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 4600(Digital) • PREÇO AVULSO €0,70 (c/ IVA) **SEXTA-FEIRA, 27 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

Bombeiros Voluntários de Sintra
Miguel Ribeiro toma posse como Adjunto do Comando Câmara oferece Ambulância
pág. 3

Sociedade
Mafalda Veiga (EB Visconde Juromenha) distinguida no "Programa Escolhas"
pág. 9

Sociedade
Palácio da Pena estreia Conto de Natal e promove aberturas noturnas
pág. 10


créditos: PSML- EMIGUS

FLIS – Festival Literário Internacional de Sintra despede-se com a promessa de voltar em 2027





fotos: ventura saraiva





Terminou no domingo, dia 22, a 1.ª Edição do FLIS – Festival Literário Internacional de Sintra, evento que durante oito dias, trouxe a literatura e poesia a diversos espaços do concelho, através de uma programação que cruzou a palavra, música, artes e participação da comunidade.

Os poemas de alunos de 15 escolas, representando as 15 freguesias, ficaram reunidos numa exposição que celebra assim a criatividade e a voz dos mais jovens.

No último dia (22), o MU.SA – Museus de Artes de Sintra que foi a modos, o "quartel-general" do FLIS, dinamizou mais sessões de conversas com autores, com a sala sempre lotada, havendo até ocasiões em que foi necessário reforçar os lugares disponíveis para sentar o público que quis marcar presença.

A tarde começou com a "Mesa de Conversas", e Catarina Sobral (realizadora de animação e autora), juntou-se a Miriam Alves, jornalista da SIC. Seguiu-se, Ana Paula Tavares (escritora, professora e investigadora), Margarida Vale de Gato (poeta, escritora, investigadora), com moderação de Isabel Lucas, jornalista, e crítica literária.

Já a noite – lá fora –, corria para o *lusco-fusco*, e entrava em conversa, Hélia Correia (romancista, poeta, e dramaturga), com Pedro Mexia (crítico e cronista do Expresso), como moderador.

As conversas não paravam, e Julia May Jonas (ficcionista, e dramaturga) entrou em cena, com moderação de Isabel Lucas.

O Filósofo José Gil, encerrou oficialmente a "Mesa de Conversas" do FLIS, e o músico António Zambujo, "a conversa musicada", com moderação de Raquel Marinho, Comunicadora na área da divulgação cultural e literária.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra marcou presença no encerramento, e tendo em conta a promessa feita na abertura do FLIS no dia 13, em 2027 estará de regresso, trazendo mais conversas, música e poesia.

Sociedade
Sintra Mágica reforça oferta do serviço de transporte público
pág. 2

Diga de sua Justiça
Outro retrato de Massamá
pág. 7

Paróquia de São José de Algueirão Mem Martins
Tomada de Posse do novo Pároco
pág. 8

Desporto/Kickboxing
João Furtado (Shotokai Queluz) campeão nacional Starter 71kg
pág. 11



SOCIEDADE

Abertas as inscrições para a Feira do Porta-Bagagem de Natal em Monte Abraão



Estão abertas as inscrições para a Feira do Porta-Bagagem, numa edição especial dedicada ao espírito natalício. A feira decorrerá no dia 6 de dezembro, no Parque de Estacionamento da EMES (frente à Escola Secundária Miguel Torga), em Monte Abraão.

Nesta edição especial de Natal, a feira contará também com a participação de artesãos, sendo permitida a venda de artigos de artesanato exclusivamente feitos à mão. A participação dos artesãos está sujeita às mesmas normas da Feira do Porta-Bagagem, pelo que a venda deverá ser realizada exclusivamente a partir de viaturas, não sendo permitida a instalação de bancas.

As inscrições estão abertas até às 17h00, do dia 2 de dezembro (ou até atingir o limite máximo de inscrições - 150), online no nosso website AQUI, ou presencialmente nos balcões de atendimento da União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão das 09h00 às 12h00 e das 14h00 às 16h00.

Aproveite esta oportunidade para vender artigos em segunda mão, promovendo a economia circular e a sustentabilidade.

Aceda ao formulário de inscrição em feira-do-porta-bagagem-inscricoes

Sintra cria bolsas de estudo universitárias

O programa "Sintra Estuda+" vai apoiar estudantes do ensino superior residentes no concelho, com a atribuição de bolsas de estudo para promover a igualdade de oportunidades e reduzir as dificuldades económicas no acesso à formação académica.



Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, sublinha que com o programa "Sintra Estuda+", "queremos garantir que nenhum jovem Sintrense fica impedido de prosseguir os seus estudos no ensino superior por dificuldades económicas. Investir na educação é investir no futuro dos nossos jovens Sintrenses".

O programa destina-se a estudantes até aos 30 anos, inscritos em licenciaturas, mestrados integrados ou mestrados em instituições de ensino superior oficialmente reconhecidas, que cumpram os critérios de residência e rendimento familiar definidos no regulamento.

As candidaturas serão realizadas exclusivamente online, entre 15 de setembro e 30 de outubro de cada ano. A atribuição das bolsas terá em conta os rendimentos do agregado familiar, sendo o número e o valor dos apoios definidos anualmente pela autarquia, em função da disponibilidade orçamental.

Com o "Sintra Estuda+", a autarquia reforça as medidas de apoio à educação e às famílias Sintrenses, contribuindo para que as dificuldades económicas não sejam um obstáculo à formação académica dos jovens.

Info: CMS

Sintra Mágica reforça oferta do serviço de transporte público

Entre 27 de novembro e 3 de janeiro de 2027, vive-se em Sintra um Natal verdadeiramente mágico.

Para facilitar a mobilidade dos Sintrenses e visitantes, a EMES sugere a utilização do comboio para chegar à Vila e recomenda a quem optar por viajar de automóvel o estacionamento num dos parques EMES junto às estações ferroviárias da Linha de Sintra ou no parque EMES de Lourel (38°48'32.0"N 9°22'39.2"W; https://waze.com/ul/heyckf95gb).

A partir do Parque de Lourel, as linhas de autocarros 434, 434A e 435 asseguram a ligação ao centro histórico da Vila de Sintra, permitindo desfrutar, de forma cómoda e segura, esta celebração natalícia.

Estes três circuitos de autocarros (Parque de Lourel – Estação de Sintra – Parque de Lourel), que possibilitam a aquisição de bilhetes diários de 24 horas ou de viagem única e viagens ilimitadas aos titulares do Cartão Navegante, terão horário especial alargado durante todo o evento:

De segunda-feira a quinta-feira e aos domingos, incluindo 31 de dezembro: circulação até às 23h00;

Às sextas-feiras, sábados e vésperas de feriado: circulação até às 24h00;

No dia 24 de dezembro: circulação até às 19h00.

Info: EMES EM SA

PUB. JORNAL DE SINTRA, 27-11-2026

COOPERATIVA AGRÍCOLA DE SINTRA

SEDE: RUA DO ALECRIM, 3 - 2710-348 SINTRA - TELEF. 21 910 58 00 - FAX: 21 910 58 05
www.coopsintra.pt • e-mail: coopsintra@mail.telepac.pt • Contribuinte N.º 500 075 514

CONVOCATÓRIA DA ASSEMBLEIA GERAL
SESSÃO ORDINÁRIA

Nos termos dos Estatutos desta Cooperativa, convoco a Assembleia Geral a reunir no próximo dia 16 de Dezembro de 2026, pelas 17:00 horas, na sua Sede Social, sita em Sintra, na Rua do Alecrim, n.º 3.

ORDEM DE TRABALHOS

1. Apreciação, discussão e votação do Plano de Actividades e Orçamento para o Exercício do ano de 2027 e respectivo Parecer do Conselho Fiscal.
2. Outros assuntos de interesse para a Cooperativa.

De acordo com o parágrafo 1.º do Artigo 24.º dos Estatutos, se na 1.ª Convocatória não estiverem reunidos os Cooperadores em número suficiente, funcionará a mesma Assembleia Geral meia hora depois, em segunda convocatória, com qualquer número de Cooperadores presente.

Sintra, 23 de Novembro de 2026.

O Presidente da Assembleia Geral

(Eng.º José Manuel Alvares da Costa e Oliveira)

"R. Bordalo - Pinta Sintra"

Está à venda no Jornal de Sintra.



PUB. JORNAL DE SINTRA, 27-11-2026

Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Sintra

AVENIDA DA AVIAÇÃO PORTUGUESA – 2710-536 SINTRA
TELEFONE 219 236 200 - FAX 219 236 206
CONTRIBUINTE N.º 501 131 981

CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL ELEITORAL

Ao abrigo do art. 40.º, n.º 2 alínea a), dos Estatutos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Sintra, convoca-se a Assembleia-Geral Ordinária, para reunir no dia 15 de Dezembro de 2026, na sede da Associação, sita na Avenida da Aviação Portuguesa, em Sintra, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

Ponto único – ELEIÇÃO DOS ÓRGÃOS SOCIAIS, PARA O TRIÉNIO 2027/2029

O acto eleitoral realizar-se-á entre as 18:00 horas e as 21:00 horas, do mesmo dia 15 de Dezembro de 2026.

As listas candidatas aos Órgãos Sociais, a submeter a sufrágio, deverão ser apresentadas até ao dia 30 de Novembro de 2026, devem cumprir o disposto do art. 65.º dos estatutos da Associação, decorrendo o acto eleitoral conforme dispõe o art. 67.º dos mesmos estatutos.

Sintra, 20 de Novembro de 2026.

O Presidente da Mesa da Assembleia-Geral
(a) *Francisco Hermínio Pires dos Santos*

PUB. JORNAL DE SINTRA, 27-11-2026

ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MONTELAVAR

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA ADMINISTRATIVA
CONTRIBUINTE N.º 501 440 623 • FUNDADA EM 30.03.1983
CORPO BOMBEIROS HOMOLOGADO EM 16.05.1984
FILIADA NA LIGA DOS BOMBEIROS PORTUGUESES

ASSEMBLEIA GERAL

Convocatória

No uso das competências que me são conferidas pelo Artigo 44.º e em conformidade com o estipulado pelos Artigos 47.º a 49.º dos Estatutos da A.H.B.V.M., convoco a Assembleia Geral para reunir em Sessão Ordinária, no dia **10 de Dezembro de 2026, 5.ª feira às 21h00, no Salão do Quartel Sede**, sito na Rua Maestro Alferes Álvaro Augusto de Sousa, com a seguinte Ordem de Trabalhos:

Ponto Um: Informações;

Ponto Dois: Apresentação, discussão e votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2027.

Não se encontrando presente, à hora marcada, a maioria dos Sócios, funcionará a Assembleia Geral, em segunda convocatória, trinta minutos mais tarde, no mesmo local e data, com qualquer número de presenças e a mesma Ordem de Trabalhos.

Montelavar, 17 de Novembro de 2026.

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral,
(a) *Nuno Miguel Sapina Baleia,* Eng.º

Apela-se à participação dos Exmos. Associados nesta importante reunião, recomendando-se que se encontrem com a quotização em dia.

Rua Maestro Alferes Álvaro Augusto de Sousa • 2715-666 Montelavar
Telefs. 219 271 090 – 219 271 221 • Fax: 219 672 365

Cinco novos autocarros para reforçar os meios de transporte municipal

A Câmara de Sintra vai comprar cinco novos autocarros de 55 lugares, para reforçar os meios de transporte municipal e apoiar as atividades desenvolvidas em todo o concelho.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, destaca que "este investimento vai aumentar a capacidade de transporte do município e garantir melhores condições de mobilidade, proximidade e inclusão para todos os Sintrenses".

Os novos veículos vão apoiar a participação em iniciativas sociais, culturais, educativas, desportivas e recreativas, beneficiando crianças, jovens, seniores e pessoas com mobilidade reduzida. A sua utilização permitirá também reduzir o recurso a transportes privados, contribuindo para uma mobilidade mais sustentável.

Com este investimento, a Câmara Municipal de Sintra melhora a mobilidade e o acesso dos Sintrenses às atividades e iniciativas promovidas em todo o concelho.

Info: CMS

Câmara de Sintra vai apoiar a Unidade Especial de Polícia da PSP, em Belas

A Câmara de Sintra vai apoiar a Unidade Especial de Polícia da PSP, em Belas, na melhoria das instalações e condições de funcionamento.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, afirmou que "o apoio à Unidade Especial de Polícia representa um investimento na segurança de Sintra e dos Sintrenses e no reforço da capacidade de resposta a situações de emergência. É fundamental garantir que esta unidade dispõe de condições adequadas para o desempenho da sua missão".

A intervenção contempla a requalificação de infraestruturas e a melhoria de equipamentos e serviços de apoio, com o objetivo de reforçar as condições de funcionamento da unidade.

Criada em 2007, a Unidade Especial de Polícia constitui uma reserva tática e operacional da Direção Nacional da Polícia de Segurança Pública (PSP), integrando subunidades especializadas de elevada relevância para o País, para a Região Metropolitana de Lisboa e, em particular, para o concelho de Sintra.

Info: CMS

Respostas sociais para seniores

A Câmara de Sintra vai apoiar a conclusão de equipamentos sociais para seniores Sintrenses, no Linhó e na Abrunheira, reforçando as respostas de apoio e o combate à solidão e ao isolamento social.

Marco Almeida, presidente da Câmara Municipal de Sintra, sublinha a importância destes apoios, destacando que "estamos a investir em equipamentos que fazem a diferença na vida dos Sintrenses. Com a conclusão destes projetos, os seniores terão acesso a respostas sociais de qualidade, perto das suas famílias e das suas comunidades". A Associação de Idosos, Reformados e Pensionistas do Linhó e a Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Abrunheira – Idosos Ativos (AR PIA) vão beneficiar do apoio da Câmara de Sintra para concluir as obras dos respetivos Centros de Dia e Serviços de Apoio Domiciliário.

Estes investimentos refletem o compromisso da Câmara Municipal de Sintra com o reforço da rede de equipamentos e respostas sociais de proximidade para a população sénior e com a promoção de um envelhecimento mais ativo.

Info: CMS

Miguel Ribeiro toma posse como Adjunto do Comando dos Bombeiros Voluntários de Sintra. Câmara oferece Ambulância



Foto: cortesia ahbvs

No passado dia 18, os Bombeiros Voluntários de Sintra viveram um momento de especial importância, com a tomada de posse do Bombeiro Miguel Ribeiro como novo Adjunto de Comando, e a inauguração da nova Ambulância de Socorro oferecida pela Câmara Municipal de Sintra, uma cerimónia contou com a presença do Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida, e do presidente da União de Freguesias de Sintra, Paulo Parracho, entre muitas outras Individualidades, quer do Poder Local, e outras Instituições.

Na sua página oficial no Facebook, os Bombeiros Voluntários de Sintra destacam, " o gesto de apoio e compromisso com a nossa instituição, contribuindo para o reforço da capacidade de resposta operacional e para a melhoria do socorro prestado à população.

Este momento representa mais um passo no fortalecimento da nossa estrutura de Comando e na continuidade do trabalho desenvolvido em prol da segurança e do socorro à população.

Aproveitamos esta ocasião para expressar o nosso sincero agradecimento à Câmara Municipal de Sintra pelo apoio e pela confiança demonstrada, fundamentais para a continuidade e melhoria da nossa missão.

Desejamos ao novo Adjunto de Comando os maiores sucessos no desempenho das suas funções".

A cerimónia incluiu a bênção da Ambulância de Socorro, pelo padre Alberto Oliveira, pároco da Paróquia de São João das Lampas.

VS

Ampliação da ETAR da Azóia (Colares) concluída

Investimento dos SMAS de Sintra superior a um milhão de euros

A Câmara Municipal de Sintra concluiu a ampliação e remodelação da Estação de Tratamento de Águas Residuais (ETAR) da Azóia, na freguesia de Colares, que representou um investimento superior a um milhão de euros.

Em exploração desde 1994, esta ETAR já não se encontrava dimensionada para a população original para a qual foi projetada. Os trabalhos realizados, a cargo dos Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra), vão assim responder às necessidades de tratamento das águas residuais de uma zona sensível em termos ambientais, em pleno Parque Natural de Sintra-Cascais.



A empreitada contemplou a ampliação da estação de tratamento, com a construção de um conjunto de tanques, a execução de unidade elevatória de lamas, a edificação de instalações para cisterna de água filtrada e poço de bombagem, assim como a remodelação do edifício de exploração e armazenamento de reagentes.

Durante a execução dos trabalhos, o equipamento manteve-se sempre em atividade.

Info: SMAS Sintra

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

ANSR e Município de Arruda dos Vinhos reforçam cooperação para prevenir acidentes e proteger vidas

A Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária (ANSR) e o Município de Arruda dos Vinhos assinaram ontem, dia 20 de novembro, um Compromisso de Colaboração para reforçar a segurança rodoviária no Concelho e contribuir para os objetivos da Visão Zero.



Assinatura Compromisso ANSR - CM Arruda dos Vinhos

Foto: créditos: ansr

O compromisso foi assinado pelo presidente da ANSR, Pedro Clemente, e pelo presidente da Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos, Carlos Alves, numa cerimónia realizada nos Paços do Concelho, com a presença do secretário de Estado da Proteção Civil, Rui Rocha.

O presidente da ANSR destacou, na ocasião, que «*os municípios têm um papel determinante na segurança das suas vias. Ao cruzar os dados de sinistralidade da ANSR com o conhecimento que o Município tem do território, passamos a identificar riscos antes de se transformarem em acidentes e a definir, com mais rigor, as intervenções prioritárias*».

A colaboração abrange tanto a análise dos locais onde se registam acidentes como a identificação de condições que possam favorecer a sua ocorrência, permitindo apoiar medidas de prevenção antes de se verificarem sinistros.

Mediante solicitação e de acordo com a informação disponível, a ANSR disponibilizará dados sobre a localização, a data, a hora e o tipo de acidentes, os veículos envolvidos e as vítimas, incluindo as respetivas faixas etárias.

Por sua vez, o Município partilhará informação sobre a rede rodoviária, a sinalização, as passadeiras e a sua iluminação, as redes pedonal e ciclável e a localização de equipamentos como escolas, hospitais e centros de dia. Esta informação servirá de base ao planeamento de intervenções nas infraestruturas e à elaboração do Plano Municipal de Segurança Rodoviária, para o qual a ANSR prestará orientação e apoio técnico.

Para o Presidente da Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos, Carlos Alves, «*o protocolo que hoje formalizamos é mais do que um documento administrativo! É um pacto de inteligência partilhada e de respeito pela vida humana. Alinhados com a Estratégia Nacional de Segurança Rodoviária – Visão Zero, sabemos que os objetivos de reduzir a sinistralidade só se alcançam unindo a visão técnica da ANSR ao conhecimento territorial do Município*!».

A cooperação prevê também o desenvolvimento de ações de educação e sensibilização, campanhas e programas de capacitação, a participação em iniciativas promovidas pela ANSR e o planeamento de soluções de gestão de tráfego e organização do espaço público que promovam uma mobilidade mais segura, com especial atenção a peões e ciclistas.

A parceria contribui para os objetivos da Visão Zero: reduzir em cinquenta por cento o número de vítimas mortais e feridos graves até 2030, face aos valores de 2019, e atingir zero vítimas mortais e feridos graves até 2050.

Info: Gabinete de Imprensa ANSR

Residência Jardins de Santo António promove a música como fonte de emoções, memórias e bem-estar

Concertos, fados, marchas populares e música coral têm proporcionado momentos de partilha e convívio entre os residentes, destacando também o papel da música junto de pessoas com Alzheimer e outras demências

A música tem a capacidade de despertar emoções, criar ligações e trazer à memória momentos marcantes da vida. Reconhecendo este potencial, a Residência Jardins de Santo António, em Sintra, tem vindo a dinamizar diferentes iniciativas musicais dirigidas a todos os seus residentes, proporcionando experiências de convívio, partilha e bem-estar através de diferentes estilos e expressões musicais.



"Grupo Coral Coração Amarelo" pertence à Associação do Coração Amarelo

Ao longo destas iniciativas, a Residência tem contado com a participação de diferentes grupos e artistas, nomeadamente o Grupo Coral Coração Amarelo, da Associação do Coração Amarelo, e a Marcha de Cabriz, da Associação Cultural, Social e Recreativa de Cabriz (ACSRC). A programação incluiu também um Concerto Participado, dinamizado pela musicoterapeuta Sara Figueiredo, em parceria com o professor de música João Figueiredo, e um momento de fados particularmente especial, que contou com a participação de uma residente dos Jardins de Santo António, antiga integrante do grupo.

Entre melodias familiares, vozes que se juntam e ritmos que convidam a acompanhar, estes encontros criam oportunidades de interação e proximidade, dando lugar a sorrisos, emoções e recordações. Mais do que momentos de entretenimento, são experiências que valorizam os gostos, as preferências e a história de vida de cada residente, independentemente das suas capacidades ou condição de saúde.

Para as pessoas com doença de Alzheimer e outras demências, a música pode assumir uma importância particularmente significativa. A sua capacidade de despertar memórias associadas a experiências e momentos marcantes pode estimular a reminiscência, favorecer a expressão emocional e proporcionar formas de comunicação e ligação que nem sempre passam pelas palavras. Uma canção conhecida pode evocar uma pessoa, um lugar ou uma fase da vida, contribuindo para preservar a identidade e valorizar a individualidade de quem vive com estas doenças.

Esta dimensão ganha especial relevância na Residência Jardins de Santo António, que abriu recentemente uma Unidade Protegida para Pessoas com Alzheimer e outras Demências (UPAD). Esta unidade, a terceira deste género do grupo emeis em Portugal, foi concebida para proporcionar cuidados especializados e individualizados, num ambiente adaptado e seguro, onde a estimulação cognitiva, emocional e social assume um papel fundamental na promoção do bem-estar e da qualidade de vida.

Neste contexto, a música pode constituir uma ferramenta complementar particularmente valiosa, permitindo criar experiências significativas e ajustadas à história, aos gostos e às vivências de cada pessoa. Através de melodias familiares, ritmos e momentos musicais, é possível estimular recordações, incentivar a expressão e promover momentos de ligação com os outros.

"Na nossa Residência, acreditamos que a música é uma forma privilegiada de criar momentos de partilha, proximidade e bem-estar. É uma experiência que chega a todos, independentemente da idade ou das capacidades de cada pessoa, porque desperta emoções e permite criar ligações. No caso das pessoas que vivem com Alzheimer ou outras demências, pode assumir ainda um significado muito especial, ajudando a despertar memórias, facilitar a expressão e valorizar a sua história de vida. Com a abertura da nossa UPAD, reforçamos também o compromisso de proporcionar cuidados especializados e individualizados, sem nunca perder de vista aquilo que é essencial: a pessoa, a sua identidade e a sua qualidade de vida", afirma Diana Rolim, diretora técnica da Residência Jardins de Santo António.

Através destas iniciativas e da nova Unidade Protegida, a Residência Jardins de Santo António, integrada no grupo emeis, reafirma o seu compromisso com um modelo de cuidados centrado na pessoa, que valoriza não apenas as necessidades de cada residente, mas também as suas emoções, memórias, relações e experiências de vida.

Comunicado: EMEIS

PUB.



PUBLICIDADE

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

Estudo do ICAD faz retrato regional dos comportamentos aditivos aos 18 anos

Alentejo e Açores são as regiões que mais vezes registam prevalências superiores ao total nacional, enquanto Norte e Madeira destacam-se em sentido contrário. Já Grande Lisboa, Península de Setúbal e Centro são as regiões que mais tendem a registar valores semelhantes ou muito próximos do total nacional.

O Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências (ICAD) acaba de publicar um relatório onde é efetuada uma análise regional dos principais indicadores relativos aos comportamentos aditivos entre os jovens portugueses de 18 anos. O estudo resulta de um inquérito realizado aos jovens participantes no Dia da Defesa Nacional.

Os resultados de 2025 confirmam a tendência nacional de diminuição ou estabilização da maioria dos comportamentos aditivos entre os jovens de 18 anos. No entanto, evidenciam também diferenças regionais relevantes, com destaque para os Açores e o Alentejo em vários indicadores analisados.

O relatório, efetuado na sequência de uma frutuosa parceria com o Ministério da Defesa Nacional, mostra igualmente um aumento das discrepâncias regionais face aos anos mais recentes, reforçando a importância de respostas adaptadas às especificidades de cada território. Esta é a décima edição de um inquérito que se realiza anualmente desde 2015 (com um ano de interrupção devido à pandemia da COVID-19, em 2020) e que é hoje uma ferramenta crucial na monitorização da situação relativa aos principais comportamentos aditivos entre os jovens portugueses, bem como um instrumento de grande importância para a definição e avaliação de políticas públicas com base na evidência, na medida em que torna possível medir a evolução dos comportamentos aditivos, nomeadamente a nível regional.

NORTE

Entre 2024 e 2025, o Norte registou descidas em todos os indicadores analisados, com exceção dos jogos de apostas online, caso em que a prevalência subiu residualmente (menos de um ponto percentual). A descida foi transversal no que se refere a álcool, tabaco e drogas ilícitas e na mesma ordem de grandeza (entre -2pp. e -3pp.). Face ao ano anterior, os valores relativos ao consumo de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram, tal como a experiência de problemas relacionados com álcool e drogas ilícitas, sendo que os problemas decorrentes da utilização da Internet desceram de forma pouco relevante (-1pp.). Tal como vem sendo apontado em relatórios anteriores, o Norte afirma-se como uma das regiões onde os comportamentos aditivos têm menos expressão entre os jovens de 18 anos. A região regista os valores mais baixos desde 2015 no que se refere aos indicadores relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas (exceto embriaguez severa nos últimos 12 meses, embora se verifique o valor mais baixo desde 2017). Pelo contrário, a prática de jogos de apostas online tem vindo a subir na região desde 2023.

CENTRO

Esta região registou descidas em todos os indicadores analisados relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas, com exceção de embriaguez severa nos últimos 12 meses e consumo diário de tabaco, casos em que, face ao ano anterior, os valores aumentaram de forma residual. Também as prevalências relativas ao consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram na região, tal como a prevalência da prática de jogos de apostas online e a experiência de problemas relacionados com o consumo de álcool e com a utilização da Internet. Já no que se refere à experiência de problemas decorrentes do consumo de drogas, o Centro foi uma das duas regiões do país onde tal se tornou mais prevalente (+1pp), em contraciclo com a tendência nacional. A região regista os valores mais baixos desde 2015 no que se refere ao consumo de álcool (exceto consumo binge e embriaguez severa), tabaco (exceto consumo diário) e drogas ilícitas.

LISBOA

No período em apreciação, a região de Lisboa (Grande Lisboa + Península de Setúbal) registou descidas em todos os indicadores analisados relativos ao consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas, com exceção do consumo diário de bebidas alcoólicas e de canábis (casos em que se regista uma subida residual). Também os valores relativos ao consumo não-prescrito de tranquilizantes/sedativos pouco se alteraram face ao ano anterior, ao contrário da prevalência da utilização da Internet para fazer jogos de apostas (+1pp.).

Face a 2024, os valores relativos à experiência de problemas relacionados com álcool, drogas ilícitas e Internet mantiveram-se em Lisboa na mesma ordem de grandeza. A região regista os valores mais baixos desde que o estudo teve início, em 2015, no que diz respeito ao consumo de álcool (exceto embriaguez severa e consumo diário), tabaco, drogas ilícitas e tranquilizantes/sedativos sem indicação médica.

Em sentido contrário, nunca a prevalência de jogos de apostas online foi tão elevada em Lisboa. Embora os valores relativos aos problemas relacionados com os comportamentos aditivos pouco se tenham alterado face ao ano anterior, o panorama é diferente: a experiência de problemas decorrentes do consumo de álcool regista o segundo valor mais elevado desde 2017, enquanto a prevalência relativa aos problemas associados ao consumo de drogas ilícitas se mantém inalterada na região desde 2023

Fonte: Comunicado de Imprensa



2 MINUTOS PARA OS DIREITOS HUMANOS

1 | UE

Aimée Stuflesser, especialista em asilo e migração da Amnistia Internacional Áustria, defendeu que "o vergonhoso acordo de deportação entre países europeus e o Ruanda repete os erros do passado. Enviar pessoas para um país onde nunca estiveram é irresponsável e existe um perigo real de que o acordo com o Ruanda, com as suas limitadas possibilidades de fiscalização, se torne um cruel buraco negro para os direitos humanos".

2 | ANGOLA

O diretor regional da Amnistia Internacional para a África Oriental e Austral, Tigere Chagutah, afirmou que "a detenção do General Nila e de outros quatro membros da UNTRA, enquanto participavam pacificamente numa cerimónia constitui uma violação do direito à liberdade de reunião pacífica". Serrote José de Oliveira – o General Nila – foi detido com outros quatro membros da UNTRA - Unidade Nacional para a Revolução Total de Angola - a 11 de novembro, em Angola.

3 | SUDÃO

Os ataques com drones das Forças de Apoio Rápido (RSF), que atingiram zonas residenciais e infraestruturas civis na cidade de El Obeid, no Estado do Cordofão do Norte, no Sudão, matando dezenas de pessoas e interrompendo serviços essenciais, devem ser investigados como crimes de guerra. ONU e União Africana devem colaborar urgentemente para implementar medidas de proteção dos civis, incluindo o envio de uma força de proteção para o Sudão.



4 | PALESTINA

Na Faixa de Gaza devastada pelos bombardeamentos e por uma grave crise humanitária, chuvas torrenciais atingiram o território, no passado dia 7 de novembro, e afetaram cerca de 70 mil pessoas, que vivem em tendas improvisadas. Cinco palestinianos - duas mulheres e três crianças - morreram na sequência das fortes chuvadas. O mundo não pode ficar de braços cruzados, enquanto mais um inverno devasta as vidas de uma população abalada pelo genocídio.

5 | TURQUIA

Os líderes mundiais presentes na COP31, na Turquia, têm de deixar de apoiar a indústria dos combustíveis fósseis e começar a implementar a eliminação rápida e equitativa que a ciência, os direitos humanos e o direito internacional exigem. É hora de quebrar o domínio do poder corporativo sobre a tomada de decisões políticas e pôr fim à era dos combustíveis fósseis antes que ela acabe connosco", afirmou Marta Schaaf, da Amnistia Internacional.

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

DIGA DE SUA JUSTIÇA

Outro retrato de Massamá



Há muito que os antigos caixotes do lixo, aqueles cinzentos, em plástico, aqui da zona precisavam de reforma — e essa viu-se alvo das mesmas regras que regulam as pensões humanas, foram prolongados mais uns meses que devem ter ultrapassado o ano...

Finalmente chegou a hora de serem substituídos e, ao contrário do que tantas vezes acontece, os substitutos parecem ser bem mais resistentes do que aqueles que vieram substituir. Um destes aguentou quase um ano, de tampa partida, por volta do Natal do ano passado — quase festejava outro aniversário do Menino Jesus aqui na freguesia...

Mas não! Num gesto completamente inesperado (as pessoas conformam-se com a sua sorte, bem como com os caixotes de lixo que os autarcas lhes põem ao dispor) o SMAS SINTRA, durante a noite, substituiu os velhos caixotes de plástico cinzento por outros com aparência mais forte e resistente — mas isso só o tempo vai poder assegurar...

Mas, ao admirar essa melhoria aqui na minha rua, dei comigo a pensar "Acho que alguma coisa não está bem". E não estava, conforme documenta a fotografia: alguém será capaz de me explicar por que razão que se entenda o antigo foi retirado do seu local e o novo posto ao lado, fora do sítio que lhe estava destinado?

Poder-se-ia dizer: "Olha, arranjaram mais uma área para estacionamento!" Mas não, senhores! O espaço é pequeno demais para um carro! E não me admirava que daqui por uns tempos (um ano, talvez), uma outra equipa virá pegar no caixote novo (que já irá a caminho da adolescência) e colocá-lo na área certa... Mas há uma outra possibilidade: a de o novo caixote não ter exactamente as mesmas dimensões que o anterior e não caber no seu espaço... E aí a solução será pior: terá de se alargar o espaço, refazer o passeio e só então colocar o novo caixote. Temos obra!

António Cunha
- Massamá

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.

SOCIEDADE

Prémio Vida e Obra da SPA para Mário Cláudio

A Direcção da Sociedade Portuguesa de Autores (SPA) decidiu por unanimidade atribuir o Prémio Vida e Obra da cooperativa dos autores portugueses ao escritor Mário Cláudio pela sua extensa obra como ficcionista, ficcionista biográfico e como poeta, salientando também deste modo a importância da literatura na vida da Instituição.



Mário Cláudio, nascido no Porto, é beneficiário da SPA desde 1978 e seu cooperador desde 1998, tendo a sua obra sido distinguida com vários prémios literários importantes. Como ficcionista biografou, entre outras, as vidas de Amadeo de Sousa Cardoso e de Rosa Ramalho. Foi ainda colaborador regular da RDP-2, tendo publicado em livro os textos das crónicas ali apresentadas.

O prémio será entregue no dia 20 de Maio de 2027, durante a celebração do Dia do Autor no edifício 2 da SPA.

Em 2019 foi-lhe atribuído o título de Doutor Honoris Causa pela Universidade do Porto.

Lisboa, 19 de Novembro de 2026

O Conselho de Administração

Depois do "não", nunca mais falou

Daniel Souza

As violências contra as mulheres também se normalizam pelo silêncio político

Estudavam no ISCTE. Ele estudava Psicologia, ela também. Um dia ela disse-lhe que não. No outro dia ele tocou-lhe à campainha e ela abriu a porta da sua casa ao seu colega de curso. Afinal eram conhecidos e inclusive a mãe dela já o tinha conhecido. Mas o conhecido foi também o seu assassino que, com um bastão, pôs fim à vida de Beatriz Lebre em 2020. «Ela foi a única mulher que não consegui dominar», disse depois à Polícia Judiciária. A história foi escrita pela mãe, Paula Lebre, no livro *'Beatriz, uma melodia interrompida'*, publicado no passado mês de outubro por uma mãe que estará eternamente em luto.

O feminicídio, que o Parlamento continua a resistir a reconhecer como crime autónomo, apesar da recomendação expressa dirigida a Portugal em 2022 pelo Comité das Nações Unidas para a Eliminação da Discriminação contra as Mulheres, não é a única manifestação extrema destas violências. Há também o vicaricídio: o assassinato de filhos ou de outras pessoas para atingir a mulher. Há também chantagens, humilhações, agressões físicas, violência sexual e assédio. A violência vicária assume ainda outras formas para além do vicaricídio. No espaço digital, surgem o envio de imagens sexuais não solicitadas, a partilha não consentida de conteúdos íntimos, as imagens manipuladas digitalmente e os discursos misóginos. A sociedade condena estas violências, mas continua a tolerar comportamentos que as alimentam. A normalização não se revela apenas no que toleramos, mas também naquilo que escolhemos condenar, desculpar ou ignorar. E as respostas continuam a ser definidas em lugares de decisão onde as mulheres permanecem sub-representadas.

Em torno do 25 de Novembro, Dia Internacional para a Eliminação da Violência contra as Mulheres, instituído pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 1999, em Portugal as narrativas focam-se sobretudo na violência doméstica. Compreende-se: é em casa, tantas vezes, que a vida das mulheres está em perigo, ainda que a violência doméstica não tenha apenas vítimas femininas. Segundo as Nações Unidas, em 2024, a cada dez minutos uma mulher ou rapariga foi morta pelo parceiro ou por um familiar. Nos primeiros nove meses deste ano, as autoridades portuguesas registaram 23.634 ocorrências de violência doméstica, aproximadamente uma a cada 17 minutos, o tempo de uma viagem de comboio entre Queluz-Belas e o Rossio.

E, em 2026, assistimos a discursos de representantes eleitos como este: "Nós tivemos uma notícia sobre um colega nosso que foi detido aqui à entrada da Assembleia Municipal. Eu quero dizer que acho miserável que essa iniciativa tivesse ocorrido aqui, sob os holofotes da comunicação social. Eu próprio me sinto atingido. Não acho bonito, seja com quem for. Um dia ele, outro dia qualquer um de nós." São palavras de José Maria Montenegro, líder do grupo municipal do CDS-PP no Porto, a propósito da detenção de um deputado municipal suspeito de violência doméstica. Ao falar da detenção de um suspeito de violência doméstica, escolheu indignar-se com os holofotes da comunicação social. Sobre a violência doméstica, nada.

E em Sintra?

Em Sintra continuamos sem Plano Municipal para a Igualdade desde 2018. O combate à violência doméstica, cujas estatísticas indicam urgência, continua sem política pública municipal. A tomada de posse da Conselheira Local para a Igualdade é um passo institucional importante, mas não substitui as medidas prometidas de combate à violência doméstica. O silêncio político carrega também ele uma violência dilacerante.

Em 2025, foram registados em Sintra pelo menos 1.293 crimes de violência doméstica. Desde que Marco Almeida foi eleito Presidente da Câmara, duas mulheres foram assassinadas no nosso concelho: Rute, em outubro de 2025, em Colares, e Elisabete, em agosto de 2026, em Armés. Sobre o primeiro caso, Marco Almeida pronunciou-se; sobre o segundo, o silêncio instalou-se. Na reunião da Assembleia Municipal que se seguiu à morte de Elisabete, nenhum grupo municipal questionou esse silêncio, nem a diferença de tratamento entre os dois casos. O Presidente da República afirmou no Conselho da Europa que não há progresso enquanto se tolerar a violência doméstica. Enquanto a Amadora, Oeiras e Cascais já tinham anunciado iniciativas próprias para assinalar o 25 de Novembro, em Sintra, até domingo, não tinha sido anunciada qualquer programação municipal. A diferença também revela as prioridades que cada executivo escolhe tornar visíveis.

Em 2020, a compositora mexicana Vivir Quintana criou *'Canción Sin Miedo'*, a propósito dos feminicídios no México. A canção foi adaptada para português por Rita Dias, com o título *'Canção Sem Medo'*, para apresentação em Coimbra, a 25 de novembro, numa iniciativa integrada na programação municipal dedicada à eliminação da violência contra as mulheres. A canção fala de amigas e irmãs assassinadas, de corpos destruídos e de mulheres desaparecidas. E interpela o poder político, pedindo ao Presidente que não esqueça os seus nomes.

Em Sintra os nomes delas são Rute e Elisabete.

SOCIEDADE

Paróquia de Pêro Pinheiro promove campanha de alimentos até 20 Dezembro



A iniciativa decorre em quatro domingos, o primeiro, já no próximo dia 29, e decorre até 20 de Dezembro.

A campanha promovida pela Paróquia de Pêro Pinheiro, apela à solidariedade da população através da doação de bens alimentares, sob o lema "Natal Solidário", e tem com o objetivo ajudar famílias em situação de maior vulnerabilidade durante a quadra natalícia.

A entrega de produtos tem um calendário para melhor gestão de aprovisionamento. Assim, no dia 29, a entrega passa pelo arroz, massa, feijão, e grão.

No dia 6 de Dezembro, leite, bolachas e papas; dia 13, salsichas, atum e sardinhas; dia 20; bacalhau, azeite e batatas.

"Natal é tempo de partilhar, de cuidar e ajudar o próximo. Há gente necessitada que, com a sua ajuda, pode sorrir" (…), e por isso, a Paróquia de Pêro Pinheiro, apela à participação da comunidade para tornar mais feliz o Natal de quem mais precisa.

Mais informações pelo telefone, 219 672 728. **VS**

Mercado de Natal em Agualva nos dias 27,28 e 29

Com organização da Junta de Freguesia Agualva Mira Sintra, e apoio da Câmara Municipal de Sintra, o Largo da República em Agualva (perto dos Bombeiros), recebe este fim-de-semana de 27, 28 e 29, mais uma edição do Mercado de Natal, com tasquinhas, artesanato, casa do Pai Natal, e muita animação de rua.



O Largo da República, tornou-se a sala de visitas de Agualva depois de requalificado, e celebra nos três dias a "magia do Natal" com o seguinte horário:

Sexta-feira|27 de novembro – Abertura às 18h00, encerramento às 00h00

Sábado| 28 de novembro – Das 12h00 às 00h00

Domingo| 29 de novembro – Das 12h00 às 21h00.

VS

Tomada de Posse do novo Pároco da Paróquia de São José de Algueirão Mem Martins e Mercês

O padre João Pilotti, é o novo Pároco da Paróquia de São José de Algueirão Mem Martins e Mercês, tendo tomado Posse no dia 14 deste mês, numa cerimónia presidida pelo Bispo Auxiliar de Lisboa, D. Rui Gouveia.

O Sacerdote, substituiu no cargo o padre Hilário N'dumba, que esteve presente, e onde marcaram presença, os vigários paroquiais José Barbosa e João Vieira, além de outros responsáveis religiosos.



Cerimónia de tomada de posse do novo pároco

Foto: cortesia jfamm

A vereadora independente Eunice Baeta, esteve em representação da Câmara Municipal de Sintra, com a Junta de Freguesia de Algueirão Mem Martins, a marcar presença com a presidente Paula Simões, e os Vogais do Executivo Luís Parreira e Nuno Ribeiro.

A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Algueirão Mem Martins, fez-se representar por Carlos Pedro. Vice-presidente da Direção.

Religioso da Congregação dos Pobres Servos da Divina Providência, O Padre João Pilotti, foi enviado em missão pela Delegação Nossa Senhora Aparecida (Brasil) e a Delegação São João Calábria (Europa).

A celebração incluiu uma Missa com o rito da aspersão com água benta aos fiéis presentes.

Ventura Saraiva

Natal Encantado no Santuário da Nossa Senhora da Piedade da Serra – Sabugo

De 4 a 20 de dezembro, com organização da Comissão de Festas Nossa Senhora da Piedade, o espaço do Santuário da Nossa Senhora da Piedade da Serra, em Sabugo, volta a transformar-se num ponto de encontro da Freguesia de Almargem do Bispo com mais uma edição do Natal Encantado. Serão 17 dias de atividades, animações, espetáculos e muitas surpresas, num programa pensado para juntar diferentes gerações e viver o Natal em comunidade.

Dia 9 de dezembro, às 21h00, sobe ao palco, Melanie para uma noite de música e animação.

Dia 10 de dezembro, às 21h00, é a vez da Dança Oriental com Inês Rocha, num espetáculo cheio de ritmo e movimento.

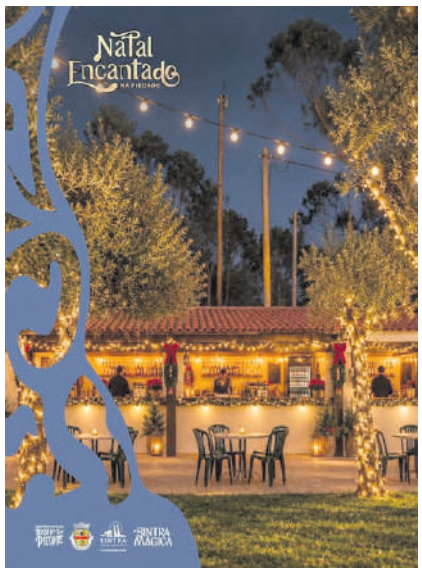
Dia 11 de dezembro, às 21h30, é Mário Mágico para trazer ainda mais magia e diversão ao Natal Encantado.

Dia 12 de dezembro, a tarde e noite, repletas de animação; Pela tarde, atividades com a Animatudo, às 17h- o Coro Lobinhos do Vale, às 18h00- o Rancho dos Camponeses e, às 21h30, a música estará a cargo de Duo Nelson e Nelson.

Dia 13 de dezembro, a animação começa às 16h00 com a Ginástica de Aruil. Às 18h, volta Melanie e, às 21h00, Andreia Vaz para continuar a festa…

Dia 14 de dezembro, às 21h00, termina a festa com um espetáculo de Dança Oriental com Magda Isabel.

Ventura Saraiva



PUB.



Município de Odivelas junta-se à APCOI e torna-se parceiro oficial do projeto «Heróis da Fruta»

O Município de Odivelas formalizou um protocolo de cooperação com a Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil - APCOI, 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 município de Odivelas reforça o seu empenho na prevenção ativa 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.

Mário Silva, Presidente da APCOI, sublinha a relevância da adesão da autarquia: «A parceria com o Município de Odivelas é de extrema relevância para a missão da Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil. A promoção de hábitos saudáveis exige proximidade e cooperação contínua entre o poder local, as escolas e as famílias. A motivação e a determinação demonstrada pela equipa municipal, garantirá com certeza que a mensagem de saúde e nutrição chegará com eficácia às salas de aula do concelho. A APCOI convida as outras autarquias e freguesias do país a seguir este exemplo e a integrarem a rede oficial de parceiros em desafio.herois dafruta.com/autarquias»

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 e de excelência: o distrito destacou-se a nível nacional com uma forte mobilização de centenas de turmas e milhares de crianças, registando subidas expressivas no consumo diário de hortofrutícolas e na melhoria dos lanches saudáveis nas escolas, a par de progressos assinaláveis observados no município de Odivelas.

Através desta colaboração, o Município de Odivelas reforça o seu compromisso com a promoção da saúde escolar e a sustentabilidade no meio educativo. Todas as escolas e jardins de infância do concelho interessados podem formalizar a participação no programa de forma gratuita em heroisdafruta.com/inscricao

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.

Texto e foto: APCOI

Mafalda Veiga (EB Visconde Juromenha) distinguida no "Programa Escolhas" em Santarém

O "Programa Escolhas" assinala este ano 25 anos de trabalho dedicado à inclusão, à igualdade de oportunidades e à valorização de crianças e jovens.

Foi neste espírito que a *Youth Summit 2026*, realizada em Santarém, nos dias 13 e 14, celebrou percursos, conquistas e talentos de jovens de todo o país.

Entre os homenageados esteve Mafalda Veiga, aluna da Escola Visconde de Juromenha, no Algueirão, que distinguida com o prémio de mérito a categoria do 3º ciclo, do projeto "Espaço Talentus - E9G, e subiu ao palco no dia 14, para receber o prémio.



Mafalda Veiga (premiada), e Paula Simões (presidente da JFAMM)

"Um reconhecimento que muito nos orgulha e ao qual a Junta de Freguesia de Algueirão-Mem Martins se associou com enorme satisfação", escreve a autarquia nas suas redes sociais.

A Presidente da Junta, Paula Simões, recebeu a Mafalda Veiga na Junta de Freguesia para a felicitar pessoalmente por esta distinção, e sublinha: "acreditamos que valorizar os jovens é também acreditar no futuro da nossa comunidade".

Fonte e foto: JFAMM/VS

Leia, assine e divulgue o Jornal de Sintra

«Em cada criança há infinitas perguntas»

Conservatório de Música de Sintra aposta numa educação participativa, que valoriza a curiosidade, a criatividade e a cooperação







De novembro de 2026 a janeiro de 2027, ciclo «Viagens ao Futuro» convida famílias a conhecer a abordagem educativa no Jardim de Infância e 1.º Ciclo do Ensino Básico do Conservatório de Música de Sintra, que valoriza a curiosidade, a participação e a aprendizagem ativa.

Em funcionamento desde o ano letivo 2019/2020, a valência de ensino regular no Conservatório de Música de Sintra promove a curiosidade, o questionamento, a experimentação e a cooperação como motores de aprendizagem, através do trabalho por projeto, de uma abordagem interdisciplinar e vivencial do currículo e de experiências dentro e fora da sala de aula.

«Queremos criar um ambiente onde as crianças se sintam seguras, envolvidas e motivadas, aprendendo de forma ativa e consciente, em ligação com o mundo que as rodeia», explica Catarina Gouveia, coordenadora pedagógica. O trabalho em equipa, a autonomia, a criatividade e a expressão artística são algumas das competências desenvolvidas desde a infância.

A participação democrática, a valorização da voz da criança e as relações afetivas fazem parte do quotidiano escolar. A educação artística e a cultura, com particular destaque para a música, integram-se com a atividade física, a consciência ambiental e a literacia digital, numa perspetiva de desenvolvimento global e equilibrado.

Mais do que transmitir conhecimentos, o objetivo é formar crianças curiosas, confiantes, participativas e solidárias, capazes de pensar criticamente e encontrar o seu próprio lugar no mundo.

É esta abordagem que o Conservatório de Música de Sintra dará a conhecer através do ciclo «Viagens ao Futuro», dirigido a famílias que procuram uma escola para os seus filhos.

As primeiras iniciativas, de preparação do ano letivo 2027/2028, realizam-se a 25 de novembro de 2026 (18h00–19h00) e 12 de dezembro de 2026 e 16 de janeiro de 2027 (10h00 - 12h00), permitindo descobrir, na prática, como se ensina e explora o currículo a partir do que as crianças pensam, observam e questionam.

Porque em cada criança há mesmo infinitas perguntas!

Destinatários: Famílias interessadas na ingressão no Jardim de Infância e 1.º Ciclo do Ensino Básico.

Datas: 25 de novembro 2026 (18h–19h00), 12 de dezembro 2026 e 16 de janeiro 2027 (10h00 -12h00)

Local: Conservatório de Música de Sintra, Rio de Mouro

Informações e inscrições: https://ww.conservatoriodemusicadesintra.org/viagens-futuro.html

Fonte: Conservatório de Música de Sintra

SOCIEDADE

Palácio da Pena estreia Conto de Natal e promove aberturas noturnas

Ancoradas na história e na atmosfera fantasiosa da Pena, que voltará a adornar-se de luz, estas experiências levam a emoção e o encanto do Natal a toda a família.



créditos: PSML- EMIGUS

O Natal está a chegar ao Palácio Nacional da Pena e traz novidades. O monumento voltará a irradiar luz no topo da Serra de Sintra, receberá visitas noturnas e será palco de experiências intimistas que envolverão toda a família na magia desta quadra festiva e permitirão observar bem de perto a iluminação cénica concebida para a época natalícia.

Nos dias 30 de novembro e 7 de dezembro, entre as 19h00 e as 22h00, o Palácio Nacional da Pena abre as suas portas para duas noites especiais, convidando os visitantes a descobrir a sua beleza e o seu encanto sob as luzes de Natal. Pena à Noite – Especial de Natal é uma oportunidade rara para viver o Palácio com outro tempo e outra atmosfera, percorrendo alguns dos seus espaços mais emblemáticos, nomeadamente a zona do Palácio Novo.

O Salão Nobre estará ainda mais acolhedor com a já tradicional recriação histórica da Árvore de Natal de D. Fernando II, o rei que ordenou a construção do Palácio da Pena e que trouxe para Portugal algumas tradições natalícias como a de celebrar a Noite da Consoada em torno de uma árvore decorada.

Para além de desfrutarem de uma noite especial no Palácio Nacional da Pena, os participantes nesta experiência estarão, igualmente, a contribuir para a recuperação e conservação do património natural, uma vez que a receita de bilheteira reverte na totalidade para os projetos de restauro ecológico levados a cabo pela Parques de Sintra. Os bilhetes custam 2• e vendem-se online no site da empresa.

Arte de D. Fernando II inspira "Um Conto de Natal no Palácio da Pena"

Pela primeira vez, será possível viver "Um Conto de Natal no Palácio da Pena", inspirado no novo livro infantil natalício da Parques de Sintra, escrito por Mariana Schedel, conservadora do Palácio Nacional da Pena, e ilustrado por Sofia Travassos, que cruza a história e a criatividade para construir uma aventura natalícia emocionante.

No cenário magnífico do Salão Nobre, a leitura de "Uma Noite de Natal no Palácio da Pena" transforma-se numa viagem encantada ao Natal da Família Real, convidando crianças e famílias a entrar no universo fantástico das gravuras de D. Fernando II e a conhecer Petrus e Musgus, dois duendes que habitam entre as flores, os lagos e os encantadores recantos do Parque da Pena.

As sessões de "Um Conto de Natal no Palácio da Pena", com duração de cerca de 45 minutos, estão agendadas para 29 de novembro e 6 e 13 de dezembro, às 17h30 e às 18h15. Os bilhetes estão à venda no site da Parques de Sintra pelo valor de 5• por pessoa, incluindo o transfer de ida e volta entre a entrada principal do Parque da Pena e o Palácio.

"Uma Noite Encantada na Pena" regressa com a visita de um São Nicolau muito especial

Após uma estreia marcada pelo excelente acolhimento por parte do público no ano passado, regressa a experiência "Uma Noite Encantada na Pena – a Visita do Rei São Nicolau", um formato único no património nacional que evoca uma das tradições mais íntimas e afetivas da Família Real do século XIX: o momento em que o D. Fernando II vestia as roupas de São Nicolau para celebrar o Natal em família.

Contemplando o acesso exclusivo noturno, esta visita encenada proporciona uma experiência de imersão narrativa e histórica. Entre segredos e pequenos rituais de época, a Infanta conduz o grupo por salões e aposentos ao encontro de D. Fernando II disfarçado de São Nicolau, que surge como anfitrião caloroso deste palácio nascido da sua imaginação.

Um reconfortante chocolate quente encerra uma noite intimista e envolvente vivida no coração de um dos palácios mais mágicos do mundo.

"Uma Noite Encantada na Pena – A Visita do Rei São Nicolau" realiza-se nos dias 28 de novembro de 2026 e 5, 12, 19 e 20 de dezembro, às 18h30 e às 20h00. Tem a duração aproximada de uma 1h00 e inclui o transfer de ida e volta entre a entrada principal do Parque da Pena e o Palácio.

Os bilhetes vendem-se online no site da Parques de Sintra pelo preço de 50• para adultos e 35• para jovens (6 a 17 anos). Está também disponível um pack família (2 adultos + 2 jovens) pelo valor de 145•.

Informação completa sobre a programação de Natal da Parques de Sintra e venda de bilhetes: https://bilheteira.parquesdesintra.pt/local/o-natal-em-sintra/1425/pt

Info: PSML

Convento dos Capuchos celebra o Natal com oficina de construção de presépios



Convento dos Capuchos

créditos- PSML: José Marques Silva

Elementos naturais da mata relíquia que rodeia o convento são matéria-prima para criar presépios sustentáveis e originais. Monumento acolhe também uma oficina de conceção de cartões de Natal com tintas naturais.

No Convento dos Capuchos, em pleno coração da Serra de Sintra, o Natal é sempre celebrado em comunhão com a natureza, tal como preconizava São Francisco, o fundador da ordem religiosa à qual pertenceu esta casa conventual e criador do primeiro presépio. É nesta atmosfera, tão singela quanto mágica, que decorrem duas oficinas natalícias. Os elementos naturais da mata relíquia que envolve o Convento são inspiração e matéria-prima para criar presépios e cartões de Natal sustentáveis, únicos e especiais.

A oficina de construção de presépios terá duas sessões agendadas para os feriados de 1 e 8 de dezembro, às 10h30. Tudo começa com uma visita guiada que dá a conhecer a história do convento, o modo de vida da comunidade franciscana que o habitou durante quase 300 anos e a mata relíquia envolvente, que alberga árvores centenárias e uma grande diversidade de plantas.

Segue-se uma oficina criativa, na qual os participantes vão usar elementos naturais desta época para criar um presépio. No final, levarão para casa uma peça original que vai conferir um toque pessoal à decoração natalícia.

Os bilhetes para esta atividade estão disponíveis no site da Parques de Sintra pelo valor de 16• por pessoa.

No dia 29 de novembro, primeiro domingo do Advento, às 10h00, decorre uma oficina dedicada à elaboração de cartões de Natal com recurso a tintas naturais. Num primeiro momento, os participantes farão um percurso pelos trilhos da mata relíquia para descobrir como os pigmentos naturais escondidos nas folhas, bugalhos, bolotas e cascas e ramos das árvores podem ser transformados em tintas.

De seguida, vão aprender o processo de conversão desses elementos em tintas naturais, experimentar diferentes pigmentos e criar uma paleta de cores e tons inspirada na floresta, que será usada para criar dois cartões de Natal únicos, para oferecer a alguém especial.

Os bilhetes de acesso a esta oficina custam 22• para adultos e 20• para jovens (6 a 17 anos). São vendidos exclusivamente online no site da Parques de Sintra.

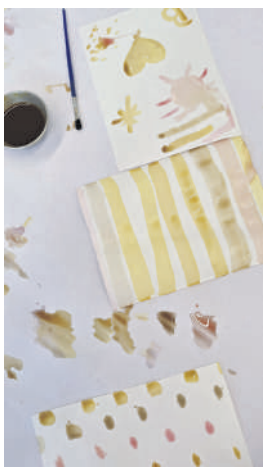
Informação completa sobre a programação de Natal da Parques de Sintra e venda de bilhetes: https://bilheteira.parquesdesintra.pt/local/o-natal-em-sintra/1425/pt

Info: PSML



Mata relíquia

créditos- PSML: Luis Duarte



Oficina de Tintas Naturais

créditos: Helena Pedro

Hóquei em Patins – Campeonato Nacional da 3.ª Divisão – Sul B

HC Sintra/Planta Livre empata (2-2) em Sesimbra e mantém invencibilidade

Ventura Saraiva

Na 5.ª Jornada do nacional da 3.ª Divisão- Sul B, o H.C. Sintra/Planta Livre defrontou no domingo, dia 22, o Grupo Desportivo de Sesimbra, equipa sempre difícil no seu reduto, e com aspirações aos lugares cimeiros da classificação. Tendo em conta o desenrolar do jogo, o empate acaba por ser positivo, com a formação de Nélson Chorincas a manter a invencibilidade, e a manter o pódio da tabela classificativa, com a Juventude Azeitonense na liderança, só com vitórias.

Num rinque sempre difícil para qualquer adversário – a turma de Sesimbra ainda não perdeu em casa –, o Hockey Club de Sintra reagiu bem à desvantagem de dois golos no início do segundo tempo, depois de um nulo ao intervalo. Na saída de bola, e numa movimentação colectiva, a equipa da casa inaugurou o marcador por intermédio de Chumbinho Eduardo, numa assistência de Gustavo Raimundo. E foi necessário esperar cerca de 15 minutos para agitar as bancadas, com o 2-0, por João Gerardo.

Na saída de bola, o *Sintra* reduz para 2-1, Bernardo Trindade, a passe de Diogo Rosa, e de penálti, aos 40 minutos, Simão Lage, empata, um resultado que se manteria até final.

De registar o excelente jogo do Hockey Club de Sintra no capitulo disciplinar, terminando com apenas 3 (!) faltas (!).

Ficha do jogo

Pavilhão do GD Sesimbra

Árbitro: André Pagaime (AP Setúbal)

Ao intervalo: 0-0: Final- 2-2.

Marcadores: Chumbinho Eduardo, e João Gerardo (GDS); Bernardo Trindade, e Simão Lage (HCS/PL.

GD Sesimbra: Alexandre Maricato; João Gerardo, Chumbinho Eduardo, Gonçalo Sousa, e Gustavo Raimundo

(5 inicial); Tomás Alves, Guillem Ribas, e Afonso Brigantim.

No banco: Diogo Carvalho, e Ricardo Fonseca (gr).

Treinador: Pedro Nifo

H.C. Sintra/Planta Livre: Afonso Costa; Tiago Francisco, Miguel Joaquim, Bernardo Trindade, e Simão Lage (5 inicial); António Inglês, Diogo Rosa, Hugo Lopes, e Guilherme Jesus.

No banco: João Dias (gr).

Treinador: Nélson Chorincas

Resultados: UD Vilafranquense, 4-Alenquer e Benfica "B", 6; Juv. Azeitonense, 4-HC Vasco da Gama/J Ascenção,3; Cascais, 11-CD Boliqueime, 3; A Stuart HC Massamá, 3-Física "B", 4; Paço de Arcos "B", 7-HC Ponta Delgada, 1, GD Sesimbra, 2-HC Sintra/Planta Livre, 2.

Classificação: 1.º Juventude Azeitonense, 15 pontos; 2.º GDS Cascais, 13, 3.º HC Sintra/Planta Livre, 13, 4.º Paço de Arcos "B", 12, 5.º A Stuart HCM, 9, 6.º GD Sesimbra, 8, 7.º HC Ponta Delgada, 7, 8.º Alenquer e Benfica "B", 6, 9.º Vilafranquense, 6, 10.º Física "B", 6, 11.º HC Vasco da Gama/J Ascensão, 1, 12.º GCC "Os Corujas", 1, 13.º CD Boliqueime, 1, 14.º HC Santiago, 0.

Próxima jornada (dia 6-12): HS Sintra/Planta Livre- GDS Cascais; GCC "Os Corujas"-e Benfica "B"-HC Santiago; HC Vasco da Gama/J Ascensão-Vilafranquense; CD Boliqueime-Juv. Azeitonense; Física "B"-GD Sesimbra.

Dia 5-12 (15h00): HC Ponta Delgada-A Stuart HC Massamá

Stuart HC Massamá perde em casa (3-4)

A Física "B" derrotou na condição de visitante, o A Stuart HC Massamá por 3-4, infligindo a segunda derrota ao colectivo de Diogo Dias. A equipa da Linha de Sintra chegou a estar a vencer por 3-0, com golos de Eduardo Monginho, Gil Domingues, e Martim Dias, mas a reacção dos torrienses foi frutífera, conseguindo empatar antes do intervalo (3-3), com Xavier Rodrigues, Diogo Ruivo, e Manuel Calambra, a marcar. O golo da vitória seria apontado a meio do segundo tempo, por Xavier Rodrigues. Com a derrota, o A Stuart baixou para o 5.º lugar da classificação, com 9 pontos.

Hóquei em Patins – Campeonato Nacional de Seniores Femininos – Zona Sul

Stuart HC Massamá ganha em Sintra (0-4) e "encosta" ao Benfica

Cumpriu-se no domingo, 22, a ronda número três, do nacional de seniores femininos. Na Zona Sul, as atenções estavam viradas para o Pavilhão de Monte Santos, com a recepção ao A Stuart HC Massamá, numa repetição do dérbi de estreia na Taça Prof. João Campelo no mês de Outubro.

Apesar da excelente oposição do Hockey Club de Sintra, a turma visitante acabaria por vencer, confirmando o favoritismo. Chegou à vantagem no marcador da marca de penálti, por Micaela Jamardo quando o relógio marcava 15 minutos de jogo. Um parcial que se manteria até ao intervalo, e para além deste.

Aos 33 minutos, Raquel Duarte, a passe de Micaela Jamardo faz 0-2, Mariana Agulhas, nega novo golo ao defender o penálti de Micaela Jamardo, mas não evitaria o remate de Raquel Duarte (0-3). A cinco minutos do final, um bom desenho ofensivo da "Stuart", resultaria no quarto golo, numa assistência de Matilde Granadas, para Rita Barros.

Com a vitória, o emblema de Massamá passou para a frente da classificação (9 pontos), com o Benfica em segundo, com 6, e menos 1 jogo.

Na hora do fecho desta edição (dia 25), as encarnadas acertavam as contas da 1.ª jornada, com o Parede FC, e em caso de vitória passam para a liderança, embora com companhia da "Stuart", ambas com 9 pontos.

O campeonato regressa no dia 6 de Dezembro, com os seguintes jogos: Benfica- Stuart HC Massamá; Parede FC- B.I.R.; CRIAR-T GD-Hockey Club de Sintra.

Ventura Saraiva

Taça de Portugal
Seniores Masculinos

A Stuart HC Massamá defronta Vilafranquense

Com o H.C. Sintra/Planta Livre, isento, avança no sábado (28), e domingo (29), a Pré-Eliminatória da Taça de Portugal de Hóquei em Patins. O A Stuart HC Massamá, defronta em casa, a UD Vilafranquense, domingo, 29, às 18h00.

No dia 9, em jogo antecipado, HC Ponta Delgada, 3- HC Madeira, 4.

VS

Campeonato Nacional Kickboxing

João Furtado (Shotokai de Queluz) campeão nacional

O atleta João Diogo dos Reis Furtado, do Centro Shotokai de Queluz, sagrou-se Campeão Nacional de Kickboxing, no Campeonato Nacional que decorreu entre os dias 30 de outubro e 1 de novembro de 2026, no Pavilhão Multiusos de Sines, organizado sob a égide da Federação Portuguesa de Kickboxing e Muaythai.

O título foi conquistado após um combate particularmente exigente, frente a um adversário de elevado nível competitivo, refletindo o trabalho, a dedicação, a disciplina e o espírito de superação demonstrados pelo atleta ao longo da sua preparação.

Para esta conquista foi igualmente fundamental o contributo do seu treinador, Mestre Luís Gonçalves, cujo acompanhamento técnico e dedicação desempenharam um papel determinante no percurso desportivo do atleta.

Este resultado assume um significado especial para o Centro Shotokai de Queluz, que celebra, em 2026, o seu 50.º aniversário. Fundada em 1976, a instituição tem desenvolvido um trabalho contínuo na promoção da prática desportiva, na formação de jovens atletas e na transmissão dos valores associados ao desporto.



A União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão congratula João Diogo dos Reis Furtado, o seu treinador e o Centro Shotokai de Queluz por esta importante conquista, que constitui um motivo de orgulho para a comunidade e contribui para a valorização do desporto local.

Fonte e foto: União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão

DESPORTO

Campeonato Distrital Feminino de Iniciadas (Sub 15) da AFL; SC Vila Verde, 10- CD Mafra, 1

Em tarde de goleada, Leonor Mendes bisa e lidera melhores marcadoras

Ventura Saraiva

Na 6.ª Jornada do campeonato, realizada no domingo, dia 22, o Sporting Vila Verde aproveitou da melhor maneira a folga do Torreense, para igualar a equipa da Zona Oeste no topo da classificação, apesar da diferença de planteis, de acordo com a carreira da turma torriense, ainda sem sofrer golos, e com melhor desempenho ofensivo.
Na receção ao Clube Desportivo de Mafra, as raparigas orientadas por Ruben Silva, confirmaram a vitória da primeira volta, e golearam por 10-1, com uma segunda parte de enorme eficácia, com sete golos marcados.



Final do jogo com fair play entre vencedoras e vencidas

fotos: ventura saraiva

Muito entusiasmo nas bancadas do campo Afonso Araújo Sommer, com os adeptos dos dois clubes que como é natural, constituídos por familiares das jovens jogadoras. Muito *fair-play* ao longo dos 80 minutos, mesmo no final, com a angústia dos números para uns, e de satisfação para outros.
A equipa da casa marcou cedo, com três minutos decorridos. E com quem? Com a *goleadora top*, Leonor Mendes que demonstra já excelente aptidão para a modalidade. Bisou nos golos ainda antes do intervalo, passando para liderança isolada das melhores marcadoras da prova, aproveitando (também) a folga de Rita Miranda (Torreense) com quem dividia o primeiro lugar, ambas com 9 golos. Na próxima jornada, as duas atletas encontram-se em Torres Vedras, mas dadas as estatísticas, será difícil marcar, o que seria a primeira vez que o Torreense sofreria golos, já que mantém a sua baliza inviolável.
A ver vamos…



Um golo ao cair do pano, por Helena Vales, para somar duas mãos cheias do Vila Verde

Ficha do jogo:
Campo Afonso Araújo Sommer- Vila Verde
Árbitros: João Frango, e André Formiga
Ao intervalo: 3-0. Final: 10-1.
Marcadoras: Nicolle Silveira (3), Leonor Mendes (2), Bárbara Lages, Daniela Vicente, Mafalda Timóteo, Helena Vales, e Flor Reis (p.b) pelo SCVV. Patrícia Gindea, marcou para o CD Mafra.
SC Vila Verde: Gabriela André; Gabriela Rodrigues, Bárbara Lages, Carolina Lavado, Mafalda Timóteo, Helena Vales, Mariana Bernardino, Leonor Mendes, Andreia Duarte, Daniela Vicente, e Laura Landeiro (11 inicial); Mafalda Falcão, Nicolle Silveira, Mariana Mendes, e Matilde Portugal. Treinador: Ruben Silva.
CD Mafra: Sofia Ferreira; Leonor Afonso, Carolina Silva, Flor Reis, Beatriz Rodrigues, Catarina Reis, Carolina Duarte, Maria Mateus, Margarida Félix, Lara Carvalho, e Patrícia Gindea (11 inicial); Maria Simões, Maria Kjolner, Maria Gonçalves, Laura Martins, e Matilde Domingos. Treinador: José Lira.
Resultado – 6.ª Jornada:
SC Vila Verde, 10- CD Mafra, 1; Sintrense, 3- CD venda do Pinheiro, 9.
Isento: Torreense
Classificação: 1.º SU Torreense, 12 pontos; 2.º SC Vila Verde, 12, 3.º CD Venda do Pinheiro, 9, 4.º CD Mafra, 3, 5.º SU Sintrense, 0.
Próxima jornada (dia 28):
Torreense- Vila Verde (09h00); Mafra- Sintrense (12h00).
Isento: CD Venda do Pinheiro

Taça Associação de Futebol de Lisboa – 1.ª Eliminatória

"Os Montelavarenses" com goleada (0-5) em Olivais

Na 1.ª Eliminatória da Taça AFL- MKA, metade dos clubes do concelho de Sintra ficaram pelo caminho, com algumas surpresas, uma delas no campo Joaquim Vieira, com a eliminação do Atlético do Cacém (1-2) com a UDR Santa Maria, após prolongamento.
No sentido inverso, a SRD Negrais bateu o Sporting Linda-a-Velha do segundo escalão, por 2-1, com golos de Alexandro Silva, e Tomás Florêncio. Do lado visitante, marcou Hugo Bastos.
A União Mucifalense foi eliminada no Lumiar pela equipa da UD Alta de Lisboa (1-0), o CD Agualva perdeu em casa (1-2), com o CF Santa Iria.
Já o CF "Os Montelavarenses" que no campeonato acumula derrotas, foi ao campo Fernando Perfeiro, aos Olivais, golear a ADCEO, por 0-5, com golos de Enzo Neto, Mauro Silva, Rodrigo Marcelino, Martim Morgado, e Diogo Nascimento.
Outros resultados: Algueirão, 2- Cascais, Sad, 3; M.T.B.A., 1-Santo António de Lisboa; 0; Pêro Pinheiro, 1- Murteirense, 3; Catujalense, 1-SC Lourel, 3; Rio de Mouro, 2- Bucelenses, 3 (ap).
Apurados para a 2.ª Eliminatória: SC Lourel, M.T.B.A., "Os Montelavarenses", SRD Negrais, Palmense, Cascais, Sad, Santa Iria, Monte Agraço, Atlético do Tojal, Futebol Benfica, SC Frielas, Sacavenense, Oriental, Damaiense, Bobadelense, Associação Murteirense, Pointerrolense, AU Povoense, Venda do Pinheiro, Operário de Lisboa, Abóboda, Loures, Técnico FC, UDR Santa Maria, Vialonga, UDR Algés, Olivais e Moscavide, Bucelenses, Mirantense, Arneiros, e Alta de Lisboa.

Ventura Saraiva

Campeonato Distrital Juvenis Feminino (Sub 17) AFL

Sintrense mais forte que Ericeirense (5-1) ganha vantagem

Na Jornada 6, do distrital de juvenis feminino (sub 17), disputada no sábado, dia 21, o SU Sintrense recebeu no campo 2, do parque de jogos da Portela, o GU Ericeirense, num confronto direto para o 2.º lugar. Venceu a formação de Sintra por 5-1, devolvendo assim a derrota (4-3) da primeira volta.
Marisol Culembalala, de penálti marcou aos 4 minutos, Carolina Rodrigues, e Maria Martins, também de penálti, fecharam as contas da primeira parte (3-1), sendo que Maria Martins, do Ericeirense, marcou aos 13'.
No segundo tempo, Raquel Franco, e Núria Morgado, deram mais colorido ao resultado final (5-1)
A jornada, até agora só tem este resultado conhecido na hora do fecho desta edição. O jogo entre o Real SC, e Sporting "B", foi adiado, e o Negrais- Vila Verde não se conhece o resultado.
Sporting "B", Sintrense, e Ericeirense, somam todos 12 pontos, sendo que a equipa de Alvalade tem 2 jogos a menos.
No próximo domingo, dia 28, o SC Vila Verde recebe o Sintrense (12h00), o Sporting "B", a SRD Negrais, no Estádio do INATEL (09h00). Ericeirense, e Real SC jogam às 12h00.

VS

Campeonato Distrital da 1.ª Divisão da AFL – Jornada 11

Sporting de Lourel vs U. Mucifalense na troca de campos

No próximo domingo, dia 29, regressam os campeonatos da AFL. Na 1.ª Divisão, destaque para o dérbi concelhio entre o Sporting de Lourel, e a União Mucifalense, numa troca de jogos referente ao quadro da jornada.
O líder, Futebol Benfica vai de visita ao campo da Murteira para defrontar o GS Loures.
Em S. Pedro de Sintra, 1.º Dezembro "B" defronta a Associação Desportiva de Oeiras.

VS

Rallye Vidreiro Centro de Portugal (CPR)

A prova mais difícil para Paulo Neto. A dupla Paulo Almeida/António Costa sagram-se campeões

Ventura Saraiva *

Paulo Neto e Carlos Magalhães concluíram o Rallye Vidreiro Centro de Portugal, 9.ª e última prova do Campeonato de Portugal de Ralis de 2026, na 12.a posição da classificação reservada ao CPR.
Ao volante do Škoda Fabia Rally2, a dupla da Paulo Neto Sport enfrentou condições meteorológicas extremamente adversas, numa prova em que a chuva intensa e a falta de aderência dificultaram a obtenção do resultado pretendido.



sportpress09
Paulo Neto/Carlos Magalhães conseguiram ultrapassar as condições adversas, embora longe dos objectivos

O Rallye Vidreiro Centro de Portugal, disputado nos dias 20 e 21, acabou por confirmar todas as dificuldades que Paulo Neto tinha antecipado antes da partida. Apesar da experiência acumulada nesta prova, o piloto de Sintra encontrou um cenário particularmente complicado, com a chuva a tornar os troços de asfalto muito escorregadios e a dificultar a condução ao longo de grande parte do percurso. Sem conseguir encontrar o ritmo desejado, Paulo Neto foi obrigado a adaptar constantemente o andamento às condições do piso, privilegiando a segurança e a necessidade de levar o Škoda Fabia Rally2 até ao final.



créditos fpak
Vitória no Rallye permitiu a Pedro Almeida/António Costa a conquista do título nacional

"Foi provavelmente o rali mais difícil de toda a temporada. Nunca consegui verdadeiramente entrar no ritmo e as condições que encontrámos foram extremamente complicadas, sobretudo devido à muita chuva que caiu nos troços. Já sabíamos que o Vidreiro era um rali difícil, mas desta vez as condições foram ainda mais exigentes do que esperávamos", começou por referir Paulo Neto.

Com o agravamento das condições meteorológicas, sobretudo durante o segundo dia de competição, a prioridade da equipa passou a ser simplesmente ultrapassar as classificativas sem cometer erros. "Houve momentos em que era muito difícil manter o carro dentro da estrada. A quantidade de água era enorme, a aderência praticamente não existia em algumas zonas e tornou-se muito complicado perceber até onde podíamos arriscar. A certa altura, o único objetivo era passar pelos troços e sobreviver a tanta água, procurando não cometer nenhum erro que pudesse comprometer a nossa participação", explicou o piloto de Sintra.

A 12.ª posição na classificação do Campeonato de Portugal de Ralis ficou aquém das expectativas da dupla, que tinha como objetivo terminar a temporada entre os dez primeiros classificados. "Naturalmente que não foi o resultado que esperávamos. Queríamos terminar o ano com uma classificação melhor, mas nunca conseguimos encontrar as condições para andar ao ritmo que pretendíamos. Foi um final de época difícil, num rali em que tivemos de pensar muito mais em chegar ao fim do que propriamente em lutar por uma posição. Pelo menos conseguimos terminar uma prova que foi verdadeiramente muito complicada", afirmou Paulo Neto.

A Paulo Neto Sport agradece o apoio de todos os parceiros na temporada de 2026 do Campeonato de Portugal de Ralis, contando mais uma vez com o apoio técnico da ARC Sport.

Paulo Almeida/ António Costa vencem o Rallye, e sagram-se campeões nacionais

A dupla Pedro Almeida/ António Costa, no Toyota GR Yaris Rally2 da Toyota Gazoo Racing Caetano Portugal, sagrou-se campeã no Campeonato de Portugal de Ralis (CPR), depois de vencer o Rallye Vidreiro Centro de Portugal e superar os rivais Rúben Rodrigues (Skoda Fabia RS Rally2) e Armindo Araújo (Skoda Fabia RS Rally2) na luta de pontos pelo título. Almeida teve uma entrada muito forte nesta derradeira prova da época que decorreu sob difíceis condições atmosféricas, devido aos efeitos da chuva na manhã da segunda e última etapa, para se destacar de Rodrigues, o seu mais direto opositor, que acabaria o CPR… com um furo.

Somando três vitórias em oito jornadas – a classificação do CPR é estabelecida pelos sete melhores resultados – Pedro Almeida foi o mais regular e único sem qualquer desistência entre os três pilotos que discutiram o título até ao fim. Rúben Rodrigues somou quatro vitórias na primeira metade da época com o Toyota GR Yaris Rally2 e parecia embalado para o título, mas duas desistências consecutivas (Algarve e '6 Cities') permitiram as reaproximações tanto de Almeida como de Araújo, ainda que este surgisse em posição mais desfavorável.

Numa derradeira prova bastante complicada, pela imprevisibilidade das condições dos pisos de asfalto em face da chuva que caiu, por vezes de forma persistente, a deixar os nervos à for da pele dos três candidatos, bastaria a Almeida, mesmo que Araújo fosse o vencedor, terminar à frente de Rodrigues para fazer a festa da conquista do título. E assim o fez, revelando um crescimento na gestão de emoções, entre atacar e defender, que terá surpreendido a concorrência e não só…

No cair do pano, e com Almeida a partir com uma vantagem de 19.5s para Rodrigues, este tinha Araújo a somente 2.7s para decidir a segunda posição, mas a sorte voltou a não estar do lado do piloto da Auto Açoreana Racing. Um furo na roda dianteira direita do Skoda Fabia RS Rally2 fê-lo ceder 1m26s e cair… para o sexto lugar final do rali. José Pedro Fontes (Lancia Ypsilon Rally2), Ricardo Teodósio (Citroen C3 Rally2) e Rafael Rego (Toyota GR Yaris Rally2), que devido a um furo perdeu mais de um minuto a dois troços do final, completaram o "top 5".

Guilherme Meireles (Skoda Fabia Rally2 Evo) e Luís Miguel Rego (Skoda Fabia RS Rally2), ambos devido a problemas mecânicos, e Ernesto Cunha (Skoda Fabia RS Rally2), por despiste, já não chegaram às duas últimas classificativas, sendo que a penúltima (oitava) foi anulada, na sequência do mau tempo que se fazia sentir.

Classificação final (Oficiosa) – "Top 5"
1º, Pedro Almeida/António Costa (Toyota GR Yaris Rally2), 55m22.7s
2º, Armindo Araújo/Luís Ramalho (Skoda Fabia RS Rally2), a 14.0s
3º, José Pedro Fontes/Inês Ponte (Lancia Ypsilson Rally2), a 57.4
4º, Ricardo Teodósio/José Teixeira (Citroen C3 Rally2), a 1m11.3s
5º, Rafael Rego/Nuno Mota Ribeiro (Toyota GR Yaris Rally2), a 1.33.8

** Com FPAK*

Jornal de Sintra, uma MARCA concelhia

SOCIEDADE

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 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 – Os Dias da Idade | Comédia Jackpot, com Rita Ribeiro
Quando: 9 dezembro, 14h30
Onde: Centro Cult. 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: Sáb. até 5 de dez.
Onde: Associação Cultural, Social e Recreativa de Cabriz (AC SRC). 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 – Música na Quinta da Regaleira, 16h00
Quando: **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

Sintra – Concertos de Natal
Conservatório de Música de Sintra promove dois concertos dedicados à quadra natalícia,
Quando: 29 novembro, 11h30 e 16h30
Onde: Auditório Jorge Sampaio do Centro Cultural Olga Cadaval

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 – S. Pedro
Quando: 19 dezembro, 21h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

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

Sintra – Concerto de Ano Novo – Teatro Nacional de São Carlos
Quando: 3 janeiro, 17h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Concerto de Homenagem António Chainho
Quando: 15 janeiro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Bárbara Tinoco
Quando: 22 janeiro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

Sintra – Menina Júlia
Quando: 20 fevereiro, 21h00
Onde: Auditório Jorge Sampaio

DANÇA

Sintra – Os Guardiões de Natal
Quando: 20 dezembro, 15h00
Onde: Auditório Acácio Barreiros

O Jornal de Sintra

apoia

a Cultura

desde 1934







fotos: créditos - PSML

Alma da Serra | 28 de novembro e 5 de dezembro

Natureza de Sintra inspira workshops de decoração e presentes de Natal

Elementos naturais da Serra de Sintra são matéria-prima sustentável para a criação de centros de mesa e coroas de Natal; óleos corporais; bálsamos labiais; e velas de cera de abelha.

O espírito de Natal já tomou conta da Alma da Serra, na Tapada de Monserrate, uma loja da Parques de Sintra que aposta na venda de produtos provenientes da Serra de Sintra e artigos de produtores locais. Nesta quadra festiva, a riqueza natural da Serra torna-se matéria-prima para um conjunto de quatro workshops de criação de peças decorativas únicas e presentes de Natal sustentáveis. O programa "Natal na Alma da Serra" decorre nos dias 28 de novembro e 5 de dezembro.

Os primeiros dois workshops, no dia 28 de novembro, serão dedicados à decoração natalícia com elementos naturais, como folhagens e flores secas. Às 10h00, a proposta será criar um centro de mesa natural e, às 14h30, os participantes serão convidados a conceber uma coroa de Natal com a flora de Sintra. Para tal, aprenderão técnicas simples de preparação e montagem, bem como cuidados essenciais para conservar e armazenar estas peças exclusivas para os próximos Natais.





fotos: EMIGUS

Os workshops de 5 de dezembro consistirão na criação de presentes de Natal originais e sustentáveis para levar para casa e oferecer a alguém especial. Às 10h30, os participantes terão oportunidade de aprender a criar um óleo corporal natural e um bálsamo labial, enriquecidos com plantas da Serra de Sintra e especiarias natalícias. Às 14h30, tempo para descobrir o fascinante o universo das abelhas e como transformar um dos seus produtos mais preciosos — a cera — numa vela natural. A cera utilizada neste workshop é proveniente dos apiários da Parques de Sintra na Serra de Sintra.

O preço dos bilhetes, à venda no site da Parques de Sintra, varia entre 25• e 50•, conforme o workshop escolhido.

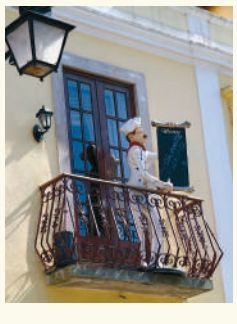
A Alma da Serra valoriza o que a Serra de Sintra e a região têm de melhor, oferecendo artigos naturais, sustentáveis e locais. Nesta época festiva, destacam-se os abetos de Natal, mas não só. Há muitas opções de presentes, como o Mel Condessa d'Edla, produzido na Serra de Sintra nos apiários da Parques de Sintra; velas naturais de cera de abelha; biscoitos de Sintra; gin de Sintra; peças de cerâmica e de madeira produzidas por artesãos locais; produtos têxteis de fabrico sustentável; entre outros.

A loja fica localizada na Tapada de Monserrate, junto ao parque de estacionamento e ao parque de merendas, com acesso ao público em geral. Está aberta todos os dias entre as 9h00 e as 17h30, com encerramento para almoço no período das 12h00 às 13h00.

Info: PSML

PUB. JORNAL DE SINTRA

apoadeiro
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

12 dezembro de 2026 / sábado às 21h / Centro Cultural Olga Cadaval

Companhia de Teatro de Sintra apresenta "Uma questão moral"

Um texto de Renato Pino, encenação e adaptação de Paula Pedregal

SINOPSE



foto: site chão de oliva

Durante a noite, uma mulher sai para a rua, regressando a casa de madrugada. Quando chega, assume que a casa cheira a esgotos e as paredes estão a ruir.

Na sala, encontra um marido dormente, imerso no caos, alheado do mundo. Ele diz que escreve livros. Ela diz que ele apenas martela nas teclas. Ela culpa-o pelo tempo perdido ao lado dele. Tudo parece parado.

Entretanto, a iminência da morte do pai traz de volta todos os fantasmas familiares do passado e acelera o conflito. Culpam-se uns aos outros. Ninguém se ouve. Falam, falam, falam de tudo e de nada. Trata-se "apenas" de uma família disfuncional. O descuido, a inércia, o egoísmo e a chantagem emocional acentuam o patético das suas vidas supérfluas.

No final, é inevitável que tudo se desmorone, para que surja um novo e verdadeiro sentido para a vida.

Enquanto isto, a equipa, em cena também, discute outros sentidos para a vida, e para as cenas. Cúmplices do caos, são uma espécie de voyers. Como é que isto tudo acaba? Sabemos apenas que são determinantes para o desmoronamento da casa.

Fonte: Chão de Oliva

Parceria Jornal de Sintra e Teatro Politeama de Filipe La Féria

Atribuição de bilhetes aos assinantes com pagamento em dia.

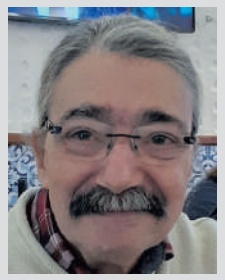
Peça no Jornal de Sintra o seu *voucher* para duas pessoas e reserve a sua presença directamente no teatro. Entregas limitadas. Apoie o Jornal de Sintra com a sua assinatura e receba bilhetes gratuitos.

PUB.



TELEVISÃO

O fado é qu'induca e a tourada é qu'instrói



Bernardo de Brito e Cunha

Vamos lá ver uma coisa: este mundo está de pantanas, acho que ninguém tem dúvidas. As guerras continuam, em diversos pontos do globo, a luta pela habitação continua, a fome alastra, nas zonas de guerra, mas noutras também. E quando a fome toma de assalto famílias depois destas pagarem a renda, ou a prestação do que quer que seja, alguma coisa está profundamente errada. As doenças, mesmo aquelas que se acreditavam erradicadas há dezenas de anos, voltam para nos atormentar, algumas porque ainda não se lhes descobriu a cura, mas as outras por culpa exclusiva dos descrentes nas vacinas — e a estupidez humana tem feito o gosto a Albert Einstein, que dizia "Duas coisas são infinitas: o universo e a estupidez humana. Mas, em relação ao universo, ainda não tenho a certeza absoluta."

Enquanto o Governo continua aparentemente desaparecido e a dizer que a culpa de tudo é do governo que o precedeu (admira-me até que ainda não tenha criado o MCO, Ministério da Culpa dos Outros) e não fossem as acampadas, os protestos dos estudantes pelo fim das propinas, as greves já agendadas e, se ouvíssemos o que Nuno Melo se propõe dar para auxiliar a Ucrânia, e em gastar em F-35 (e por alma de quem um avião norte-americano, quando os há —diz quem sabe — tão melhores pela Europa fora?), e pensaríamos estar com um pomar de árvores das patacas algures por aí.

Deixei de fora, propositadamente, a ideia já tornada pública de comprar um terceiro submarino — e essa é a única "nunice" em que vejo algum sentido. Portugal tem uma posição geográfica muito importante (continente + Açores + Madeira, com mais de 13 mil km2 de zonas marítimas) e atravessam as suas águas muitos cabos submarinos essenciais para as comunicações digitais mundiais.

O Chefe do Estado-Maior da Armada (Almirante Nobre de Sousa) reconheceu que os submarinos ajudam a dissuadir ameaças e a fazer vigilância discreta.

A prioridade veio da própria Marinha e o Governo acolheu o pedido. O objectivo é reforçar a capacidade submarina portuguesa, tornar a frota mais resiliente e aumentar o poder de dissuasão no Atlântico. Com apenas dois submarinos (NRP Tridente e NRP Arpão), quando um está em manutenção, treino ou reparação, a capacidade de ter um submarino permanentemente em missão fica muito reduzida e o terceiro permitiria manter pelo menos um (e muitas vezes dois) operacional de uma forma mais estável. Faz, para variar, todo o sentido.

Mas enquanto tudo isto se passa, é o futebol que enche as televisões, umas mais do que outras, naturalmente: ou é a saída do camisola 7, a substituição do lettering do novo sete, agora com tracinho como fazíamos na escola, ou ainda a derrota com a Dinamarca, ou os comentários maternais mas, mesmo assim, de péssimo gosto de Dolores Aveiro, ou a vitória contra o País de Gales, com Carlos Forbs a marcar o golo decisivo e a criar imediatamente uma nova sugestão, a de um CF7, que o próprio recusou... Nada disto abandona os ecrãs das televisões, horas a fio, como se dependesse disso a sobrevivência nacional. E a habitação, e a saúde, e as propinas, e os salários baixos? E olhem que não: é que o Fado que nos cantam, todos os dias, é bem triste... e com poucas hipóteses de uma educação melhor.



O Jornal de Notícias, no entanto, resolveu de uma penada uma série de problemas: com uma chamada na capa de dia 18, deixou tudo dito: o título dessa chamada que se pode ver na foto é uma "bicada" a Dolores Aveiro, tirando as aspas à exclamação "É bem feito!" para não ser citação e passando a ser elogio a Carlos Forbs que, com o seu traço no 7, ocupa a maior parte da foto. E ele, com os dedos nos ouvidos, parece dizer "Já chega de tanto barulho e conversa", enquanto João Félix, atrás dele, com a camisola número 10 e que nem sequer é a dele, parece chamar com a mão direita o público, como que a dizer "Venham festejar connosco!". Uma foto, um título e três linhas de texto: é por isso que gostamos tanto de jornais que, às vezes, têm "desarrincanços" destes.

Outra coisa tem ocupado os ecrãs: a jovem que foi agredida na escola (e filmada por colegas), apesar de os telemóveis estarem proibidos nas escolas. E esse filmezito pirata, que as televisões não pararam de mostrar em pescadinha, repetindo-o ad nauseam era para quê? Convite a mais violência?

E temos, também, e é igualmente preocupante (e violento) que na discussão do Orçamento de Estado tenha sido aprovada uma lei que obriga a RTP a transmitir touradas? Agora é a Assembleia da República que define a programação da Radiotelevisão Portuguesa, esquecendo que é um espectáculo assente na tortura de um animal? E vêm aos gritos quando Bruno Nogueira retrata, implacável e cruelmente, as bestialidades que todos somos, no seu Ruído? Arranjem uma vida, que não os elegemos para (mais) touradas.

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

JORNAL DE SINTRA – INFORMAÇÃO DIGITAL (27-11-2026) Av. Heliodoro Salgado, n.º 6 – 2710-572 SINTRA | Redação: 21 910 68 31 | Publicidade: 21 910 68 30

Mestres à Prova – Especial Doces Conventuais em Alcobaça

Sintrense Luís Araújo chega à finalíssima do Concurso

Ventura Saraiva*

A 3.ª edição do "Mestres à Prova" integrada na Mostra Internacional de Doces & Licores Conventuais no Mosteiro de Alcobaça teve lugar entre os dias 19 e 22 deste mês de Novembro.
Durante quatro dias, 24 concorrentes amadores, provenientes de 10 municípios, colocaram à prova o seu talento, criatividade e paixão pela doçaria, numa competição de desafios e muitos sabores.
O sintrense Luís Gonçalo Araújo, natural de Queluz, representou o concelho de Sintra, e chegou à finalíssima, disputando o título com muitos elogios do Júri.


foto: Luís Araújo

O concurso, aberto a cozinheiros amadores de todo o país, foi criado pelo chef Samuel Mota, e depois das edições de Porto de Mós e da Feira de São Bernardo, em Alcobaça, o Mestres à Prova regressou com uma edição especialmente dedicada à doçaria conventual, reunindo participantes de municípios, nomeadamente, Alcobaça, Porto de Mós, Batalha, Nazaré, Leiria, Cascais e Sintra. Esta terceira edição reforçou a dimensão e o alcance do projeto, que continua a crescer e a dar palco a quem cozinha por paixão.


Luís Araújo foto: Luís Araújo


Os três magníficos da Finalíssima foto: DR

Luís Araújo – da informática à Escola Superior de Hotelaria

Informático de profissão, Luís Gonçalo Araújo está a fazer uma mudança de carreira, e concluiu há apenas dois meses o curso de pastelaria na Escola de Hotelaria e Turismo de Lisboa.
Em Alcobaça, mostrou que essa aposta está a dar frutos: ao longo dos três dias de provas, superou várias eliminatórias e chegou à Finalíssima, onde disputou o título até ao fim. No final, os chefs do júri referiram que a decisão entre o vencedor e Luís Gonçalo Araújo foi muito renhida.
Na Final, preparou três cornucópias em 60 minutos: uma tradicional, com doce de ovos, uma sem açúcar com Maçã de Alcobaça e tâmara, adoçada apenas com fruta, e uma criativa de arroz doce com maçã caramelizada no Vinho do Porto, que incorporava o ingrediente-surpresa sorteado, o arroz carolino.
Na Finalíssima, com 70 minutos, apresentou um menu inspirado na doçaria conventual da região Centro: Pastel de Tentúgal com doce de ovos e Maçã de Alcobaça, pudim de abóbora e canela com crocante de noz e Pão-de-ló de Alfeizerão com laranja, ervadoce e Vinho do Porto.
O júri elogiou o sabor e a execução das receitas, apontando o empratamento do pão-de-ló como o pormenor que fez a diferença. Entre os elogios recebidos destaca-se o da proprietária da histórica Pastelaria Alcôa, que afirmou que as sobremesas de Luís Gonçalo Araújo foram as suas favoritas.
«Foram três dias intensos, longe de casa, a experimentar técnicas e sabores que nunca tinha feito. O mais importante foi perceber que sou capaz de ir além do que sei e arriscar. O conhecimento que trago ninguém mo tira», sublinhou Luís Gonçalo Araújo.
Dos 24 concorrentes que iniciaram a competição, apenas 12 avançaram para as semifinais, apurando-se seis finalistas. Os três melhores avançaram para a grande *finalíssima*, marcada pela exigência técnica, ingredientes surpresa, e criatividade.
Os finalistas foram: João Franco (Alcobaça); Susana Soares (Leiria), Susana Rodrigues (Alcobaça), Emiliana Lira (Porto de Mós), Cátia Ribeiro (Porto de Mós), e Luís Araújo (Sintra).
A Finalíssima foi disputada entre João Franco, Luís Araújo, e Susana Rodrigues.
De referir que a representante de Cascais foi Alexania Ker, uma historiadora, cinéfila, e entusiasta de culinária.

**Com Mestres à Prova/TM*

Almoço-Convívio na Terrugem para as festas de Alcolombal

O Salão de Festas da Petrosintra, do empresário José Manuel Patrão dos Santos, acolhe mais uma iniciativa comunitária no próximo domingo, dia 29 pelas 13h00, com a realização do Almoço-Convívio, cuja receita reverte a favor das Festas de Alcolombal, em Honra de Nossa Senhora Rainha da Paz, na localidade (Freguesia da Terrugem), previstas para Maio de 2027, e integradas nas comemorações dos 500 Anos da Paróquia de Terrugem-Sintra.
Uma Feijoada é o prato central deste evento solidário, sendo o Menú com Entradas, sopa, água, sumo, vinho, sobremesa, e café.
O Conjunto musical Rogério & Daniela anima o baile durante toda a tarde que inclui ainda um lanche.
Preços: Adultos – 22 Euros; : Crianças (6 aos 10 anos); 13,00.
Reservas pelos telefones, 968 925 035, e 932 797 495. **VS**

URPIB IPSS realiza Almoço de Natal e Aniversário

A União de Reformados, Pensionistas, e Idosos da Freguesia de Belas- URPIB, promove no dia 12 de Dezembro, com início às 13h00, o Almoço de Natal e Aniversário, com a Feijoada como prato de referência.
As marcações devem ser efetuadas para os telefones; 214 316 312/968 888 468. O valor é de 10 "sininhos" para sócios, e 12,50 para não-sócios.
A Direção conta com os apoios da Câmara Municipal de Sintra, e Junta de Freguesia de Belas. **VS**

PUBLICIDADE

