

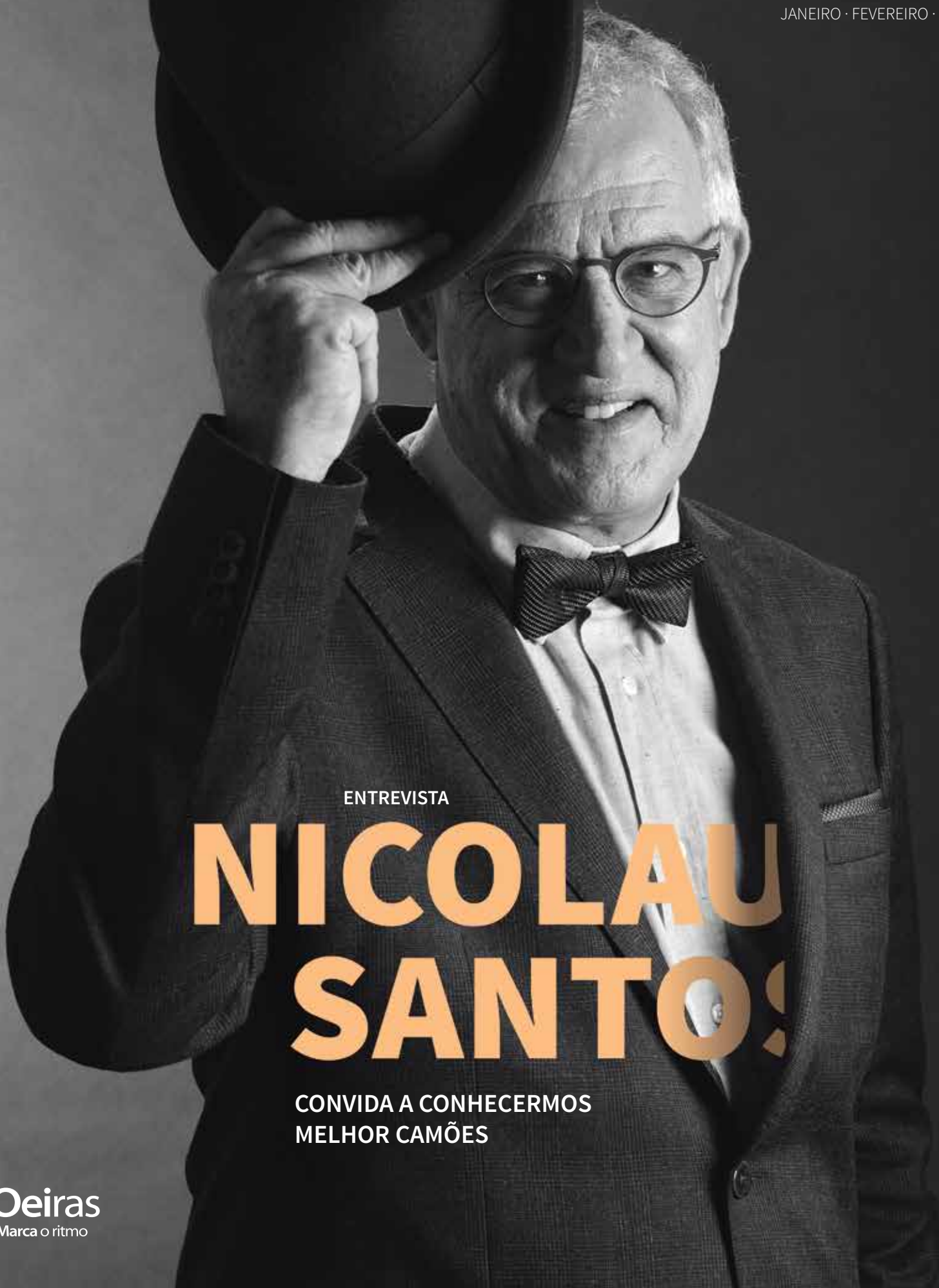
ROTEIRO CULTURAL

# trinta dias

EM OEIRAS

#216

JANEIRO · FEVEREIRO · 2019



ENTREVISTA

## NICOLAU SANTOS

CONVIDA A CONHECERMOS  
MELHOR CAMÕES

# #216

JANEIRO · FEVEREIRO  
2019

## SUGESTÕES DOS EDITORES

Caro leitor,  
para nós é muito difícil darmos sugestões de umas iniciativas em detrimento de outras. Ou melhor, para nós nunca é em detrimento de umas para favorecimento de outras, mas ao salientarmos umas acabamos por não salientarmos outras. Por isso, dê-nos o desconto devido na certeza que tudo o que aqui apresentamos vale a pena de ser visto e vivido. Mas é incontornável não falarmos do destaque, das Masterclasses que decorrem no Templo da Poesia.

E é incontornável porque, para quem gosta de Camões certamente descobrirá algo mais que alimente esse gosto e, para quem não gosta, acreditamos que passará a vê-lo de outra maneira. Trata-se de uma aproximação a um dos nossos incontornáveis poetas. Já assim foi com Fernando Pessoa e assim está a ser com Camões. Depois vale a pena saber um pouco mais de quem é Nicolau Santos, o economista que nos habituamos a ler no Expresso sobre Economia, que nos habituamos a ver na TV mas que agora nos fala sobre literatura, poesia, poetas como nunca o ouvimos falar.

E como estamos a começar o ano e se é uma daquelas pessoas que diz que este ano é que vai começar a comer melhor, deite um olho aos links que a Maria José Amândio tem na sua página – Marcador Digital, e mergulhe num 2019 mais saudável.

Da nossa parte desejamos-lhe que continue desse lado que nós tentaremos, mês após mês, dar-lhe as melhores sugestões para que viva a nossa Oeiras Cultural em plenitude.

Bom 2019!

03	DESTAQUE
04	ENTREVISTA
08	BOA VIDA
09	OS NOSSOS SABORES
10	IN PATRIMÓNIO
11	MARCADOR DIGITAL
12	LEITURAS
15	DIÁLOGOS
16	MÚSICA
17	CINEMA
18	EXPOSIÇÕES
19	TEATRO
21	ROTEIRINHO
24	PASSEAR
26	DESPORTO
28	CURSOS
29	E AINDA...
30	DIRETÓRIO
31	ANTEVISÃO

## 03

### destaque

O Ciclo de Masterclasses continua e desta feita o olhar atento dos nossos convidados recaem sob Camões. Vale a pena descobrir este poeta para além da sua obra.

## 04

### entrevista

Nicolau Santos é o moderador das Masterclasses Camões convida Pessoas. Saiba um pouco melhor sobre quem é este economista com um pé na poesia.

## 08

### boa vida

De pequenino é que se deve adquirir um estilo de vida saudável e desportivo. Nós ajudamos com os Jogos de Oeiras.

## 09

### os nossos sabores

O Orelhas é já um lugar sobejamente conhecido e que fica em Queijas. Um lugar onde os bons sabores imperam.

## 10

### in património

Conhece a capela S. Sebastião em Barcarena? Nestas páginas pode descobrir quem foi o soldado mártir que dá o nome a este nosso (seu) património.

## 11

### marcador digital

A Saúde começa pela mesa, já dizem os mais antigos. Se pretende ter um estilo de alimentação mais saudável, a Maria José Amândio ajuda a fazê-lo. Novo ano, nova forma de comer.

# CAMÕES CONVIDA PESSOAS



## CICLO DE MASTERCLASSES

Auditório do Templo da Poesia . Parque dos Poetas

Em Janeiro regressa o Ciclo de Masterclasses tendo como convidado Miguel Sousa Tavares, que procurará responder à questão *Camões foi aventureiro?* Esta iniciativa insere-se num ciclo com onze sessões, que está em curso desde Novembro de 2018, que pretende refletir e questionar sobre as inúmeras dimensões do Luís Vaz de Camões. Sempre a partir de uma interrogação. O objetivo é contribuir para uma melhor leitura e conhecimento da personalidade complexa e multifacetada deste poeta que é um dos maiores da língua portuguesa. Moderador Nicolau Santos.

### **Camões foi aventureiro?**

Com Miguel Sousa Tavares.

**9 JANEIRO · QUARTA · 21H30**

### **Camões foi humanista?**

Com António Fonseca.

**16 JANEIRO · QUARTA · 21H30**

### **Camões foi utópico?**

Com Afonso Cruz.

**23 JANEIRO · QUARTA · 21H30**

### **Camões foi lusófono?**

Com orador a indicar.

**30 JANEIRO · QUARTA · 21H30**

*Entrada livre sujeita à lotação da sala.*

## 11 INTERROGAÇÕES, 11 ILUSTRAÇÕES

**Exposição e Oficinas**

**ATÉ FINAL DE ABRIL**

**TERÇA A SÁBADO · 10H00 ÀS 18H00**

Templo da Poesia . Parque dos Poetas

No âmbito do Ciclo de Masterclasses e das 11 interrogações foi proposto a 11 ilustradores portugueses - André Carrilho, João Maia Pinto, Sara Feio, Marta Monteiro; Paulo Lourenço, Susana Carvalhinhos, Sofia Neto, Filipe Abranches, Pedro Burgos, Tiago Albuquerque e Alex Gozblau - criarem ilustrações baseadas nas interrogações definidas para esta iniciativa. O resultado deste desafio será exposto no Templo da Poesia, em Fevereiro, acompanhado de dois vídeos que documentarão o trabalho e o processo de criação artística. Um dos vídeos, com cerca de 20 minutos, será parte integrante da exposição, enquanto o outro servirá de mote para as sessões a realizar com as escolas do concelho.

**INAUGURAÇÃO**

**28 FEVEREIRO · QUINTA, ÀS 19H00**

**INFORMAÇÕES**

Templo da Poesia

tel. 214 406 330, ana.jardim@cm-oceiras.pt





# NICOLLAU SANTOS

## O MAESTRO DAS MASTERCASSES

O que faz um economista nas páginas deste roteiro cultural? Nicolau Santos foi o moderador do ciclo de masterclasses ‘Pessoa convida Pessoa’ e é, atualmente, do ciclo de masterclasses ‘Camões convida Pessoas’, uma iniciativa da autarquia de Oeiras onde se pretende dar a conhecer a vida e obra de poetas que são incontornáveis na literatura portuguesa. Homem apaixonado por poesia é, também ele, um poeta. O que desconcerta aqui é o lado economicista que parece coexistir sem dramas e até com uma certa harmonia, atrevo-me a dizer, na mesma pessoa. Certo de que há uma curiosidade sobre a vida do autor quando a obra é sobejamente conhecida, Nicolau ajuda a dar à plateia as respostas que se pretende em cada sessão. Mas quem é Nicolau? É um angolano apaixonado pelo jornalismo, por poesia, por jazz... a pergunta de início nesta introdução está mal feita. O que deveria perguntar é: o que faz um poeta, um amante da literatura, numa área como a economia? Talvez a resposta esteja na infinita capacidade humana de se diluir e distender muito além daquilo que, muitas vezes, é a opção de vida primária (ou deveria dizer principal?). Eis o maestro das masterclasses que decorrem às quartas no Templo da Poesia, no Parque dos Poetas.

ENTREVISTA  
CARLA ROCHA

FOTOGRAFIA  
CARLOS SANTOS

**Foi o moderador do ciclo de masterclasses sobre Fernando Pessoa e agora novo ciclo sobre Camões. Isso também o faz descobrir um novo Pessoa ou um novo Camões?**

Sem dúvida. Ouvi coisas sobre o Fernando Pessoa que não imaginava. Ignorância minha mas os economistas, às vezes, estão embrenhados em outras áreas.

**Mas é um economista apaixonado pela literatura e, em especial, pela poesia.**

É verdade, mas mesmo assim desconhecia a faceta de grande paixão pela astrologia de Fernando Pessoa, por exemplo. Teria ouvido falar vagamente mas não conhecia, sobretudo, com aquela profundidade. Com aquela intensidade. Com as cartas astrológicas que fez sobre si mesmo, sobre outras pessoas, até sobre a previsão que fez da sua morte. Aliás, acho uma coisa alucinante ele ter previsto a sua morte.

**E acertou?**

Ficou muito próximo.

**Não sei se eu gostava.**

Eu também não. E em Pessoa também é curioso perceber que tentou sempre arranjar dinheiro, que trabalhou, foi escriturário, trabalhou em departamentos comerciais...

**Típico português do desenrasca.**

Exato.

**Conhecemos mais de Pessoa do que de Camões.**

Sim, é verdade. Olhe, por exemplo, sobre Camões uma coisa que desconhecia completamente é que os Lusíadas originalmente se chamaram As Lusíadas mas que a censura o obrigou a mudar assim como o obrigou a cortar parte importante dos versos sobre a Ilha dos Amores, que é uma parte mais erótico-progressista. Outra, que eu também não sabia mas aqui há só uma fonte, que é um relato de um amigo de Camões que afirma que quando este veio da Índia estaria a escrever algo que seria muito melhor do que os Lusíadas. Aprendi imenso sobre Pessoa e sobre Camões e, sobretudo, acho que estas sessões têm sido muito interessantes porque não têm sido os académicos a falar numa análise mais aprofundada mas sim algo mais abrangente. Aborda-se a ligação deles com a sociedade portuguesa dos seus tempos, as suas vidas, os seus amores, as dificuldades para viverem. Desse ponto de vista tem sido muito apaixonante e interessante. Devo dizer que tenho enriquecido muito, não do ponto de vista monetário mas cultural. E tenho descoberto pessoas interessantíssimas, algumas sobre as quais, vou aqui penitenciar-me, tinha algum preconceito, como por exemplo a Maria João Lopo de Carvalho que fez uma excelente sessão falando sobre um livro que escreveu sobre a

**“Os moderadores servem para embrulhar uma conversa e dependem muito dos oradores que têm pela frente.**

**Se o orador não for bom, não há volta a dar. E o moderador tem de ter a capacidade de, quando a conversa está a esmorecer, quando as coisas não estão a avançar, tentar encontrar alguma coisa que ajude a que o orador avive, renasça.”**

viagem que Camões fez até à Índia. E ela fez essa viagem. Fotografou todos os sítios, falou com pessoas que atualmente lá vivem e reconstruiu o percurso e foi uma sessão muito interessante. Ela abordou mais os amores e desamores de Camões.

**O que é interessantíssimo.**

Pois é. Ele era um homem apaixonante.

**Um mulherengo?**

Não sei se lhe podemos chamar mulherengo. Foi um homem de grandes paixões.

**Tenho dúvidas de que a forma como estudamos Camões, e na idade em que o fazemos, nos aproxime dele.**

Já várias pessoas referenciaram que, quando se apresenta Camões aos estudantes, nomeadamente aos estudantes do Liceu, apresenta-se de uma forma pesadíssima. A Gisella Cañadero tem um projeto dirigido a jovens e há um jovem que diz os sonetos em rap e claro que isso aproxima muito mais. E ela começa a contar, precisamente, a vida que teve Camões enquanto homem, desde como viveu mas, sobretudo, as questões com o amor e isso torna o escritor mais interessante para as pessoas em geral e os jovens em particular.

**Gosto de conhecer a pessoa que escreve, mas nem sempre resulta em aproximação.**

Nem sempre é bom. Muitas vezes temos grandes desilusões.

**Talvez de uma forma infantil, mas quando descobri que Camões bebia, era mulherengo, escrevia, fiz uma ligação com Bukowski.**

Eu gosto muito de Bukowski mas Camões está num patamar muito superior. É verdade que Bukowski teve aqueles amores e desamores, as dificuldades em sobreviver, empregado dos Correios, uma escrita muito crua, muito direta, muito agitada, enfim...

**Sempre no limite. Marginal.**

Muito marginal, sem dúvida. É preciso muita coragem para se ter esse tipo de vida. Bukowski poderia ter sido, seguramente, um professor de literatura e teria uma vida mais calma.

**Acha que foi uma opção?**

Acredito que este tipo de pessoas faz, claramente, opções de vida. Não conseguem viver naquilo a que podemos chamar ‘um trilhinho mais normal’. São opções que tomam e

que se sentem bem com elas e vão sobrevivendo, seguramente, com dificuldades.

**O conhecimento que cresceu em si sobre Camões e sobre Pessoa, aproximou-o deles ou afastou-o?**

Aproximou-me. Do Camões devo dizer que tinha ficado com a marca do Liceu e por isso estas sessões aproximaram-me substancialmente. Todos conhecemos alguns dos seus poemas de amor, mas ouvir algumas coisas ditas como foram ditas, explicadas como foram explicadas, claramente que aproximam. Talvez tenha chegado o momento de ir reler os Lusíadas que é algo que não faço há muito tempo, e vou fazê-lo começando pelo canto nono A Ilha dos Amores para a coisa ser mais animada. Estou muito mais próximo e curioso sobre a sua obra. Quanto ao Pessoa eu já gostava e gosto da sua poesia. Tem alguns heterónimos que não tenho especial afeto, por exemplo o Ricardo Reis não me dá grande entusiasmo, mas tem poemas magníficos. Acho que Pessoa é fascinante. Escreve em vários registos, uns mais crus, outros mais bucólicos...

**Ele encerra várias personagens. Deveria ser difícil viver com ele mesmo.**

Sim, deveria estar sempre incomodado com ele próprio. ‘Quem é que sou hoje?’, deveria questionar-se diariamente.

**Não acha que quem vai às sessões já tem uma certa ligação com Pessoa ou com Camões? Ou seja, não sei se estamos a conseguir atrair mais pessoas para Camões ou mais pessoas para Pessoa?**

Penso que isso depende dos oradores. É difícil evitar que isso aconteça. Quando se tem uma sessão onde se pergunta ‘Fernando Pessoa foi humorista?’ e se convida o Ricardo Araújo Pereira para ir lá, tem-se a sala a deitar por fora, pessoas mais novas, pessoas mais velhas, pessoas de meia-idade, ou seja, vão todos; quando se tem oradores menos conhecidos temos menos pessoas e as pessoas que vão estão mais interessadas em Camões e ou Pessoa. O segredo é, e não é fácil, encontrar todas as quartas-feiras um orador que seja *tchamm*. Mas em termos médios estou de acordo consigo: é um público que está mais interessado noutras abordagens de Pessoa ou Camões mas que já se interessam por

Pessoa ou Camões. Houve algumas sessões em que essa lógica foi rompida até porque o orador, ele próprio, tem um público que o segue independente do tema que vá falar.

### **E qual é o papel do moderador?**

É o papel de embrulho. Os moderadores servem para embrulhar uma conversa e dependem muito dos oradores que têm pela frente. Se o orador não for bom, não há volta a dar. E o moderador tem de ter a capacidade de, quando a conversa está a esmorecer, quando as coisas não estão a avançar, tentar encontrar alguma coisa que ajude a que o orador avive, renasça.

### **Foi fácil para si aceitar este convite de moderar estas masterclasses?**

Não. Levei algum tempo. Não sou crítico literário, não sou especialista em literatura.

### **Mas é um apaixonado.**

Sim, sou um apaixonado, leio muito, escrevo poesia mas não tenho nenhuma habilitação académica para me habilitar a ser um moderador de um debate académico. Mas não era isso que se pedia. O que se pretendia era algo fora desse quadro mental. Pensei um pouco, mas acabei por aceitar.

### **No primeiro ciclo tivemos o Fernando Pessoa, agora temos Camões, já se sabe qual vai ser o poeta no terceiro ciclo de masterclasses?**

Não sei, mas 2019 é o ano em que a Sophia de Mello Breyner Andresen faria 100 anos e faz-me sentido que seja ela. E ela era uma grande poetisa, tem poemas lindíssimos, tinha uma personalidade um pouco enigmática, que vivia um pouco fora desta terra, uma figura fascinante e um pouco difícil de agarrar. Veremos...

### **Que importância atribui ao papel de uma autarquia, em especial Oeiras, na promoção da cultura, ou seja, na preocupação de dar, de oferecer, de estimular a relação dos seus municípios com a cultura?**

Quando houve, creio que foi nos anos 80, um referendo sobre a regionalização, eu estive do lado daqueles que se opuseram. E porquê? Porque acho que vivíamos todos com a síndrome da Madeira, ou seja, com a possibilidade de se ter muita obra, e quem for à Madeira verá que mudou radicalmente, mas melhorou à custa de passarem uma fatura aos contribuintes do continente. Mas independentemente disso a minha apreciação sobre a regionalização tem vindo a mudar. E isso acontece porque em todas as autarquias existem outras preocupações. Hoje a ideia não é a de se fazer mais rotundas, mas sim recuperar património, integrar as comunidades, desenvolver projetos que possam dar emprego, portanto, há uma nova geração de gestores com novas preocupações nas autarquias e que, neste quadro, as preocupações culturais ganha-

ram um peso central. Creio que Oeiras, sob a direção do Dr. Isaltino Morais teve, numa primeira fase, uma oferta para que empresas se instalassem aqui e preocupou-se com a requalificação do concelho nomeadamente zonas que mereciam essa mesma preocupação como a vila de Oeiras, de Paço de Arcos, e que mantiveram uma traça muito interessante e, depois, já há alguns anos, que venho a apreciar a oferta cultural do concelho. Nota-se que é uma autarquia com grandes preocupações culturais, não só em quantidade mas, sobretudo, em qualidade. Do meu ponto de vista, louvo a Câmara de Oeiras pelo grande trabalho que faz na área cultural e que, claramente, não é um fogacho, é uma política assumida e continuada. A cultura é, também, uma exigência dos munícipes que, de algum modo, têm orgulho no município que lhes proporciona este tipo de atividades.

### **Algures li o seguinte sobre si sobre si: um apaixonado por jornalismo, economia, xadrez, poesia, jazz e pelo Sporting. Sobre o Sporting vou passar à frente para não entrarmos em discussão. Os números casam bem com a poesia?**

Os números casam muito bem com a poesia, só é preciso ter imaginação para pensar neles.

### **O quem vem primeiro?**

A poesia, claro. Muito antes de eu ir para Economia comecei a escrever poesia, umas coisas incipientes, é certo, mas comecei pela poesia. Estava em Angola e fui para Economia porque não havia Direito, senão, o mais provável, era ter ido para Direito. Quando comecei confesso que não tinha uma grande paixão por Economia, mas depois a paixão surgiu. Há uns anos tinha uma página no Expresso sobre economia e resolvi começar a colocar nesse espaço um poema. Na altura o Dr. Balsemão disse: aquilo é engraçado, mas se calhar não faz muito sentido. E eu respondi-lhe: deixe estar que mal não faz. E o que é certo é que a página, não pelos artigos de opinião, mas pela poesia, passei a ter pessoas que mandavam sms e email a dizer: hoje fiz não sei quantos quilómetros para comprar o Expresso e ir ver que poema é que escolheu. Também houve uma vez em que, num Natal, escolhi um poema de Pessoa sobre o Menino Jesus e houve quem me dissesse irritadíssimo: ‘mas porque é que escolheu este poema que destrói a imagem de Jesus?’.

**“Do meu ponto de vista, louvo a Câmara de Oeiras pelo grande trabalho que faz na área cultural e que, claramente, não é um fogacho, é uma política assumida e continuada. A cultura é, também, uma exigência dos munícipes que, de algum modo, têm orgulho no município que lhes proporciona este tipo de atividades.”**

### **Nunca se pode escrever para agradar o leitor, pois não?**

Não, nunca. Isso é uma das coisas que se aprende desde logo. E uma pessoa que tem uma página de opinião e que mete poesia e que a poesia também faz opinião tem de se habituar a nunca conseguir 100% de aprovação. E recebemos desaprovação por parte de quem gosta de economia e de quem gosta de poesia. Mas aquilo que me guia é a poesia que eu gosto. E há uma frase que digo muitas vezes ‘todos os bons poetas têm alguns poemas que não me dizem absolutamente nada e todos os maus poetas têm um poema ou uma frase que me diz qualquer coisa’.

### **Há um poema que é o poema da sua vida? O poema ao qual volta de quando em vez?**

É difícil de escolher (pausa). Assim, de repente, lembro-me muitas vezes de um poema de Jorge de Sena que se intitula Carta aos meus filhos sobre os fuzilamentos de Goya. E tem a ver com a minha vida, porque andei metido em políticas e a lutar pela libertação de Angola e tive colegas que morreram e etc. E nós, na nossa ingenuidade e até na generosidade dos nossos 18 anos, andávamos a lutar por um país melhor, por uma sociedade mais justa. E depois é curioso ver que mundo é que nós deixamos aos nossos filhos. E o poema aborda muito estas questões, e diz ‘houve aqui uns tipos que lutaram para que tu tenhas liberdade e agora tu achas que a liberdade sempre existiu’. Mas não. A liberdade nem sempre existiu e pode voltar a não existir, o que é mais dramático ainda. Todos os dias há coisas que têm de ser alimentadas, assim como o amor, senão vai acabar. É inevitável. Nós damos como adquirido uma série enorme de coisas. Eu dizia sempre aos meus filhos: quando uma pessoa sai de casa de manhã, não é líquido que volte, à noite, para casa.

### **E o que é que isso lhe provoca – a viver intensamente o dia ou apenas o reposiciona perante a volatilidade da vida?**

É mais isso. É ser mais pragmático. Gosto da minha vida. Gosto do que vivi. Mas amanhã tudo pode mudar.





Sim, falamos  
de Atividade  
Física!

# DE PEQUENINO É QUE SE TORCE O PEPINO?

**C**omo deverá ser já do conhecimento do leitor, o Município de Oeiras anda, por estes dias, - entre festividades e afins -, a lançar a nova iniciativa, no âmbito do Desporto e Comportamentos de Vida Saudáveis – os ‘Jogos de Oeiras’. Os “Jogos de Oeiras” pretendem estabelecer um calendário anual de competições informais em diversas modalidades, com participação gratuita. O objetivo principal é a dinamização da prática desportiva em Oeiras, alicerçada nos princípios da participação e diversão, com particular foco nas crianças e jovens, sublinhando a importância da promoção da prática desportiva para a diminuição dos elevados níveis de inatividade física registados no nosso país. Neste âmbito, ao longo de 2019, irão ter lugar mais de 34 competições em 15 modalidades desportivas diferentes, dirigidas maioritariamente a crianças entre os 6 e os 12 anos. (Toda a informação em [www.jogosdeoeiras.pt](http://www.jogosdeoeiras.pt))

E porquê a razão de direcionar este programa para os mais novos? Porque é no período da infância que se adquirem as bases de competências motoras, que perduram para toda a vida. Mas também é nesta fase que se aprende o prazer de estar envolvido em atividades que implicam esforço físico, movimento, resolução de problemas, resiliência, espírito de cooperação, respeito... Uma aprendizagem para a vida!

É notório e sabido que é preciso incentivar a prática desportiva, desde as idades mais tenras. Atualmente, os hábitos de atividade física das crianças e jovens têm vindo a ser alterados devido a novos padrões de comportamento e envolvimento social. Mais tempo dentro de casa, em frente a monitores de diversos tamanhos e funcionalidades, contrastam com jogos lúdicos de exterior, de manipulação e perícia, de exploração do vasto mundo desconhecido, que outrora fizeram parte da memória coletiva de gerações passadas. Este aumento do sedentarismo reflete-se nas taxas crescentes de excesso de peso e obesidade, e suas doenças associadas, nas atuais gerações de crianças e jovens da sociedade ocidental dita civilizada.

As vozes que se levantam contra a inatividade física das nossas crianças e jovens são inúmeras, desde a Organização Mundial de Saúde (OMS)<sup>1</sup>, o Centers for Disease Control (CDC)<sup>2</sup>, a uma escala global; ou a Direção Geral da Saúde (DGS)<sup>3 e 4</sup>, por cá, entre muitos, muitos outros organismos e instituições preocupados com este fenómeno crescente.

A título de curiosidade, sabia que as recomendações emitidas pela Direção Geral da Saúde dirigidas aconselham as crianças, até aos 5 anos de idade, a estarem envolvidos em atividades que integrem algum tipo de atividade física, como brincar, trepar, pedalar ou jogar, mas, sobretudo, que envolvam estar menos tempo sentado, em, pelo menos, 3 horas, distribuídas ao longo do dia? Ou que, pelo menos, 60 minutos do dia das crianças e jovens, entre os 5 e os 18 anos de idade, sejam passados entre a Educação Física Escolar, o transporte ativo para a escola ou casa, a prática desportiva formal ou informal, ou outras formas de movimento?

Dá que pensar, não dá?

A ciência demonstra esta necessidade imperiosa de nos mexermos, assim como a fatalidade associada a não o fazermos. Está na hora de decidir o melhor pelas suas - nossas - crianças. Ponha-as a mexer. E, já agora, mexa-se com elas!

#### Referências

1. Global Recommendations on Physical Activity for Health, World Health Organization, 2010
2. The CDC Guide to Strategies to Increase Physical Activity in the Community, Centers for Disease Control and Prevention, 2011
3. Recomendações de Atividade Física na Infância (até 5 anos), Direção Geral da Saúde, 2018
4. Recomendações de Atividade Física para Crianças e Jovens (5 a 18 anos), Direção Geral da Saúde, 2018



# O ORELHAS

O Orelhas é um restaurante que se situa em Queijas e que oferece comida tipicamente portuguesa. Com uma grande variedade de pratos no menu e vinhos na carta de vinhos, este é um lugar que é obrigatório para quem gosta de comer bem. A sugestão do chefe foi o bacalhau, o que nos parece bem, mas se é um apreciador de cabidela de galinha, não procure mais, é no Orelhas que vai encontrar da boa.

Bom apetite.

Rua Cesário Verde, 80 · Queijas | tel. 214 164 597  
Segunda a sábado, 12h00 às 15h00 e 19h00 às 22h00. Encerra aos domingos.

**Preço médio refeição: 25€**



## BACALHAU ASSADO NO FORNO À ORELHAS

### PARA O REFOGADO

8 a 10 cebolas cortadas às tiras  
150 gr de alho picado  
2 dl de azeite  
4 dl de óleo  
Cominhos, salsa, louro e sal q.b.

### APÓS REFOGAR, ADICIONAR

3 pimentos cortados às tiras  
3 dl de vinho branco  
1 colher de colorau. Depois de levantar novamente fervura retirar do lume.

### MODO DE PREPARAÇÃO

Cozer o bacalhau e as batatas cortadas às rodelas grossas, consoante o número de pessoas. (atenção pois as batatas deverão ficar mal cozidas).  
Montar em camadas:  
Num tabuleiro de ir ao forno, colocar parte da cebolada anteriormente refogada. Que servirá de cama para as batatas onde de seguida vamos colocar as postas de bacalhau passadas por farinha, finalizando com a restante cebolada. Levar de imediato ao forno durante cerca de 55 minutos.

### SUGESTÃO DE ACOMPANHAMENTO

Patrão Diogo Tinto 2015  
Tipo de vinho – Tinto  
Castas – Castelão e Aragonez  
Produtor – Adega Viúva Gomes  
Rota dos Vinhos de Bucelas,  
Carcavelos e Colares

**PVP RECOMENDADO · 6€**





# S. SEBASTIÃO

## O SOLDADO MÁRTIR

A 20 de janeiro celebra-se a festa litúrgica do patrono da peste, da fome e da guerra.

Texto  
ALEXANDRA FERNANDES  
maria.fernandes@cm-oeiras.pt

*Dia de S. Sebastião  
Chorai calaceirinhas,  
Que os dias santos já lá vão*  
(dito popular)

**S**. Sebastião é considerado o terceiro patrono de Roma, logo após S. Pedro e S. Paulo, e é um dos santos mais consagrados no mês de janeiro, com a realização de muitas festas e romarias, um pouco por todo o País, onde é uso a distribuição de manjares cerimoniais, bodos ou leilões de alimentos, numa associação aberta das comunidades em manducações rituais coletivas. As epidemias, fomes e conflitos armados, recorrentes na nossa história, conduziam as populações a apelar ao santo, para que, por sua intersecção junto de Deus, fosse possível acabar com os males que tão dolorosamente os castigavam. Particularmente em relação às situações de fome fazem da preparação dos bodos, ainda hoje, um dos momentos mais participados pelas comunidades nas várias festas celebradas de norte a sul de Portugal.

Dada a forte devoção popular é o santo que mais capelas tem em sua honra, espalhadas pelo nosso País e, no concelho de Oeiras, encontramos em Barcarena uma original capela, datada do século XVI e reconstruída no século XVIII, localizada na travessa 31 de Janeiro, 18, que se encontra classificada como Monumento de Interesse Público – pelo D.R. n.º 179, Série II de 2012-09-14.

Para além do património edificado, destacamos ainda algum do valioso património móvel artístico que se encontra na vila de Oeiras, nomeadamente na capela do Palácio Marquês de Pombal, num dos altares laterais, com uma pintura a óleo, da autoria de André Gonçalves, de 1759, a representar o momento de preparação do martírio do santo, numa situação menos usual e que, por isso mesmo, lhe confere

alguma originalidade. Curiosamente trata-se do santo homónimo de Sebastião José de Carvalho e Melo, seu santo protetor.

Ainda uma outra tela a óleo pode ser observada num dos altares laterais da Igreja matriz de Oeiras, de Miguel António do Amaral, de 1745, com a representação mais comum do santo, ou seja, atado a um tronco e cravado com setas, os seus atributos,

que o tornaram padroeiro dos arqueiros, besteiros e tecelões (as setas têm semelhanças com as grossas agulhas de tapeçarias).





# À VOLTA DA MESA

«O homem põe tanto do seu carácter e da sua individualidade nas invenções da cozinha, como nas da arte.»

Eça de Queirós

Texto

**MARIA JOSÉ AMÂNDIO**  
maria.amandio@cm-oeiras.pt



**N**unca é tarde para despertar o gosto pela cozinha e usufruir de bons momentos de descontração culinária. Para aprender, aperfeiçoar e partilhar o amor pela comida, existe atualmente uma oferta diversificada de academias e cursos de diferentes níveis de aprendizagem e conteúdos.

Nas páginas *web* recomendadas pode encontrar um leque variado de opções que vão desde a gastronomia exótica, a técnicas para principiantes ou ajudas para inovar no quotidiano. São locais dedicados à arte de bem cozinhar a partir de receitas de pão, doces, *cocktails* ou cerveja. Cozinha tradicional ou comida étnica, *thai*, chinesa, japonesa, síria ou grega, macrobiótica, vegetariana, saudável e sem desperdício.

Após um dia cansativo, a rotina exige alguma criatividade no momento de fazer a refeição. E se, em vez de ficar por casa, aproveitar para relaxar e saborear pratos diferentes numa aula de cozinha? Como um verdadeiro *chef*, irá descobrir novas receitas, alimentos, experiências sensoriais, tendências e práticas culinárias.

Por Paço de Arcos, na Rua Manuel Inácio, encontra a clínica da nutricionista Iara Rodrigues onde todas as boas histórias começam à volta de uma mesa. Aí pode conhecer *showcookings* sobre alimentação saudável, frequentar aulas que culminam em convívio e degustação de pratos confeccionados com o apoio do *chef*. Em Oeiras, a Academia *Petit Chef* pretende inspirar todos aqueles que se deliciam entre tachos e sabores. Situada na Av. D. João I, a Cozinha Pedagógica é um projeto da *Chef* Joana Byscaia com o objetivo de transmitir às crianças hábitos de alimentação saudável através de aulas de culinária para crianças ou até mesmo adultos. Siga as nossas recomendações para diferentes experiências gastronómicas à mesa. Vai ter oportunidade de aprender, cozinhar e degustar... Bom apetite!

**Iara Kitchen:** [www.iararodrigues.com/kitchen-workshops](http://www.iararodrigues.com/kitchen-workshops)

**Petit Chef:** [www.petitchef.pt](http://www.petitchef.pt)

**Joana Byscaia:** [www.joanabyscaia.pt](http://www.joanabyscaia.pt)

**Academia Time Out:** [www.timeoutmarket.com/lisboa/academia](http://www.timeoutmarket.com/lisboa/academia)

**Kiss the Cook:** [www.kissthecook.pt](http://www.kissthecook.pt)

**Eeed Me:** [www.feedme.pt](http://www.feedme.pt)

**Maria Granel:** [www.mariagranel.com](http://www.mariagranel.com)

**Mezze:** [www.facebook.com/paoapao.associacao](https://www.facebook.com/paoapao.associacao)

**A. Cozinheiros:** [www.acpp.pt](http://www.acpp.pt)

**A. Nutrição:** [www.apn.org.pt](http://www.apn.org.pt)



## NÓS, LEITORES

O projeto *Nós, Leitores* é um novo projeto do Município de Oeiras desenvolvido pelas suas Bibliotecas Municipais. Neste projeto serão convidados personalidades reconhecidas da sociedade portuguesa que se destaquem na sua atividade profissional/artística, como por exemplo músicos, arquitetos, políticos, atores, desportistas, etc. centrando o foco na sua experiência de leitura, nas suas leituras preferidas e de como estas intervieram na constituição do seu Eu, tanto a nível pessoal como profissional. Contará com colaboração de Ana Daniela Soares Ferreira para mediar e conduzir a conversa. Em janeiro convidámos Ricardo Araújo Pereira e Bárbara Bulhosa.



**RICARDO ARAÚJO PEREIRA  
E BÁRBARA BULHOSA**  
**10 JANEIRO**  
**QUINTA · 21h30**  
Auditório Municipal  
Ruy de Carvalho  
Carnaxide

*Para jovens e adultos.*

**INFORMAÇÕES**  
tel. 210 977 434  
josefina.melo@cm-oeiras.pt

**Ricardo Araújo Pereira** nasceu em Lisboa, em 1974. Licenciado em Comunicação Social pela Universidade Católica, começou a sua carreira como jornalista no *Jornal de Letras*. É guionista desde 1998. Em 2003, com Miguel Góis, Zé Diogo Quintela e Tiago Dóres, formou o grupo humorístico Gato Fedorento. Escreve semanalmente na revista *Visão* e é um dos elementos do programa da TSF *Governo Sombra*. Publicou vários livros de crónicas e humor, o último dos quais *Estar Vivo Aleija*. Coordena a Coleção de Clássicos de Literatura de Humor, que integra autores como Charles Dickens, Denis Diderot e Jaroslav Hasek.

**Bárbara Bulhosa** nasceu em 1972, em Lisboa. É licenciada em História pela Universidade Nova de Lisboa e tem uma pós-graduação em Técnicas Editoriais pela Universidade de Lisboa. Durante oito anos trabalhou na Bulhosa Livreros, uma das maiores cadeias de livrarias em Portugal, onde foi diretora de recursos humanos, relações públicas e responsável pela importação de livros estrangeiros. Em 2005 fundou a Tinta-da-China e, em 2012, a Tinta-da-China Brasil, dirigindo ambas desde então. É responsável pela publicação em Portugal da revista *Granta*, cujo âmbito alargou ao Brasil em 2018, num projeto intitulado *Granta em Língua Portuguesa*. Em 2015, recebeu do Governo a distinção «Mulher Criadora de Cultura».

**Ana Daniela Soares Ferreira** iniciou a carreira na RTP na rádio Antena 2. Realizou programas e emissões especiais para a Antena 1 e 2. Foi gestora de projeto da operação “Toca a todos”, de luta contra a pobreza infantil, promovida pela RTP. Atualmente, na Antena 1, assina a rubrica “À volta dos livros”, e realiza e apresenta o programa “A páginas tantas”, com Inês Pedrosa, Rita Ferro e Patrícia Reis. Desde 2015 apresenta e coordena o programa de divulgação literária “Todas as palavras”, da RTP 3.



Gonçalo Santos

### Sandro William Junqueira

Nasceu em 1974 em Umtali, na Rodésia. Experimentou a música, escultura, pintura. Foi designer gráfico. Diz poesia e trabalha regularmente em teatro, como ator e encenador. Além disso, leciona expressão dramática. É autor de projetos e ateliês de promoção do livro e da leitura. Publicou *O Caderno de Algoz*, *Um Piano para Cavalos Altos*, *No Céu não Há Limões* e *Quando as Girafas Baixam o Pescoço*. Foi um dos onze escritores da novela policial *O Caso do Cadáver Esquisito* e autor de um dos contos da coletânea *Dez Contos para Ler Sentado*. A pensar num público infanto-juvenil publicou *A Cantora Deitada*, *A Grande Viagem do Pequeno Mi* e *As Palavras que Fugiram do Dicionário*.

Para jovens e adultos.

#### INFORMAÇÕES

tel. 210 977 434

josefina.melo@cm-oeiras.pt

**28 FEVEREIRO**  
**QUINTA · 21H30**  
Biblioteca Municipal  
de Oeiras

### Patrícia Reis

Patrícia Reis nasceu em Lisboa, em 1970. Começou a sua carreira jornalística em 1988 no semanário *O Independente*, passando depois pela revista *Sábado* e semanário *Expresso*. Escreveu mais de duas dezenas de livros, entre os quais a coleção infanto-juvenil «Diário do Micas» e dois livros infantis. *A Gramática do Medo*, escrito a quatro mãos com Maria Manuel Viana e *A construção do vazio* são os seus últimos livros. Faz o programa de rádio *A Páginas Tantas* com Inês Pedrosa e Rita Ferro e assina uma crónica semanal no Sapo 24. É diretora da revista *Egoísta*.

**17 JANEIRO**  
**QUINTA · 21H30**  
Biblioteca Municipal  
de Oeiras



Jorge Vaz Gomes

**José Mário Silva** nasceu em Paris, em 1972. Licenciou-se em Biologia na Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, jornalista desde 1993, passou pelo *Diário de Notícias*, RTP2, *Time Out Lisboa*. Neste momento coordena a secção de livros do jornal *Expresso*, além de ser colaborador permanente da revista *Ler*. Publicou dois livros de poemas (*Nuvens & Labirintos*, Gótica, 2001; *Luz Indecisa*, Oceanos, 2009) e um de narrativas curtas (*Efeito Borboleta e outras histórias*, Oficina do Livro, 2008). É autor do *Bibliotecário de Babel*, um dos mais relevantes blogs portugueses sobre literatura.

O *Café com Letras* pretende ser um ponto de encontro entre autores consagrados de língua portuguesa e estrangeira e o seu público. Patrícia Reis e Sandro William Junqueira vão estar à conversa com José Mário Silva, à volta da sua vida e obra.

# CAFÉ COM LETRAS

## GRUPO DE LEITORES

Através de conversas em grupo sobre livros previamente selecionados, pretende-se aumentar o prazer de ler, valorizar a opinião sobre as leituras e salientar a importância das boas experiências de leitura. Os Grupos de Leitores decorrem num ambiente informal, para partilhar opiniões sobre um mesmo livro, conversar sobre a história e descobrir o autor.

#### Venha partilhar as suas opiniões e leituras!

Para jovens e adultos.

#### O Leitor,

de Bernhard Schlink

**8 E 15 JANEIRO**

**TERÇAS · 18H00**

Biblioteca Municipal de Oeiras

#### O meu nome é Lucy Barton,

de Elizabeth Strout

**14 JANEIRO**

**SEGUNDA · 18H00**

Biblioteca Municipal de Carnaxide

#### A Costa dos Murmúrios,

de Lídia Jorge

**8 e 12 FEVEREIRO**

**TERÇAS · 18H00**

Biblioteca Municipal de Oeiras

#### Pedro Páramo

de Juan Rulfo

**11 FEVEREIRO**

**SEGUNDA · 18H00**

Biblioteca Municipal de Carnaxide

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES:** Bibliotecas Municipais · **Oeiras** tel. 214 406 340, maria.moreira@cm-oeiras.pt · **Carnaxide** tel. 210 977 434, josefina.melo@cm-oeiras.pt



## QUEIMAR AS PESTANAS

Porque na época de exames todo o tempo é pouco, e a pensar nos estudantes, as Bibliotecas Municipais em parceria com o Núcleo de Juventude e os Leões de Porto Salvo alargaram os espaços de estudo e o tempo de abertura ao público. Vá ao nosso catálogo, em: <http://catalogo.cm-oeiras.pt>, reserve os livros que precisa para estudar e os mesmos serão entregues no local onde for estudar.

**8 JANEIRO A 28 FEVEREIRO**

**TERÇA A QUINTA · ATÉ ÀS 24H00**

Bibliotecas Municipais de Algés, Carnaxide e Oeiras

### INFORMAÇÕES

BM Algés, tel. 210 977 480/1

BM Carnaxide, tel. 210 977 430

BM Oeiras, tel. 214 406 340/1

## CICLO FIM DO IMPÉRIO

Apresentação do livro “Guerra nos Balcãs - Jihadismo - Conflito e Desinformação”, do Maj. Gen. Carlos Branco, com prefácio do Embaixador Seixas da Costa.

**15 JANEIRO · TERÇA · 15H00**

Livraria-Galeria Municipal Verney .Oeiras

## SESSÃO DE POESIA DA USO SOBRE “NATÁLIA CORREIA”

por Margarida Branquinho

**19 JANEIRO · SÁBADO · 16H00**

Livraria-Galeria Municipal Verney .Oeiras

## SERÃO DE CONTOS “HISTÓRIAS QUE FAZEM RIR”

Contos tradicionais do Brasil, com histórias engraçadas e personagens envoltos em aventuras inusitadas. Essas narrativas costumam envolver crianças e adultos, tanto pela cadência sonora das rimas e ditados populares, como pelo conteúdo bem-humorado dos enredos. Tamara Bezerra: Educadora, contadora, escutadora e inventora de histórias. Conta contos a partir da poética da literatura de tradição oral do Brasil, e vive de lá para cá, de cá para lá; em travessias sopradas pelo vento que sabe muitas histórias e as espalha pelo mundo. A narradora reúne contos de diversa natureza, em serões para toda a gente que gosta de viajar sem sair do lugar.

*Para público familiar.*

**15 FEVEREIRO · SEXTA · 21H30**

Biblioteca Municipal de Oeiras

### INFORMAÇÕES

BM Oeiras - Sector Infantil

tel. 214 406 342, [infantil.bmo@cm-oeiras.pt](mailto:infantil.bmo@cm-oeiras.pt)

## DA MÚSICA ÀS PALAVRAS

Lançamento do livro de Fátima Pissarra.

**23 FEVEREIRO · SÁBADO · 15H00**

Livraria-Galeria Municipal Verney · Oeiras

## JÁ NÃO HÁ CORNOS NEM LOBO MAU NEM BESTAS APRIORÍSTICAS

Texto

**ALEXANDRA LEITE**

[escritaemoeiras@gmail.com](mailto:escritaemoeiras@gmail.com)

**A**s Fábulas de La Fontaine as de Fedro e todas em que a descrição de um entendimento menos que holístico ponha em causa a integridade apriorística da referência a qualquer animalia, promete longos anos de debate. Quanto mais não seja pelo sentido de humor que é acervo do riso de um povo, neste caso o português, que não é de perdoar roubos ao património gratuito de cada um. Está bem que a tradição já não é o que era e os italianos de Roma já não lançam cristãos aos leões nem os ingleses perseguem a cavalo raposas indefesas depois de beberem um Porto de Honra. A tortura de animais em arena, sejam eles bois vacas galos ou cães, é à falta de melhor adjetivo, horrível. Agora a extemporalidade da demanda do PAN na Assembleia, parece quase estar a desejar cair de propósito no ridículo pela falta de visão que uma lei a proibir a expressões como, “agarrar o boi pelos cornos”, implica. É apenas referente à escrita ou também se estende à comunicação oral? Quais as coimas a aplicar em caso de infração? Será do género 25 euros por ausência de licença municipal de canídeo ou algo mais substancial? Frases como “boa como o milho” ou “grande avião” também são abrangidas? Qual será no futuro a metáfora permitida por lei? Porque um país que necessita legislar vigiar e punir a este nível, diz de si ser muito pouco. Antes de punir talvez fosse bom sensibilizar, e ler. Porque não passar uma vista de olhos pela Judith Butler e o seu “Feminismo e subversão de identidade” ou pelos livros de Michel Foucault “Microfísica do Poder” e “Vigiar e Punir”.

Ler, fazer o intertexto com as fábulas, histórias de animais e com os filmes da Disney (os anteriores a 2000, ainda politicamente incorretos), e já agora, o Tubarão 1,2,3 e 4 e depois com calma mudar as mentalidades, a não ser é claro que partamos para a revolução.







**Fernando Pessoa:  
Hermetismo, Gnose e Alquimia**

# III JORNADAS DE HISTÓRIA, FILOSOFIA HERMÉTICA E PATRIMÓNIO SIMBÓLICO

Ciência das Religiões · Investigação  
em Gnose e Esoterismo Ocidental

A Linha de Investigação em Gnose e Esoterismo Ocidental, da área de Ciência das Religiões da Universidade Lusófona homenageia Fernando Pessoa nesta terceira edição das Jornadas de História, Filosofia Hermética e Património Simbólico, colocando em foco a importância das heranças do Hermetismo, do pensamento gnóstico, da filosofia alquímica na obra pessoana, especialmente naquilo que tem vindo a ser trazido à luz do dia do imenso espólio de produção literária e filosófica.

Porque Fernando Pessoa se definia como “cristão gnóstico”? Porque dedicou tantos poemas à alquimia rosacruz, e à compreensão hermética e neoplatónica da vida? Porque veio a público em defesa da maçonaria? Nestas Jornadas iremos conhecer o trabalho dos investigadores na área do pensamento pessoano. Teremos também intervenções artísticas para melhor compreender esse universo/multiverso de Pessoa.

Organização científica de Rui Lomelino de Freitas e Fabrizio Boscaglia

**16 FEVEREIRO  
SÁBADO . 11H00 ÀS 18H00**

Livraria-Galeria Municipal Verney · Oeiras

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (20€)**

Livraria-Galeria Municipal Verney  
tel. 214 408 329 · fernanda.marques@cm-oeiras.pt  
maria.rijo@cm-oeiras.pt

## TERTÚLIA CULTURAL DE OEIRAS

Livraria-Galeria Municipal Verney · Oeiras

**Será que as plantas comunicam entre si?**

por Carlos Abreu

**9 JANEIRO · QUARTA · 16H00**

**Regresso ao serviço militar obrigatório**

por General António Gil

**6 FEVEREIRO · QUARTA · 16H00**

## QUINTAS-FEIRAS CULTURAIS

Livraria-Galeria Municipal Verney · Oeiras

**Oeiras, passado e presente**, pelo CENCO

**10 JANEIRO · QUINTA · 16H00**

**Envelhecimento bem sucedido**, por Carlos Vaz

**24 JANEIRO · QUINTA · 16H00**

**Educação Ambiental: Gestão de Consumos do Planeta**

por Carlos Borges Pereira, numa sessão a cargo da USO.

**21 FEVEREIRO · QUINTA · 16H00**

# CLÁSSICOS EM OEIRAS

## CONCERTO DE ANO NOVO

Obras de vários compositores.

Com a Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras, dirigida pelo maestro Nikolay Lalov.

**5 JANEIRO · SÁBADO · 18H00**  
Auditório Municipal Ruy de Carvalho  
Carnaxide

## RECITAL “PIANO DUO SCHIAVO-MARCHEGIANI”

W. A. Mozart · Sonata em Dó Maior K521  
J. Brahms · Cinco Danças Húngaras  
W. A. Mozart · Sonata em Ré Maior K381  
Fr. Schubert · Oito Variações numa Canção  
Francesa Op. 10 D. 624

G. Rossini · Abertura de “A Pega Ladra”  
Com Schiavo-Marchegiani duo de piano.  
**26 JANEIRO · SÁBADO · 18H00**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras

## CONCERTO “SINFONIA CONCERTANTE”

A. Vitorino d’ Almeida · Cabeças na Lua  
(Obra encomendada pela OCCO)  
J. Haydn · Sinfonia N.º 105 Si Maior Hob I:105 “Concertante”  
F. Mendelssohn · Sinfonia N.º 3 em Lá menor Op. 56 “A Escocesa”  
Com Marija Mihajlovic (violino),  
Fernando Costa (violoncelo), Filipe Freitas (oboé), Catherine Stockwell (fagote) e a Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras, dirigida pelo maestro Nikolay Lalov.  
**2 FEVEREIRO · SÁBADO · 18H00**  
Auditório Municipal Ruy de Carvalho  
Carnaxide

## CONCERTO SERENATA

L. V. Beethoven · Serenata para flauta, violino e viola  
Al. Roussell · Trio para flauta, viola e violoncelo  
Fr. Schubert · Quarteto para flauta, violino, violoncelo e guitarra.

Com solistas da Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras.  
**23 FEVEREIRO · SÁBADO · 18H00**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras

Para maiores de 6 anos. · **INFORMAÇÕES:** tel. 214 408 565 · **BILHETES À VENDA:** nos locais habituais · 3€ · **RESERVAS:** 1820 (24 horas)



Masterclass

## História do Cinema

FILMES QUE EU AMO  
II SÉRIE

Orientada por Lauro António

Auditório Municipal Maestro César Batalha · Galerias Alto da Barra, Oeiras

Foi Giovanni Boccaccio quem afirmou “O amor é de uma natureza tal que quanto mais se ama mais se deseja amar”. Amar alguém ou amar uma obra de arte. Amar um filme. Quanto mais se aprende a amar um, mais se colocam na lista dos nossos amores. Depois de uma primeira masterclass em que apresentei 60 filmes que amo, numa seleção obviamente pessoal, durante um ano que correu magnificamente em teros de público, tanto em adesão como em entusiasmo, com sucessivas sessões esgotadas, eis que surge uma nova masterclass subordinada à mesma designação, parte 2. Mais 50 títulos da minha especial predileção, o que permite uma escolha diversificada, por países, géneros, estéticas, épocas... (...) Muitas são as obras-primas que eu amo e que são marcos absolutos da História do Cinema Mundial, assim como haverá outras mais subjetivas, menos conhecidas, que são um desafio ao espectador. (...) De resto, teremos muito e muito bom cinema, da comédia ao drama, do policial ao western, do musical ao terror, do mudo ao sonoro, dos EUA ao Japão, de França a Itália, da Alemanha à China, de Bergman a Wenders, de Wilder a Fellini, de Visconti a Oshima.

Lauro António, Dezembro de 2018

**8 JANEIRO · TERÇA · 16H30**

**2001, ODISSEIA NO ESPAÇO** (2001: A Space Odyssey), de Stanley Kubrick (EUA, 1968), com Keir Dullea, Gary Lockwood e William Sylvester; 149 min.

**15 JANEIRO · TERÇA · 14H00 E 16H30**

**À BEIRA DO ABISMO** (The Big Sleep), de Howard Hawks (EUA, 1946), com Humphrey Bogart, Lauren Bacall e John Ridgely; 115 min.

**22 JANEIRO · TERÇA · 14H00 E 16H30**

**À BEIRA DO MAR AZUL** (U samogo siniego morya), de Boris Barnet, Samad Mardanov (URSS, 1936), com Alexei Dolinin, Sergey Komarov e Lyalya Sateyeva; 71 min.

**29 JANEIRO · TERÇA · 16H30**

**AMADEUS** (Amadeus), de Milos Forman (EUA, 1984), com F. Murray Abraham, Tom Hulce e Elizabeth Berridge; 160 min.

**5 FEVEREIRO · TERÇA · 14H00 E 16H30**

**UM AMERICANO EM PARIS** (An American in Paris), de Vincente Minnelli (EUA, 1951), com Gene Kelly, Leslie Caron e Oscar Levant; 114 min; M/ 6 anos.

**12 FEVEREIRO · TERÇA · 14H00 E 16H30**

**OS AMIGOS DE ALEX** (The Big Chill), de Lawrence Kasdan (EUA, 1983), com Tom Berenger, Glenn Close e Jeff Goldblum; 105 min; M/ 16 anos.

**19 FEVEREIRO · TERÇA · 14H00 E 16H30**

**O ANJO AZUL** (Der blaue Engel), de Josef von Sternberg (Alemanha, 1930), com Emil Jannings, Marlene Dietrich e Kurt Gerron; 106 min.

**26 FEVEREIRO · TERÇA · 16H30**

**A ÁRVORE DOS TAMANCOS** (L'albero degli zoccoli), de Ermanno Olmi (Itália, 1978), com Luigi Ornaghi, Francesca Moriggi e Omar Brignoli; 186 min.

*Para maiores de 12 anos (excepto quando assinalado)*

Entrada gratuita, limitada aos lugares disponíveis.

Entrega de ingressos a partir das 13h45 (1ª sessão) e 15h30 (2ª sessão), máximo 4 por pessoa e válidas até 10 min. após o início das sessões.

O programa pode ser alterado por qualquer motivo imprevisto.

**INFORMAÇÕES**

tel. 214 408 565/24  
dc@cm-oeiras.pt



# “2 VISÕES, 2 EXPRESSÕES” DE DENIS CAVALCANTI E EDUARDO SÉRGIO

Mostra de obras plásticas que expressa a mundividência destes dois artistas: a sua caminhada na busca para o sentido da existência que é constantemente recriada e que reinventada.

**INAUGURAÇÃO**  
**12 JANEIRO**  
**SÁBADO**  
**16H00**

**15 JANEIRO A 9 MARÇO**  
**TERÇA A SEXTA**  
**11H00 ÀS 18H00**  
**SÁBADOS**  
**12H00 ÀS 18H00**

**Encerra aos Feriados**  
Livraria-Galeria Municipal Verney  
Oeiras



## GUARDIÃS DE LENA GAL

Uma viagem ao universo feminino, através de quatro núcleos diferenciados, onde Lena Gal leva-nos ao mundo de diversas personagens mitológicas passando, também, pelo feminino na pesca com as mulheres que fizeram dessa faina a sua profissão; caminhando, ainda, pela ruralidade onde a mulher assume o papel da mãe terra; e, por fim, cruzando trilhos onde a natureza que é por si mesma feminina, nos é revelada através de figuras que assumem um carácter antropomórfico.

**Encerramento da exposição**, com testemunho de uma pescadora, acompanhado de momento musical.

**5 JANEIRO · SÁBADO · 15H00**

**ATÉ 5 JANEIRO**  
**TERÇA A SÁBADO**  
**12H00 ÀS 18H00**

**Encerra aos feriados.**  
Centro Cultural Palácio do Egipto  
Oeiras

**INFORMAÇÕES:** tel. 214 408 391 (gabinete técnico) · tel. 214 408 781 (loja)

# PROCURO O HOMEM DA MINHA VIDA. MARIDO JÁ TIVE

*Para maiores de 16 anos.*

**30 JANEIRO A 3 MARÇO**  
**QUARTAS A SÁBADOS · 21H30**  
**DOMINGOS · 16H00**  
Auditório Municipal Eunice Muñoz  
Oeiras

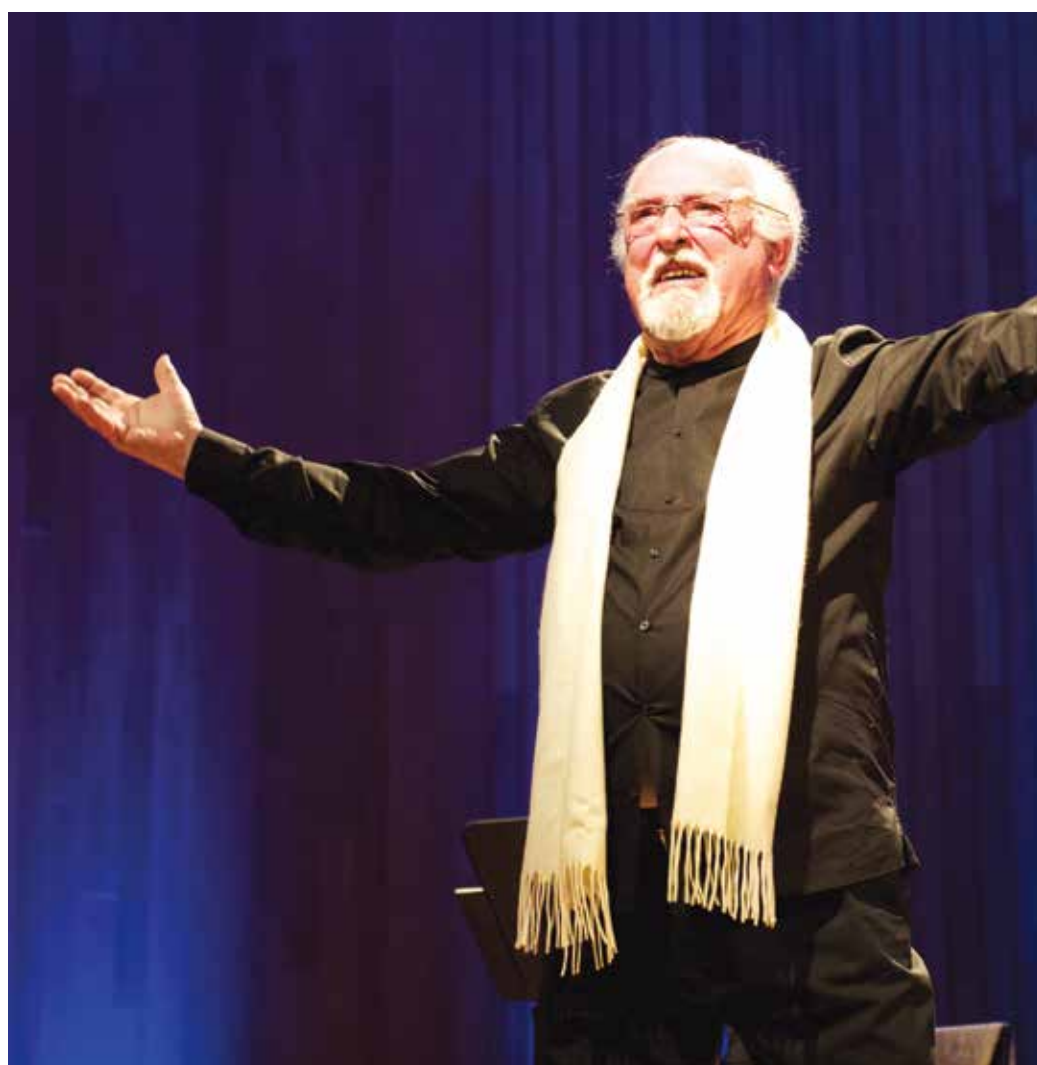
Uma comédia divertida onde três mulheres falam com toda a liberdade das suas vidas e tentam encontrar um homem ideal para um final feliz... Mas... Afinal não é uma tarefa fácil encontrar o homem ideal nos dias de hoje... Mas onde andam os Homens????

Uma obra da escritora Daniela di Segni que se tornou um best-seller mundial chega agora a Portugal pela Dramax Oeiras.  
Com Sónia Brazão, Paula Marcelo e Marisa Carvalho.  
Direção de Celso Cleto.

**Bilhetes à venda** (plateia e balcão 12,50€; grupos a partir de 8 pessoas, amigos DRAMAX, estudantes até 25 anos, seniores maiores de 65 anos e profissionais do espetáculo 7,50 €)  
Auditório Municipal Eunice Muñoz (quarta a sexta, 18h00 às 22h00, sábados e domingos, 14h00 às 18h00) e locais habituais.

#### INFORMAÇÕES E RESERVAS

tel. 935 099 040 · 214 408 411 · 1820 (24 horas)  
bilheteira@dramaxoeiras.com · www.dramaxoeiras.com



Uma homenagem ao teatro, música e poesia portuguesas que reúne três gerações de actores, uma fadista e dois músicos ao redor de Ruy de Carvalho. Assinado por Paula Carvalho e Paulo Mira Coelho, o espectáculo recorda uma mão cheia de poetas, numa viagem entre a récita e o concerto, sem esquecer o teatro - Gil Vicente, Camões, Bocage, Pedro Homem de Mello e José Luís Gordo, Zeca Afonso, Ary dos Santos, Florbela Espanca ou José Luís Tinoco serão ditos, tocados e cantados no palco, mas também terão o eco das vozes da plateia, numa íntima partilha de emoções entre público e intérpretes.

Não é o teatro apenas a estar presente, através dos desempenhos de João de Carvalho, Adelaide Sofia e Guilherme Madeira, mas também o som do espectacular acompanhamento da guitarra portuguesa do professor Ricardo Gama e da viola clássica de João Correia.

#### INFORMAÇÕES

tel. 214 408 582/24  
paulo.afonso@cm-oeiras.pt

# TROVAS & CANÇÕES

## ACTORES, POETAS E CANTORES

**2 FEVEREIRO**  
**SÁBADO · 21H30**

Sociedade de Instrução Musical de Porto Salvo  
Entrada livre, limitada à lotação da sala.





# OS IGNORANTES

Um espetáculo sobre a ignorância que a pessoa tem de si mesma. A história é simples: filho único, criado só pelo pai, é atingido por uma bala perdida disparada do bar em frente à casa onde mora. O comportamento dos personagens envolvidos neste incidente revela a sua ignorância a respeito das suas mais profundas motivações. “Os Ignorantes” é essencialmente um divertimento para todos, tendo como assunto esta característica do ser humano que é ignorar-se a si mesmo em alguma medida; qual seja: ignorar que se ignora.

*Para maiores de 18 anos.*

**11 JANEIRO A 23 FEVEREIRO**  
**SEXTAS E SÁBADOS · 21H30**

Teatro Independente de Oeiras

Edifício Parque Oceano, Rua Dr. José Joaquim de Almeida, 2  
Santo Amaro de Oeiras

**BILHETES E RESERVAS** (15€)

tel. 214 406 878 · [billheteira@teatrodeoeiras.com](mailto:billheteira@teatrodeoeiras.com)  
e lugares habituais

# SARAVÁ PALAVRÁ

Uma homenagem à cultura oral africana e à riqueza sonora da língua portuguesa, através de uma performance poética imersiva. No mesmo espaço o público, o ator-performer, o batuque afro e a expressão rítmica do corpo transformam um conjunto de manifestações culturais de origem afro-brasileiras numa experiência poética, com o caráter exclusivo de um ritual cénico multidisciplinar cruzando as linguagens da palavra, da música e da dança.

*Para maiores de 12 anos.*

Entrada livre, sujeita à lotação da sala.

**18 E 25 JANEIRO**  
**SEXTAS · 21H30**

Templo da Poesia . Oeiras



# • Roteirinho •

## Teatro Infantil

### VAMOS FAZER O FUTURO

Uma peça infanto-juvenil que, face à evolução e tendências que vamos observando, nos interroga sobre a “melhor” forma de construir esse mesmo futuro. Duas questões principais levaram a sua construção: as novas formas de comunicação humana e a preservação da natureza. Com João José Castro, Mafalda Aragão, Miguel de Almeida, Pedro Beirão, Teresa Forjaz, Teresa Neves e Fernando Tavares Marques (voz off).

**SÁBADOS · 16H00**  
**DOMINGOS · 11H00**

Auditório Municipal  
Lourdes Norberto,  
Linda-a-Velha

#### INFORMAÇÕES E RESERVAS

Intervalo  
Grupo de Teatro  
tel. 214 141 739  
intervaloteatro@gmail.com  
facebook.com/IntervaloTeatro



### NEM SIM, NEM NÃO

Uma peça de teatro infantil de Graziella Morretto e Pedro Cardoso, dedicada ao público de todas as idades. O espectáculo conta a história de uma jovem que, como tantas mundo fora, tem que começar a trabalhar cedo como empregada doméstica para ajudar a família. Ela consegue dois empregos; o primeiro, numa casa em que tudo pode: a casa do Sim. A outra é a casa do Não, onde tudo é proibido, principalmente dizer sim. Por ter que cuidar de crianças, ela aprende a contar histórias. É uma história, contada à moda antiga com dados novos. E com muito humor.

*Para maiores de 6 anos.*

**12 JANEIRO A 24 FEVEREIRO**  
**SÁBADOS E DOMINGOS · 15H30**

Teatro Independente de Oeiras  
Edifício Parque Oceano, Rua Dr. José  
Joaquim de Almeida, 2, Santo Amaro de  
Oeiras

#### BILHETES E RESERVAS:

(9€ individual, 32€ pack família)  
tel. 214 406 878  
bilheteira@teatrodeoeiras.com  
e lugares habituais

### H2ÓÓ

No princípio era a água, era o embalo, o aconchego. Depois as brincadeiras, o chapinhar do banho, a magia das gotas, o som do mar, o frio nos pés ao tocarem as ondas. A água é o primeiro ninho do bebé, é maternal por natureza, um colo que ele reconhece ao primeiro suspiro. Os olhos fecham, o som adormece, os salpicos transformam-se em magia. O mundo dos sonhos está em estado líquido, puro e cristalino. H2óó vai acordar..

*Para todos.*

**ATÉ 24 DE FEVEREIRO**  
**DOMINGOS · 11H00**

Teatro Independente de Oeiras  
Edifício Parque Oceano,  
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, 2, Santo Amaro  
de Oeiras

#### BILHETES E RESERVAS

(7,50€ individual, 20€ pack família)  
tel. 214 406 878 · bilheteira@teatrodeoeiras.com e lugares habituais





# Bibliotecas Municipais

Algés, Carnaxide e Oeiras



## HISTÓRIAS DE IDA E VOLTA FAMÍLIAS

Contos compartilhados pelos contadores do projeto “Histórias de Ida e Volta”, para animar os sábados de pais, filhos, avós e netos.

*Para crianças a partir dos 4 anos e suas famílias*

**5, 12 E 26 JANEIRO  
2, 9, E 23 FEVEREIRO  
SÁBADOS · 16H00**

Biblioteca Municipal de Oeiras

## CANTO DE COLO

Quem disse que as bibliotecas municipais não são lugares de cantar, dançar e brincar?  
No nosso Canto de Colo juntamo-nos para trazer a alegria de estarmos juntos, em comunidade, criando um tempo de relação relaxada e brincalhona entre as famílias presentes, bem como um espaço para trocar ideias, partilhar saberes e descobrir outras formas de estar em família nas bibliotecas – sempre à volta dos cantos, contos e jogos tradicionais.

*Para pais, avós, bebés e crianças até aos 3 anos.*

**12 JANEIRO E 9 FEVEREIRO  
SÁBADOS · 10H30 ÀS 11H30 E 11H30 ÀS 12H30**  
Biblioteca Municipal de Algés

**26 JANEIRO E 16 FEVEREIRO  
SÁBADOS · 10H30 ÀS 11H30 E 11H30 ÀS 12H30**  
Biblioteca Municipal de Oeiras

(\*) Mediante inscrição.

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES**  
Bibliotecas Municipais - Sector Infantil  
**Algés** · tel. 210 977 480/1  
infantil.bma@cm-oeiras.pt  
**Carnaxide** · tel. 210 977 430  
infantil.bmc@cm-oeiras.pt  
**Oeiras** · tel. 21 440 63 42  
infantil.bmo@cm-oeiras.pt

# Museu da Pólvora Negra

Fábrica da Pólvora de Barcarena

## Actividades livres

À venda na Recepção/Loja da Fábrica da Pólvora

### GUIAS DE EXPLORAÇÃO DESCOBRIR E COLORIR! O Património da água na Fábrica da Pólvora

Guia familiar de exploração livre, que dá a conhecer este património singular de uma forma atrativa e emocionante, tornando a sua descoberta numa grande aventura.  
*Para famílias com crianças dos 7 aos 11 anos.*  
2€

### GUIA FAMILIAR ÀS VOLTAS NA FÁBRICA

Guia familiar de exploração livre, que dá a conhecer a Fábrica da Pólvora.  
*Para famílias com crianças dos 7 aos 11 anos.*  
1,50 €

### AVENTURAS NA FÁBRICA DA PÓLVORA Nº 1 DESCOBRI A PÓLVORA!

Um Engenho de Galgas, a Santa Bárbara, o polvorista e uma série de animais tornam a descoberta da Fábrica numa aventura!  
*Para crianças dos 6 aos 12 anos.*  
1,50 €

#### INFORMAÇÕES

Museu da Pólvora Negra  
Fábrica da Pólvora de Barcarena  
tel. 210 977 422/3/4  
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt



## E ainda ...

### CONCERTO DIDÁTICO

Programa a indicar, com direção artística e comentários do Maestro Nikolay Lalov.

*Entrada gratuita. · Para maiores de 6 anos.*  
**24 FEVEREIRO · DOMINGO · 11H00**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras



# VISITA ENCENADA HISTÓRIAS EM CENA

Jocelina, uma criada, atrevida e curiosa, é surpreendida com a chegada de convidados que não esperava. Mais dada à conversa do que ao trabalho que a sujeita, conduz o grupo através dos diversos espaços da casa, que tão bem conhece, desvelando a vida e histórias de seus amos, que se encontram fora. Mas há quem esteja ocupado a preparar um serão dedicado aos donos da casa. Entre a poesia e os jogos nos jardins, o público é chamado a testemunhar e até a participar nestas diversões próprias das quintas de recreio do século XVIII. Conceção e orientação de Cantiga d'alba.

**15 E 29 JANEIRO, 5 E 19 FEVEREIRO**  
**TERÇAS · 10H30 ÀS 12H00**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras  
*Para escolas 1º, 2º, 3º ciclo e secundário.*

**19 JANEIRO E 16 FEVEREIRO**  
**SÁBADOS · 15H00 ÀS 16H30**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras  
*Para crianças a partir dos 6 anos,  
jovens e adultos 5€*



## SARAU MUSICAL E POÉTICO DO SÉCULO XVIII

O sarau musical e poético pretende recriar uma Assembleia, num ambiente galante próprio desta segunda metade do século XVIII, onde sobressairá a música e a poesia. Este consistirá na actuação de quatro músicos (três instrumentistas e voz), que interpretarão modinhas do século XVIII e música instrumental barroca. Em interação com os músicos e o público, três personagens nobres recitarão alguns poemas da época, encarnado o papel de anfitriões da casa de Pombal. A estas, juntam-se duas damas da casa, a enquadrar e compor este momento galante.

**19 JANEIRO**  
**SÁBADO · 17H30 ÀS 18H30**  
Palácio Marquês de Pombal · Oeiras

*Para jovens e adultos.*  
5€, desconto 25% bilhete de grupo  
(a partir de 4 pessoas).



TEATRO

# “O FRANCÊS EM LONDRES”

## DE M. BOISSY

A peça *O Francês em Londres*, de Louis de Boissy, foi levada à cena inúmeras vezes durante o século XVIII e representada no Palácio Marquês de Pombal, em Oeiras, no dia do aniversário do Marquês a 13 de Maio de 1767. Trata-se de uma comédia em um ato, que dá ênfase a características sociais e culturais da época, pondo em confronto a cultura e os costumes franceses e ingleses, no século XVIII, através da tipificação das figuras. O enredo simples revela-nos um precioso retrato deste período, em que os usos e a moda franceses dominavam a Europa, não sem soberba. É entre a cortesia francesa e o bom senso inglês que o texto e as figuras se debatem. Através do cómico gerado pelo confronto entre costumes muito distintos, esta peça oferece uma valiosa lição sobre aspetos culturais e sociais do século XVIII, que, também em Portugal, geraram controvérsia.

Produção de Cantiga d'alba.

### INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

A participação nas atividades requer inscrição prévia.

Receção · bilheteira do Palácio Marquês de Pombal (terça a domingo, 10h00 às 18h00)  
tel. 214 430 799 · [servicoeducativo.palacio@cm-oeiras.pt](mailto:servicoeducativo.palacio@cm-oeiras.pt)

**23 FEVEREIRO**  
**SÁBADO · 21H30 ÀS 23H00**

Palácio Marquês de Pombal · Oeiras

*Para jovens e adultos, não é permitida a entrada a menores de 6 anos.*  
12€, descontos 25% bilhete de grupo (a partir de 4 pessoas).





# CHEGARAM OS JOGOS DE OEIRAS!

Os Jogos de Oeiras são uma iniciativa municipal que visa a dinamização da prática desportiva em Oeiras, alicerçada nos princípios da participação e diversão, com particular foco nas crianças e jovens, entre os 6 e os 12 anos. Estes pretendem estabelecer um calendário anual de competições informais - regulares e pontuais-, em diversas modalidades, como o atletismo, futebol, futsal, andebol, basquetebol ou natação. Para além destes encontros regulares, existirão ainda outros momentos de experimentação e divulgação de modalidades, denominados de encontros pontuais, os quais serão abertos a toda a população, em que o objetivo é integrar a participação dos mais novos com os seus progenitores e familiares.

A participação nos Jogos de Oeiras é gratuita, mediante inscrição prévia.

## INFORMAÇÕES

tel. 215 935 239 · info@jogosdeoeiras.pt  
www.jogosdeoeiras.pt

### 13 JANEIRO · DOMINGO · 9H30

#### Andebol

Pavilhão EB 2,3 Aquilino Ribeiro · Talaide

#### Futebol

Complexo Desportivo de Porto Salvo

#### Atletismo

Polidesportivo coberto do Valejas Atlético Clube

### 27 JANEIRO · DOMINGO · 9H30

#### Basquetebol

Pavilhão Jesus Correia · Paço de Arcos

#### Futsal

Polidesportivo coberto do Grupo Desportivo Unidos Caxienses

#### Natação

Piscina Jamor

### 10 FEVEREIRO · DOMINGO · 9H30

#### Andebol

Pavilhão EB 2,3 Noronha Feio · Queijas

#### Futebol

Estádio Municipal Mário Wilson

#### Atletismo

Polidesportivo GRD "Os Fixes"

### 24 FEVEREIRO · DOMINGO · 9H30

#### Basquetebol

Pavilhão ES Camilo Castelo Branco  
Carnaxide

#### Futsal

Pavilhão EB 2,3 Vieira da Silva  
Carnaxide

#### Padel

local a confirmar





## Ténis

### Masters Anuais de Seniores

4 A 6 JANEIRO

Complexo de Ténis do Jamor

### Masters Anuais de Veteranos

11 A 13 JANEIRO

Complexo de Ténis do Jamor

#### INFORMAÇÕES

Federação Portuguesa de Ténis  
tel. 214 151 356 · geral@fptenis.pt

## Tiro com Arco

### Campeonato Nacional Universitário de Tiro com Arco Indoor

23 FEVEREIRO

SÁBADO · 12H00 ÀS 18H00

Pavilhão Celorico Moreira . Miraflores

#### INFORMAÇÕES

Associação Desportiva do Ensino Superior de Lisboa  
tel. 217 935 327

### Campeonato Nacional de Sala de Tiro com Arco

24 FEVEREIRO

DOMINGO · 8H00 ÀS 19H30

Pavilhão Celorico Moreira . Miraflores

#### INFORMAÇÕES

Federação Portuguesa de Tiro com Arco  
tel. 214 199 028 · fpta@fpta.pt

# CORRIDA ALLIANZ COM OS CAMPEÕES

## Campeonato Nacional de Estrada 10 km

Oeiras e o Estádio do Jamor recebem pelo terceiro ano consecutivo, a Corrida Allianz com os Campeões, que volta a integrar o Campeonato Nacional de Estrada. O percurso desenhado entre o Estádio do Jamor e a Avenida Marginal, totaliza uma distância de 10 km, onde os participantes têm contacto com o verde da mata do Jamor e o azul do Rio Tejo.

As inscrições decorrem até 9 de Janeiro e estão garantidas as presenças dos melhores atletas portugueses da atualidade. Esta é uma boa oportunidade para correr com os nossos campeões.

**12 JANEIRO**  
**SÁBADO · 14H30**  
Av. Pierre de Coubertin  
Cruz Quebrada

#### INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Federação Portuguesa de Atletismo  
www.corrercomoscampeoes.pt



## TROFÉU CMO Corrida das Localidades

#### INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES (gratuitas)

<https://trofeu.cm-oeiras.pt/homepage.aspx>

#### INFORMAÇÕES

CM Oeiras - Divisão de Desporto  
tel. 214 408 540, ddesporto@cm-oeiras.pt

#### Grande Prémio de Atletismo de Valêjas

13 JANEIRO · DOMINGO · 9H30

Organização do Valêjas Atlético Clube

#### Grande Prémio de Atletismo de Queluz de Baixo

3 FEVEREIRO · DOMINGO · 9H30

Organização do Grupo Recreativo e Desportivo 'Os Fixes

#### Grande Prémio de Atletismo da Ribeira da Lage

24 FEVEREIRO · DOMINGO · 9H30

Organização do Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da Lage



## CURSO DE CONSERVAÇÃO E RESTAURO

Cursos que abordam os conceitos básicos da conservação e restauro, atribuindo as competências necessárias ao formando para desenvolver trabalhos de restauro com recurso a materiais específicos.

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES** (60€)  
ritamgroque@yahoo.com

### Cerâmica

com Rita Roque

**TERÇAS OU QUARTAS · 14H30 ÀS 17H00**

### Pintura sobre tela

com Giovanna Dré

**TERÇAS · 10H30 ÀS 13H00**

**QUINTAS · 14H30 ÀS 17H00**

## PÉS D'ARTE WORKSHOP DE PINTURA EM SAPATOS

Duas manhãs divertidas e muito criativas, com Maria João Carmo. ! Se guarda em casa um par de botas, botins ou um par de luvas que gosta muito mas estão estragadas do uso, tem neste workshop a oportunidade de as transformar em peças de arte. Personalizando o seu calçado ou as suas luvas dando-lhes um *new look*.

**10 E 20 JANEIRO**

**16 E 17 DE FEVEREIRO**

**SÁBADO E DOMINGO · 10H30 ÀS 13H00**

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES** (45€)  
ritamgroque@yahoo.com



## WORKSHOPS DE PRODUTOS BIOLÓGICOS

com Joana Cunha

### Sabão para nodos difíceis, detergente em pó e ambientador

**12 JANEIRO · SÁBADO · 14H30 ÀS 17H00**

### Esfoliente, desodorizante e creme para o corpo

**2 FEVEREIRO**

**SÁBADO · 14H30 ÀS 17H00**

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES** (25€)  
ritamgroque@yahoo.com

## ESTUDO DO SIMBOLISMO DO TAROT

Um curso, com Gabriel Fernandes, que abrange principalmente o lado iniciático, não esquecendo a parte divinatória. É um curso de auto-conhecimento e desenvolvimento pessoal que aborda o Tarot sob uma nova perspetiva. Ao longo de 4 meses, em 8 sessões quinzenais aos domingos.

**A PARTIR DE 27 JANEIRO**

**DOMINGOS · 14H30H ÀS 17H30**

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES** (180€)  
ritamgroque@yahoo.com

## PALESTRA

### “DA FÍSICA QUÂNTICA À INTELIGÊNCIA DO CORAÇÃO”

com Isadora Migliori

“A partir da física Quântica compreendemos como a realidade é criada e como podemos ser ativos neste processo. Mas é a partir da ativação da inteligência do coração que conseguimos exercer todo o nosso potencial criador alinhado com a nossa essência.”

**14 FEVEREIRO**

**QUINTA · 19 ÀS 21H**

**INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES** (35€)  
ritamgroque@yahoo.com

# CAFÉ MEMÓRIA

Um local de encontro destinado a pessoas com problemas de memória ou demência, aos seus familiares, amigos e cuidadores, para partilha de experiências e suporte mútuo. Aqui poderá encontrar um ambiente acolhedor, reservado e seguro onde se facilita a interação entre todos, se oferece apoio emocional, informação útil e promove a participação das pessoas em atividades lúdicas e estimulantes, com o apoio de profissionais de saúde ou de ação social, num contexto informal.

**26 JANEIRO E 23 FEVEREIRO**  
**SÁBADOS · 10H00 ÀS 12h00**

Forum Apoio  
Rua Margarida Palla, 23A  
Algés



## TEMPO JOVEM 2019

### Inscreve-te a partir de 15 de Janeiro

Se tens entre 18 e 30 anos e queres ter um primeiro contato com o mundo profissional, que seja compatível com o teu horário escolar, inscreve-te neste programa de ocupação de tempos livre. Este é o programa que te dá a oportunidade de teres formação/workshops gratuitos e compensação económica.

Decorre ao longo do ano, de Fevereiro a Dezembro, das 9h30 às 12h30 ou das 14h30 às 17h30 Hs (ajustáveis).

Para jovens, residentes ou estudantes no concelho de Oeiras, no mínimo, com o 9º ano de escolaridade concluído.

Objetivos específicos:

- Promover a ocupação dos tempos livres dos jovens, através do contacto com atividades estruturadas e organizadas em variadas áreas de atividade profissional;
- Proporcionar aos participantes oportunidades de desenvolvimento de competências a nível pessoal, social e profissional, tanto pela prática em contexto profissional como através das formações;

- Possibilitar aos jovens um primeiro contacto com um contexto de trabalho, criando oportunidades de experimentação e descoberta de interesses vocacionais;
- Apoiar a implementação de projetos e eventos desenvolvidos pelos serviços municipais ou empresas/organismos municipais, através do recurso ao potencial criativo e ao dinamismo dos jovens;
- Enriquecer e valorizar o curriculum vitae dos jovens participantes. A desempenhar funções administrativas ou técnicas – para universitários, licenciados ou de habilitações escolares superiores, cursos técnico profissionais (mínimo 3º nível).

#### INFORMAÇÕES

Unidade de Juventude · Centro de Juventude de Oeiras.  
Rua Monsenhor Ferreira de Melo · Oeiras  
tel. 214 467 570 · [www.cm-oeiras.pt/pt/viver/juventude](http://www.cm-oeiras.pt/pt/viver/juventude)  
[facebook.com/juventudedeoeriras](https://facebook.com/juventudedeoeriras)



**CÂMARA MUNICIPAL DE OBRAS**  
Largo Marquês de Pombal Oeiras  
tel. 214 408 300  
Lat 38º 41' 34.44" N · Lon 9º 18' 52.54" O  
www.cm-oeiras.pt

#### JUNTAS DE FREGUESIA

**União de Freguesias de Algés, Linda-a-Velha e Cruz-Quebrada/Dafundo**  
tel. 214 118 380  
www.uniao-alc.pt

**Junta de Freguesia de Barcarena**  
tel. 214 226 980  
www.jf-barcarena.pt

**União de Freguesias de Carnaxide e Queijas**  
tel. 214 173 090  
www.uf-carnaxide-queijas.pt

**União de Freguesias de Oeiras e São Julião da Barra, Paço de Arcos e Caxias**  
tel. 214 416 464  
www.jf-oeiras.pt

**Junta de Freguesia de Porto Salvo**  
tel. 214 213 672  
www.jf-portosalvo.pt

#### EQUIPAMENTOS CULTURAIS

**Aquário Vasco da Gama**  
Rua Direita, Dafundo  
tel. 214 196 337

**Auditório do Centro de Apoio Social de Oeiras**  
Rua Dom Duarte, Oeiras (junto à Escola Secundária Sebastião e Silva)  
tel. 214 464 200

**Auditório Municipal César Batalha Centro Comercial Alto da Barra**  
Avenida das Descobertas, 59 · Oeiras  
tel. 214 408 559

**Auditório Municipal Eunice Muñoz**  
Rua Mestre de Avis · Oeiras  
tel. 214 408 411

**Auditório Municipal Lourdes Norberto**  
Largo da Pirâmide, 3N, Linda-a-Velha  
tel. 214 141 739

**Auditório Municipal Ruy de Carvalho**  
Rua 25 de Abril, lote 5, Carnaxide  
tel. 214 170 109

**Biblioteca Municipal de Algés**  
Segunda a sexta 10h00 às 20h00  
Segundas (anteriores) e sábados (2º e 4º)  
10h00 às 18h00  
Palácio Ribamar · Al. Hermano Patrone  
tel. 210 977 480/1  
oeirasaler@cm-oeiras.pt

**Biblioteca Municipal de Carnaxide**  
Segunda a sexta 10h00 às 20h00  
Segundas (anteriores) e sábados (1º e 3º)  
10h00 às 18h00  
Rua Cesário Verde · Edifício Centro Cívico  
tel. 210 977 430  
oeirasaler@cm-oeiras.pt

**Biblioteca Municipal de Oeiras**  
Segunda a sexta 10h00 às 20h00  
Sábados 10h00 às 18h00  
Av. Francisco Sá Carneiro, 17 Urb.  
Moinho das Antas  
tel. 214 406 340/1  
oeirasaler@cm-oeiras.pt

**CCPE · Centro Cultural Palácio do Egípto**  
Terça a sábado 12h00 às 18h00  
Encerrado aos feriados  
Rua Álvaro António dos Santos · Oeiras  
tel. 214 408 391 · 214 408 781 (loja)  
cpeegipto@cm-oeiras.pt

**Exposição Monográfica do Povoado Pré-Histórico de Leceia**  
Fáb. da Pólvora de Barcarena Estrada das Fontainhas  
tel. 214 408 432

**Fábrica da Pólvora de Barcarena**  
Estrada das Fontainhas  
tel. 210 977 422/3/4 · 214 408 796

**Galeria de Arte Fundação Marquês de Pombal**  
Palácio dos Aciprestes · Av. Tomás Ribeiro, 18, Linda-a-Velha  
tel. 214 158 160

**Galeria Municipal Palácio Ribamar**  
Alameda Hermano Patrone, Algés  
tel. 214 111 404

**Livraria-Galeria Municipal Verney**  
Rua Cândido dos Reis, 90 Oeiras  
tel. 214 408 329  
colecionevesesousa@cm-oeiras.pt

**Museu da Pólvora Negra**  
Terça a domingo 10h00 às 13h00 e 14h00 às 18h00  
Fábrica da Pólvora de Barcarena · Estrada das Fontainhas  
tel. 210 977 420/3/4  
museudapolvoranegra@cm-oeiras.pt

**Palácio e Jardins Marquês de Pombal**  
Palácio Marquês de Pombal, terça a domingo, 10h00 às 18h00.  
Jardins, todos os dias, 9h00 às 21h00 (verão), 10h00 às 18h00 (inverno)  
Largo Marquês de Pombal  
tel. 214 430 799

**Teatro Municipal Amélia Rey Colaço**  
Rua Eduardo Augusto Pedroso, 16-A, Algés  
tel. 214 176 255 · 919 714 919

**Condições de acesso CCPE e Museu da Pólvora Negra**  
**Bilhete Normal: 2 €;**  
**Bilhete Reduzido: 1 €, jovens dos 18 aos 25 anos, famílias (um adulto com dois ou mais filhos, menores de 18 anos), grupos de 10 ou mais pessoas e professores de qualquer grau de ensino; Gratuito: menores de 18 anos, cidadãos com idade igual ou superior a 65 anos, professores, profissionais da Comunicação social e de Turismo no exercício das suas funções, trabalhadores do Município, SMAS e Juntas de Freguesia do Concelho, estudantes e demais participantes em visitas ou atividades organizadas pelo Município; membros de Entidades/Associações, com as quais o Município tenha celebrado protocolos para esse efeito, e de Redes no âmbito da Museologia às quais o Município tenha aderido; domingos, no dia de aniversário dos Equipamentos, no Dia Internacional dos Museus (18 de maio) e, no Museu da Pólvora Negra, no dia de Santa Bárbara (4 de dezembro).**

**SMIAC · SERVIÇO MUNICIPAL INFORMAÇÃO E APOIO AO CONSUMIDOR**  
Largo Marquês de Pombal, Oeiras  
tel. 214 408 355  
smiac@cm-oeiras.pt

#### ESPAÇOS JUVENTUDE

**Centro de Juventude de Oeiras**  
Rua Monsenhor Ferreira de Melo, Nova Oeiras  
tel. 214 467 570  
**Núcleo da Juventude**  
Segunda a sexta, 9h30 às 12h30 e 14h00 às 17h30  
**Sala de Internet**  
Segunda a sexta, 10h00 às 18h00  
**Skate-Park, Campo Multi-jogos, Ténis de Mesa, Parede de Escalada e Bolder**  
Segunda a sexta, 9h30 às 20h00  
Fins de semana e feriados, 10h00 às 20h00

**Espaço Jovem de Carnaxide**  
Terça a sexta 11h00 às 19h00 · Segundas e sábados (2º e 4º de cada mês) 13h00 às 19h00 · Encerra as segundas, após 2º e 4º sábado de cada mês.  
Av. de Portugal, 76 e 76 B · Carnaxide  
tel. 210 999 094  
ejcarnaxide@cm-oeiras.pt

**Espaço Comunitário do Bairro dos Navegadores**  
Segunda a sexta 14h00 às 20h00 Sábados 9h00 às 13h00 (período letivo)  
Alameda Jorge Álvares, 4 A · Porto Salvo  
tel. 210 977 498 · embarca.e6g@gmail.com

**Espaço da Associação Desportiva, Cultural e Recreativa Moinho em Movimento**  
Segunda a sexta 18h00 às 20h00  
Rua Abel Fontoura da Costa, 3 C (loja) · Porto Salvo · tel. 210 977 498 · 965 667 669  
embarca.e6g@gmail.com

**Clube de Jovens de Outurela**  
Segunda a sexta 10h00 às 13h00 e 14h00 às 18h00  
Rua João Maria Porto, 6 · Carnaxide  
tel. 214 172 497  
entrecul.e6g@gmail.com

**Espaço Delfim dos Santos**  
Segunda a sexta 10h00 às 18h00  
Rua Professor Delfim dos Santos, 9 e 9 A Outurela · tel. 214 160 565  
entrecul.e6g@gmail.com

**Sede do projeto Espaço Jovem da ACDPH**  
Segunda a sexta 10h00 às 18h00  
Rua Mário Moreira, 8) · Alto dos Barronhos  
tel. 214 079 659  
entrecul.e6g@gmail.com

**Centro de Atividades com Jovens da Quinta da Politeira-Leceia**  
Segunda a sexta 16h00 às 19h00  
Largo Mestre Santa Auta, lojas 16 e 18 Barcarena · tel. 211 379 918 · 961 560 705  
isabel.figueiredo@cspbarcarena.pt

**Centro Jovem de Queluz de Baixo**  
Segunda a sexta 16h00 às 19h00  
Estrada Consiglieri Pedroso (antiga Escola Primária de Queluz de Baixo)  
tel. 214 352 617 · 961 560 705  
infocentrojovem@cspbarcarena.pt

**Centro de Estudos do Bairro Moinho das Rolas**  
Segunda a sexta 14h00 às 19h00  
Rua Abel Fontoura da Costa, 5 · Porto Salvo · tel. 214 210 606  
catl.navegadores@cspportosalvo.pt

**Centro de Estudos do Bairro dos Navegadores**  
Segunda a sexta 14h00 às 19h00  
Alameda Jorge Álvares, 8 · Porto Salvo  
tel. 214 210 112  
catl.navegadores@cspportosalvo.pt

**Projeto Escolhas “Oeiras Tem a Escola Toda” - Batoto Yetu Portugal**  
Segunda a sexta 14h00 às 20h00  
Av. João de Freitas Branco, 12-12A · Caxias  
tel. 214 460 729  
escolatoda.e6g@gmail.com

#### #CHAT · GABINETE DE ATENDIMENTO A JOVENS

Tens entre 12 a 24 anos? Precisas dum espaço e de alguém com quem possas expressar as tuas ideias e sentimentos ou tens dúvidas sobre a tua escolha escolar/profissional (testes psicotécnicos)? Tira as tuas dúvidas! Atendimento gratuito e confidencial.

**Chat de Oeiras**  
Centro de Juventude de Oeiras  
Rua Monsenhor Ferreira de Melo, Nova Oeiras  
tel. 214 467 570

**Chat de Carnaxide**  
Unidade de Saúde de Carnaxide  
Rua Manuel Teixeira Gomes, Carnaxide  
tel. 210 175 674 · 214 188 697  
(UCC Cuidar +)

#### ATENDIMENTO DE PROXIMIDADE

**Centro Comunitário Alto da Loba**  
Segunda a sexta 10h00 às 20h00  
Sábados 14h00 às 20h00  
Rua Instituto Conde de Agrolongo, 39 Paço de Arcos  
tel. 214 420 463  
centro.comunitario@cm-oeiras.pt

**Centro Comunitário dos Navegadores**  
Segunda a sexta 10h00 às 12h30 e 13h30 às 17h00  
Alameda Jorge Álvares, 4, Porto Salvo  
tel. 210 977 490/1  
maria.pires2@cm-oeiras.pt

#### CLAIM · CENTROS LOCAIS DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

**CLAIM Carnaxide**  
Semanal 10H00 às 13h00 e 14h00 às 17h00  
Rua Delfim dos Santos, 9, Carnaxide  
tel. 214 160 565  
maria.tavares@cm-oeiras.pt

**CLAIM Paço de Arcos**  
Semanal 10H00 às 12h00 e 14h30 às 17h00  
Centro Comunitário do Alto da Loba  
Rua Instituto Conde de Agrolongo, 39, Paço de Arcos  
tel. 214 420 463, 210 977 416  
ana.paiva@cm-oeiras.pt

**CLAIM Porto Salvo**  
Semanal 10H00 às 13h00 e 14h00 às 17h00

**Centro Comunitário dos Navegadores**  
Bairro dos Navegadores · Alameda Jorge Álvares, 4, Porto Salvo  
tel. 210 977 490  
maria.craivdao@cm-oeiras.pt

**CLAIM Itinerante**  
Mediante agendamento  
tel. 214 420 463 · 210 977 416  
ana.paiva@cm-oeiras.pt

**GABINETE CUIDAR MELHOR**  
Sextas 9h30 às 13h00  
Centro da Juventude de Oeiras  
Rua Monsenhor Ferreira de Melo, Nova Oeiras  
**Resposta multidisciplinar, personalizada e de proximidade vocacionada para prestar informações e apoio técnico às pessoas com demência e a todos os seus cuidadores (familiares, amigos e profissionais).**  
Informações e marcações:  
tel. 210 157 092 (dias úteis, 10h00 às 13h00 e 14h00 às 16h00)

**SERVIÇO DE INFORMAÇÃO E MEDIAÇÃO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DE OBRAS**  
Terças 10h30 às 12h00 14h30 às 18h00  
Centro da Juventude de Oeiras  
tel. 214 467 570

**COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS DE OBRAS**  
Rua António Macedo 2A, Oeiras  
tel. 214 416 404  
cpcjo@cm-oeiras.pt

**BIG · BALCÃO DE IGUALDADE DE GÉNERO**  
Segunda a sexta 14h00 às 18h00  
**Apoio social, psicológico e jurídico, personalizado, confidencial e gratuito, dirigido a vítimas de violência e agressores.**  
Rua Mário Moreira, Loja 8A, Barronhos, Carnaxide  
tel. 214 145 310 · 912 061 372  
projectopigo.apsd@gmail.com

**BANCO LOCAL DE VOLUNTARIADO DE OBRAS**  
tel. 214 404 873 · 214 404 806  
bvoluntariado@cm-oeiras.pt

**SERVIÇO “OBRAS ESTÁ LÁ”**  
Segunda a sexta 9h00 às 20h00  
**Prestação gratuita de reparações domésticas e de entrega e colaboração domiciliária, a todos os cidadãos residentes no concelho de Oeiras com idade igual ou superior a 65 anos, ou que sejam portadores de deficiência, e que se enquadrem no conceito de carência económica.**  
Marcações: tel. 800 201 486

**SERVIÇO DE TELEASSISTÊNCIA DOMICILIÁRIA DE OBRAS**  
Sistema de segurança ligado 24h à central de alarmes da Protecção Civil de Oeiras, destinado a munícipes que vivam sós ou passem grande parte do dia ou noite isolados.  
Informações: CM Oeiras · Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude  
tel. 214 404 875  
dassj@cm-oeiras.pt

#### GABINETES DE INSERÇÃO PROFISSIONAL (GIP)

**GIP Oeiras** · tel. 214 467 577  
gip.oeiras@cm-oeiras.pt

**GIP Algés** · tel. 214 114 002  
gip.alges@cm-oeiras.pt

**GIP Carnaxide** · tel. 211 930 452  
gip.carnaxide@cm-oeiras.pt

#### ESPAÇOS DE ATENDIMENTO

**Espaço do Cidadão de Algés**  
Segunda a sexta 9h00 às 16h30  
Palácio Ribamar  
Alameda Hermano Patrone, Algés

**Espaço do Cidadão de Carnaxide**  
Segunda a sexta 9h00 às 16h30  
Edifício Centro Cívico  
Rua Cesário Verde, Carnaxide

**Espaço do Cidadão de Linda-a-Velha**  
Segunda a sexta 9h00 às 16h30  
Galeria Central Parque · Loja C1.19/20  
Av 25 de Abril de 1974, 4, Linda-a-Velha

**Espaço do Cidadão de Oeiras Parque**  
Segunda a sexta 9h00 às 19h00  
Sábados 9h00 às 13h00  
Centro Comercial Oeiras Parque,  
Av. António Bernardo Cabral de Macedo,  
Oeiras

#### INFORMAÇÃO

Posto de Turismo e Loja do Palácio Marquês de Pombal  
tel. 214 430 799  
cmo@cm-oeiras.pt

#### NUMERO DE EMERGÊNCIA NACIONAL

tel. 112

#### POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA

**Carnaxide** · tel. 214 173 081  
**Caxias** · tel. 214 416 296  
**Miraflores** · tel. 214 102 570  
**Oeiras estação cp** · tel. 214 410 510  
**Oeiras Rua da Figueirinha**  
tel. 214 540 230  
**Oeiras Rua Cândido dos Reis**  
tel. 214 430 133  
**Algés** · tel. 214 167 680  
**Porto Salvo** · tel. 214 211 766  
**Queijas** · tel. 214 186 145

#### POLÍCIA MUNICIPAL

Rua Manuel António Rodrigues, 5, Alto dos Barronhos · Carnaxide  
tel. 210 976 590

#### GABINETE DE PROTECÇÃO CIVIL

Rua Manuel António Rodrigues, 5, Alto dos Barronhos · Carnaxide  
tel. 214 241 400

#### CENTROS DE SAÚDE

**ALGÉS**  
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Algés  
tel. 213 014 322 · 213 010 041

**BARCARENA**  
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Barcarena  
tel. 214 216 929 · 214 212 189

**CARNAXIDE**  
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Carnaxide  
tel. 214 170 700 · 214 171 519  
**Unidade de Saúde Familiar Lusa**  
tel. 210 172 259  
**Unidade de Cuidados na Comunidade – Cuidar + (Queijas)**  
tel. 214 188 697

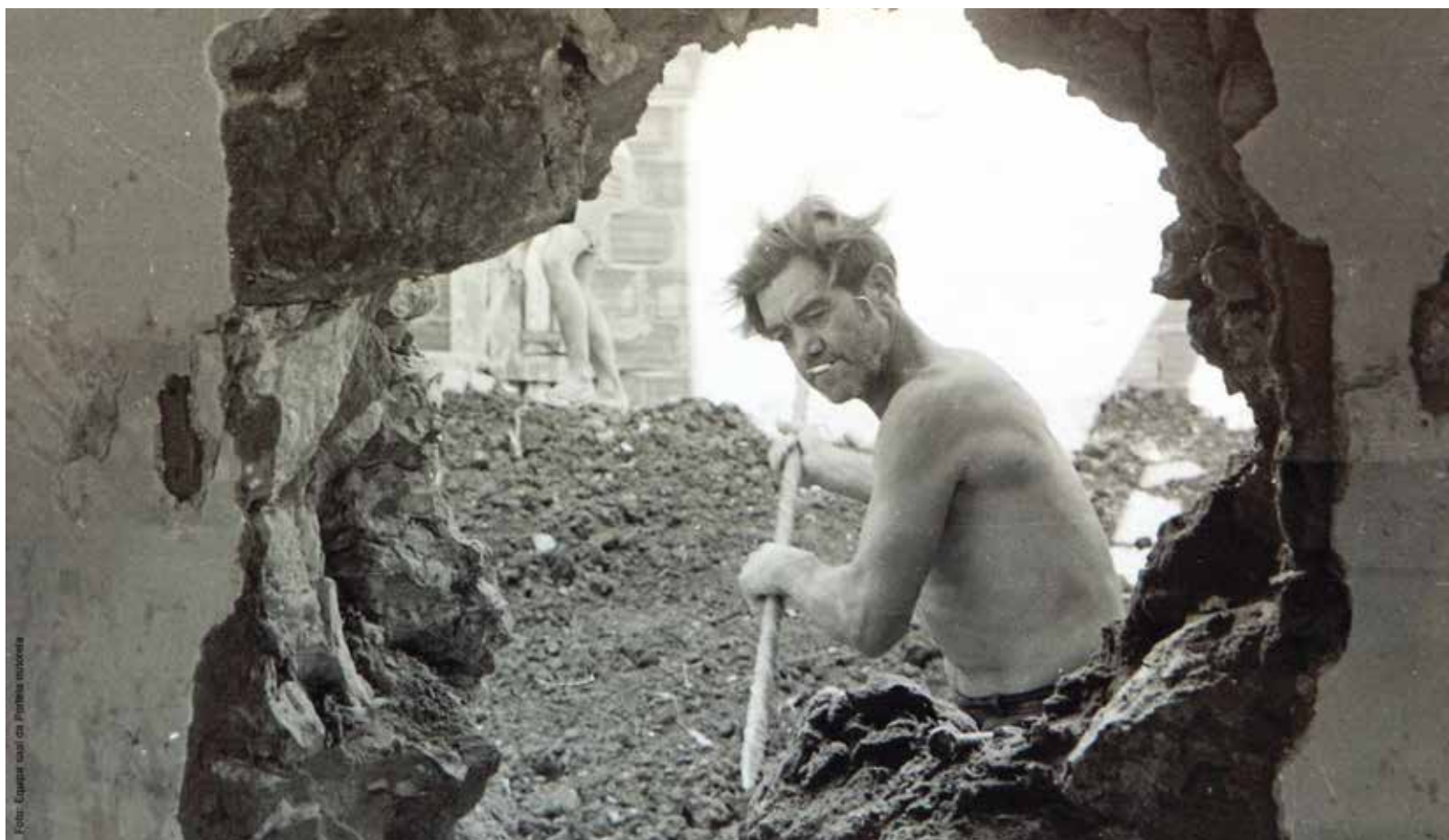
**CRUZ QUEBRADA/DAFUNDO**  
Unidade de Saúde Familiar do Dafundo  
tel. 214 209 940

**LINDA-A-VELHA**  
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Linda-a-Velha  
tel. 214 153 920 · 214 151 962  
**Unidade de Saúde Familiar Jardim dos Plátanos** · tel. 214 205 110

**OBRAS**  
Unidade de Saúde Familiar de Oeiras  
tel. 214 400 138  
**Unidade de Saúde Familiar Conde Oeiras**  
tel. 214 400 132  
**Unidade de Saúde Familiar São Julião**  
tel. 214 540 911 · 214 540 912  
**Unidade de Cuidados na Comunidade SAÚDAR**  
tel. 214 400 100  
**Gabinete do Cidadão**  
tel. 214 540 923

**PAÇO DE ARCOS**  
Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Paço de Arcos  
tel. 214 540 800  
**Unidade de Saúde Familiar Delta**  
tel. 214 540 811  
**Unidade de Saúde Pública**  
tel. 214 540 814

**SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE OBRAS E AMADORA**  
Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 19 · Oeiras  
tel. 214 400 600  
www.smas-oeiras-amadora.pt



## EXPOSIÇÃO

# O 25 DE ABRIL EM OEIRAS

## INFORMAÇÕES

tel. 214 408 391  
(gabinete técnico)  
tel. 214 408 781  
(loja)

Programa cultural  
associado a anunciar  
posteriormente.


No âmbito do programa das comemorações do 25 de Abril em Oeiras, o Centro Cultural Palácio do Egípto apresentará ao público a exposição “O 25 de Abril em Oeiras”, que pretende ser um testemunho visual da referida efeméride quer a nível nacional como local. Esta apresentação expositiva, bem como toda a restante programação comemorativa, composta por uma multiplicidade de atividades a divulgar oportunamente, desenvolve-se em torno do conceito o “25 de Abril como fator da identidade nacional”. Esta iniciativa peculiar terá como curadora Raquel Varela, historiadora, investigadora e professora universitária, responsável científica das comemorações oficiais dos 40 anos do 25 de Abril, em 2014. A esta colaboração de renome, junta-se o trabalho de produção gráfica e artística do designer Pedro Páscoa.


**MARÇO E ABRIL**  
**terça a sábado**  
**12H00 ÀS 18H00**  
Encerra aos feriados,  
exceto 25 Abril  
**Centro Cultural**  
**Palácio do Egípto**  
**Oeiras**

## #216

JANEIRO · FEVEREIRO  
2019


Director ISALTINO MORAIS · Direcção Executiva FILIPE LEAL, PEDRO GUILHERME · Editores CARLA ROCHA, CARLOS FILIPE MAIA · Colaboradores CARLA GIL RIBEIRO, CAROLINA SÁ DA BANDEIRA, EDUARDA OLIVEIRA, FERNANDA M. MARQUES, LISETE CARRONDO, MARIA ALEXANDRA FERNANDES, MARIA JOSÉ AMÂNDIO, RUI ALVES PINTO, SOFIA MENDES, SÓNIA AFONSO, SÓNIA CORREIA · Colunistas ALEXANDRA LEITE, MARTA MONCACHA, RUI MIGUEL ABREU · Fotografia CARLOS SANTOS, CARMO MONTANHA · Execução GABINETE DE COMUNICAÇÃO · Concepção gráfica e paginação PÁGINAS APETECÍVEIS, ATELIER FICTA DESIGN · Impressão LIDERGRAF - ARTES GRÁFICAS, SA. · Tiragem 92.500 EXEMPLARES · Registo ISSN 0873-6928 · Depósito Legal 108560/97 · DISTRIBUIÇÃO GRATUITA · Contactos LARGO MARQUÊS DE POMBAL 2784-501 OEIRAS, TEL. 214 408 300, CROCHA@CM-OEIRAS.PT, 30DIAS@CM-OEIRAS.PT, WWW.CM-OEIRAS.PT

 [cm-oeiras.pt](http://cm-oeiras.pt)

 VISUALIZE-NOS NO ISSUU  
[issuu.com/municipiodeoeiras](http://issuu.com/municipiodeoeiras)

 SIGA-NOS NO FACEBOOK  
[facebook.com/MunicipiodeOeiras](https://facebook.com/MunicipiodeOeiras)

 SIGA-NOS NO TWITTER  
[twitter.com/MunicipioOeiras](https://twitter.com/MunicipioOeiras)

 ACOMPANHE-NOS NO YOUTUBE  
[youtube.com/municipiodeoeiras](https://youtube.com/municipiodeoeiras)

 SIGA-NOS NO LINKEDIN  
[pt.linkedin.com/in/municipiodeoeiras](https://pt.linkedin.com/in/municipiodeoeiras)

 SIGA-NOS NO INSTAGRAM  
[instagram.com/municipiodeoeiras/](https://instagram.com/municipiodeoeiras/)





**Oeiras**  
Marca o ritmo

# JOGOS

De **Oeiras**

**Chegaram  
os Jogos  
de Oeiras!**



[www.jogosdeoeiras.pt](http://www.jogosdeoeiras.pt)