15).



foto: (DR)

Mário Laginha sobre ao palco do CC Olga Cadaval na sexta-feira, dia 13 para o Concerto inaugural do FLIS

Entre muitos outros, destacam-se ainda, Djaimilia Pereira de Almeida, Afonso Cruz, Patrícia Portela, Joana Bértholo, Rui Tavares ou José Pacheco Pereira.

Numa programação em que se destaca " onde a poesia nunca sai de cena", Sintra torna-se palco da literatura com o FLIS – Festival Literário Internacional de Sintra. A literatura sai dos livros para habitar a vila: o museu MU.SA é o quartel-general, mas a poesia está presente todos os dias: na exposição sonora e nos versos feitos pelos alunos do concelho desde a abertura, e nas mesas com Amalia Bautista, poeta espanhola muito querida em Portugal, Maria do Rosário Pedreira, Jorge Sousa Braga, Daniel Jonas, Luís Quintais, Raquel Nobre Guerra e Andreia C. Faria, entre muitos outros.

Há ainda concertos de Mário Laginha e da Orquestra Sinfónica Portuguesa (Centro Cultural Olga Cadaval) e conversas musicadas com Mafalda Veiga, Tiago Bettencourt, Luísa Sobral e António Zambujo.

O festival além das conversas com autores:

– Exposição de versos feitos pelos alunos do concelho de Sintra

– Instalação sonora de poesia

– Leituras de poesia nos transportes

– Versos e frases dos autores do festival, poetas e ficcionistas, impressos pelas ruas do concelho

– Livraria Snob, com os livros dos autores presentes e outros

Ficha técnica e Promotores:
Câmara Municipal de Sintra e Fundação Cultursintra FP.
Organização: OPEAC – O Poema Ensina a Cair
Curadoria: Pedro Mexia e Raquel Marinho.
Local: MU.SA – Museu das Artes de Sintra

Grupo de Dança Las Martinez de Mem Martins promove em Amadora o espectáculo "Entr'Olés"

Sedeado no Bairro de Ouressa, em Mem Maryins, o Grupo de Dança Las Martinez, leva a efeito no próximo sábado, dia 14, pelas 16h30, na SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora, a 7ª edição do espetáculo Entr'Olés.

A iniciativa insere-se na comemoração do Dia Internacional do Flamenco, que será dedicado ao convívio e partilha entre grupos e escolas de Flamenco e Dança Espanhola, destacando-se três momentos:

-Workshop com a bailarina e coreógrafa Maria Navarro - 11h00.

-Tertúlia com coreógrafos - 15h00.

- Espetáculo - 16h30.

Na edição deste ano há uma novidade destacada pela organização, um *stand* de tatuagens (Burako Tattoo) que funcionará durante o evento.

Bilhetes :

3 euros - Não sócios da SFRAA; 2 euros - Sócios da SFRAA

Podem ser adquiridos no próprio dia na bilheteira da Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora ou através das redes sociais das Las Martinez , no Facebook https://www.facebook.com/lasmartinezz8/ ou Instagram https://www.instagram.com/las.martinez/

A inscrição do workshop tem um custo de 15• e deve ser feita através do link:https://forms.gle/9twXdxraHQ3UYCzW7



PUBLICIDADE

COLOUR INVASION
DESIGN
DEVELOPMENT
DIGITAL STRATEGY

www.colourinvasion.pt
www.facebook.com/ColourInvasion
colourinvasion@colourinvasion.pt
Tel. 214 201 612 | 964 386 873

IDENTIDADE VISUAL
LOGÓTIPO E ESTACIONÁRIO

WEB MARKETING
VISIBILIDADE ONLINE
GESTÃO DE FACEBOOK

WEBSITE
CORPORATIVO OU LOJA ONLINE

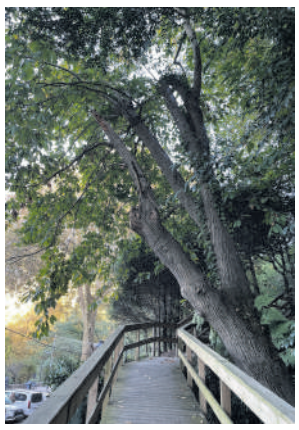
GESTÃO E MANUTENÇÃO
DO WEBSITE

QUAL
É A SUA
COR?

OPINIÃO

DIGA DE SUA JUSTIÇA

Protesto e Pedido de Esclarecimentos sobre o Parque da Liberdade em Sintra





Ex.mos Senhores
Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. Marco Almeida
Vice-presidente e vereador, Eng. Francisco Duarte

Após uma visita ao Parque da Liberdade, deparámo-nos com várias situações que nos parecem merecer a melhor atenção no que à preservação da paisagem diz respeito, nomeadamente à manutenção do património arbóreo e edificado.
Há um decréscimo acentuado do número de espécimes arbóreos quer por abate, quer ainda por morte. Identificámos duas árvores secas que não foram abatidas (uma junto ao ringue e outra junto ao muro exterior que confronta com a Rua Visconde de Monserrate) e uma Pittosporum undulatum que foi abatida, sem que se conheça a razão ou o relatório fitossanitário, talvez com o argumento de ser uma infestante, porque exótica. Todavia, relembramos que o presente jardim é conhecido precisamente pela quantidade de espécies exóticas em harmonia com árvores autóctones. Neste sentido, relembramos a existência dum jardim japonês inserido no mesmo parque, hoje desaparecido, e a coexistência de vários ácer, araucárias e eucaliptos.
Muitas árvores foram alvo de podas mal feitas ou seguindo más práticas de arboricultura, nomeadamente a talhadia alta ou "rolagem de árvores", o que coloca em risco a vitalidade das mesmas. Este tipo de "poda" altera a estrutura do arvoredo e aumenta o risco de queda de ramos. O mesmo se passa com árvores autóctones, nomeadamente os castanheiros junto ao quiosque, conforme se pode ver pelas fotos em anexo.
Há várias áreas cujas árvores e natureza deram lugar a construções de madeira e passadiços ficando a terra exposta aos elementos e à erosão.
Há falta de manutenção dos canteiros, nomeadamente junto ao ringue cujas plantas estão secas e com as raízes expostas por falta de terra e de rega que as preservem.
Os espelhos de água, outrora com água corrente que serviam também para manter a humidade necessária, estão secos.
Não verificámos a existência de novas plantações, com excepção dumas cameleiras.
Para além de tudo isto verificámos que os bancos de pedra tão característicos do referido parque e de Sintra, desapareceram para dar lugar a uns bancos de madeira, iguais a dezenas de outros por todo o país, da mesma empresa que construiu o passadiço, passando estes a fazer parte integrante da paisagem e dando origem a uma nova forma de olhar Sintra.
Neste sentido, vimos por este meio solicitar que se proceda a uma inventariação dos espécimes arbóreos existentes no Parque e estado fitossanitário dos mesmos, se proceda à boa gestão do património arbóreo e edificado, incluindo um plano de manutenção e plantação de novas espécies.

Na expectativa, apresentamos os nossos melhores cumprimentos

Catilina Jackson, Florbela Veiga Frade, Guilherme Pires, Isabel Vasconcelos Abreu, João Carlos Jesus, Lúcia Desterro, Luís Martins Pereira, Maria Filomena Caetano, Paulo Ferrero, Pedro Jordão, Rosa Casimiro.
Grupo dos Amigos das Árvores de Sintra (GAAS)

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

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

"Eu não percebo nada de política"

Daniel Souza

Das bolsas de estudo à proteção das crianças nos balneários, há decisões municipais em que a participação dos sintrenses pode fazer a diferença.

Vi um vídeo do Expresso sobre o podcast «Fazer a Democracia Nossa». À pergunta da jornalista Luísa Correia: "Quando foi a última vez que fizeste alguma coisa pela democracia?", repetia-se a resposta: "Votei nas últimas eleições". Votar é indispensável, mas é o mínimo da participação democrática. Também se votava no Estado Novo, apesar das restrições a quem podia votar, às campanhas e à oposição. A exposição «Haverá Eleições. 1975: as primeiras eleições livres em Portugal», que estreou na Gulbenkian e está patente em Évora até dezembro, recorda esse contraste.
Na sua última entrevista ao Diário de Notícias, o Presidente da Câmara, Marco Almeida, afirmou: "Os sintrenses têm que participar na vida do concelho". Concretizou o apelo: falou da descentralização das reuniões de Câmara pelas 15 freguesias, um orçamento participativo em 2027 e destacou o alargamento do prazo de participação na revisão do Plano Diretor Municipal (PDM), acompanhado de uma «campanha fortíssima na comunicação social». Valorizo estas iniciativas: participar é contribuir para construir Sintra em qualquer momento.

Consultas públicas também são política
É neste contexto que quero falar das consultas públicas municipais. O PDM e muitos regulamentos passam por processos de participação em que qualquer pessoa pode deixar contributos construtivos. Podem enriquecer a decisão e a discussão na Assembleia Municipal. Ao contrário de um comentário perdido nas redes sociais, integram um procedimento formal e podem melhorar regras que servirão os sintrenses, seja quem for que governe.
Foi por isso que, na última Assembleia Municipal, reconheci a iniciativa da Iniciativa Liberal de divulgar a participação pública no PDM. Não me recordo de ver outro grupo municipal fazê-lo, e valorizo a iniciativa. A Câmara afirma estar a fazer uma forte campanha neste processo. Mas essa preocupação deveria abranger também consultas menos mediáticas, nomeadamente sobre regulamentos. Cumprir a lei é o mínimo; conseguir participação é outra ambição. Foi essa a crítica que fiz publicamente a propósito do regulamento das bolsas de estudo do ensino superior. Apresentei 24 contributos, mas teria preferido maior divulgação entre estudantes e famílias. E há outra questão: conhecem os próprios atores políticos a dinâmica destes processos? Em outubro, a vereadora Ana Mendes Godinho continuava a questionar as bolsas, quando o projeto de regulamento já tinha passado por consulta pública. E o Livre levou contributos à Assembleia Municipal meses depois de encerrado o prazo. Nada impede os eleitos de intervirem nessa fase. Mas não teria sido mais útil acompanharem o procedimento e apresentarem propostas quando a consulta estava aberta?

Um regulamento sem contributos
O exemplo mais expressivo talvez seja o Regulamento de Gestão e Utilização das Instalações Desportivas Municipais de Sintra. Foi aprovado por unanimidade na Assembleia Municipal em 2 de julho de 2019, depois de uma consulta pública cujo próprio documenta, não ter recebido um único contributo. Nem um. Levei este regulamento à última Assembleia Municipal na sequência da discussão suscitada pela psicóloga Patrícia Marques sobre o filho de nove anos e a utilização dos balneários numa piscina de Almada. Em Sintra, o regulamento prevê o acompanhamento familiar das crianças com menos de sete anos. E depois? Que medidas protegem as crianças quando partilham balneários e duches com adultos? E como são as regras explicadas aos pais e às mães? Estar escrito no Diário da República ou na Internet não é o mesmo que prestar informação clara nas piscinas municipais.
A preocupação não é exagerada: o Conselho da Europa identifica balneários e duches como espaços que exigem atenção na prevenção do abuso sexual de crianças no desporto. Existem soluções diferentes: numa piscina municipal do Porto, os adultos não podem utilizar os balneários infantis enquanto são usados por crianças; em Odivelas, há balneários infantis e inclusivos, e o acompanhamento é obrigatório até aos nove anos; no Jamor, as normas contemplam o acompanhamento de menores de 14 anos, quando se justifique. A vulnerabilidade de uma criança não desaparece no dia em que faz sete anos.
Antes de levar o assunto à Assembleia Municipal, conversei com pais, mães e pessoas que esperam vir a sê-lo. Todos tinham opiniões vincadas. Imaginem se, em 2019, tivessem sabido que podiam participar na elaboração daquele regulamento. Que perguntas teriam feito? Que soluções teriam proposto?

E quando não há resposta?
Na Assembleia Municipal, as minhas perguntas ficaram sem resposta. Mais tarde, o Presidente da Câmara disse não ter tido oportunidade de responder, porque o Presidente da Assembleia avançou para a ordem de trabalhos. Nenhum grupo municipal interveio para pedir uma resposta. Como não obtive resposta na sessão, escrevi ao Presidente da Câmara e, depois, a vários grupos municipais com contacto na página da Assembleia. Até à entrega deste texto, o silêncio mantém-se. Não espero que concordem comigo. Espero que uma questão fundamentada mereça apreciação e resposta. Um apelo à participação só ganha consistência quando as instituições estão disponíveis para ouvir.
Volto, por fim, ao título. Algumas das pessoas com quem conversei dizem: «Eu não percebo nada de política». Mas sabem bem o que pensam sobre a proteção das crianças e as responsabilidades do Município. Não precisam de falar de partidos para estarem a falar de política. E não basta convidá-las a participar: quem lhes pede a voz não pode oferecer nem aceitar o silêncio como resposta.

JORNAL DE SINTRA

O SEMANÁRIO DO CONCELHO

Há 92 anos a Informar e a Partilhar

Os assinantes fazem parte da nossa história

Sabia que o Jornal de Sintra, está incluído no pequeno grupo dos jornais regionais mais antigos do Mundo?

Desde a sua fundação no ano de 1934, que os assinantes do Jornal de Sintra foram contribuindo para a circulação do jornal não só no concelho de Sintra, mas também um pouco por todo o Mundo.

Foram impulsionadores para o seu crescimento e consolidação, garantindo a sua marca de "Semanário Regionalista Independente" galardoado com a Medalha Municipal – Grau Ouro, e pelo Governo Português.

No tempo das redes sociais, em que a informação se torna volátil, a imprensa escrita assume cada vez mais importância para a memória futura das cidades, vila, e aldeias, quer no passado, presente e futuro.

Os assinantes continuarão a fazer parte da nossa História. O custo da assinatura anual apenas paga os portes de correio para chegar – comodamente – a sua casa. O nosso apelo, é para que cada assinante traga mais um assinante.

Não deixe atrasar o pagamento. Faça-o directamente na loja do Jornal, Avenida Heliodoro Salgado, 6, em Sintra (rua pedonal), ou através de transferência bancária.

Não fique de fora da notícia. Faça parte da História!

EDIÇÕES VIA CTT

• Portugal – 20 euros/ano • Apoio – 25 Euros/ano

• Estrangeiro – 45 euros/ano • Apoio – 50 Euros/ano

NIB: 0036 0050 9910032656560 (Banco Montepio)

(Com a indicação do nome do assinante e respectivo e-mail/contacto)

JORNAL DE SINTRA

A Informar desde 1934

Av. Heliodoro Salgado, n.º 6 • 2710-572 SINTRA • Telef. 21 910 68 30

loja@jornaldesintra.pt

SOCIEDADE





Alunos da EBS Alto dos Moinhos descobrem a biodiversidade da Serra de Sintra em Monserrate

Visita proporcionada por um prémio conquistado por um aluno do 7.º ano permitiu a 20 estudantes conhecer espécies ameaçadas, explorar o mundo das árvores e descobrir a importância da conservação da biodiversidade.

No passado dia 5 de novembro, um grupo de 20 alunos do Programa Eco-Escolas e Delegados Ambientais da Escola Básica e Secundária Alto dos Moinhos, acompanhado por duas professoras, participou numa visita de estudo ao Centro de Interpretação da Natureza de Monserrate, em Sintra.







A visita foi proporcionada pelo 1.º prémio conquistado pelo aluno Martim Garcia, do 7.º C, no desafio «A Nossa Biodiversidade», promovido pela Ascendi, com a construção de um ouriço-cacheiro a partir de cápsulas de café reutilizadas e outros materiais.

O concurso destinou-se às escolas do 1.º e 2.º ciclos dos municípios abrangidos pelas autoestradas geridas pela Ascendi, entre os quais Sintra e Cascais. No concelho de Sintra, foram distinguidas com o primeiro lugar a Escola Básica de São Pedro de Sintra, no 1.º ciclo, e a Escola Básica e Secundária Alto dos Moinhos, no 2.º ciclo.

Um prémio individual transformou-se, assim, numa oportunidade de aprendizagem e descoberta para 20 alunos da escola.

A iniciativa teve como principal objetivo aprofundar os conhecimentos dos participantes sobre a biodiversidade da Serra de Sintra e sensibilizá-los para a importância da conservação dos ecossistemas e das espécies que neles habitam.

À descoberta das árvores e da vegetação de Sintra

A visita começou no exterior do Centro de Interpretação, com a observação de algumas árvores e plantas características da paisagem de Monserrate.

Um dos momentos mais interessantes foi o contacto com uma sequoia-vermelha, cuja casca espessa e macia despertou a curiosidade dos alunos. Ao tocarem no tronco, descobriram que a casca funciona como uma espécie de esponja, absorvendo a humidade do ar e contribuindo para a proteção da árvore contra os incêndios.

Os alunos conheceram também algumas características do azevinho, uma espécie protegida por lei, descobrindo que as suas folhas podem apresentar diferenças entre os ramos mais jovens e os mais altos, relacionadas com a proteção contra os animais herbívoros.

O sobreiro, uma das árvores mais emblemáticas de Portugal, mereceu igualmente destaque, pela importância da cortiça na proteção da árvore e pelo papel dos montados na conservação da biodiversidade.

Uma viagem ao interior das árvores

Já no Centro de Interpretação, os alunos participaram numa experiência interativa que lhes permitiu explorar o funcionamento de um carvalho-português, descobrindo as funções das suas três partes principais: raiz, tronco e copa. Aprenderam como as raízes absorvem água e sais minerais, como o tronco assegura o suporte e o transporte de substâncias e como as folhas, através da fotossíntese, produzem o alimento necessário ao crescimento da árvore.

Esta atividade permitiu compreender que as árvores são muito mais do que elementos da paisagem: constituem habitats, oferecem alimento e abrigo a numerosos seres vivos e desempenham um papel essencial no equilíbrio dos ecossistemas.

Espécies ameaçadas e habitats a proteger

Outro momento de grande interesse foi a observação de um aquário que recria um ecossistema ribeirinho, onde os alunos conheceram a boga-portuguesa, um pequeno peixe de água doce em perigo de extinção.

Esta descoberta permitiu compreender algumas das principais ameaças à sobrevivência das espécies, nomeadamente a poluição das linhas de água, a degradação dos habitats e a presença de espécies invasoras.

Através de outros recursos e atividades, os participantes conheceram ainda diferentes espécies e habitats do Parque Natural de Sintra-Cascais, reforçando a importância de preservar o património natural da região.

Uma experiência entre aves, morcegos e outros habitantes da serra

Uma das atividades mais surpreendentes proporcionou aos alunos a sensação de estarem ao ar livre, a observar o céu, enquanto diferentes animais pareciam voar sobre eles.

Esta experiência permitiu conhecer melhor algumas espécies presentes na região, como a coruja, o falcão e o morcego, e compreender a importância de cada uma para o equilíbrio dos ecossistemas.



A visita reservou ainda uma descoberta especial: a vacaloura, um dos maiores escaravelhos da Europa, cujas larvas desempenham um papel importante na decomposição da madeira e na reciclagem de nutrientes.

Um prémio que se transformou numa experiência coletiva

Mais do que uma visita de estudo, esta iniciativa constituiu uma oportunidade de aprendizagem, descoberta e sensibilização ambiental, demonstrando como o trabalho e o empenho de um aluno podem beneficiar toda uma comunidade escolar.

A Escola Básica e Secundária Alto dos Moinhos, que participa há 26 anos no Programa Eco-Escolas, continua, assim, a promover experiências educativas que incentivam os alunos a observar, questionar e assumir um papel ativo na defesa do ambiente.

Porque conhecer a biodiversidade é o primeiro passo para a proteger!

Fotografias: Conceição Marques

Novembro de 2026











1.º Festival de Sopas promovido pelo Rancho Folclórico "Os Canteiros" de Vila Verde reúne centenas de passoas

Vera Sousa

O Rancho Folclórico "Os Canteiros" de Vila Verde juntou mais de 450 pessoas num evento gastronómico e cultural que celebrou as tradições saloias.



O Salão da Petrosintra, na Terrugem, acolheu no passado dia 7 de novembro de 2026 a primeira edição do Festival de Sopas, organizado pelo Rancho Folclórico "Os Canteiros" de Vila Verde. O evento superou as expetativas de afluência ao juntar 451 participantes.

As portas abriram às 19h00 e, a partir das 20h00, os festivaleiros puderam saborear um leque diversificado de sopas. O buffet contou com 24 sopas caseiras, confecionadas e doadas por estabelecimentos de restauração e por particulares da freguesia e arredores. Entre as especialidades destacaram-se a Sopa dos Canteiros (do Jorge), Sopa da Pedra (do Capitanga), Canja de Galinha (da ti Lurdes), Caldo de Camarão (do Cortador), Sopa de Agrião (Do Café Pintassilgo), Caldo Verde (da Taberna D. Nicolau), Sopa de Peixe (da Nela), Sopa de Nabiça e Feijão (do Café "O Reis"), Sopa Transmontana (do Restaurante o Veríssimo), Minestrone (do Chef António), Sopa da Pedra (da Luísa), Sopa do Cozido (do Restaurante "Cantinho da Rosa"), Canja (do café "Camacho"), Sopa de Feijão da Cristina (do Restaurante "O Ricardo"), Sopa Juliana (do Restaurante "Amaral"), Sopa de Grão com Espinafres (do restaurante "Galo d'Ouro"), Caldo Verde (do "Cantinho da Carla"), Sopa de Peixe (do Café "O Coreto"), Sopa de Entulho (da avó Isa), Creme de Legumes (da "TaxiSintra Rural"), Sopa de Cogumelos (do "Oak Brunch"), Sopa de Feijão Verde (da Cristina da Assafora), Sopa de Espinafres (da cervejaria "D. Pedro Guedes"), Sopa da Pedra (da "Casa do Alentejo"). A entrada incluía a tigela do evento e a oferta de pão, tendo o bar da organização assegurado ainda a venda de bifanas, cachorros, sobremesas e bebidas.



Tradição, música e envolvimento comunitário

A animação da noite esteve a cargo do músico Ricardo Ferreira e ficou marcada pela forte interação com o público, que foi convidado a juntar-se aos elementos do rancho em danças tradicionais como o *Verde Gaio Saloio* e o *Bailarico Saloio*.

Este 1.º Festival de Sopas contou com o apoio destas entidades mas também da Junta de Freguesia de Terrugem e a Petrosintra.

Este festival surgiu como um importante impulso para o Rancho Folclórico "Os Canteiros". Fundado em 26 de maio de 1978, e com quase meio século de vida, os seus membros pretendem preservar os usos, costumes, trajes, danças e cantares do final do século XIX e início do século XX da região saloia.





PUB.



SOCIEDADE

Aldeias de Crianças SOS lançam campanha de Natal e apelam à solidariedade dos portugueses



Inspirada num clássico do cinema natalício, esta campanha recorda que nenhuma criança deve crescer sem cuidado, proteção e alguém com quem contar. A iniciativa apela à solidariedade dos portugueses para que mais crianças e jovens possam crescer cuidadas, protegidas e com o afeto de que precisam.

No cinema, uma criança sozinha em casa faz-nos rir. Na vida real, crescer sem cuidado, proteção e alguém com quem contar não é uma comédia. É esta a mensagem da campanha de Natal das Aldeias de Crianças SOS, que recupera o imaginário de um dos filmes mais emblemáticos da época para sensibilizar os portugueses para a importância de uma infância protegida e apelar à solidariedade.

A campanha já arrancou e os donativos podem ser realizados através do website das Aldeias de Crianças SOS, em https://www.aldeias-sos.org/como-ajudar/campanhas/natal/2026/estar-sozinho-em-casa-nao-e-uma-comedia-2026. O valor angariado irá contribuir para dar continuidade ao trabalho da instituição junto de crianças, jovens e famílias.

"Todos nos lembramos das aventuras de uma criança que fica sozinha em casa no Natal. Mas, fora do cinema, crescer sozinho tem de nos mobilizar a todos. Todas as crianças precisam de sentir que existe alguém que as ouve, protege e acompanha, nos momentos bons e nos mais difíceis. É esse o verdadeiro significado de cuidar e é também a razão pela qual trabalhamos todos os dias", afirma Guida Mendes Bernardo, Diretora-Geral das Aldeias de Crianças SOS.

Estar sozinho nem sempre significa não ter ninguém por perto. Uma criança pode estar rodeada de adultos e, ainda assim, não receber o cuidado e a atenção de que precisa. Em Portugal, esta realidade continua a exigir atenção: em 2025, as Comissões de Proteção de Crianças e Jovens receberam mais de 60 mil comunicações de situações de perigo, com a negligência e a violência doméstica entre as problemáticas mais frequentemente identificadas.

Todos os anos, as Aldeias de Crianças SOS apoiam mais de 500 crianças e jovens e mais de 200 famílias, através de programas que procuram fortalecer as famílias, prevenir situações de perigo e garantir que as crianças crescem em ambientes seguros e protetores. Com a campanha "Estar sozinho em casa não é uma comédia", a Associação convida os portugueses a olhar para além da ficção e a contribuir para que nenhuma criança tenha de crescer sozinha.

O Natal é um momento fundamental para a solidariedade, mas as necessidades reais das crianças e das famílias que as Aldeias de Crianças SOS acompanham são permanentes. O apoio da sociedade é fundamental para dar continuidade ao trabalho da organização, garantindo que mais crianças e jovens crescem com o cuidado, a proteção e as relações afetivas de que precisam. Os donativos angariados através da campanha vão contribuir para assegurar a continuidade do acompanhamento de crianças, jovens e famílias, permitindo à organização desenvolver respostas que promovem relações mais seguras e protetoras e ajudam a prevenir situações de vulnerabilidade.

A campanha "Estar sozinho em casa não é uma comédia" está presente nas plataformas digitais e nas redes sociais das Aldeias de Crianças SOS.

Link do vídeo da campanha: https://www.youtube.com/watch?v=nizby57ZC9Y

Fonte e foto: Omnicom

Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede junta-se à APCOI e torna-se parceira oficial do projeto «Heróis da Fruta»

A Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede formalizou um protocolo de cooperação com a APCOI – Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil, tornando-se oficialmente entidade parceira do projeto «Heróis da Fruta», a maior iniciativa de promoção de hábitos alimentares saudáveis nas escolas em Portugal. Com este acordo, o executivo da freguesia reforça o seu empenho no investimento preventivo na saúde das crianças e famílias, integrando a iniciativa na sua estratégia de proximidade e coesão social.

A parceria com a APCOI estrutura-se na convocação ativa dos estabelecimentos de ensino, na disponibilização de recursos pedagógicos às comunidades escolares e no acompanhamento contínuo dos resultados junto dos alunos e encarregados de educação.

Para o Presidente da Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede, Dr. Nuno Alves: «Este mandato está a ser exercido com seriedade, transparência e espírito de serviço público, sempre com o objetivo de melhorar a qualidade de vida da nossa população. Ao unirmos forças com a Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil no projeto "Heróis da Fruta", trazemos para as nossas salas de aula uma ferramenta pedagógica de excelência que promove a saúde, a prevenção e os estilos de vida saudáveis desde a primeira infância, contribuindo ativamente para o bem-estar de todos os que aqui vivem e colocando Carcavelos e Parede numa trajetória virada para o futuro.»

Mário Silva, Presidente da APCOI, sublinha a relevância da adesão da autarquia:«A parceria com a Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede é de extrema relevância para a missão da Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil no distrito de Lisboa. A promoção de hábitos saudáveis exige proximidade e cooperação contínua entre o poder local, as escolas e as famílias. A determinação demonstrada por este executivo garante que a mensagem de saúde e nutrição chegará com eficácia às salas de aula da freguesia. Convidamos todas as autarquias e freguesias do país a seguir este exemplo e a integrarem a rede oficial em desafio.heroisdafruta.com/autarquias»



Foto: APCOI

O relatório de monitorização da implementação do projeto "Heróis da Fruta" no ano letivo 2024/2025, coordenado cientificamente pelo Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (ISAMB-FMUL), comprova que o envolvimento das autarquias e freguesias faz aumentar significativamente a taxa de adesão das escolas, a conclusão com sucesso dos desafios pelas turmas e a predisposição das crianças para experimentarem e consumirem novas frutas e legumes no dia-a-dia. No contexto da região de Lisboa, os dados do relatório demonstram um impacto profundo, registando-se no distrito de Lisboa uma forte mobilização com centenas de turmas e milhares de crianças envolvidas, a par de progressos expressivos no consumo diário de hortofrutícolas e de lanches saudáveis em ambiente escolar.

Através desta colaboração, a Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede consolida o seu compromisso com a promoção da saúde escolar e a sustentabilidade no meio educativo. Todas as escolas e jardins-de-infância da freguesia interessados podem formalizar a participação no programa de forma gratuita em heroisdafruta.com/inscricao

Sobre a Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede: A Junta de Freguesia de Carcavelos e Parede é um órgão executivo local no concelho de Cascais, distrito de Lisboa, empenhado na coesão territorial, no apoio à comunidade, na dinamização educativa e na melhoria contínua da qualidade de vida de toda a população.

Sobre o Projeto Heróis da Fruta: O «Heróis da Fruta» é um programa educativo de motivação escolar promovido pela APCOI, desenhado para incentivar as crianças a adotar hábitos alimentares saudáveis e a aumentar o consumo diário de fruta e vegetais através de dinâmicas lúdicas.

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, focando-se na prevenção, no reforço da literacia em saúde e no combate ao estigma.

Fonte: Comunicado de Imprensa

PUB. JORNAL DE SINTRA

apeadeiro
Snack-Bar, Restaurante
Encerra à Quinta-feira





ESPECIALIDADES
- Açorda de camarão
- Arroz de tamboril
- Bacalhau à Apeadeiro
- Bife à café
- Carne de porco à alentejana
- Escalopes à archiduk
- Filetes de espada
- Gambas fritas
- Vitela assada à mirandesa
- Posta mirandesa

SOBREMESAS
- Arroz doce
- Mousse de morango
- Natas do céu
- Pudim flan
- Taça belinha
- Taça do chefe
- Tarte gelada

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

Supertaça Feminina de Hóquei em Patins em Santo Tirso

A Stuart HC Massamá (1-3) perde final com o Benfica

Ventura Saraiva *

O pavilhão desportivo municipal de Santo Tirso foi o palco escolhido pela Federação Portuguesa de Patinagem (FPP) para realizar no sábado, dia 7, a final da Supertaça Feminina entre as equipas do Benfica e A Stuart HC Massamá. A formação encarnada venceu por 3-1, arrecadando assim o 13.º Troféu da história da competição.



Benfica conquista em Santo Tirso, a 13.ª Supertaça Feminina

fotos: (créditos SigmaStars)

A primeira parte ficou marcada pelo equilíbrio, embora o Benfica tenha assumido maior posse de bola e procurado instalar-se no meio-campo adversário. O Stuart Massamá, por sua vez, mostrou-se organizado defensivamente e também conseguiu criar situações de perigo junto da baliza encarnada. Aos 19 minutos, Maria Vieira respondeu com uma boa defesa a um remate de Inês Baudouin. Do outro lado, Inês Caldeira também esteve em evidência, com várias intervenções que impediram o Benfica de chegar mais cedo ao golo.

A resistência da formação de Massamá só foi quebrada aos 23 minutos, quando Maria Sofia Silva encontrou o caminho para a baliza e colocou o Benfica em vantagem. As encarnadas chegaram assim ao intervalo com uma vantagem mínima (1-0).

«É mais um troféu. Esta equipa não se vai cansar de ganhar, está no ADN desta equipa conquistar troféus para o Museu Cosme Damião. Na semana passada ganhámos aqui a Elite Cup, agora foi a Supertaça e já estou a pensar que, para a semana, vou para Espanha jogar a meia-final da Taça Continental com a Sanjoanense. É tentar chegar a mais uma final e vencer. Enquanto aqui estiver, não me vou cansar de ganhar e é por isso que dominamos o hóquei feminino. Quero dar os parabéns ao Stuart porque fez um excelente jogo. Jogaram com as armas que têm, com linhas muito atrasadas, à espera do nosso erro. Tínhamos de ter paciência para chegar ao golo e, quando isso acontecesse, iriam abrir o jogo. Foi o que aconteceu e vencemos com todo o mérito».

Paulo Almeida, treinador do SL Benfica



Equipa de Massamá falhou nas bolas paradas e podia ter saído do Minho com outro resultado

O recomeço trouxe novo golo para as campeãs nacionais. Na sequência de uma jogada de insistência de Marlene Sousa, a bola chegou a Rita Batista, que finalizou para o 2-0. O Benfica passou a controlar as operações e ampliou a vantagem pouco depois, numa recuperação de bola de Aimée Blackman, que combinou com Marlene Sousa antes de concluir a jogada para o 3-0.

O Stuart Massamá procurou responder e beneficiou de uma situação de superioridade numérica, após cartão azul mostrado a Rita Batista. A equipa da Linha de Sintra aproveitou o *power play* para reduzir a diferença, com Raquel Duarte a marcar através de um remate de longa distância. Antes, Catarina Pedro tinha desperdiçado um penálti, travado por Maria Vieira.

A cerca de 12 minutos do final, o Benfica atingiu a décima falta coletiva, mas Raquel Duarte voltou a encontrar Maria Vieira pela frente na cobrança do livre direto. A guarda-redes encarnada segurou a vantagem até ao final, num encontro em que o resultado já não sofreu alterações.

«As bolas paradas não entraram e foi pena, porque podíamos ter entrado ainda mais no jogo. Trabalhamos estas situações, infelizmente não as concretizámos, mas o que me deixa feliz foi que não nos deixámos abater, mesmo a perder por 3-0, e tivemos alma. Fomos competentes durante todo o jogo. É uma derrota que não nos desvaloriza. O Benfica, para vencer, teve de suar muito e estamos mais próximos de lhes ganhar. Isso irá acabar por acontecer. Mas parabéns ao Benfica pela vitória. Foi um grande jogo para as duas equipas».

Pedro Marques, treinador do A Stuart HC Massamá

Ficha do jogo:
Pavilhão desportivo municipal de Santo Tirso
Árbitros: Tiago Bessa, João Silva, Bruno Malheiro, e Alexandre Magalhães
Ao intervalo: 1-0. Final: 3-1
Marcadoras: Rita Batista, Aimee Fidalgo, e Sofia Silva (SLB); Raquel Duarte (A SHCM)
Benfica: Maria Vieira, Marlene Sousa, Aimee Fidalgo, Sofia Silva, e Raquel Santos (5 inicial); Rita Batista, Leonor Coelho, Sofia Moncóvio, e Maria Severino.
No banco: Lili Buchoux (gr).
Treinador: Paulo Almeida
A Stuart HCM: Inês Caldeira; Raquel Duarte, Diana Pinto, Micalela Jamardo, e Catarina Pedro (5 inicial); Rita Diegues, Inês Baudouin, Rita Barros, e Isa Ricardo.
No banco: Sofia Sardela (gr).
Treinador: Pedro Marques

**Com FPP Comunicação*

Campeonato Nacional da 3.ª Divisão – Zona Sul B (Jornada 3)

HC Sintra/Planta Livre ganha (4-5) em Ponta Delgada

A 3.ª Jornada do nacional de hóquei em patins da 3.ª Divisão, abriu na noite de sábado, dia 7, em Ponta Delgada (Açores), no pavilhão Sidónio Serpa, com o encontro entre o H.C. Ponta Delgada, e Hockey Club de Sintra/Planta Livre, duas equipas ainda invictas no campeonato, e por isso, aguardado com expectativa pelos adeptos locais. No final, e depois de um jogo intenso de parada-e-resposta, a formação sintrense venceu por 4-5, sendo determinante Hugo Lopes autor do quinto golo que valeria os três pontos em disputa. Simão Lage inaugurou o marcador no início do jogo, tendo Vicente Correia empatado pouco tempo depois. Pedro Soares daria então vantagem (2-1) aos açorianos, um parcial com que terminaria a primeira parte. No reatamento, e a exemplo do início do jogo, Simão Lage marca (2-2), e na resposta Carlos Guimarães volta a dar vantagem (3-2) à equipa da casa. Tiago Francisco (3-3), e Hugo Lopes, promovem a reviravolta (3-4), Francisco Freitas, empata (4-4), e já perto do final, Hugo Lopes, coloca o *Sintra* a vencer (4-5), uma vantagem que se manteria até final.

Na próxima jornada (dia 15), há dérbi em Monte Santos, com o Sintra a defrontar o A Stuart HC Massamá que lidera a classificação, com os mesmos pontos (9) da Juv. Azeitonense, GDS Cascais, e HC Sintra/Planta Livre.

Nesta ronda, a turma de Massamá derrotou em casa, o CD Boliqueime por 4-1.

Ventura Saraiva

Campeonato Nacional Feminino
Zona Sul (1.ª Jornada)

Hockey Club de Sintra estreia-se com vitória na B.I.R

Começou no domingo, dia 8, o nacional feminino com apenas um jogo, este entre a B.I.R. e o Hockey Club de Sintra. Em Valado dos Frades (Alcobaça), o Sintra estreou-se a ganhar, ao bater a turma local por 2-3, com golos de Raquel Correia (2), e Matilde Ferreira.

Inês Florêncio, e Matilde Freitas, marcaram para a Biblioteca IR.

O campeonato prossegue este sábado, dia 14, com o jogo A Stuart e a B.I.R. (16h15). No domingo, às 20h00, jogam HC Sintra, e Parede FC. e às 18h00, CRIAR-T GD e A Stuart HCM acertam as contas da 1.ª jornada. **VS**

DESPORTO

Campeonato Distrital da 1.ª Divisão da AFL – 9.ª Jornada

Futebol Benfica vence 1.º Dezembro "B" e segue imparável na frente

Ventura Saraiva

A jornada 9, concluída no domingo, dia 8, voltou a mexer na classificação, com o Desportivo Olivais e Moscavide a sofrer a segunda derrota, e a baixar na tabela depois de semanas na liderança, e o reforço da candidatura do Atlético Povoense ao vencer nos Olivais.
Quanto aos emblemas concelhios, a U. Mucifalense perdeu em casa (1-2), com Ericeirense, em Lourel, a visita do Oeiras não foi além de um empate (1-1), e na troca de ordem de jogos, o 1.º Dezembro "B" foi ao campo do Futebol Benfica vender cara a derrota (2-1), a contar para a ronda 24.
O Futebol Benfica segue imparável na frente da tabela classificativa, sem derrotas, e com um jogo em atraso referente à segunda jornada da prova.



Pressão atacante da equipa de Lourel acabaria por resultar no empate perto dos descontos, depois de uma bola ao poste, e a reclamação de uma falta para penalti.

E começamos exatamente pela partida efetuada no campo Francisco Lázaro, em Benfica, com a visita do 1.º Dezembro "B", penúltimo da classificação. O largo favoritismo do popular "fófó" antecipava uma tarde calma, com mais golo, menos golo, e com a abertura do marcador aos 14 minutos pelo defesa António Duarte ("Drula"), numa assistência de Rodrigo Alves, os adeptos locais reforçaram essa ideia. Todavia à passagem dos 30 minutos, o angolano Hessler Chiele colocou "água na fervura" ao empatar o jogo (1-1), e nem mesmo o golo dos 2-1, aos 35 minutos por Rodrigo Ferreira, fez baixar a intenção dos rapazes orientados por João Alves, em lutar pelo melhor resultado.
O segundo tempo, com muitas alterações, e com o treinador do Futebol Benfica, Alexandre Jesus a fazer quatro, dando lastro ao jogo colectivo (embora duas tenham sido no final para ganhar tempo), a verdade é que o 1.º Dezembro, foi lançando a dúvida no resultado final, perdendo pela margem mínima, contra muitas das previsões.
Uma nota final para o encontro entre o Sporting de Lourel, e Associação Desportiva de Oeiras; a turma visitante que está a fazer um início de campeonato muito positivo, ao invés dos leões, acabou por sair do campo Sargento Arménio, com um empate, muito pela influência da arbitragem dirigida por Diogo Oliveira que teve uma dualidade de critérios gritante em prejuízo da turma de Lourel. O empate surgiu já perto dos descontos, depois de enorme pressão atacante dos comandados de Gonçalo Monteiro.
Resultados:
Palmense, 4-SC Lourinhanense, 2; Olivais e Moscavide, 0-AU Povoense, 1; Loures, 0-Sacavenense, 2; Oriental, 4-Associação Murteirense, 1; Cascais, Sad, 2-Vialonga, 0; SC Lourel, 1-Oeiras, 1; Mucifalense, 1-Ericeirense, 2.
Futebol Benfica, 2- 1.º Dezembro "B" (jornada 24).
Classificação: 1.º Futebol Benfica, 22 pontos (-1j); 2.º Oriental, 20, 3.º Olivais e Moscavide, 19, 4.º Povoense, 18, 5.º Cascais, Sad, 15, 6.º Sacavenense, 15 (-1j), 7.º Oeiras, 13, 8.º SC Lourinhanense, 12, 9.º Associação Murteirense, 11 (-1j), 10.º Ericeirense, 10, 11.º Loures, 9, 12.º SC Lourel, 9, 13.º Mucifalense, 9, 14.º Vialonga, 4 (-1j), 15.º Palmense, 4, 16.º 1.º Dezembro "B", 3.
Próxima jornada (dia 15): SC Lourinhanense-U. Mucifalense; Ericeirense- SC Lourel; Vialonga-1.º Dezembro "B"; Povoense-Palmense; Sacavenense-Olivais e Moscavide; Associação Murteirense-Loures; Futebol Benfica-Oriental; Oeiras-Cascais, Sad.

Campeonato Distrital da 3.ª Divisão – Série 3

SRD Negrais segue na frente à condição

Ao derrotar o CD Belas, por 2-0 (golos de Rafael Patel, e Tiago Oliveira), a SRD Negrais manteve a liderança da Série 3, com dois pontos de vantagem sobre o Real "B" que tem menos um jogo.
Na ronda do próximo domingo, dia 15, a formação de Negrais joga em Vila Verde, e o Real "B", folga, devido ao número ímpar de clubes (13).
Dos restantes jogos, destaque para o Arsenal 72- Mem Martins SC, e RD Algueirão-Rio de Mouro. **VS**

PUB.



Campeonato Distrital da 2.ª Divisão AFL – Série 1 (1.ª Fase)

Pêro Pinheiro x "Os Montelavarenses" anima jornada

É o jogo-cartaz da 10.ª Jornada da 2.ª Divisão- Série 1, e realiza-se no próximo domingo, dia 15, no campo Pardal Monteiro pelas 15h00.
Despromovido do escalão principal, depois de ter permanecido nos nacionais, o Clube Atlético de Pêro Pinheiro aposta no regresso consecutivo, mas para isso tem que melhorar essa condição, dado que em nove jornadas, perdeu igual número de pontos. A concorrência é forte, e a Associação Bobadelense que lidera, parece determinada a manter-se no topo; um novo treinador (Luís Nunes, ex-Atlético), e um plantel renovado parecem dar garantias de sucesso, sendo até ao momento a única equipa a manter a invencibilidade.
Quanto ao adversário do próximo domingo (15) -"Os Montelavarenses"-, prevêem-se grandes dificuldades apesar do claro favoritismo da equipa da *capital do mármore*. O emblema de Montelavar está no fundo da tabela, trocou de treinador (saiu Dário Morais, e entrou Ricardo Grenho), e aparenta melhorias colectivas. Depois, há a rivalidade entre vizinhos, esperando-se uma excelente moldura humana no campo Pardal Monteiro.
Nesta ronda, 10, destaque ainda para o jogo entre o M.T.B.A., e AD Coutada. A equipa das 4 Aldeias ocupa o 6.º lugar (17 pontos), e não perde há cinco rondas consecutivas (1e4v). Pode ser um domingo com vitória em vários campos, caso vença a Coutada; É que Arneiros (4.º) joga no terreno da AD Bobadelense (1.º), e CD venda do Pinheiro (5.º) recebe o Atlético do Tojal (8.º).

Ventura Saraiva

Taekwondo – XXVIII Open Internacional de Pontevedra (Espanha)

Sara Henriques conquista Medalha de Bronze

Ventura Saraiva*

Realizou-se nos dias 31 de Outubro, e 1 de Novembro no Pavilhão Municipal dos Desportos de Pontevedra, a edição 28, do Open Internacional. Organizado pelo Club Mace Sport, o evento reuniu mais de 1.900 inscritos (incluindo atletas, treinadores e árbitros) em representação de mais de 100 clubes de Espanha, Portugal, França, México, Nicarágua e Andorra.

No total, os competidores portugueses conquistaram 15 medalhas, distribuídas por 5 de Ouro, 3 de Prata, e 7 de Bronze, com forte presença dos clubes do Norte do País que somaram a grande fatia de pódios.

Do Centro/Sul, destaque para a Medalha de Bronze conquistada por Sara Norte Henriques, atleta de 14 anos, naquela que foi a sua primeira participação numa competição de Taekwondo fora de Portugal.

A jovem atleta portuguesa que compete na categoria de Cadetes Femininos -59 kg, realizou uma excelente prestação, vencendo dois combates. No segundo, conseguiu vencer ambos os *rounds* por diferença pontual.

A sua participação terminou nas meias-finais, frente a uma atleta da Seleção Espanhola, igualmente convocada para o próximo Campeonato da Europa de Cadetes.

Ao longo da competição, Sara demonstrou consistência, determinação e maturidade competitiva, deixando excelentes indicações para os próximos desafios internacionais.

Esta conquista surge numa época desportiva particularmente positiva, durante a qual a atleta se sagrou Campeã Regional, Vice-Campeã Nacional, vencedora dos Opens de Sintra e Almada e medalha de ouro no Portugal Open G1.

Atualmente acompanhada pelo treinador Daniel Dias, da ARISE Martial Arts — Associação Tigres e Titãs, Sara encontra-se a preparar o maior desafio da sua jovem carreira: representar Portugal no Campeonato da Europa de Cadetes, que decorrerá em Bucareste, na Roménia, de 26 a 29 de novembro de 2026.

Para o seu treinador, esta conquista representa muito mais do que uma medalha; "É difícil descrever o orgulho que tenho na Sara. Conheço o trabalho, os sacrifícios e a dedicação que estão por trás de cada resultado. Mais do que as medalhas, aquilo que me orgulha é vê-la crescer como atleta e como pessoa. Acredito muito no seu talento, no seu carácter e na sua capacidade de trabalho."

Recorde-se que a atleta mantém a campanha de angariação de fundos (*crowdfunding)* para conseguir concretizar a participação no Europeu, ajudando a suportar as despesas relacionadas com a viagem, alojamento e participação no campeonato, bem como a deslocação do treinador, Daniel Dias, que a acompanhará na Roménia.

**Com Martial Arts*



foto (cortesia daniel dias)

Sara Henriques exibe a medalha de Bronze, uma motivação para o Europeu de Cadetes na Roménia

Ericeira Wa'a Surfing World Championship
De 14 a 21 na Praia do Sul

A segunda edição do primeiro campeonato internacional de surf em canoa acontece nos 3 melhores dias, dentro da janela temporal, de 14 a 21 de novembro, na Praia do Sul, na Ericeira. São esperadas mais de 150 pessoas diretamente ligadas ao evento, provenientes de toda a Europa, Estados Unidos da América, Hawai e Brasil. Em causa está o título de Campeão do Mundo, o primeiro na história da modalidade.

Para além das baterias competitivas dentro de água, o programa inclui uma semana inteira dedicada à celebração da cultura do surf, partilha entre nações e convívio na comunidade local.

Tudo começou com Miguel Ruivo, surfista local e fundador da Laneez Surf House, que pratica surf e rema com o Dakai (uma canoa polinésia OC4 desenvolvida pela WOO). Um dia, ao passar pela oficina da WOO, teve a ideia de juntar alguns amigos, aficcionados do surf em canoa (também conhecido como wa'a em homenagem ao termo havaiano) e organizar uma pequena competição.

O mote não podia ser mais simples: "surfar, beber umas cervejas e passar um bom bocado junto ao mar" . Todos adoraram a ideia, mas ela rapidamente ganhou uma dimensão muito acima das expectativas iniciais. Equipas do mundo todo atenderam ao apelo e em poucas semanas, a "pequena competição" tornou-se um evento único, reunindo a comunidade global do surf de wa'a em torno de um formato simples e acessível: 3 baterias por equipa, as 2 melhores ondas são mantidas e, da soma de ambas, apura-se a classificação final. Nascia assim o OC4 Surfing Challenge, que assume agora a designação de Ericeira Wa'a Surfing World Championship.



São esperadas na prova um total de 24 equipas, compostas por 4 atletas cada. As inscrições já se encontram oficialmente abertas e podem ser submetidas através do site oficial, onde está também disponível para consulta o regulamento da prova em três línguas (português, francês e inglês): https://waasurfingint.com/home. Nas palavras de Miguel Ruivo, é esperado "um campeonato com um nível competitivo elevado, mas com uma forte componente cultural e institucional onde atletas, dirigentes, oficiais e comunidades possam trocar experiências e contribuir para a construção de uma modalidade internacional organizada, mantendo o respeito pela sua história, cultura e tradições."

Tudo começa a 12 de novembro, pelas 16h00, com um Workshop de Certificação de Oficiais de Prova dinamizado em português, workshop esse que se repete dois dias mais tarde, pelas 9h00 da manhã, mas agora ministrado em inglês. Nas vésperas do arranque oficial, a 13 de novembro, terá, por sua vez, lugar uma conferência de imprensa de apresentação do evento e respetivo almoço de kick off com a organização e parceiros.

O arranque oficial do Ericeira Wa'a Surfing World Championship dá-se a 14 de novembro, a partir das 12h00, altura em que se dá início ao período de espera referente à competição propriamente dita e que se prolonga no tempo até 21 de Novembro. No mesmo dia, pelas 19h00, o Nortada Tap Room da Ericeira recebe a Festa de Abertura do Evento com música ao vivo bem como a inauguração da Exposição de Pintura dos artistas Flavio Caporali e João Catarino na Casa da Cultura da Ericeira.

Já no dia 18 de Novembro, pelas 18h00, é exibido o filme documental WA'A - The Gui Ringrave Legacy. O evento termina a 21 de novembro com uma Festa de Encerramento que volta a ter lugar no Nortada Tap Room da Ericeira.

O Ericeira Wa'a Surfing World Championship tem entrada livre e é organizado pela Associação Internacional de Surf WA'A (WSIA), fundada na Ericeira com o objectivo de contribuir para o desenvolvimento saudável da modalidade a nível internacional, ajudar a regulamentar as ompetições internacionais de forma uniforme em todos os continentes, e preservar o contexto cultural, as tradições e os aspetos sociais do Surf WA'A. O evento tem o patrocínio do Turismo de Portugal, Município de Mafra e NORTADA, contando, ainda, com o apio da WOO Canoes, Ocean Club Ericeira e Laneez Ericeira Surf House.

Fonte: MEDIA Sounds| Divulgação Imprensa

CULTURA

EXPOSIÇÕES

Sintra – "Vinil", exposição apresenta, pela primeira vez em grande formato, 70 fotografias selecionadas entre o material publicado por Luís Vasconcelos
Quando: Até 3 janeiro
Onde: MU.SA - Museu das Artes de Sintra

Sintra – O Lado Invisível da Matéria, Paramentaria entre a Modernidade e a Contemporaneidade
Quando: até 3 de janeiro
Onde: Galeria Municipal e Sala Polivalente – MU.SA - Museu das Artes de Sintra

Sintra – "A Arte de Vestir o Tempo", Exposição 25 Anos de Danças com história
Quando: até 19 novembro
Onde: Biblioteca Municipal de Sintra – Casa mantero

Sintra – "A Coleção de Cunha e Costa um Portugal que nos Une"
Quando: até 31 dezembro
Onde: MFC - Museu Ferreira de Castro

Sintra – Dançar é cousa que se demanda..., exposição 25 anos de Danças com História
Quando: até 29 novembro
Onde: Centro Cultural Olga Cadaval

Sintra – Exposição "Mordidas do Tempo"
Quando: até 3 janeiro
Onde: MHNS – Museu de História Natural de Sintra

Mira Sintra – Realces, Exposição tátil, emoções (Envolver as pessoas cegas ou com baixa visão no universo das artes)
Quando: até 28 novembro
Onde: Casa da Cultura Lívio de Morais

Rinchoa – Exposição Temporária "L. C. e A Corja! Semanário de Caricaturas"
Quando: até 31 dezembro
Onde: CMLC – Casa-Museu Leal da Câmara

TEATRO

Sintra – A Fada Oriana | Tapa Furos
Quando: 14 novembro, 11h00
Onde: Aud. Acácio Barreiros

Sintra – Os Dias da Idade | Comédia Jackpot, com Rita Ribeiro
Quando: 9 dezembro, 14h30
Onde: Centro Cultural Olga Cadaval

Sintra – Acolhimento Chão de Oliva
"Memória", pelo CCS - Cineclube de Sintra, dia 28 de novembro, sábado, 21h
Onde: Casa de Teatro de Sintra.
Reservas: 219 233 710

Sintra / Cabriz – "Passeio da Fama", espectáculo de Paulo Tafúl
Quando: Sábados até 5 de dezembro.
Onde: Associação Cultural, Social e Recreativa de Cabriz (ACSRC). Reservas: 219 240 363

Odrinhas – "O Menino de Lapedo – Uma História da Pré-História", Espetáculo de Marionetas
Quando: 28 novembro, 16h00
Onde: MASMO – Museu Arqueológico de São Miguel de Odrinhas

MÚSICA

Sintra – Orquestra Sinfónica Portuguesa - Concerto para Violino e Orquestra
Quando: 15 novembro, 17h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Os Dias da Idade | Encontro Grupos Instrumentais
Quando: 18 novembro, 14h30
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Rádio Macau
Quando: 20 novembro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Concertos para Bebés | As Bebés Amigas das Raízes
Quando: 22 novembro, 10h00 e 11h30
Onde: Palco do Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Pedro Abrunhosa & Comité Caviar
Quando: 27 novembro, 21h00
Onde: Centro Cultural Olga Cadaval

Sintra – Música na Quinta 2026, 16h00
Quando: **15 NOV** | RECITAL DE CLARINETE E PIANO, por Samuel Marques e Vasyl Tsanko
22 NOV | RECITAL DE PIANO, por Raúl Pinto
29 NOV | Homenagem a António Augusto de Carvalho Monteiro pelo seu 178.º Aniversário - RECITAL DE VOZ E HARPA, pelo Sintra Estúdio de Ópera, com Helena Carvalho Pereira e Sara Ramayo
Onde: Quinta da Regaleira

Sintra – David Fonseca | Viagem sem mapa
Quando: 4 dezembro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Júlio Resende "Piano português namora guitarra portuguesa"
Quando: 6 dezembro, 16h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Orquestra Municipal de Sintra D. Fernando II - Concerto de Natal
Quando: 20 dezembro, 16h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

O Jornal de Sintra apoia a Cultura

GB 22 de Maio da Idanha promove Noite de Fados dia 28

O Grupo Bandolinista 22 de Maio da Idanha (Belas), promove dia 28 deste mês, com início pelas 20h00, uma "Noite de Fados" com um elenco que promete uma sessão inesquecível, assim como o "menu de jantar", com as entradas, bacalhau à bráz, sobremesa e café, não faltando o tradicional caldo verde na "hora da Ceia", e o "cocktail de boas-vindas".

André Gomes, Carla Arruda, João Soeiro, Maria Augusta, e Rita Santos, compõem o elenco artístico, acompanhados por Paulo Silva, na guitarra portuguesa, e Duarte Nunes, na guitarra clássica.

A direcção do GB 22 de Maio, aponta com expectativa para casa cheia, e nas suas redes sociais deixa o aviso: "Agora não se distraia com as datas, com a ideia de ir "vender limões à praça"!

E não seja teimoso a dizer que "nunca mais montei nem sei se o farei ", se tiver de vir a cavalo marcar mesa, pois que venha!!

O importante é conseguir mesa para assistir a esta noite, sempre mágica, sempre em família".

Informações, e marcações pelo telem. 938 838 130

VS



Bibliotecas Sintrenses promovem encontros literários

A Câmara Municipal de Sintra acolhe, entre novembro e março, o "Clube da Leitura – Bicartes", uma iniciativa gratuita dinamizada pela Bicartes – Associação Cultural, que pretende incentivar os hábitos de leitura e criar espaços de encontro e diálogo em torno da literatura.

Com sessões quinzenais, o projeto decorre na Biblioteca Municipal de Sintra – Biblioteca Ruy Belo, em Queluz, no Polo da Tapada das Mercês e no Polo de Agualva-Cacém.

Os encontros partem de diferentes temas e sugestões de leitura, convidando os participantes a refletir, debater e partilhar livros, textos ou excertos da sua preferência.

O projeto contempla ainda a possibilidade de troca de livros, num ambiente aberto à descoberta de novas obras e perspetivas.

Ao longo do ciclo serão explorados temas como o tempo, a identidade, a perda, o feminismo, a crítica social, a resistência, a literatura da diáspora, a literatura asiática e a poesia. O programa termina a 20 de março com um roteiro literário pelas ruas de Sintra, que permitirá conhecer lugares associados a obras literárias e descobrir a ligação de vários escritores à vila.

Fundada em outubro de 2024 por jovens de várias freguesias do concelho, a Bicartes – Associação Cultural tem como objetivo dinamizar a cultura em Sintra, apoiar artistas emergentes e fomentar a inclusão cultural. Através de workshops, clubes e eventos com artistas locais, a associação procura aproximar a comunidade dos agentes culturais e contribuir para o desenvolvimento do panorama artístico do concelho.

Fonte: CMS

A exposição World Press Photo 2026 chega ao Parque dos Poetas em Oeiras

Considerada uma das mais importantes referências internacionais do fotojornalismo, a exposição World Press Photo, está patente até ao dia 22 deste mês, no Parque dos Poetas, em Oeiras, situado entre Paço de Arcos e Oeiras.

Esta edição, reúne 42 trabalhos vencedores, selecionados entre mais de 57 mil fotografias submetidas por fotógrafos de 141 países. Através de diferentes perspetivas, as imagens abordam temas que marcam o mundo contemporâneo, como conflitos, crises humanitárias, alterações climáticas, desigualdades sociais, assim como, histórias de resistência e superação.

Ao longo de um mês (a inauguração foi no dia 22 de Outubro), o Parque dos Poetas transforma-se, assim, numa janela para o mundo. Uma oportunidade para descobrir, sem pressa, histórias e realidades que nos desafiam a compreender e refletir sobre o tempo em que vivemos.

Fonte: C.M. Oeiras/VS



Orquestra Sinfónica Portuguesa no Olga Cadaval

A Orquestra Sinfónica Portuguesa apresenta-se no Centro Cultural Olga Cadaval, em Sintra, no dia 15 de novembro, às 17h00, para um concerto com obras marcantes do modernismo musical francês e português.
Sob a direção musical de Joseph Swensen, o programa reúne composições de Claude Debussy, Maurice Ravel e Luís de Freitas Branco, num percurso musical que explora novas sonoridades, harmonias e formas de expressão.
O concerto inclui "Prélude à l'après-midi d'un faune" e "La Mer", de Debussy, "Pavane pour une infante défunte", de Ravel, e o "Concerto para Violino e Orquestra", de Luís de Freitas Branco, com Carlos Damas como solista.
Uma viagem musical marcada pela expressividade, pela diversidade de sonoridades e pela liberdade criativa de três grandes compositores, que convida o público a descobrir obras que abriram novos caminhos na música sinfónica.
Os bilhetes estão disponíveis na Ticketline e nos locais habituais.

28 NOV | 16h30 – MASMO - Museu Arqueológico São Miguel de Odrinhas

O Menino do Lapedo

Pelos Valdevinos Teatro de Marionetas

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

Parceria Jornal de Sintra e Teatro Politeama de Filipe La Féria

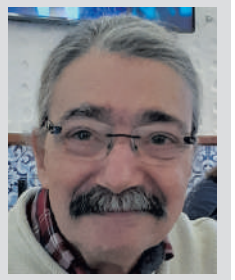
Atribuição de bilhetes aos assinantes com pagamento em dia.
Peça no Jornal de Sintra o seu *voucher* para duas pessoas e reserve a sua presença directamente no teatro. Entregas limitadas. Apoie o Jornal de Sintra com a sua assinatura e receba bilhetes gratuitos.

PUB.



TELEVISÃO

Coisas de meter medo



Bernardo de Brito e Cunha

Todos "vemos, ouvimos e lemos/ não podemos ignorar", como escreveu Sophia, que há movimentos por todo o país a pedir mais habitação: jovens (e menos jovens) que querem sair da casa dos pais, ter filhos, e não conseguem ter um rendimento que permita pagar uma renda dita "moderada", quanto mais comprar uma casa, mau grado as "benesses" dadas pelo governo. Não ganham nem para uma coisa, nem para a outra. É surpreendente, parece-me, mais este gesto moscovita que entrará em vigor em 2027: um novo programa de apoios do governo à compra de carros eléctricos que pode chegar aos 16 mil euros por veículo, destinado às famílias com menores rendimentos.
A grande novidade é a comparticipação de até 80% do valor de aquisição do automóvel. Mas esses 80% são calculados sobre o preço-base, sem IVA, e o apoio tem um limite máximo de 15 mil euros, que pode subir para 16 mil euros com a entrega de um carro antigo para abate, ficando uma quantia entre os 5 e os 12 mil a pagar pelo comprador.
Mas este apoio só está disponível para famílias com rendimentos inferiores a 80% do rendimento mediano, tendo sido indicado como referência o valor de 11.572 euros anuais — ou seja, 965 • por mês. Devo estar a ver mal a coisa: que família que receba esta quantia por mês vai comprar um automóvel eléctrico? E se por milagre aritmo-económico o fizer, onde o vai carregar? No Rossio, onde se manifesta?

O PSP à paisana que exibiu uma arma no Porto, durante a acampada na Praça D. João I, será afinal um *spotter* e que é visto amiúde no estádio do Dragão em serviço policial. Um *spotter* é aquele elemento que lida com as claques e os seus líderes para prevenir as violências que, tantas vezes, acontecem. Mas os manifestantes pelo direito à habitação foram violentos? Se a ideia era acalmar os ânimos vou ali e já venho.

Despediu-se da selecção, sem jogar, aquele que tanto lhe deu. É certo que ganhou um troféu europeu com a selecção nacional, e nem sequer estava em campo — mas foi-lhe dado todo o crédito, apesar de não ter sido o melhor jogador do torneio, nem tão-pouco o melhor marcador do Euro 2016. Um dia foi posto a aquecer, não jogou, fez birra como os miúdos mimados e abandonou os companheiros de selecção. E, como fazem os miúdos mimados e que são milionários, apanhou o seu jacto particular como outros apanhariam um táxi. Só que este "miúdo" de 41 anos, como é resultado da lei natural da vida, há muito que não rendia o que já rendeu — o que é perfeitamente normal.
Mas a este grande talento a quem reconheço o que fez nos seus anos de glória, e que agora se contenta em somar golos no Al Nassr na exigente liga da Arábia Saudita como se estivesse a jogar contra a Alemanha, a Noruega, o Brasil, o Real Madrid ou o Barcelona, eu pergunto: quantos grandes talentos não puderam mostrar-se na selecção nacional porque o lugar estava ocupado — há anos — por um jogador que rendia (naturalmente) menos?

Mas, depois desta minha opinião, tenho de acrescentar uma outra coisa. A forma como as televisões reagiram ao vídeo divulgado nas redes sociais pelo próprio (ou sua equipa) foi verdadeiramente miserável. Todas elas: repito, todas elas. Estatais, privadas, noticiosas ou comerciais, todas se vergaram perante esta notícia da maior relevância para o futuro e sobrevivência de toda a Humanidade. Durante mais de 24 horas não houve acampadas, nem fome no mundo, nem manifestações, nem Gaza, nem guerra na Ucrânia ou onde quer que as haja: mais nada, só aquilo. E como o vídeo era curto, vá de tomar providências: e vamos lá aos arquivos recolher imagens e fazer uma compilação. Ah e tal, são muitas imagens, são anos de imagens! Não tem importância, divide-se em capítulos e dá-se em dias consecutivos. Não sei o que teria acontecido de diferente se, em vez de abandonar a selecção, ele tivesse falecido.

Suzana Garcia, uma responsável por me ter fartado dos programas da manhã, teve uma carreira na TVI como comentadora no programa *SOS 24*. Depois, participou no programa *Você na TV!*, onde as suas opiniões contundentes geraram polémica e atenção mediática. Em Setembro de 2020, anunciou a sua saída, afirmando que existia um "clima de medo" na estação, mas em Novembro de 2023 voltou à TVI como comentadora, no programa *Dois às 10* e, ultimamente, tem aparecido na CNN Portugal, que faz parte do grupo, e na qual contribui para o aumento da poluição sonora.
Suzana Garcia, que é advogada, devia saber que não é quem fala mais alto quem tem razão: e no espectáculo que deu na CNN na manhã de domingo, em que participava também Pedro Tadeu, gritou tanto que cheguei a recear que lhe rebentasse uma veia. Talvez por esse esforço sanguíneo, Suzana disse o seguinte: "O tribunal disse, na resposta a Renata Cambra, que as tendas podiam estar na praça até ao dia 24 de Novembro e depois tinham de sair: e eles saíram? Não saíram!!" O desgraçado Pedro Tadeu tentou chamar-lhe a atenção para o facto de ainda estarmos a dia 8 — mas claro que ela não ouviu.

Maria João Avillez "entrevistou" Pedro Nuno Santos: foi um frente a frente em que Avillez não deixou falar aquele que era seu convidado, e que ela tratou como se fosse seu adversário. E entrevista é outra coisa.

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

JORNAL DE SINTRA – INFORMAÇÃO DIGITAL (13-11-2026) Av. Heliodoro Salgado, n.º 6 – 2710-572 SINTRA | Redação: 21 910 68 31 | Publicidade: 21 910 68 30

PUB. JORNAL DE SINTRA, 13-11-2026



LICENCIAR-SE COM A GEDIPE É CUMPRIR A LEI E DEFENDER OS DIREITOS DE AUTOR E DIREITOS CONEXOS

QUEM É A GEDIPE?

A GEDIPE é uma Entidade de Gestão Coletiva, que representa, em Portugal, os produtores cinematográficos e audiovisuais e ainda as produções próprias das televisões generalistas.

O QUE SÃO ENTIDADES DE GESTÃO COLETIVA?

São entidades jurídicas sem fins lucrativos, reguladas pela lei das entidades de gestão coletiva de direitos de autor e conexos (Lei 26/2015 de 14 de abril), sob a supervisão do Ministério da Cultura (através da IGAC) e que têm como objeto a cobrança e a distribuição dos direitos atribuídos pela lei aos seus representados.

O QUE É O DIREITO DE COMUNICAÇÃO PÚBLICA / COMUNICAÇÃO AO PÚBLICO?

Entende-se por comunicação ao público, qualquer transmissão, ou disponibilização de uma obra, ou prestação a um número indeterminado de indivíduos, abrangendo as emissões e retransmissões de televisão, que são recebidas em locais de acesso ao público, bem como as obras e prestações nelas incorporadas.

O não licenciamento constitui uma contraordenação económica grave, nos termos dos artigos 184.º e 205.º n.º 4 do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, punível com coima entre 650€ e 24.000€, consoante a natureza jurídica do infrator e a dimensão da empresa, sem prejuízo da obrigação de regularizar a situação junto da GEDIPE e de pagar os valores devidos.

Assim, qualquer estabelecimento comercial que disponha de aparelhos de televisão ligados em áreas de acesso ao público, está obrigado ao pagamento dos direitos de comunicação pública aos produtores cinematográficos e audiovisuais e a licenciar-se junto da GEDIPE.

GEDIPE

Associação para a Gestão Coletiva de Direitos de Autor
e de Produtores Cinematográficos e Audiovisuais