Ano XXXVII • Nº 440
NOVEMBRO 2025 Mensal
Preço 1.25 € (IVA incluido)

www.ocorreiodalinha.pt
Diretor: Paulo Pimenta



BIRRE MEDICAL CLINIC

CLÍNICA DE CASCAIS

Diretor Clínico
Dr. Olívio Dias
Médico Dentista (OMD 6480)
Certidão Reg. nº E127771
ERS nº 10355/2015
NIF nº 502561416

- Bloco operatório de ambulatório
- Medicina Dentária
- Implantologia
- Correção dos dentes
- Cirurgia plástica
- Facetas Dentárias

Boas Festas

Nº Verde: 800 200 058
R. Pedro Franco, 238 - 2750-262 Cascais
(Junto à rotunda de Birre)
Tel. 214 860 306
(Rede Fixa Nacional)
www.clinicasmedicasoliviodias.pt
Email: cascais@clinicasmedicasoliviodias.com



BOAS FESTAS

o Correio da Linha

NucleOeiras tem 180 atletas



"Servir onde for preciso com prontidão e profissionalismo"

- Álvaro Melo

SERRALHARIA AMARAL
alumínios| pvc
Boas Festas
24 ANOS
1999-2023

- Caixilharia de alumínio e pvc
- Todo tipo de estores interiores e exteriores
- Cortinas de vidro
- Toldos



Av. Infante Dom Henrique, 173 Belas | Fax: 210 935 162 | geral@serralhariaamaral.com

A FUNERÁRIA
SÃO JOÃO DAS LAMPAS
de Quintino e Morais

Boas Festas



ATENDIMENTO PERMANENTE
219 618 594 - 965 657 671
MEM MARTINS . MUCIFAL . SJ LAMPAS . SINTRA . TERRUGEM

35 Anos de Serviço com Competência e Honestidade

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

www.funerariaquintinoemorais.pt

geral@quintinoemorais.pt

OPINIÃO

Cuidados para os doentes asmáticos



*Pedro Carreiro Martins

Com a chegada do Outono e do Inverno, quem tem asma, pode enfrentar desafios adicionais que exigem cuidados específicos para garantir o controlo da doença e manter uma boa qualidade de vida.

Durante este período do ano existe uma maior incidência de infeções respiratórias virais, que constituem uma das principais causas de agudização da asma. Por este motivo, é recomendado a muitos doentes que se vacinem contra a gripe sazonal. Recomenda-se também que se adotem regras de etiqueta respiratória, semelhantes às aconselhadas durante a pandemia de COVID-19, nomeadamente a utilização de máscara facial em caso de sintomas respiratórios e a higienização das mãos.

Um outro fator relacionado como Outono e o Inverno, é a diminuição da temperatura do ar ambiente. Sabe-se que a inalação de ar frio pode induzir o aparecimento de broncoespasmo, pelo que a prática de atividades ao ar livre nos dias mais frios deve ser evitada ou efetuada com cuidados especiais. As pessoas com asma que habitem em casas frias, deverão procurar manter a temperatura ambiente na zona de conforto, que se situa em torno dos 20ºC.

Ainda de referir que durante esta altura do ano, ocorre um aumento da concentração de alergénios característicos dos ambientes interiores, como os ácaros do pó e os fungos/bolores, que tendem a desenvolver-se em ambientes mais húmidos. Por esta razão, é importante procurar manter a casa limpa, ventilada, de forma a controlar a humidade. Se necessário, poderá recorrer-se a aparelhos desumidificadores para garantir uma humidade relativa adequada dentro de casa (entre 40% e 60%).

Para além dos conselhos acima referidos, é importante que o doente asmático mantenha uma boa adesão ao tratamento e siga de forma rigorosa o plano de tratamento prescrito pelo seu médico. A medicação de manutenção /controlo da asma deve ser efetuada diariamente, de forma a manter a doença controlada e minimizar o risco de agudizações. Muitas das agudizações de asma resultam da má adesão ao tratamento.

Em caso de sintomas persistentes ou agravamento, aconselha-se sempre a procurar orientação médica de forma a avaliar a necessidade de ajustar o tratamento.

Pode ainda saber mais sobre esta doença através da campanha "Hoje vou saber mais sobre...", desenvolvida em formato de videocast, que se encontra disponível no Saúdeflix e também no Spotify, com informação sobre o que é a asma, o seu impacto e a importância de um bom acompanhamento.

*Médico Imunoalergologista





Presidente reuniu-se com PSP



O presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida, esteve reunido com o Comandante Metropolitano da Polícia de Segurança Pública (PSP) de Lisboa, Luís Elias, e com o Subintendente Duarte Rodrigues, que assume interinamente a chefia da Divisão Policial de Sintra, num encontro que visou reforçar a articulação institucional e intensificar as respostas de segurança no concelho.

Durante o diálogo, foram abordadas várias frentes de atuação, nomeadamente patrulhamentos reforçados, medidas de proximidade às comunidades e estratégias de prevenção da criminalidade. A autarquia salientou que a colaboração com as forças de segurança é essencial para que os munícipes sintam que as instituições estão atentas e prontas a intervir. Segundo Marco Almeida, "Sintra é um território que valoriza a segurança, a confiança e a proximidade", reforçando a ideia de que o município pretende construir uma rede de proteção ampla e participada.

Além disso, o encontro surge inserido num conjunto mais amplo de medidas que o novo executivo municipal tem vindo a definir, visando consolidar a segurança pública e a coesão social em todo o território do concelho. A Câmara tem manifestado o seu empenho em disponibilizar meios e equipamentos adequados para que as forças policiais possam atuar com eficácia.

Para além da simples intervenção operativa, o encontro reforçou a visão de que a segurança não se limita à ação policial, mas passa por programas de proximidade, envolvimento comunitário e parceria entre entidades públicas, autárquicas e civis.

Com este tipo de iniciativas, Sintra dá sinais de pretender estabelecer um modelo de cooperação sustentável entre autarquia e forças de ordem, com vista a uma melhor qualidade de vida e a um ambiente mais seguro para todos os seus cidadãos.




CULTURSINTRA
SANDRA CELAS
conceção e voz
NUNO PEREIRA
música
Palavra (De)Cantada
Românticos Incuráveis
6 DEZ 2025 | 16h00
Paço da Ribafria
Rua Consiglieri Pedroso, n.º 1-3, Sintra
38°47'45.9"N 9°23'28.5"W
BILHETES
Bilheteira da Quinta da Regaleira
regaleira.byblueticket.pt
Postos de venda Blueticket
cultursintra.pt

Cooperativa comemora aniversário



A Cooperativa de Habitação Nova Morada, com sede Avenida dos fundadores 59 A, em Paço de Arcos, no Concelho de Oeiras, foi fundada a 15 de Outubro de 1976, com o objetivo de proporcionar habitação, fomentar a cultura, o desporto e a solidariedade social.

Inicialmente com 130 cooperantes, a sua atividade começou com a construção de 431 fogos de diversas tipologias, no Alto do Mocho, em Paço de Arcos, cuja entrega se iniciou em 1986. Criaram também a sede social, que além dos serviços administrativos, dispõe de café, restaurante e salão polivalente. Construíram ainda um campo de Ténis, um polidesportivo e um parque infantil.

Comemoraram os 49 anos de existência com algumas iniciativas, como um jantar no dia 15 de outubro e no dia 18 a apresentação de uma peça de teatro, exibição de dança pela Associação, Trópico de Dança, e entrega de emblemas aos sócios com mais de 25 anos.

Estando a cooperativa perto de completar meio século e existência, solicitámos ao presidente do Conselho de Administração, Paulo Ceia, um balaço sobre a atividade da Cooperativa.

Depois do tempo em que foram construídas as habitações e com os fundos que sobraram, investimos na construção da sede, em dois complexos desportivos, um para a prática do Ténis e outro, um polidesportivo descoberto, para várias modalidades. Entramos numa união de cooperativas a Unioeiras, União das Cooperativas de Habitação, mas as coisas não correram muito bem e acabamos por sair.

Com a crise que se instalou no país em 2008, tivemos dificuldades, mas conseguimos sobreviver, mais pobres e com a necessidade de uma gestão mais cuidada, e em 2020 teve que haver uma definição do rumo para que a Cooperativa sobrevivesse.



Hoje estamos bem financeiramente, a avaliação das nossas contas é boa, temos o Estatuto de Utilidade Pública, e penso sermos a única cooperativa de habitação que tem este estatuto, que para nós e relevante, uma vez que exercemos atividades para além da construção de habitação.

Correio da Linha – O polidesportivo descoberto esteve durante bastante tempo sem utilização, como é que está agora?

Paulo Ceia – As modalidades como o Futsal ou o Basquetebol, deixaram de poder ser praticadas em campos descobertos, pelo que não podia-mos continuar com essas atividades. A Câmara de Oeiras tem um protocolo connosco para a construção da cobertura do polidesportivo, mas com o passar dos anos os custos desta obra subiram de tal forma que a sua construção deixou de ser prioritária.

Começámos a pensar numa outra forma de utilização do polidesportivo, como é o caso do, OCR, Corrida de Obstáculos, tendo já sido campeão europeu um atleta desta modalidade, que treina no polidesportivo.

CL - No que se refere às atividades de caris cultural, continuam a ser desenvolvidas?

PC – Nesse campo temos o Teatro, a dança com Associação Trópico de Dança, mas também, ainda no campo desportivo, o Ténis de Mesa, de que temos um campeão nacional e está, um grupo de sócios, que regressaram do estrangeiro, a organizar a prática da Petanca, que praticavam no país onde viviam. Para além disto temos também o apoio social.

CL – E nova construção de casas, não está nos vossos objetivos?

PC – A Autarquia mantem o compromisso da verba para a cobertura, mas essa verba pode ser disponibilizada para se investir em terreno para habitação, o que seria muito interessante face ao problema que existe, neste campo, no país.

Temos mantido conversações como presidente da Câmara de Oeiras, Isaltino Morais, nesse sentido. Penso que a Cooperativa é um excelente parceiro para desenvolver um projeto, desde que haja um financiamento a 100%.

Com a experiência que já temos e com a necessidade que existe, um projeto com infraestruturas de apoio, como uma creche e uma residencial sénior, seria uma forma de sucesso.

CL – Pelo que nos diz pode pensar-se que a Cooperativa está bem e recomenda-se?

PC – Sim! Neste últimos anos, conseguimos criar condições para que a Cooperativa possa viver mais 50 anos.



LAVANDARIA OS ARCOS



Boas Festas

LIMPEZA A SECO | LAVANDARIA | PELES | CARPETES | CORTINADOS

Rua Patrão Joaquim Lopes, 15 • Paço de Arcos
2780 OEIRAS • Telef.: 21 443 67 31

CASA JOÃO
comemoramos 67 anos

Boas Festas

Ao serviço da população de Paço de Arcos
Casa fundada em 8 de Março 1958



• Reparações e afinações em máquinas de costura de qualquer marca
• Retrosaria • Texteis Lar
• Grande variedade em roupa interior

Rua Costa Pinto, 103 | 2780 Paço d'Arcos
Telefone: 21 443 22 56 | Telemovel: 938141141

Tabacaria Carrel



Feliz Natal



• Revendedor de Rubis Gás
• Diverso material escolar
• Livros, revistas e jornais
• Pagamento payshop
• Carregamento de telemóveis
• Brindes para oferta
• Ponto de entrega dos CTT
• Digitalização e impressão de documentos e ficheiros

Tabacaria.carrel@gmail.com
Rua António Aleixo, 2-B • 2770-015 PAÇO DE ARCOS
Tel./Fax: 21 443 51 70

Oeiras oferece magusto







A tradicional Festa de São Martinho, em Oeiras, teve lugar no local habitual, o Largo 5 de Outubro, na vila de Oeiras, no dia oito de novembro e no dia nove, no Palácio Anjos, em Algés.

Foram oferecidas à população 12 toneladas de castanhas, preparadas em quatro grandes assadores de rua, acompanhadas com o vinho de Carcavelos 'Villa Oeiras', com uma grande adesão de pessoas e muita animação.

As luzes de Natal foram ligadas no dia oito, que, por todo o concelho, marcam o início da época natalícia.

O dia do Magusto, contou com a animação dos Bombos de Santo André, de Amarante, um grupo que existe desde 1980.

O presidente da Câmara de Oeiras, Isaltino Morais, a propósito deste evento, recordou que esta celebração começou com duas senhoras a assar castanhas no largo 5 de Outubro, castanhas que eram oferecidas pela Câmara de Oeiras, para serem distribuídas por quem passava. Com o crescimento da procura, acabou por se criar este evento que, ano após ano, conta com mais pessoas a encherem o centro da Vila de Oeiras.

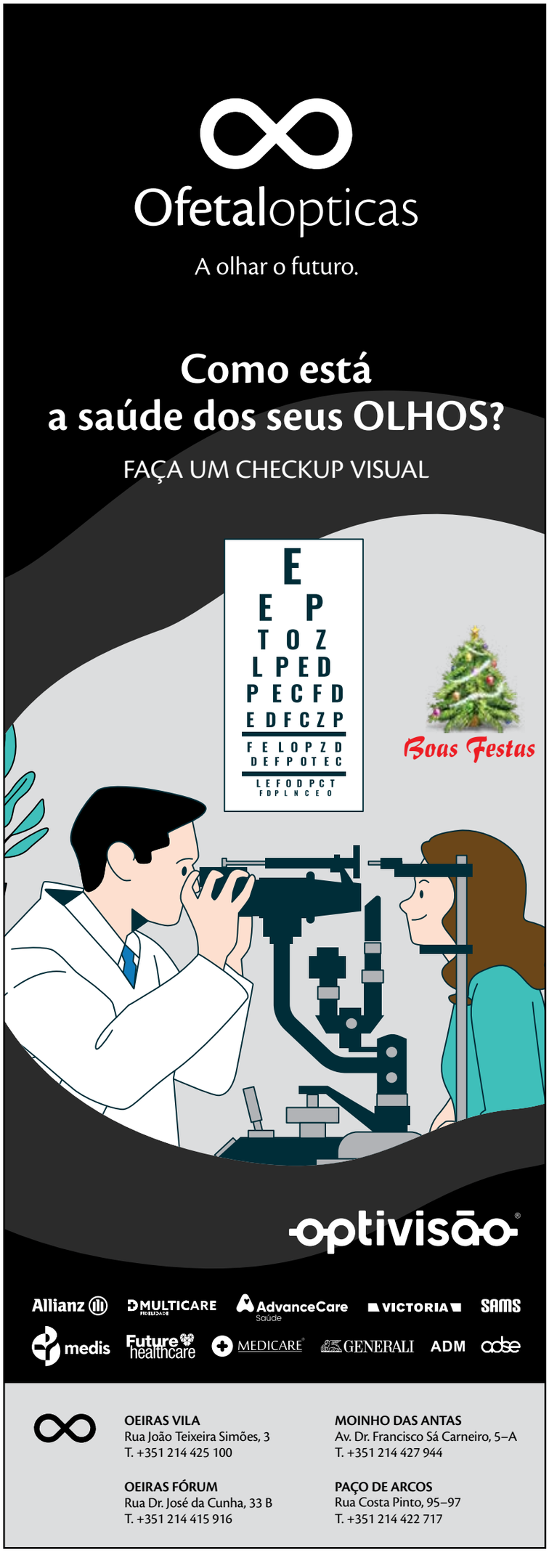
O presidente da ACECOA, João Antunes, salientou o facto de em cada ano ser maior o número de pessoas que participam neste evento, na Vila de Oeiras, que se destaca do que se realiza em Algés, porque enquanto em Oeiras as pessoas ficam pela noite dentro, em Algés, normalmente acaba cedo.

Jorge Diegas, o responsável pelo fornecimento das castanhas, já há bastantes anos, diz que embora seja trabalhoso vir de Vinhais, gosta de fazer este trabalho, que tem apoio de 14 pessoas, que traz com ele, para procederem ao assar das castanhas, cuja qualidade é este ano melhor do que nos anos anteriores.

As Festas de São Martinho são promovidas pelo Município de Oeiras e pela Associação de Comerciantes e Empresários de Oeiras (ACECOA), pretendendo-se que contribuam para a valorização e dinamização do comércio e da cultura local.

Texto: Alexandre Gonçalves
Fotos: Jorge Rodrigues





Igreja realiza batismos no mar



A Praia dos Gémeos, em Carcavelos, foi palco de uma cerimónia, promovida pela Igreja Batista de Queluz. Nove membros da comunidade deram um passo importante na sua caminhada de fé, sendo batizados por imersão diante de familiares, amigos e curiosos que ali se encontravam.

O momento, vivido com grande alegria e espiritualidade, simbolizou o compromisso público de cada participante em seguir os ensinamentos de Jesus Cristo. De acordo com a tradição bíblica, o batismo por imersão representa a passagem para uma nova vida em Cristo — um renascimento espiritual marcado pela fé e pela obediência.

A celebração prolongou-se em ambiente de comunhão, com cânticos de louvor, momentos de oração e um convívio fraterno entre todos os presentes, reforçando o espírito de união e partilha que caracteriza a comunidade da Igreja Batista de Queluz.



Associação Humanitária
BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS
LINDA-A-PASTORA

ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

AVISO

Em conformidade com o articulado do artigo 25.º dos Estatutos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora, convocam-se os associados para uma Assembleia Geral Extraordinária, a realizar no dia 28 de novembro de 2025, sexta-feira, pelas 21.00, no salão da Associação, com a seguinte ordem de trabalhos:

1 – Situação atual dos Corpos sociais da Associação;
2 – Eleições para os novos corpos sociais.

Não havendo número legal de sócios à hora marcada, a Assembleia funcionará com qualquer número de Associados presentes, pelas 21.30.

A Presidente da Assembleia Geral
Maria Teresa Lima dos Santos

CL-Novembro-2025





CCD 477 OEIRAS
Centro de Cultura e Desporto

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

Convocatória

De harmonia com o preceituado no artigo 15º dos Estatutos do CCD, convocam-se todos os associados para a Assembleia Geral Ordinária a realizar no **dia 27 de novembro de 2025, pelas 17:30 horas** na Sede do CCD sito no Bairro do Pombal, Rua Professor Mota Pinto, nº 2 B – Oeiras.

Ponto 1 –Leitura e aprovação da ata da assembleia anterior.
Ponto 2 – Plano de Atividades e orçamento de 2026.
Ponto 3 –Alteração dos estatutos.
Ponto 4 - Outros assuntos importantes.

De harmonia com o preceituado no parágrafo nº 2 do artigo 19º dos Estatutos, a Assembleia Geral considera-se legalmente constituída, desde que à hora previamente marcada se encontrem presentes metades dos seus associados, ou meia hora depois com qualquer número de associados.

Notas:

- O Plano de Atividades e Orçamento de 2026 estará à disposição dos sócios, para consulta, na Secretaria deste CCD entre os dias 17 a 27 de novembro inclusive, no período entre as 10:00 e 16:00 horas, serão facultadas fotocópias do mesmo, desde que solicitadas pelos sócios.

Oeiras, 23 de outubro de 2025

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Zalinda Maria Campilho

Sede Bº. do Pombal, Rua Prof. Mota Pinto, 2º B – 2780-275 Oeiras
Email: geral@ccd-oeiras.pt Telefones: 214 411 416 – 214 408 500 - 210 962 811 Fax: 214 412 818

CL-Novembro-2025

CARTÓRIO NOTARIAL
Notário - Luís Laboreiro

Sede: Avenida da Boavista, Edifício Oceanus, nº 3211, 3º, sala 3.4
4100-137 Porto

CERTIFICADO
NOTARIADO PORTUGUÊS

---------- Eu, **LUÍS LABOREIRO, Notário e Oficial Público**, certifico que, por Escritura de Justificação, outorgada hoje, neste cartório, exarada de fls. 81 do respectivo Livro nº 225-L, foi declarado que **LUCIANO GONÇALVES MOURÃO** (NF 139 220 828) e mulher **MARIA DA CONCEIÇÃO QUEIROGA BARJA MOURÃO** (NF 139 220 836), casados em comunhão geral de bens, naturais, ele da freguesia de Três Minas, concelho de Vila Pouca de Aguiar e ela da freguesia de Bobadela, concelho de Boticas, residentes na Rua S. Francisco, nº 3, Estoril, Cascais, são com exclusão de outrem, os únicos donos e legítimos possuidores do seguinte imóvel: -

---------- **Prédio urbano** composto por garagem e logradouro, sito na Praceta de S. Francisco, lote 116, **freguesia de Estoril**, concelho de Cascais, **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Cascais, actualmente inscrito na matriz sob o artigo **8626 da união de freguesias de Cascais e Estoril**, que corresponde ao antigo artigo **5763 da extinta freguesia de Estoril.** ----------

---------- Que, em dia e mês que não pode precisar, do ano de mil novecentos e oitenta e sete, adquiriram o identificado prédio por compra e venda meramente verbal ao Património dos Pobres da Freguesia do Estoril, não tendo reduzido aquele contrato a escritura pública. ----------

---------- Que, assim, no ano de mil novecentos e oitenta e sete, os mencionados **LUCIANO GONÇALVES MOURÃO e MARIA DA CONCEIÇÃO QUEIROGA BARJA MOURÃO** iniciaram a posse do referido bem.--- ----------

---------- Que, sempre estiveram e se têm mantido na posse e fruição do identificado prédio, há mais de vinte anos, usufruindo de todas as utilidades por ele proporcionada, nomeadamente, conservando-o, pintando-o, procedendo a todas as reparações necessárias ao mesmo, pagando os respectivos impostos e contribuições, administrando-o com ânimo de quem exercita direito próprio, pacificamente porque sem violência, pública e continuamente, com conhecimento de toda a gente e sem qualquer interrupção ou oposição de quem quer que seja.----------

---------- Que, dadas as enumeradas características de tal posse, os referidos mencionados **LUCIANO GONÇALVES MOURÃO e MARIA DA CONCEIÇÃO QUEIROGA BARJA MOURÃO** adquiriram o mencionado imóvel por **usucapião**, que invocam, justificando o direito de propriedade a seu favor. ----------

---------- Dou **FÉ PÚBLICA** ao presente documento, que foi elaborado para publicação nos termos do artigo 100º do Código do Notariado. ----------

---------- Porto, aos quatro de Novembro de dois mil e vinte e cinco. ----------

O Notário e oficial público,

(Luís Fernando Laboreiro Henriques)

Emitida Factura/Recibo nº: FAC 2025001/2019

==========

CL-Novembro-2025

Hertz CARROS USADOS

BLACK NOVEMBER €€€

1 A 30 NOVEMBRO



PREÇOS A NÃO PERDER EM CARROS E MOTOS!



+

ENTREGA IMEDIATA EM VIATURAS SELECIONADAS

HERTZ CARROS USADOS.PT

Bombeiros de Queluz celebram 104 anos



A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Queluz (AHBVQ) celebrou, no mês de outubro, o seu 104º aniversário, num programa comemorativo que aliou reconhecimento a um profundo sentido de missão.

O evento teve início com um desfile junto ao quartel, que contou com a participação de todo o corpo de bombeiros. Seguiu-se a revista à formatura, conduzida por Elísio Oliveira, Comandante Regional de Emergência e Proteção Civil, acompanhado pelo Adjunto de Comando, Artur Paulo.

Posteriormente, o padre da paróquia local abençoou as novas viaturas e equipamentos, num gesto simbólico de respeito e reconhecimento pelo serviço prestado à comunidade. Neste momento solene foram inaugurados uma ambulância, uma mota de emergência e um módulo de busca e salvamento em estruturas colapsadas, representando um reforço significativo da capacidade operacional da associação.

Em seguida, a comemoração prosseguiu com uma cerimónia solene no Salão Nobre do quartel, marcada pela formalidade e pelo simbolismo próprios da ocasião. A mesa de honra foi composta por Ramiro Ramos, Presidente da Assembleia Geral da AHBVQ, Elísio Oliveira, Comandante Regional de Emergência e Proteção Civil, Bento Marques, representante da Liga dos Bombeiros Portugueses, Avelino Couto, Vice-Presidente da Federação dos Bombeiros de Lisboa, Paula Alves, então Presidente da União de Freguesias de Queluz e Belas, Pedro Brás, então Presidente da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão, Décio Santos, Presidente da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Angra do Heroísmo, Hugo Frederico, Presidente da Direção da AHBVQ, e Hugo Neves, Comandante do Corpo de Bombeiros de Queluz.

Na plateia, estiveram presentes representantes de diversas entidades militares, autárquicas e civis, bem como sócios da instituição, familiares dos bombeiros e representantes de direções e comandos de outras associações de bombeiros, entre as quais se destacou a Associação congénere de Angra do Heroísmo. A cerimónia contou ainda com a presença dos autarcas eleitos da Câmara Municipal de Sintra e das freguesias do concelho, que à data ainda não haviam tomado posse: Marco Almeida, Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Ana Pacheco, Presidente da Junta de Freguesia de Queluz, João Cabral, Presidente da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão, e Helena Cardoso, Presidente da Junta de Freguesia de Agualva-Cacém. Todos foram cumprimentados pelos vários intervenientes da sessão, num gesto de cortesia e reconhecimento mútuo.





O evento iniciou-se com o tradicional entoar do hino dos Bombeiros Voluntários de Queluz.

Durante a sessão, Ramiro Ramos expressou o seu "orgulho e gratidão pelo trabalho excecional desenvolvido pelo Presidente da Direção e pelo seu executivo, pelo Comandante do Corpo de Bombeiros e por todos os bombeiros e bombeiras que dignificam esta casa". Sublinhou ainda "a dedicação e o profissionalismo daqueles que, há mais de um século, servem a instituição e a comunidade com coragem e entrega".

Seguiu-se a intervenção do Comandante Hugo Neves, que descreveu o aniversário como "um dia de honra e de reflexão". O Comandante reforçou que "cada bombeiro representa o melhor da condição humana — a capacidade de servir, proteger e enfrentar o perigo em nome do bem comum", realçando a importância da missão que os une. Hugo Neves destacou também os investimentos recentes em equipamentos e formação, referindo o avanço na criação de uma unidade de socorro especializada em busca e salvamento em estruturas colapsadas. "Queremos estar preparados para o que possa acontecer. A nossa associação já formou mais de 74 elementos do efetivo nesta área, e este é apenas mais um passo no reforço da nossa capacidade operacional", afirmou, agradecendo o apoio da Direção e dos órgãos sociais. Concluiu com uma nota: "Ser bombeiro é mais do que uma atividade voluntária ou profissional





Keluzfer



• Ferragens
• Fechaduras
• Ferramentas
• Loiças sanitárias
• Diverso mobiliário para casa-de-banho
• Azulejos e mosaicos
• Material eléctrico
• Tintas
• Chaves
• Remodelação de interiores e outros serviços

Av. José Elias Garcia, 177-A
2745-150 QUELUZ
Tel.: 214 367 510
E-mail: keluzfer@hotmail.pt

Boas Festas

Churrasqueira Belinha



Churrasqueira Belinha Queluz Tel.: 214 353 755

GRELHADOS NO CARVÃO: Frango, Entrecosto e Espetadas

Boas Festas

Frango assado especial é na Belinha

Todos os dias das 9 ás 14 e das 17 às 21 horas
Encerra aos Domingos

Av. Elias Garcia, n.º 140 • 2745 Queluz • Tel.: 214 353 755

Bacalhau com batata a murro (por encomenda)

— é uma vocação. E responder a essa vocação com coragem e humanidade é o que nos distingue de muitos outros."

O Presidente da Direção, Hugo Frederico, fez um balanço das conquistas e dos desafios da instituição, homenageando "todos quantos, ao longo de 104 anos, serviram esta casa com generosidade e dedicação". Aproveitou para reforçar um apelo ao Estado, defendendo "a criação da carreira do bombeiro e do estatuto do dirigente associativo", alertando que "sem uma revisão urgente do modo como as associações são reconhecidas e apoiadas, estas poderão enfrentar sérias dificuldades no futuro". Não obstante, reforçou o compromisso da direção, garantindo que "nenhuma vida ficará por socorrer, nenhuma porta ficará por abrir".

O então Presidente da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão, Pedro Brás, deixou uma mensagem sentida sobre o valor do serviço aos outros. "Servir é colocar o bem do outro acima do nosso. É estar disponível sempre que precisam de nós, sem olhar a horas nem a condições", afirmou, acrescentando que "os bombeiros são o maior exemplo de coragem, solidariedade e humanidade nas nossas comunidades".

Por sua vez, a então Presidente da União de Freguesias de Queluz e Belas, Paula Alves, enalteceu o papel dos bombeiros e bombeiras da casa, sublinhando que "estes homens e mulheres dedicam-se diariamente à defesa e proteção da comunidade". Recordou ainda a sua longa ligação à associação e o apoio prestado durante os seus mandatos, expressando votos de continuidade no trabalho de cooperação e entreajuda.









A cerimónia incluiu também o ato de promoção dos novos bombeiros voluntários, que concluíram com sucesso o curso de formação e a prova de ingresso, assumindo agora uma nova etapa na sua missão de serviço público.

O encontro terminou com o entoar do Hino Nacional e um beberete de confraternização, onde se partilharam palavras de amizade e orgulho. Num ambiente de emoção e reconhecimento mútuo, ficaram reafirmados o espírito de missão e a vocação solidária que, há mais de um século, definem os Bombeiros Voluntários de Queluz.

Texto: Raquel Luís
Fotos: Jorge Rodrigues



Papelaria
ESTUDANTINA

• Livros e diverso material escolar
• Tabacaria
• Livraria
• Pay-Shop



Boas Festas

Rua dos Combatentes da Grande Guerra, 52A - 2745-094 QUELUZ - Tel/Fax. 214 353 511

Boas Festas

Crede ZALDO

Gabinete Técnico de Contabilidade, Lda.

credezaldo@gmail.com | jpedrocardoso@net.novis.pt



APOIO À GESTÃO
EXECUÇÃO DE ESCRITAS
PROCESSAMENTO DE SALÁRIOS
SEGURANÇA SOCIAL
IMPOSTOS - SEGUROS
ASSURFINANCE

Rua de Goa, 25 r/c Dtº | 2745 Massamá | Tel: 21 437 51 27 | Fax: 21 437 51 44

Restaurante Churrasqueira
RESTAURANTE STALLONE

Ambiente Acolhedor
Ar Condicionado

• Pernil Assado no forno à 3ª Feira
• Cozido à Portuguesa à 5ª Feira e Domingo





Desejamos Boas Festas a todos os clientes, amigos e fornecedores

Especialidades:

Peixes e Carnes grelhados no carvão

Rua José Afonso, 6 – 2745-136 Queluz (Junto à PSP) Tel. 21 436 06 81
Encerra ao Sábado

Filhotes

Artigos de criança dos 0 aos 16 anos

Loja conceituada com artigos de referência nacional

Brinquedos
Peluches
Bonecas

Dr. Kid
Gamberritos - Artigos de Bebé
Canadá House
Ysabel Mora
Street Monkey
Newness
Vestuário, Malas, Carteiras e Chapéus de chuva

Feliz Natal

Rua Gomes Freire, nº 29C • 2745-118 Queluz • Tel./Fax: 21 436 24 56

Palácio de Queluz recupera Canal dos Azulejos



A Parques de Sintra vai devolver o esplendor original ao Canal dos Azulejos, elemento icónico dos Jardins do Palácio Nacional de Queluz. O espaço vai ser restaurado e voltará a ter o espelho de água que o caracterizava no século XVIII, aproximando os visitantes da atmosfera e das vivências da época em que a Família Real e a corte se passeavam de barco sobre as águas tranquilas (represadas por um sistema de comportas), apreciando as paisagens fantasiosas dos grandes painéis de azulejos, concebidas a partir de gravuras, representando portos de mar e paisagens variadas.

João Sousa Rego, presidente do Conselho de Administração da Parques de Sintra, sublinha: "o Canal dos Azulejos de Queluz é um testemunho vivo da arte, da engenharia e do património cultural português que importa preservar. O projeto de recuperação que estamos a levar a cabo tem uma dupla vertente: por um lado vai assegurar a salvaguarda deste notável conjunto histórico; por outro, vai recriar o ambiente do lago original e devolvê-lo à fruição dos visitantes, que, assim, poderão reviver as experiências da Família Real e da corte neste espaço."

De acordo com João Sousa Rego, "trata-se de uma intervenção que conjuga na perfeição os três princípios orientadores que guiam a ação da Parques de Sintra, pois valoriza o património e promove a qualidade da visita, tornando-a mais autêntica; aprofunda a ligação à comunidade científica, ao assentar numa parceria com o Laboratório Nacional de Engenharia Civil (LNEC); e testa soluções inovadoras e sustentáveis que preservam o património construído para as próximas gerações. Num esforço pioneiro em Portugal, a Parques de Sintra decidiu realizar intervenções-piloto no próprio local, de modo a testar e avaliar os materiais e técnicas mais adequados antes da obra final. Estes trabalhos contam com o apoio científico do LNEC e seguem as melhores práticas nacionais e europeias de conservação e restauro de azulejos em contexto exterior."

INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR PARA RECRIAR UM CENÁRIO DE SONHO

O projeto de recuperação do Canal dos Azulejos é uma iniciativa complexa e multidisciplinar que envolve várias fases e especialidades. Atualmente, decorre a etapa de testes e implementação de metodologias de conservação e restauro dos revestimentos azulejares, em colaboração com o LNEC, no âmbito de um protocolo estabelecido com a Parques de Sintra. É um passo essencial no processo de seleção das soluções que garantem a melhor intervenção possível, com vista à recuperação, conservação e valorização deste património cultural e artístico.



Já foram concluídas as análises que permitiram caracterizar os materiais a utilizar e, durante o mês de novembro, iniciar-se-á a aplicação das metodologias definidas, com o objetivo de devolver a grandiosidade e o brilho originais dos painéis de azulejos.

A fase final da intervenção consistirá na reposição do espelho de água que antigamente se estendia ao longo de todo o Canal, com a instalação de um sistema rebatível sob a ponte das comportas, possibilitando a formação de um lago temporário durante o verão. Este elemento será desativado na época húmida, garantindo a preservação do equilíbrio natural e do correto escoamento das águas.

O Canal dos Azulejos, onde corre a Ribeira do Jamor, tem uma extensão de 120 metros e atravessa os jardins de Queluz, de norte para sul, constituindo a nota de maior originalidade no contexto do traçado dos jardins desta época. As paredes laterais interiores do canal estão decoradas com cerca de cinquenta mil azulejos, não incluindo os do bloco central. Em linha com o caráter lúdico do espaço, integrou no passado a Casa do Lago, também chamada Casa Chinesa ou Casa da Música.



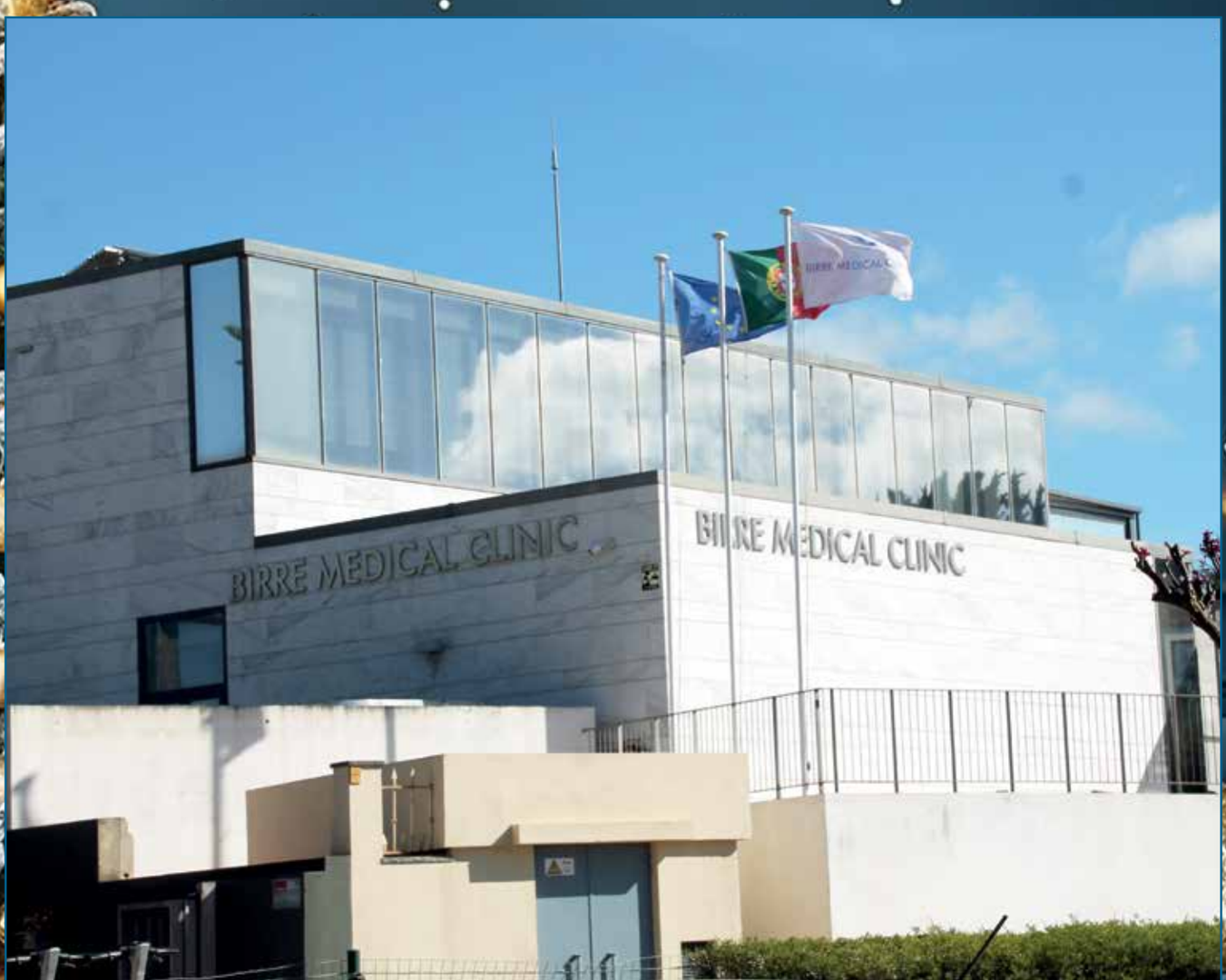


As Clínicas Dr. Olívio Dias

Desejam
aos profissionais de saúde
colaboradores e utentes

CLÍNICAS MÉDICAS
Dr. OLÍVIO DIAS
C.P. OMD 06480

Boas Festas



CLÍNICA DE CASCAIS
BIRRE MEDICAL CLINIC

R. Pedro Franco, 238 - 2750-262 Cascais
(Junto à rotunda de Birre)
Tel. 214 860 306
www.clinicasmedicasoliviodias.pt
Email: cascais@clinicasmedicasoliviodias.pt

CLÍNICA DE ALGÉS

Av. Combatentes da Grande Guerra,
130 - 1º esq 1495-036 Algés
Tels.: 21 410 38 15 | 96 207 85 78
www.clinicasmedicasoliviodias.pt
Email: alges@clinicasmedicasoliviodias.pt

CLÍNICA DE LISBOA
INSTITUTO DE OCLUSÃO

Av. Defensores Chaves nº 73 C
1000-114 Lisboa
Tel. 217 995 180/8 - Tlm. 962 078 579
www.clinicasmedicasoliviodias.pt
Email: lisboa@clinicasmedicasoliviodias.pt

JOMA inaugura Mural dos Heróis



A Juventude Operária do Monte Abraão (JOMA) celebrou mais um marco na sua trajetória desportiva com a inauguração do "Mural dos Heróis", uma homenagem aos atletas e personalidades que contribuíram para o sucesso e prestígio do clube. A cerimónia, realizada na sede do clube, contou com a presença de figuras do desporto nacional, dirigentes desportivos e políticos locais.

Coube a Miguel Almeida, Presidente da Assembleia Geral do clube, moderar esta cerimónia, tendo começado por destacar a importância do momento: "É uma grande honra para nós contar, neste espaço, com a presença de tantos campeões: uma concentração de talento rara de se ver. Entre eles, destacam-se a Patrícia Mamona, vice-campeã olímpica; Carlos Lopes, medalhado olímpico por diversas ocasiões e primeiro campeão olímpico português; e Paulo Guerra, uma das referências do atletismo nacional, presente na qualidade de Vice-Presidente da Federação Portuguesa de Atletismo".

Ainda antes de dar início ao programa oficial do evento, Miguel Almeida agradeceu o apoio dos patrocinadores e assinalou a "honra de contar com a presença do professor Fonseca e Costa, que, com quase 90 anos, permanece ao nosso lado e foi uma figura determinante nos primórdios do atletismo neste clube."

Principiando-se então os momentos previstos, deu-se a homenagem à modalidade de pool, com destaque para as conquistas das equipas A e C, que subiram, respetivamente, às primeiras e segundas divisões nacionais. Seguiu-se a apresentação da equipa feminina de atletismo para a época de 2025/26.

O evento prestou ainda tributo à campeã mundial Carolina Duarte, vencedora dos 400 metros nos Jogos Paralímpicos de Paris, categoria T13, seguido do visionamento de um documentário sobre os heróis da JOMA.

No seu discurso, o Presidente da JOMA, João Pedro Cardoso, refletiu sobre a trajetória do clube e os desafios enfrentados: "Está mais do que demonstrado que a JOMA nos últimos 40 anos se manteve no topo, sem ter um único espaço desportivo", sublinhando o sonho de ver o clube com instalações próprias: "Um dos sonhos que tenho, e espero ver concretizado em vida, é a JOMA possuir instalações desportivas próprias". O Presidente evidenciou a importância da autonomia do clube: "Tenho a certeza de que a JOMA, se conseguir a autonomia desejada, no futuro vai ser um dos melhores clubes portugueses. Estou crente que com esta mudança política a JOMA vai ter final-







MARQUISES
PORTAS E JANELAS
RESGUARDOS
PARA POLIBANS
E BANHEIRAS
DIVISÓRIAS
AMOVÍVEIS
PORTADAS FIXAS
E MÓVEIS
VIDROS DUPLOS
TODA A GAMA DE ESTORES

MARQUISELAR®





ORÇAMENTOS GRÁTIS

ESTUDOS E COLOCAÇÕES EM TODO O PAÍS





CAIXILHARIA EM ALUMÍNIO ANODIZADO E LACADO





Estrada Nacional 249, Rua Cabo da Roca | Armazém 5 - Sítio do Barrunchal - Abóboda
São Domingos de Rana | Tel.: 21 444 17 99 | Tel/Fax: 21 444 41 79 | Telm: 96 712 97 77
Email: geral@marquiselar.pt | www.marquiselar.pt


João Pedro Cardoso com João Cabral



... Eunice Baeta e Francisco Duarte


... Leonor Fonseca e Joaquim Viegas

mente as suas instalações."
Entre os convidados estiveram também os vereadores da Câmara Municipal de Sintra, Francisco Duarte e Eunice Baeta – que à data ainda não haviam tomado posse –, bem como João Cabral, que assumiria pouco depois a presidência da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão.
No seu discurso, João Cabral afirmou: "Sempre apoiámos os vossos projetos. O nosso objetivo é trabalhar convosco, facilitar a ligação com a Câmara Municipal e tratar de tudo aquilo que seja possível para que a JOMA suba ao escalão que pretende alcançar, com instalações que permitam trabalhar com mais qualidade e formar mais atletas de elite." No entanto, salientou que o sucesso do clube não se mede apenas pelos grandes títulos: "Não é só de atletas de elite que a gente vive. Há um trabalho tão fundamental como todas as medalhas olímpicas, que é o trabalho de base. Muitos atletas não vão ser olímpicos, mas foi nesta casa que aprenderam valores essenciais (...) tornando-se cidadãos conscientes e capazes de contribuir positivamente para a sociedade. Isto é tão importante quanto os feitos dos grandes atletas que aqui temos".
Por sua vez, Eunice Baeta, destacou a importância do trabalho coletivo e do papel social do clube: "É uma honra para mim estar aqui neste clube a assistir a esta história maravilhosa. E acredito que ela só pode acontecer porque o trabalho é muito, a união é grande e a vontade consegue, muitas vezes, superar barreiras quando menos esperamos." Sublinhou também o valor do desporto na integração e formação de cidadãos: "O desporto consegue unir as pessoas, integrá-las e tirá-las muitas vezes de situações menos desejáveis, onde encontramos jovens empenhados, batalhadores, que superam as suas barreiras." E concluiu destacando a coragem e determinação de Carolina Duarte: "Não quero deixar de mencionar a Carolina, porque é uma mulher cheia de coragem, de vontade, que conseguiu ultrapassar todas as suas dificuldades e inspirar-nos a todos."
A cerimónia contou ainda com um momento surpresa: o descerramento de uma placa de homenagem a João Gomes, fundador da JOMA em 1973, a quem o clube deixou um profundo agradecimento, reconhecendo-o como um "homem de carácter e princípios".
O momento culminante do evento foi a inauguração do "Mural dos Heróis", que presta homenagem visual a atletas, treinadores e colaboradores que marcaram a história da JOMA, simbolizando a união, a dedicação e o espírito de superação que caracterizam o clube.



... José Morais







CARTÓRIO NOTARIAL DE SINTRA
DA NOTÁRIA ANA SOFIA VALADA ROQUE
JUSTIFICAÇÃO NOTARIAL

____Ana Sofia Valada Roque, Notária do Cartório Notarial sito na Avenida Heliodoro Salgado, n.º 36, Sintra: _____

____Certifico, para efeito de publicação, que, por escritura outorgada ao dia treze de Novembro de dois mil e vinte e cinco, neste Cartório Notarial, exarada a folhas 139 e seguintes do livro de notas para Escrituras diversas número Duzentos e Cinquenta e Quatro, **CARLOS ALBERTO DOS SANTOS**, NIF 177 859 431, divorciado, natural da freguesia de Vila Verde dos Francos, concelho de Alenquer, residente no Casal do Brejo s/n, Manique de Baixo, Alcabideche, portador do Cartão de Cidadão número 09400692 0ZX4 válido até 26/05/2031 emitido pela República Portuguesa, declara que é, com exclusão de outrem, dono e legítimo possuidor do seguinte: _____

____ Prédio rústico composto de terra de cultura arvense e terreno estéril, com a área total de mil e oitocentos metros quadrados, denominado MANTINHA, sito em Adruana, freguesia de Alcabideche, concelho de Cascais, descrito na **Segunda Conservatória do Registo Predial de Cascais** sob o número **TRÊS MIL QUATROCENTOS E QUARENTA E SEIS** da referida freguesia de Alcabideche, com registo de aquisição, em comum e sem determinação de parte ou direito, a favor de Eduarda dos Santos e marido Júlio das Neves Casquilho, Gaspar de Assunção e mulher Gertrudes Maria Carolina, Gaspar Domingos, Gaspar Salvador dos Santos, Guilhermina Maria e marido Manuel Joaquim Raimundo e Jesuína dos Santos Moreira e marido Manuel Gaspar Salvador, pela apresentação **dezassete de dezassete de Agosto de mil novecentos e noventa**, inscrito na matriz predial rústica sob o artigo **1570 secção 18 da freguesia de Alcabideche**. _____

____Que justifica o direito de propriedade sobre o prédio rústico acima descrito invocando como causa da sua aquisição a usucapião, dado estar na sua posse, contínua, pública e pacífica, há mais de vinte anos, em resultado da doação verbal que lhe feita por, Eduarda dos Santos e marido Júlio das Neves Casquilho, Gaspar de Assunção e mulher Gertrudes Maria Carolina, Gaspar Domingos, Gaspar Salvador dos Santos, Guilhermina Maria e marido Manuel Joaquim Raimundo e Jesuína dos Santos Moreira e marido Manuel Gaspar Salvador, por volta do ano de dois mil e três, data que não consegue precisar. _____

ESTÁ CONFORME

Sintra, 13 de Novembro de 2025

A Notária

CL-Novembro-2025

"Estou próximo de realizar mais um desejo no GDDA"

- Fernando Lemos



O Grupo Desportivo de Deficientes de Alcoitão (GDDA) acumula o título de campeão nacional da época 2024/25 com a conquista da Supertaça de Basquetebol em Cadeira de Rodas (BCR). Esta conquista foi assegurada num encontro realizado dia 18 de Outubro, em Torres Vedras, frente à equipa da Associação Portuguesa de Deficientes (APD) de Braga, detentora de oito Supertaças, que os cascalenses, comandados pelo treinador Fernando Lemos, venceram por 57-36.

A terceira Supertaça a dar entrada no palmarés do GDDA veio marcar também o regresso do clube ao patamar mais alto desta modalidade do Desporto Adaptado, 30 anos depois do último título alcançado pelo emblema na competição, na época 1994/95. O clube tem-se afirmado como uma referência no BCR, com um total de cinco Campeonatos Nacionais, três Taças de Portugal e três Supertaças, além de uma vitória no Torneio Internacional de Lisboa.

Entretanto, está já confirmado que o GDDA fará a sua estreia absoluta nas provas europeias de BCR no próximo ano (23 a 26 de Abril), mais concretamente na EuroCup 4, plataforma de apuramento para a fase de grupos da temporada seguinte da EuroCup 3, tornando-se na terceira equipa portuguesa a atingir as competições internacionais de clubes organizadas pela IWBF Europe, depois da APD Sintra e da APD Braga.

A hierarquia das competições europeias de BCR é a seguinte: Champions Cup, EuroCup 1, EuroCup 2, EuroCup 3 e EuroCup 4. Inserido no Grupo A da EuroCup 4, nesta primeira participação europeia o GDDA vai defrontar os Rebel Wheelers (Irlanda), os Reading Rockets (Grã-Bretanha), os Sunrise Medical Shooters (Holanda) e os Megas Alexandros 1994 (Grécia). Na época seguinte, o vencedor do grupo assegura passagem à fase de grupos da EuroCup 3.

O jornal 'O Correio da Linha' esteve à conversa com o treinador Fernando Lemos para saber mais sobre o percurso do GDDA, conhecer as expectativas do técnico para as competições que aí vêm, nomeadamente a estreia do Clube na jornada europeia, protagonizada por um grupo vencedor, resultante de um "sonho iniciado há cerca de cinco anos", depois da pandemia COVID-19 e da profunda reestruturação da equipa, que tem Hugo Maia como capitão.

"SEMPRE TIVE CURIOSIDADE PELO DESPORTO ADAPTADO"

Jornal 'O Correio da Linha' (CL) - Há quanto tempo treina a equipa de BCR do Grupo Desportivo de Deficientes de Alcoitão (GDDA)?

Fernando Lemos (FL) - Estou a iniciar a oitava época desportiva



CL - Porquê o Basquetebol Adaptado?

FL - Sou treinador de Basquetebol há 35 anos, desde os meus 17 anos. Sempre tive curiosidade pelo Desporto Adaptado. Em 2018, surgiu a oportunidade de experimentar, gostei e abracei este projecto desde então.

CL - O que significou para si o triunfo alcançado na Supertaça frente à APD Braga?

FL - Foi uma afirmação da equipa e do clube enquanto projecto desportivo, que tem registado um crescimento sustentado, e confirmou o facto de ser Campeão Nacional em título frente a um adversário (APD Braga) que tem tido a hegemonia do BCR Nacional na última década.

CL - Como viveram os atletas esta conquista?

FL - Com natural satisfação, por terem alcançado mais um objectivo, que alimentávamos desde a pré-temporada, e por se afirmarem definitivamente no panorama nacional.

CL - O GDDA vai estrear-se nas competições europeias de BCR no próximo ano. Como encaram os jogadores a participação no EuroCup 4? O que representa para eles?

FL - Será o realizar de um sonho poder representar o clube e o País numa competição de alto nível internacional, só anteriormente disputada por duas equipas portuguesas (APD Sintra e APD Braga). Será, certamente, mais um momento de afirmação para os atletas e a possibilidade de serem vistos em palcos importantes, o que naturalmente os valorizará.

CL - Está previsto algum plano especial de preparação com vista a esta participação? De que tipo?

FL - O plano de preparação será a nossa época desportiva. A exigência já é grande, uma vez que estamos a defender o título nacional que conquistámos a época passada. Por consequência, teremos sempre de trabalhar ao mais alto nível. Gostaríamos, adicionalmente, de agendar jogos de preparação com equipas espanholas. Estamos a envidar esforços nesse sentido, no entanto não temos ainda nada confirmado.

CL - Enquanto treinador, quais as suas expectativas para esta participação na fase de grupos na EuroCup 4?

FL – Primeiramente, ser competitivo em todos os jogos e mostrar à Europa que em Portugal também se trabalha de forma séria e comprometida. Logicamente, tenho também o sonho de fazer algo que ainda não foi feito. Ou seja, parafraseando José Torres, ex-seleccionador nacional de Futebol: "Deixem-me Sonhar!"



CAFÉ PASTELARIA OCEANIA, LDA.
FABRICO PRÓPRIO
73 anos sempre a bem servir
Desejamos Boas Festas



DELÍCIA OCEANIA
Venha saborear a nossa especialidade feita com Vinho de Carcavelos Villa Oeiras
AGENTES TOTOLOTO E TOTOBOLA
Especialidades em:
Sticks
Bolo Rei
Trouxas de Ovos
Broas Castelares
Azevias
Fatias Douradas
Lampreia de Ovos
E outros doces referentes à época natalícia...
Av. Patrão Joaquim Lopes, 7-A
Paço de Arcos - Oeiras • Tel.: 21 443 23 03





"BASTA APARECER NOS LOCAIS DE TREINO"

CL - Quantos atletas tem o clube no BCR?
FL - Neste momento, contamos com 22 atletas inscritos.
CL - O que é preciso fazer para poder ingressar neste projecto? Como atleta e como apoiante?
FL - Basta aparecer nos locais de treino, ou contactar-nos através dos nossos contactos oficiais disponíveis em www.gddalcoitao.com
CL - Quantos atletas paralímpicos em BCR tem a equipa do GDDA? Quais os seus nomes?
FL - O GDDA conta com seis atletas internacionais (Hugo Maia, Lassana Indjai, Ângelo Pereira, André Gomes, Afonso Tavares e Ahmat Afaskov) seniores e Sub-23 não paralímpicos, uma vez que Portugal nunca se apurou para os Jogos Paralímpicos na modalidade de BCR. No entanto, estes atletas competem com regularidade em Campeonatos da Europa e Jogos Paralímpicos da Juventude Europeia.
CL - Entre que idades têm os atletas da equipa? O mais novo e o mais velho?
FL - Entre os 16 anos, no caso do Maxim, que é um atleta jovem em formação e iniciou este ano a prática da modalidade, e os 63 anos do Carlos Arrais, o nosso decano, que foi um baluarte da equipa que conquistou o tetracampeonato na década de 90 do século passado.
CL - Quais as principais dificuldades que enfrentou enquanto treinador de BCR?
FL - A principal dificuldade que enfrentei, inicialmente, foi entender as dificuldades de cada atleta e a sua adaptabilidade ao jogo, para que também eu pudesse adaptar-me e fazer o transfer entre o Basquetebol convencional e o BCR.



CL - Quando e como surgiu o GDDA?
FL – O GDDA surgiu na década de 1970, quando foi introduzida a prática do BCR no Centro de Medicina e Reabilitação de Alcoitão (CMRA), no âmbito de um programa destinado à reabilitação de pacientes com limitações motoras.
CL - Que tipo de instituição é esta? Quais os seus principais objectivos?
FL – Trata-se de um clube desportivo dedicado a modalidades adaptadas para pessoas com mobilidade reduzida. Temos o objectivo desportivo de formar atletas e conquistar títulos sem descartar a missão social de reabilitar e facilitar a integração destas pessoas na sociedade.
CL - Qual a ligação do Grupo Desportivo de Deficientes de Alcoitão ao CMRA?
FL – Essa ligação não existe há décadas. No entanto, temos desenvolvido algumas acções com o objectivo de nos reaproximarmos da instituição para encaminhar as pessoas com mobilidade para o Desporto no seu processo de reabilitação.
CL - Para além do BCR, que outras modalidades de Desporto Adaptado podem ser praticadas no GDDA?
FL – Neste momento, estamos a reabrir a secção de Atletismo Adaptado de forma a ampliarmos a oferta desportiva do clube. Quem sabe, mais modalidades virão depois desta.
CL - Com quantos sócios conta o GDDA?
FL – Actualmente, o GDDA não tem sócios. Estamos a trabalhar para mudar este paradigma.



"O NOSSO PARCEIRO PRINCIPAL É A CÂMARA DE CASCAIS"

CL - Com que apoios conta o GDDA?
FL - O nosso parceiro principal é a Câmara Municipal de Cascais (CMC), que tem permitido continuarmos a nossa missão desportiva no concelho. Outros são a Federação Portuguesa de Basquetebol e a Associação de Basquetebol de Lisboa. Alguns parceiros pontuais têm facilitado a nossa missão, como é o caso, nesta época, da Telmo Morais Serralharia Civil. Todos têm um relevo de extrema importância para conseguirmos realizar o nosso trabalho com maior qualidade.
CL - O Desporto Adaptado é devidamente apoiado em Portugal? O que falta fazer?
FL – Felizmente, a CMC tem sido um bom exemplo do que uma autarquia deve fazer em prol do desenvolvimento do Desporto Adaptado. Sabemos que nem todas as autarquias funcionam tão bem, no entanto julgamos que os incentivos, ou mesmo obrigatoriedade de entidades privadas, empresas, de apoiar instituições, como é prática noutros países, seria uma medida que permitiria um melhor trabalho destas instituições.
CL - Onde é que a equipa de BCR do GDDA costuma treinar? Tem algum espaço próprio? Com que infraestruturas conta?
FL - A equipa treina três vezes por semana. Às terças e quintas-feiras, treina na escola Básica Pereira Coutinho, em Cascais, e, às sextas-feiras, na Escola Secundária de Alvide, no pavilhão onde jogamos habitualmente em casa. Estes espaços são-nos cedidos pela CMC, uma vez que não dispomos de infraestruturas próprias
CL - Com quantas equipas conta o Campeonato de BCR em Portugal? Quantos jogos são realizados por época no Campeonato? Existem vários escalões?
FL - A Liga BCR conta com sete equipas. Realizamos entre 12 e 22 jogos no Campeonato Nacional dependendo do apuramento ou não para os Playoff. Não existem escalões de formação no BCR, nem competição feminina, pelo que todos os atletas jogam conjuntamente independentemente da idade ou do género.
CL - Como decorrem a Taça e a Supertaça? Quem participa?
FL - A Taça de Portugal conta com a participação das sete equipas da Liga BCR mais a participação de uma equipa da Madeira, que por razões logísticas não consegue participar na Liga. O formato da competição está desenhado com 1/4 final em eliminatória, seguida de uma Final Four entre os quatro apurados disputada num fim-de-semana em pavilhão neutro. Por sua vez, a Supertaça disputa-se num único jogo, também em pavilhão neutro, entre o Campeão Nacional e o vencedor da Taça de Portugal.
CL - O GDDA tem participado ou promovido actividades destinadas a dar a conhecer melhor o Desporto Adaptado no País?
FL - Participámos recentemente na Semana Europeia da Mobilidade e na Semana Europeia do Desporto, sendo que é frequente deslocarmo-nos a escolas para dar a conhecer o BCR e o nosso trabalho.
CL - Qual a importância do Desporto Adaptado na vida destes atletas?
FL - O Desporto Adaptado muda completamente a vida destes atletas, reforça a sua confiança, autoestima e a determinação para enfrentarem todos os desafios a que estão sujeitos nas suas vidas.
CL - Um desejo por realizar no GDDA no âmbito do Desporto Adaptado?
FL - O desejo por realizar está muito próximo de se concretizar, é a participação numa competição europeia, que ocorrerá em Abril de 2026 na EuroCup 4 a disputar em Cork, na Irlanda.

UM POUCO DE HISTÓRIA

A criação do Grupo Desportivo de Deficientes de Alcoitão (GDDA) resultou da vontade de dar resposta à dificuldade de promover a prática do Basquetebol em Cadeira de Rodas (BCR) por parte de um grupo de pacientes com limitações motoras utentes do Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão (CMRA).
A prática da modalidade de BCR foi introduzida no CMRA durante a década de 1970, no âmbito de um programa destinado à reabilitação de pacientes acompanhados na instituição, sendo que estas actividades de Desporto Adaptado começaram por ser, inicialmente, financiadas pelo próprio Centro.
Mais tarde, elementos envolvidos no programa mostraram desejo de constituir uma equipa formal de BCR, propondo ao CMRA a sua inscrição na Associação Nacional de Desporto para Deficientes Motores, entidade tutelada pela Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, com o objectivo de participar em competições oficiais.
A equipa de BCR, entretanto formada, acabou por reunir adeptos em torno do projecto, não apenas entre os utentes do CMRA, mas também junto de outras pessoas com deficiências motoras, incluindo sobreviventes de poliomielite, portadores de lesões medulares e outros cidadãos com mobilidade reduzida que não eram pacientes do Centro.
Entretanto, face ao aumento dos encargos resultantes da participação nas competições oficiais, o CMRA deixou de assegurar o apoio financeiro à equipa, o que levou os atletas a avançar com a constituição do GDDA, uma entidade autónoma, sem fins lucrativos, dedicada à prática e promoção de várias modalidades de Desporto Adaptado.
Entre as modalidades desportivas promovidas pelo clube cascalense, figuravam o Tiro com Arco, o Atletismo, o Ténis de Mesa, o Boccia, a Natação, o Goalball e o BCR. Contudo, devido a limitações financeiras, apenas esta última modalidade conseguiu manter-se activa em funcionamento contínuo ao longo de cinco décadas.

Texto: Luís Curado
Fotos: GDDA



D'EL REI
RESTAURANTE

Boas Festas

Há 38 anos a servir com qualidade e simpatia entre os melhores restaurantes da linha

Especialidades:

Lombo de bacalhau gratinado
Arroz de cherre com camarão
Posta Mirandesa
Carne de alguidar
com migas de espargos
entre outras especialidades

Jantares de grupo até 60 pessoas

Agora também com Alojamento Local e Suites de Charme

Telefone: 21 435 06 74
Consulte Instagram: Restaurante D'el Rei

COMEMORAMOS 39 ANOS



Desejamos Boas Festas

A Ferrageira do Cacém

MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO CIVIL

FERRAGENS | FERRAMENTAS MANUAIS E ELÉCTRICAS TINTAS | TORNEIRAS | LAVA-LOIÇAS | FECHADURAS - PUXADORES DE PORTA E DOBRADIÇAS

Praceta D. Fernando II, n.º 7, loja — CACÉM | 2735-269 AGUALVA-CACÉM
Tel./Fax: 21 914 78 83
ferrageira.cacem@gmail.com | www.ferrageiracacem.pt

MUNICÍPIO DE SINTRA

AVISO

Marco Paulo Caldeira de Almeida, Presidente da Câmara Municipal de Sintra, ao abrigo da competência constante da alínea t) do n.º 1 do artigo 35.º e para os efeitos do estatuído no artigo 56.º do Regime Jurídico das Autarquias Locais aprovado pela Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, em articulação com os artigos 44.º, 47.º e 159.º do Código de Procedimento Administrativo (CPA), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 4/2015, de 7 de janeiro, torna público que, por sua decisão de 11 de novembro de 2025, mediante despacho, procedeu à nomeação e delegação de competências nas dirigentes municipais, abaixo mencionadas, como "utilizadores autorizados" da Plataforma "eContas", conforme determinado na alínea c), do n.º 1 da Cláusula 1.ª do Anexo II da Resolução n.º 3/2022 do Tribunal de Contas, dentro dos seguintes limites objetivos:

- Dr.ª Maria Alexandra Piteira de Sousa Rebelo, chefe de divisão da DAAC, com autorização para remessa de processos de fiscalização prévia e/ou concomitante, incluindo processos relativos a escrituras, para além dos processos de contratação pública;
- Dr.ª Dulce Maria Dias França, chefe de divisão da DFIN, com autorização para remessa do processo de prestação de contas;
- Dr.ª Susana Caetano de Sousa, diretora do DAF, com autorização para remessa de processos de fiscalização prévia e/ou concomitante, incluindo processos relativos a escrituras, para além dos processos de contratação pública e do processo de prestação de contas nas faltas ou impedimentos das chefes de divisão.

A decisão supra, encontra-se publicitada através do Edital n.º 866/ 2025, afixado nos locais de estilo, no Departamento de Atendimento e Desenvolvimento Organizacional e na página da Câmara Municipal de Sintra na Internet em www.cm-sintra.pt.

O ato supra é ainda objeto de Aviso publicado na comunicação social, mediante extrato.

Sintra, 12 de novembro de 2025.

O Presidente da Câmara,

Marco Almeida

SINTRA CÂMARA MUNICIPAL | COM OS SINTRENSES, SEMPRE

CL-Novembro-2025

MUNICÍPIO DE SINTRA

AVISO

Ao abrigo da competência constante da alínea t) do n.º1 do artigo 35.º e para os efeitos do estatuído no artigo 56.º do Regime Jurídico aprovado pela Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, em articulação com os artigos 44.º, 47.º e 159.º do Código de Procedimento Administrativo (CPA), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 4/20015, de 7 de janeiro, **torna-se público que**:

a) **Por deliberação da Câmara Municipal de Sintra, tomada na sua Primeira Reunião, em 7 de novembro de 2025, sobre a Proposta n.º 1-P/2025, de 3 de novembro de 2025, o Executivo Municipal procedeu, ao abrigo do artigo 34.º do Regime Jurídico aprovado pela Lei nº 75/2013, de 12 de setembro, em articulação com os artigos 44.º a 47.º do CPA, à delegação de competências da Câmara no seu Presidente;**
b) **Por decisão do Presidente da Câmara, ao abrigo do artigo 36.º do Regime Jurídico aprovado pela Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, através do Despacho n.º 47-P/2025, de 7 de novembro procedeu-se à Delegação e Subdelegação de competências nos respetivos Vereadores.**

Os documentos supra referidos e que se dão como reproduzidos encontram-se integralmente disponíveis para consulta através do Edital n.º 8532025, afixado nos locais de estilo, no Departamento de Atendimento e Desenvolvimento Organizacional e na página da Câmara Municipal de Sintra na Internet em www.cm-sintra.pt.
Os atos supra são ainda objeto de Aviso (extrato) publicado em II Série de Diário da República.

Paços do Concelho de Sintra, 13 de novembro de 2025.

O PRESIDENTE DA CÂMARA

(Marco Almeida)

SINTRA CÂMARA MUNICIPAL | COM OS SINTRENSES, SEMPRE

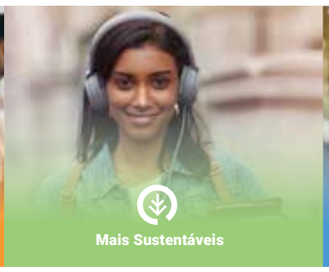
CL-Novembro-2025

PRR
Plano de Recuperação e Resiliência

REPÚBLICA PORTUGUESA

Financiado pela União Europeia NextGenerationEU


Mais Resilientes


Mais Sustentáveis


Mais Digitais

PRR Portugal

22.216 M €	22.745 M €	19.743 M €	9.288 M €	256.863
Dotação	Aprovado	Contratado	Pago	N.º Projetos Contratados

		Aprovado / Dotação	Contratado / Aprovado	Pago / Contratado
%		102%	87%	47%
Per Capita [1]	2.148	2.199 €	1.909 €	897 €

Projetos PRR do Distrito de Lisboa

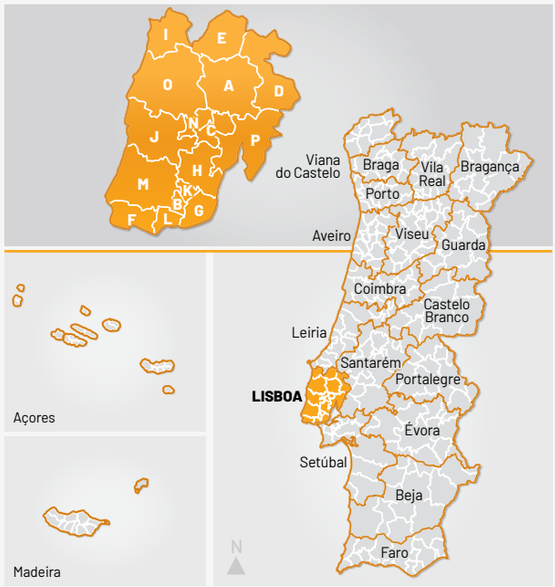
4.775 M €	4.190 M €	1.821 M €	38.738
Aprovado	Contratado	Pago	N.º Projetos Contratados

Aprovado Lisboa / Aprov…	Contratado Lisboa / Contr…	Pago Lisboa / Pag…
21%	21%	20%
2.099 €	1.842 €	800 €

Projetos PRR do Distrito de Lisboa

Componente	Descrição	Nº Projetos Aprovados	Aprovado	Nº Projetos Contratados	Contratado	Pago	% Pago / Contratado
C01	Serviço Nacional de Saúde	127	374.251.834 €	123	369.439.773 €	72.713.610 €	20%
C02	Habitação	524	1.017.756.124 €	489	956.769.075 €	428.422.577 €	45%
C03	Respostas sociais	1024	132.117.491 €	986	128.147.849 €	48.805.663 €	38%
C04	Cultura	462	199.308.485 €	348	193.825.806 €	74.612.338 €	38%
C05	Investimento e inovação	314	1.197.163.352 €	222	1.156.031.144 €	599.957.889 €	52%
C06	Qualificações e competências	14172	440.886.486 €	14.134	427.177.912 €	201.489.045 €	47%
C07	Infraestruturas	3	15.231.451 €	1	14.063.722 €	5.417.434 €	39%
C08	Florestas	23	110.353.107 €	19	108.523.005 €	106.115.020 €	98%
C09	Gestão hídrica	2	148.944 €	1	148.944 €	0 €	0%
C10	Mar	13	35.973.100 €	10	32.376.643 €	21.484.663 €	79%
C11	Descarbonização da indústria	95	86.709.652 €	94	86.441.970 €	33.004.363 €	38%
C12	Bioeconomia	5	6.103.673 €	4	6.079.849 €	3.263.878 €	54%
C13	Eficiência energética em edifícios	15287	124.943.915 €	15.219	94.077.624 €	40.406.144 €	43%
C14	Hidrogénio e renováveis	4	14.293.090 €	4	14.293.090 €	287.430 €	2%
C15	Mobilidade sustentável	7	769.497.878 €	5	358.795.087 €	92.452.034 €	26%
C16	Empresas 4.0	2700	134.789.711 €	1.957	129.338.245 €	52.807.423 €	41%
C17	Qualidade e sustentabilidade das finanças públicas	1	1.704.000 €	1	1.704.000 €	221.520 €	13%
C19	Administração pública digital	289	54.850.609 €	277	54.052.782 €	31.054.923 €	57%
C21	REPowerEU	4844	58.985.367 €	4.844	58.985.367 €	8.319.569 €	14%
Total		**39896**	**4.775.068.270 €**	**38.738**	**4.190.271.886 €**	**1.820.835.524 €**	**44%**

DISTRITO LISBOA PROJETOS PRR



Concelhos		N.º Projetos Aprovados	Aprovado	N.º Projetos Contratados	Contratado	Pago	% Pago/ /contratado
Alenquer	A	816	32.958.768 €	803	32.148.091 €	11.931.939 €	37%
Amadora	B	2.386	186.427.519 €	2.344	182.928.079 €	113.310.270 €	62%
Arruda dos Vinhos	C	321	22.780.709 €	316	21.533.230 €	11.794.514 €	55%
Azambuja	D	469	22.968.981 €	463	22.901.937 €	6.743.352 €	29%
Cadaval	E	349	6.826.653 €	342	4.098.832 €	1.747.391 €	43%
Cascais	F	3.841	245.965.438 €	3.697	242.976.290 €	107.705.439 €	44%
Lisboa	G	10.195	2.757.553.684 €	9.656	2.622.382.793 €	1.101.933.085 €	42%
Loures	H	2.869	372.340.584 €	2.826	172.647.458 €	85.584.352 €	50%
Lourinhã	I	598	10.128.123 €	584	10.084.623 €	5.372.329 €	53%
Mafra	J	2.057	129.764.993 €	2.027	121.891.152 €	44.467.353 €	36%
Odivelas	K	2.306	256.226.350 €	2.277	65.179.253 €	44.943.821 €	69%
Oeiras	L	3.449	358.737.641 €	3.368	329.063.816 €	160.899.678 €	49%
Sintra	M	6.530	203.567.611 €	6.440	199.508.178 €	68.109.363 €	34%
Sobral de Monte Agraço	N	233	1.911.430 €	227	1.478.058 €	736.414 €	50%
Torres Vedras	O	1.644	57.119.706 €	1.566	56.944.636 €	21.216.046 €	37%
Vila Franca de Xira	P	1.995	109.790.081 €	1.954	104.505.459 €	34.340.179 €	33%
TOTAL		39.896	4.775.068.270 €	38.738	4.190.271.886 €	1.820.835.524 €	44%

Dados referentes a: 15/10/2025

[1] Valores da população com base nos últimos censos do INE.

Somos PRR

Consulte os projetos em detalhe no site **recuperarportugal.gov.pt**

Aplique diversos filtros na sua pesquisa:
Dimensão/Componente/Projeto/ Distrito/Conselho/Freguesia


Mais Resilientes


Mais Sustentáveis


Mais Digitais

"É nossa obrigação privilegiar os jovens do concelho"

- Paulo Dias



O NucleOeiras que se dedica à formação de atletas na modalidade de Atletismo, tem o seu ginásio situado na Rua António Navarro, na Portela de Carnaxide, foi fundado, em 2003, por um grupo de atletas insatisfeitos com a forma como funcionavam os clubes onde treinavam.

"O Correio da Linha" conversou com os membros da Direção, Paulo Dias e Luís Filipe e também com dois jovens atletas.

Correio da Linha – Como surgiu este Clube?

Paulo Dias – Eu e o outro membro da direção, Luís Barata, era-mos atletas de clubes de Oeiras e passamos pelo Sporting e Benfica, mas estávamos desanimados com a forma como éramos tratados, pelo que decidimos formar o nosso próprio clube.

Inicialmente era pouco mais do que uma brincadeira, começamos com sete atletas e algum tempo mais depois já eram 23, fomos crescendo, temos hoje valores a nível nacional, e na Seleção Nacional.

Isto sempre nas camadas juniores, porque nós perdemos atletas para outros clubes e até para universidades dos EUA, para onde alguns atletas foram estudar, convidados por essas universidades.

CL – Como Funciona o Clube?

Luís Filipe – Antes de mais, quero salientar o mérito do Paulo Dias e do Luís Barata, que fundaram este Clube, que apesar de pequeno consegue ombrear com os grandes clubes nacionais, tendo campeões quer a nível individual quer coletivo.

O NucleOeiras funciona muito pelo apoio que os pais dão ao Clube, que não cobra comissão mensal aos atletas, não havendo qualquer exclusão pela parte financeira, mas é o esforço do Paulo e de alguns atletas, como os que hoje estão no ginásio e tiram parte do seu tempo para ajudar na organização, que o clube funciona.

O que eu notei quando coloquei cá os meus filhos, foi o trabalho excelente que o Paulo realizava em termos de formação e não só para obter bons resultados, também para os preparar como homens.

Por outro lado, os jovens ao colaborarem na organização percebem o esforço que é feito a nível logístico, para que quando chegam aos locais de provas terem, por exemplo, uma tenda montada e apoio para concretizarem os seus sonhos.

É um desafio, nós conseguirmos segurar estes jovens, porque, como disse o Paulo, eles a partir de certa idade começam a ter outros objetivos, mas temos muito orgulho em perceber que saem daqui jovens, quer mulheres quer homens, com carater e personalidade.

CL – Desde que idade aceitam jovens?

LF – A idade normal são os oito anos, mas há casos em que os miúdos vêm com os irmãos, numa lógica de brincadeira e o objetivo primeiro é de que eles se divirtam, se sintam bem e se quiserem fazer um trabalho mais sério percebam que têm o apoio necessário.

Os treinos são feitos, sobretudo, no Estádio Nacional no Jamor e os jovens que conseguem atingir um patamar mais elevado treinam no Centro de Alto Rendimento.

PD - Nós tivemos um problema, já que havia aqui ao lado uma pista com cerca





CARTÓRIO NOTARIAL DE PEDRO RAMALHO
Avenida João de Deus, Edifício Wagner, Loja C
2070-011 Cartaxo
Tel. 243.799.132 – Fax. 243.799.135 – pedro.pires@notarios.pt

E X T R A C T O

-------**Certifico** narrativamente, para efeitos de publicação, que hoje foi exarada neste cartório, a folhas *11 e seguintes* do livro de notas para escrituras diversas n.º *237-A*, uma escritura de justificação, na qual **Vera Maria Raposo Mingote**, solteira, maior, residente na Urbanização Quinta da Arca, lote 14, em Malpique, Caria, Belmonte, declarou ser dona e legítima possuidora, dos seguintes veículos automóveis:

- I -

---------- **veículo automóvel**, da marca não especificado, com a matrícula **LG – dois um – um sete**, registado sem ónus ou encargos, na Conservatória do Registo de Automóveis, a favor de **Alberto dos Santos Lapa**, residente em Lisboa, pela ***Ap. n.º 85***, de *27 de Novembro de 1954.*

- II -

---------- **veículo automóvel**, da marca **Peugeot**, com a matrícula **O R – um cinco – três sete**, modelo Plateau, registado sem ónus ou encargos, na Conservatória do Registo de Automóveis, a favor de **António dos Santos Carrega**, residente em Alcains, Castelo Branco, pela ***Ap. n.º 31***, de *7 de Janeiro de 1985.*-----

- III -

---------- **veículo automóvel**, da marca não especificada, com a matrícula **C F – dois zero – cinco um**, registado sem ónus ou encargos, na Conservatória do Registo de Automóveis, a favor de **João Paulo Pacheco de Abranches de Figueirôa**, residente em Cascais, pela ***Ap. n.º 296***, de *26 de Junho de 1979.* ----

-------Que justificou a propriedade dos referidos veículos, invocando a **usucapião** como causa de aquisição, dado estarem na sua posse, em nome próprio, de forma contínua, pública, pacífica e de boa fé, há mais de trinta e quatro anos, em resultado da compra verbal que fez em data que não sabe precisar, mas seguramente no correr do ano de mil novecentos e noventa, a Domingos Farinha, residente em Palhais, Sertã, desconhecendo porém como este havia adquirido aqueles veículos aos titulares inscritos. ----------

Está conforme o original, na parte a que me reporto.
Cartaxo, Cartório Notarial, aos 21 de Outubro de 2025.
Conta registada sob o n.º 2643/2025
O Notário, *Pedro Jorge Ramalho Gonçalves Pires*

CL-Novembro-2025









de 80 metros e uma caixa de saltos, que nos permitia fazer treinos e até teve trabalhos de recuperação há cerca de um ano, mas desapareceu para dar lugar à construção de casas para renda acessível, nós compreendemos a intensão. Já nos disseram que poderão construir uma pista mais abaixo, mas não sabemos, o nosso desejo seria ter uma pista de 200 metros.

CL – Têm este ginásio bastante bem equipado, é um investimento vosso ou tiveram apoios?

PD – Temos aqui um investimento que deve rondar os 10 mil euros e nós investimos cerca de 10%, a Câmara de Oeiras apoia mas não na totalidade, o que nós compreendemos, algumas das máquinas foram oferecidas por pessoas ligadas ao Atletismo.

Eu no que se refere aos apoios, prefiro que nos ofereçam, por exemplo, camisolas, fatos de treino ou sapatos, porque assim ficamos logo com o material que precisamos.

LF – É claro que o dinheiro também faz falta, porque isso conta muito nas deslocações, mas se tivermos as duas coisas, tanto melhor. Estamos a trabalhar para conseguirmos mais parceiros que nos ajudem a melhorar as condições que proporcionamos aos jovens.



CL – Os jovens que vêm praticar, são de onde?

PD – Temos trabalhado com muitos jovens oriundos dos bairros sociais, temos jovens daqui de Carnaxide mas também do Bairro da Lage e de Talaíde, jovens que começaram a trabalhar connosco e quando a Câmara de Oeiras nos cedeu este espaço, continuaram.

E 99% dos atletas são oriundo do concelho de Oeiras, entendemos que se a Câmara investe é nossa obrigação privilegiar os jovens do Concelho, o que também é uma forma de atrair mais jovens que acabam por vir por influência dos que já cá estão.

CL – A nível de participação em provas, qual é a frequência de participação?

PD – Temos provas quase todos os fins-de-semana. E só o Troféu de Oeiras tem este ano 11 provas, que nos servem também como treino para os juvenis. Mas participamos em provas nacionais e regionais, os mais velhos gostam do Troféu de Oeiras, mas temos que optar entre as diversas provas porque tem que haver tempo para os treinos, e a questão monetária também é preciso ter em conta, porque as deslocações a locais como o Porto ao Braga, são dispendiosas, a Câmara de Oeiras ajuda, os pais também e tentamos envolver outras entidades, uma vez que também somos um projeto social.

CL – Quantos atletas têm neste momento?

PD – Recentemente, inscrevemos numa das provas, 47 atletas. Neste momento devemos ter cerca de 180 atletas.

Temos também uma nova modalidade o "Laser Run", que é composta por duas vertentes uma de corrida e outra de tiro ao alvo, com pistola. Para a prática desta modalidade já adquirimos 10 alvos e 16 pistolas. Temos atualmente 16 atletas a praticar a modalidade, sendo Catarina Lopes e Sara Monteiro, campeões ibéricos e o Diogo, conseguiu um terceiro lugar.

CL – Como é gerir este número de atletas?

LF – Não é fácil, mas quando se entra para o grupo e se percebe como funciona, que há uma lógica de entreajuda, mesmo na logística, e também um esforço financeiro com muita força de vontade, tudo é mais fácil. Todos queremos resultados, mas sobretudo que-



ADEGA REGIONAL DE COLARES
Desejamos Boas Festas
A Centenária Região Demarcada de Colares é conhecida pela qualidade dos seus vinhos, provenientes das exclusivas castas Ramisco e Malvasia de Colares plantadas nas manchas de areia de duna, em pequenos vinhedos trabalhados artesanalmente. (Re)descubra este vinho único!



Aberto ao público de Segunda a Sábado das 9h – 13h e das 14h – 18h
Al. Cor. Linhares de Lima, 32 • 2705-351 Colares
Tel.:219291210 • www.arcolares.com • E-mail: geral@arcolares.com

RIVIERA HOTEL - CARCAVELOS
A ÉPOCA NATALICIA ESTA À PORTA!
JÁ PENSOU ONDE VAI JUNTAR OS AMIGOS, FAMILIARES OU COLEGAS?
CONSULTE AS NOSSAS OFERTAS APETITOSAS
RESERVAS@RIVIERAHOTEL.PT
TEL: 21 458 66 00
Riviera HOTEL CARCAVELOS
Feliz Natal!

remos que eles se divirtam e se derem o seu máximo, seja qual for o resultado, está tudo bem.
Uma das vantagens que vejo no Atletismo, e aprendi isso aqui, é que todos contam, todos são importantes, mesmo que não consigam os resultados que poderiam desejar, e isso faz com que cresçam e sejam melhores homens e mulheres.
PD – Temos exemplos que nos animam, por não se esquecerem do Clube mesmo estando longe, como a Petra Santos, que foi para os EUA e recentemente venceu duas provas que tinham um prémio de 600 euros, e ela com esse dinheiro comprou camisolas que ofereceu aos colegas do Clube. Também a Tatiana Moura, igualmente nos EUA, depositou recentemente 30 euros para o Clube.
CL – Há neste momento projetos que gostariam de ver realizados?
PD – Tenho o sonho de que um dia possamos ter um Centro de Estágio de Alto Rendimento no Concelho de Oeiras, com condições que no Jamor não temos porque há muitos eventos que limitam a utilização das instalações. Um equipamento destes viria a beneficiar muitos clubes do Concelho
Começamos este projeto há 22 anos, eu estarei aqui por mais cinco anos, depois logo vejo o que vou fazer.
LF – Há aqui duas correntes, uma com o Paulo com muitos anos a lutar por isto e há uma camada jovem que é o grande desafio para o Clube e acho que, felizmente, há jovens como estes que estão hoje aqui, que cresceram e continuam a gostar do Clube e o papel do Paulo pode ser diferente, mas continuar no Clube. Não acredito no prazo que ele dá.
CL – Que conselho dão aos jovens que iniciam este percurso?
PD – Que devem acreditar neles, e que é preciso tentar para que se consiga fazer.
LF – E que isso seja acompanhado de trabalho, consistência e entrem no espirito de gratidão e retribuição, mas que se divirtam.





Já estou no NucleOeiras há algum tempo, é um Clube que se preocupa com os seus atletas e tenta que se tornem melhores, mas também melhores pessoas. Treinador e colegas, somos todos uma equipa e uma grande família.
Tomás Esteves

Estou aqui há sete anos, este Clube não é só Atletismo, o nosso treinador sempre diz que o Atletismo vem em segundo lugar, porque nós também temos vidas e trabalho. Não considero isto um grupo de treino, mas uma família, porque nos ajudamos mutuamente. É um grande Clube e dá muito mais do que os outros.
Válter Gomes



Texto: Alexandre Gonçalves
Fotos: Jorge Rodrigues e Clube



EXTRATO

_____ Ana Filipa Carvalho Couto Batalha, Notária, em substituição legal, neste Cartório Notarial, sito na Rua Cruz de Portugal à Projetada Diogo Manuel Edifício Arade BL A Loja 3-C, **CERTIFICO** para efeitos de publicação, que no dia vinte e oito de outubro de dois mil e vinte e cinco, lavrada a folhas oitenta e seis e seguintes, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número duzentos e vinte e três, deste Cartório Notarial em Silves, foi exarada uma escritura de justificação notarial, na qual, Maria de Fátima Santos Gonçalves Cabrita, casada sob o regime de comunhão geral de bens com José Silva Cabrita, natural da freguesia de Alpedrinha, concelho de Fundão, residente no Sitio Assumadas de Tunes, Apartado 00025-EC, Tunes Gare, 8365-235 Tunes, Silves, se declarou, dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, do **PRÉDIO URBANO**, composto por moradia de rés-do-chão e anexo, situado em Outeiro de Polima – Lote catorze, na freguesia de São Domingos de Rana, concelho de Cascais, descrito na 1ª Conservatória do Registo Predial de Cascais sob o número quinze mil setecentos e treze, da referida freguesia, com registo de aquisição a favor de António Farinha Gonçalves, casado com Ana Patrocínio dos Santos, conforme a inscrição correspondente à apresentação cinco de quatro de setembro de mil novecentos e sessenta e quatro e, inscrito na matriz predial urbana sob o artigo 4353, da referida freguesia. _____

_____ Que a referida, **Maria de Fátima Santos Gonçalves Cabrita**, adquiriu e entrou na posse deste prédio urbano por doação verbal de seus pais, já falecidos, os supra identificados, António Farinha Gonçalves e de Ana Patrocina dos Santos, a mesma que Ana Patrocínio dos Santos e que Ana Patrocínia dos Santos, ele natural que era da freguesia de Orca, concelho de Fundão, ela natural da freguesia de Alpedrinha, concelho de Fundão, residentes que foram na Rua Luís de Camões, Lote 16, 1º, Cabeço de Mouro, São Domingos de Rana, concelho de Cascais, por volta do ano de mil novecentos e noventa e quatro, sem que, todavia, tenha sido lavrada a competente escritura de doação, inexistindo, portanto, título formal que a comprove. _____

_____ Que, assim, desde aquela data, em que se operou a tradição material do supra identificado prédio (ano de mil novecentos e noventa e quatro), até hoje, passou a desfrutar o dito prédio como coisa própria, autónoma e exclusiva, dele retirando as vantagens de que é suscetível, e nele praticando os atos materiais correspondentes ao direito de propriedade plena na convicção de não lesar o direito de outrem, pelo que possui o dito prédio em nome próprio há mais de trinta anos, sem a menor oposição de quem quer que seja, desde o seu início, posse que sempre exerceu sem interrupção e ostensivamente, com o conhecimento e acatamento de toda a gente. _____

_____ Que, assim, esta posse pública, pacífica e contínua, conduziu à aquisição do direito de propriedade do mencionado prédio por usucapião, que, **MARIA DE FÁTIMA SANTOS GONÇALVES CABRITA,** invoca para justificar o seu direito de propriedade para fins de registo. _____

_____ Vai conforme o original. _____

Silves, 28 de outubro de 2025.

A Notária,

Ana Filipa Carvalho Couto Batalha

CL-Novembro-2025

CCD realiza almoço para funcionários



O Centro de Cultura e Desporto dos Trabalhadores da Câmara de Oeiras, (CCD Oeiras) vai celebrar este ano os seus 64 anos de existência e "O Correio da Linha" conversou com a presidente da Direção, em exercício, Aurora Rica, que assumiu este cargo por saída do presidente, António Moura, por razões pessoais.

Aurora Rica, licenciada em Gestão, trabalhou durante 50 anos na Câmara de Oeiras, onde chegou a exercer o cargo de chefe da Divisão Financeira, tendo-se reformado há cerca de um ano. Simultaneamente às funções profissionais, esteve ligada à Biblioteca Operária Oeirense, como tesoureira, está ligada ao grupo coral, Cramol, pertenceu aos órgãos sociais da ADO, está na Direção do CCD desde 2014, como vice-presidente, tendo agora assumido a presidência da Direção, até haver novas eleições, que deverão realizar-se no próximo ano.

Correio da Linha – Há novas ideias para a gestão do CCD?

Aurora Rica – Para já o projeto que existe tem que ser seguido e vai continuar, já que ele é o projeto da Direção e é um projeto de sucesso, com iniciativas como o Encontro de Carros Clássicos de Oeiras, com a participação de mais de uma centena de veículos, o Oeiras Equestre, em colaboração com a Associação Equestre de Porto Salvo, as Férias Desportivas, que este ano têm um aumento para os jovens entre ao 12 e os 17 anos, já que há muita procura nessa faixa etária

CL - O Centro de Estudos continua a funcionar?

AR – Está a funcionar e tem vindo a aumentar na procura, tendo este ano 79 crianças. O espaço ainda pode comportar este número mas precisávamos de umas instalações maiores.

CL – Este período de Natal, como é que vai ser, em relação às atividades do CCD?

AR – Estão já programados para o dia 12 de dezembro, a Festa de Natal e o Aniversário do CCD, que se vão realizar numa tenda nos Jardins do Palácio Marquês de Pombal, com a tradicional entrega de cabazes de Natal e a festa para os reformados.

CL – Realizou-se recentemente o "(A)Prova a Nossa Comida", como correu esta edição?

AR – Esta é uma iniciativa que tem tido uma grande procura, para provar os nossos pratos e pensamos no próximo ano criar mais condições para as pessoas, colocando mesas no exterior do edifício sede.

A procura de refeições ao longo dos anos tem aumentado, mas são refeições disponíveis apenas para empregados da Câmara de Oeiras. Este ano estiveram presentes nesta Prova, cerca de 200 pessoas e foram apresentados, pratos como, Rancho, Carne à Beira Alta, Bacalhau com Espinafres, Pataniscas, sopa e sobremesas como, Bolo de Bolacha, Torta de Amêndoa, Semifrio e Bolo de Cenoura com Chocolate. Estes pratos foram confecionados por duas cozinheiras e duas auxiliares

CL - As atividades do CCD, como são financiadas?

AR – Os utentes das atividades, como as Férias Jovens, pagam um valor que está abaixo do que é praticado noutros centros e isso é possível devido ao subsídio da Câmara de Oeiras.

Os passeios que fazemos para os reformados, por exemplo, e já têm procura por sócios que ainda estão no ativo, que apesar de serem realizados durante a semana, há quem peça dias de férias para participar nos passeios com mais de um dia, têm também um custo é baixo, assim como as atividades desportivas, como o Karaté, as Danças Sevilhanas, o Ballet, o Yoga, ou o Pilates.

Para o ano de 2026, temos passeios previstos, a Fátima, Évora, Sintra, Alter do Chão, Arcos de Valdevez, Coimbra, Fados e Teatro em Lisboa, Açores, Troia e Alpiarça/Almeirim.

CL - Nas próximas eleições pretende candidatar-se?

AR – Ainda não sei o que vai acontecer na Direção, ainda não falámos sobre isso, estamos empenhados em continuar o trabalho. Temos que refletir sobre esse assunto, não podemos abandonar o CCD, vamos ver o que irá acontecer.





Fotos: Jorge Rodrigues



Município de Oeiras
Câmara Municipal

4ª Edição do PRÉMIO DE POESIA DE OEIRAS
EDITAL Nº 433/2025

ISALTINO AFONSO MORAIS, LICENCIADO EM DIREITO, PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS, Faz público o lançamento da 4ª Edição do PRÉMIO DE POESIA DE OEIRAS. Com o objetivo de promover a poesia no seio dos países de língua portuguesa contribuindo, deste modo, para o alargamento das literacias e a promoção do livro e da literatura, o Município de Oeiras instituiu o Prémio de Poesia de Oeiras. Assim, e de acordo com o estabelecido no art. 8º, alínea 1) do Regulamento do Prémio de Poesia de Oeiras, publicado no Diário da República, 2ª série, nº 190 de 29 de setembro de 2023, apresentam-se abaixo as especificações de candidatura previstas naquele documento. O Regulamento do Prémio
de Poesia está em fase de reformulação e as alterações entrarão em vigor, no dia seguinte à sua publicação em Diário da República.

a) Os trabalhos a serem submetidos ao Prémio de Poesia de Oeiras tanto na modalidade 'Consagração' como na modalidade 'Revelação' deverão ser entregues entre as 00h00min de dia 15 de outubro 2025 e as 24h00min de dia 15 de janeiro de 2026 inclusive, no horário de Portugal Continental, valendo a data de submissão na aplicação e a poesia submetida deverá ser sempre em português;

b) Não podem concorrer ao Prémio de Poesia de Oeiras autores com idade inferior a 18 anos;

c) Os representantes dos autores deverão assegurar-se de que estão devidamente mandatados para o efeito pelo autor;

d) Os trabalhos apresentados serão objeto de avaliação e seleção até ao 30 de abril de 2026, sendo os vencedores anunciados até 7 de junho de 2026, no site do Município de Oeiras.

e) O júri delibera com total independência e liberdade de critérios, por maioria dos votos dos seus membros;

f) O autor não poderá ser cônjuge ou pessoa que viva em condições análogas às dos cônjuges ou parentes, ou afim em linha reta ou até ao segundo grau da linha colateral inclusive, nem viver em economia comum com qualquer membro do júri da modalidade a que se candidata;

g) Apenas podem concorrer à modalidade 'Consagração' livros publicados em primeira edição em 2024, não sendo aceites reedições, antologias ou reuniões de obras completas.

h) O autor da modalidade 'Revelação' deverá assumir que está a candidatar obras originais e inéditas que nunca foram publicadas em papel ou nas plataformas digitais. Não serão aceites coautorias na modalidade 'Revelação';

i) Os trabalhos não estão sujeitos a características formais ou temáticas;

j) As obras respeitantes ao prémio 'Consagração' deverão ser submetidas na plataforma do Prémio de Poesia de Oeiras https://premiopoeiras.oeiras.pt. As dúvidas deverão ser remetidas em formato digital para o email premiodepoesia-consagracao@oeiras.pt;

k) Na modalidade 'Consagração', o miolo do ficheiro enviado deve corresponder exatamente ao livro impresso, seja no conteúdo, seja na diagramação e deverá indicar nr. de ISBN e nr. de Depósito Legal. Deve ser também enviado um ficheiro com a capa do livro. Ambos os ficheiros deverão ser em formato PDF.

l) Os trabalhos respeitantes ao prémio 'Revelação' deverão ser submetidos sob pseudónimo em formato digital, na plataforma https://premiopoeiras.oeiras.pt. Para maior facilidade de leitura na plataforma, os ficheiros também deverão ser disponibilizados em formato PDF. Na plataforma deverá ser inserido: a identificação completa do(a) autor(a), morada, data de nascimento, contacto telefónico e de e-mail. A fim de garantir o anonimato, o secretariado do prémio fará a respetiva indexação numérica do nome do autor ao pseudónimo utilizado, sendo que o júri não terá acesso a qualquer informação identitária do autor da obra. O pseudónimo não poderá ter qualquer nome ou apelido do autor. Se tal acontecer o secretariado excluirá a candidatura. O ficheiro com a obra não deverá ter, em nenhum ponto, a identificação do autor, ou nele existir alguma forma de identificar o autor, nem mesmo no prefácio pois também será motivo de exclusão. Os trabalhos deverão ser apresentados em texto mecanográfico em formato A4, paginado e processado a espaço duplo, letra tipo *Times New Roman*, tamanho 12;

m) Os prémios a atribuir serão, respetivamente de vinte mil euros na categoria de 'Consagração' e cinco mil euros na categoria 'Revelação' com a respetiva edição do livro na chancela "Os Livros de Oeiras". Poderá ser ainda atribuída uma Menção Honrosa no Prémio 'Revelação';

n) O júri do Prémio 'Consagração' é constituído por Gaspar Manuel Matos (em representação do Município de Oeiras), José Mário Silva (em representação do patrono do prémio), Mia Couto, António Carlos Secchin e Fernando Pinto Amaral. O júri do Prémio de Revelação é constituído por Maria Luisa Patrício Barros Santos (em representação do Município de Oeiras), José Mário Silva (em representação do patrono), Kalaf Epalanga, Ronaldo Cagiano e Jorge Reis-Sá.

o) Os vencedores de ambas as categorias do Prémio de Poesia de Oeiras serão anunciados até 7 de junho de 2026 no site do Município de Oeiras. A cerimónia de entrega dos mesmos far-se-á até 31 de dezembro de 2026;

p) O texto integral do Regulamento deve ser consultado na plataforma de candidatura do Prémio de Poesia de Oeiras https://premiopoeiras.oeiras.pt ou no site do Município de Oeiras;

q) Os dados pessoais que são solicitados aos autores ou representantes legais serão tratados ao abrigo da legislação em vigor para a proteção de dados.

E para constar se passou o presente e outros de igual teor, que vão ser publicitados nos lugares de estilo.

Paços do Concelho, Oeiras, 23 de setembro de 2025.

O Presidente
Isaltino Morais

OEIRAS VALLEY PORTUGAL

CL-Novembro-2025

Câmara de Sintra recebe distinção da Bandeira Azul



O Município de Sintra foi distinguido pela sua participação no Programa Nacional da Vigilância Azul 2025, durante uma cerimónia realizada na Atlântica – Instituto Universitário.
A distinção foi entregue a Francisco Duarte, vereador da Câmara Municipal de Sintra, pela Associação Bandeira Azul de Ambiente e Educação, que reconhece o município como um dos promotores desta iniciativa nas praias do concelho.
O Programa Nacional da Vigilância da Bandeira Azul é apoiado pela Fundação Vodafone Portugal, como parte do Projeto Praia Saudável, e conta com vários jovens voluntários nas praias, nomeadamente nas praias de Sintra, onde realizam fiscalizações periódicas para garantir que os critérios ambientais e de qualidade estão a ser cumpridos.
Como parte do Programa Nacional de Vigilância Bandeira Azul, a Coordenação Nacional assegura a presença nas praias e marinas premiadas, com o objetivo de garantir o cumprimento contínuo dos critérios estabelecidos pelo programa ao longo da época balnear. Para isso, os coordenadores regionais e/ou os jovens vigilantes, munidos de uma lista de verificação, visitam as praias galardoadas semanalmente, registando e reportando qualquer situação que requeira intervenção.
Nas praias de Adraga, Magoito, Grande, Maçãs e São Julião, distinguidas este ano com Bandeira Azul, receberam a contribuição de jovens inscritos no Programa Voluntariado Sintra Jovem, assumindo a limpeza diária do areal, fornecendo informação aos veraneantes e a dinamizando jogos lúdicos de cariz ambiental.
A limpeza das praias diária permitiu fornecer dados sobre as quantidades recolhidas, com especial foco para as beatas, mas também sensibilizar os presentes para a necessidade do uso do cinzeiro. Durante o verão de 2025, foram recolhidas cerca de 64.300 pontas de cigarro, evitando-se os impactos que estes pequenos resíduos têm na saúde pública e biodiversidade.
No final da época balnear, os jovens voluntários foram convidados a criar uma escultura com o lixo recolhido nas praias sintrenses, em exposição na Quinta da Ribafria, de forma a sensibilizar a população para os problemas do Oceano.

Crisbel Artigos de Viagem
• Malas
• Luvas
• Cintos
• Carteiras
• Pastas
Boas Festas

Av. Combatentes da Grande Guerra, 59A 1495-039 Algés
Telefs.: 21 410 32 81 / 21 411 44 95

Ficha Técnica
37 anos a informar
BOAS FESTAS
Medalha de Mérito Municipal Grau Prata concedida pela CM Oeiras em 2014

O Correio da Linha
JORNAL MENSAL DE ATUALIDADE
Sede do Editor/Redação e Publicidade: Rua Prof. Mota Pinto, Loja 4
2780-275 Oeiras • Tlm. 91 326 35 67 (Rede Móvel Nacional)
www.ocorreiodalinha.pt • geral@ocorreiodalinha.pt
facebook.com /correiodalinha

Diretor: Paulo Pimenta **Editor Chefe:** Alexandre Gonçalves, **Redação:** Pedro Quaresma, Luís Curado, Raquel Luís, Carlos Leite (historiador) **Marketing e Publicidade:** Sofia Antunes **Fotografias:** Paulo Rodrigues, David Pimenta e Diogo Pimenta **Paginação:** Pedro David **Impressão e acabamento:** MX3 - Artes Gráficas – Alto da Bela Vista - Pavilhão 50 (Sulim Park) 2735-197 Cacém - Tel.: 21 917 10 88 **Gerência:** Alice Domingues /Paulo Pimenta com mais de 5% **Propriedade/Editor:** Vaga Litoral Publicações e Edições, Lda. – Matr. Nº 12018 – Cons. Reg. Com. Oeiras - **Capital social:** 5 000 € - N. C. 504285092 - **Depósito Legal** N.º 27706/89 **Registo na ERC** N.º 114185. **Tiragem do mês:** 1000 exemplares Preço de Assinatura anual – 12 edições: 13 euros

O Estatuto Editorial encontra-se na página da Internet

"Servir onde for preciso com prontidão e profissionalismo"

- Álvaro Melo



A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Belas, fundada a 15 de julho de 1925, é uma das mais antigas e respeitadas instituições do concelho de Sintra. Ao longo de cem anos de existência, tem desempenhado um papel essencial na proteção de pessoas e bens, afirmando-se como um pilar de segurança, solidariedade e proximidade junto da comunidade.

Com uma história marcada pela dedicação dos seus voluntários e pela constante modernização dos seus meios e infraestruturas, os Bombeiros de Belas celebraram em 2025 o seu centenário, um marco de orgulho coletivo e reconhecimento por um século de serviço público exemplar.

Nesta entrevista, o presidente da Associação, Paulo Messias, e o comandante do corpo de bombeiros, Álvaro Melo, partilham os bastidores das comemorações do centenário, recordam momentos históricos da corporação e refletem sobre os desafios atuais e as metas para o futuro, revelando o espírito de missão que continua a definir os Bombeiros Voluntários de Belas.

O Correio da Linha (CL) - Como foi a preparação para a comemoração do centenário da Associação?

Palma Messias (PM) - A preparação das comemorações do centenário começou com bastante antecedência. Cerca de um ano antes, foi criada uma Comissão do Centenário, composta por várias pessoas diretamente ligadas à Associação, incluindo representantes das juntas de freguesia da nossa área de atuação. Tratou-se de uma equipa dedicada e colaborativa, que se reuniu mensalmente para delinear o programa das celebrações e assegurar que o centenário fosse assinalado com a dignidade e o reconhecimento que a história dos Bombeiros de Belas merece.

CL – Que atividades e momentos marcaram as comemorações da referida efeméride?

PM - As comemorações começaram a 5 de julho, no Jardim da Samaritana, com uma exposição de antigas viaturas de várias associações de bombeiros nacionais e com a atuação da Orquestra Ligeira da Sociedade Filarmónica Boa União Montelavarense. No dia 12 de julho realizámos um exercício de simulacro de acidente rodoviário na zona da Piedade da Serra, perto de Almargem do Bispo, e, no dia 19, no Parque Central de Casal de Cambra, promovemos novamente uma exposição de veículos antigos, acompanhada por um animado festival de ranchos folclóricos. O ponto alto teve lugar a 20 de julho, com a cerimónia oficial do centenário. O dia começou com a formatura e o içar da bandeira no quartel, seguido da visita ao antigo quartel de Belas, onde descerrámos duas placas: uma em homenagem à comissão fundadora do corpo de bombeiros de Belas; e outra que presta tributo a todas as direções que serviram a associação desde 1925. Seguiu-se a habitual romagem ao nosso talhão no cemitério, onde recordámos com emoção os bombeiros e dirigentes já falecidos. De regresso ao quartel, vivemos mais um momento marcante com a promoção de bombeiros e a inauguração de duas novas ambulâncias de socorro — uma oferecida pela União de Freguesias de Queluz-Belas e outra comprada pela associação e apadrinhada por Rui Villas Boas, que integrou os órgãos sociais da associação durante 56 anos. A tarde desse dia ficou marcada pela realização de uma sessão solene.



CL – A sessão solene contou com várias entidades oficiais e homenagens simbólicas. Que importância atribui a esse reconhecimento público?

Álvaro Melo (AM) - As comemorações do centenário representaram um marco de enorme significado para a nossa Associação. O desfile da guarda de honra contou com a presença do Secretário de Estado da Proteção Civil, Rui Rocha, e do atual presidente da Câmara Municipal de Sintra, Marco Almeida — que, à data, exercia funções de vereador. Estiveram igualmente presentes, entre outras entidades civis e militares, o então vice-presidente da autarquia, Bruno Parreira, o vereador Pedro Ventura e os presidentes das três uniões de freguesia abrangidas pela área de atuação dos Bombeiros de Belas.



Durante a cerimónia, procedeu-se à inauguração oficial do edifício onde atualmente nos encontramos — embora já se encontrasse em funcionamento há cerca de cinco anos —, bem como do Parque 3, situado à entrada do quartel e destinado ao estacionamento e operacionalização das viaturas.

Na sessão solene, tivemos a honra de receber, das mãos do Secretário de Estado da Proteção Civil, em representação da Ministra da Administração Interna, o diploma que certifica a atribuição da Medalha de Mérito de Proteção e Socorro, Grau Ouro, Distintivo Azul, que passou a integrar o nosso estandarte. A Liga dos Bombeiros Portugueses distinguiu ainda a Associação com o diploma Fénix de Honra, símbolo dos nossos cem anos de serviços relevantes à comunidade, e com uma medalha alusiva ao trabalho desenvolvido durante a pandemia de Covid-19, igualmente incorporada no estandarte. Nesse mesmo momento, foi também atribuída a Medalha de Ouro de Serviços Distintos a Rui Villas Boas, em reconhecimento pelo seu longo e dedicado contributo à instituição.

Foram momentos de profundo simbolismo e de merecido reconhecimento pelo trabalho desenvolvido ao longo de um século pelos Bombeiros de Belas. A encerrar a cerimónia, foi ainda entregue uma medalha do centenário a todos os elementos que integraram a mesa de honra.

CL - Olhando para estes 100 anos de história, quais foram os momentos mais marcantes, tanto do ponto de vista operacional como associativo?

AM - Eu estou cá há 40 anos e, a nível operacional, o momento que mais me marcou foi o incêndio do Chiado. Estivemos lá com quatro viaturas e foi, sem dúvida, uma das ocorrências mais exigentes e inesquecíveis da nossa história recente. Pela dimensão, pelo impacto e pela mobilização que exigiu, foi um marco para todos nós.

PM – Do ponto de vista associativo, os momentos mais marcantes estão intimamente ligados à construção dos nossos quartéis. O primeiro, inaugurado a 26 de maio de 1956, representou uma









nova etapa na vida da Associação, proporcionando melhores condições de trabalho e de convívio. Já o atual quartel, concluído a 31 de julho de 2020, simboliza a modernização e a projeção da associação para o futuro. Cada estrutura reflete a dedicação e o esforço de várias gerações que contribuíram para o desenvolvimento da Associação.

SERVIR COM PRONTIDÃO

CL - Que dimensão tem a vossa área de atuação?

AM - A nossa área de intervenção abrange aproximadamente 70 quilómetros quadrados e uma população de mais de 130 mil habitantes. Porém, a nossa atuação não se limita à área de Belas. Trabalhamos em estreita colaboração com as associações vizinhas: Agualva-Cacém, Queluz e Caneças e sempre que há necessidade, estamos prontos a apoiar. Essa coordenação é feita através do Comando Distrital de Operações de Socorro (CDOS), que assegura a gestão integrada dos meios e garante que todos os recursos são mobilizados de forma eficiente. Já fomos chamados a intervir em Lisboa, Setúbal, Costa de Caparica. O nosso objetivo é sempre o mesmo: servir onde for preciso, com prontidão e profissionalismo

CL - Qual é a dimensão atual do corpo ativo e que áreas de intervenção registam maior incidência de ocorrências?

AM - Atualmente, o corpo de bombeiros conta com cerca de 90 bombeiros, e o ritmo de trabalho é bastante intenso. O dia-a-dia no quartel é marcado sobretudo por serviços de emergência pré-hospitalar. Desde janeiro, já ultrapassámos os 5700 serviços deste tipo. São, na maioria, situações de doença súbita, quedas e acidentes de viação.

CL – Como descreve o atual estado das viaturas e que investimentos estão previstos para a sua renovação?

AM – Atualmente, contamos com 28 viaturas, entre as quais oito ambulâncias de emergência do INEM. Ainda assim, uma das nossas maiores preocupações continua a ser o estado do material e de algumas viaturas mais antigas. Temos, por exemplo, um veículo urbano com 27 anos, já bastante obsoleto. Felizmente, no âmbito das comemorações do Centenário, a Câmara Municipal de Sintra atribuiu-nos uma verba de 350 mil euros para a aquisição de um novo veículo especial de combate a incêndios urbanos. O processo já foi a concurso público, a viatura está encomendada e acreditamos que chegará até ao final do ano.

FORMAR PARA SALVAR

CL - Como é que os bombeiros se preparam para responder às diferentes situações de emergência?

AM – Internamente realizamos inúmeras formações, habitualmente entre o final de outubro e o mês de maio. Durante esse período, os bombeiros são preparados em várias áreas de atuação: incêndios urbanos e florestais, acidentes rodoviários, matérias perigosas, emergências médicas, entre outras. É um trabalho contínuo, que permite manter as equipas atualizadas e prontas para responder com eficácia a qualquer tipo de ocorrência.

CL - Hoje em dia, como é que se atrai jovens para os bombeiros e como decorre o seu processo de formação?

AM - Temos procurado chegar aos mais jovens através de várias iniciativas de divulgação. Fazemos, por exemplo, campanhas e distribuímos flyers pela comunidade, o que tem dado alguns resultados — neste momento contamos com quatro estagiários que se inscreveram recentemente. Depois de se inscreverem, os candidatos iniciam um processo de formação que dura cerca de seis meses e que totaliza 250 horas. Essa formação inclui preparação em incêndios urbanos e florestais, desencarceramento, acidentes rodoviários, emergência pré-hospitalar e matérias perigosas. Além disso, há uma componente de base que abrange áreas como construção civil, eletricidade, hidráulica, utilização de extintores, equipamentos e veículos. É uma formação muito completa, que prepara os futuros bombeiros para lidar com qualquer tipo de situação no terreno.

CL - E em relação aos sócios, como está atualmente a adesão e que medidas estão a ser tomadas para reforçar esse apoio à Associação?

PM - A atual direção entrou em funções em abril e uma das nossas principais preocupações tem sido precisamente aumentar o número de sócios. A verdade é que, apesar de termos uma área







DELICIE-SE COM OS SONS DA VIDA
- Harmoniosos
- Naturais
- Simples
Centro Auditivo Carcavelos
APARELHOS AUDITIVOS
- Discretos
- Tecnológicos
- Estéticos
VENHA VISITAR-NOS!!
Rua dos Bombeiros Voluntários de Carcavelos, nº 151-B
2775-694 Carcavelos
Boas Festas
Tel: 214 562 299 - Tlm: 962 777 276 - info@centroauditivocarcavelos.com

Vidro Cascais
Boas Festas
Companhia de Vidros, Lda.
VIDROS, ESPELHOS E MOLDURAS
Rua Prof. Agostinho da Silva, 96 - Armazém
Outeiro da Vela 2750 CASCAIS
Tel. 21 486 12 50
Fax 21 482 01 10
e-mail: vidrocascais@vidrocascais.pt





de atuação muito vasta e uma população significativa, contamos apenas com cerca de dois mil e poucos associados, um número que não reflete a realidade nem o papel essencial que os bombeiros têm na comunidade. Toda a gente precisa dos bombeiros em algum momento da vida, mas nem sempre há uma contribuição efetiva da sociedade nesse sentido. Por isso, estamos a desenvolver campanhas de sensibilização e a estabelecer novas parcerias que incentivem as pessoas a tornarem-se sócias e a manterem as suas quotas em dia. A quota é simbólica — apenas um euro por mês, ou seja, 12 euros por ano —, mas representa muito mais do que o valor: é um gesto de apoio e de reconhecimento pelo trabalho dos bombeiros.

CL - Quais são os principais projetos e investimentos previstos para os próximos anos?

PM - Antes de assumir a presidência, estive 12 anos como vice-presidente, o que me permitiu conhecer bem as necessidades reais da Associação. Nesta nova direção, temos vários objetivos, mas o principal é, como mencionado, aumentar o número de sócios e promover uma maior integração da comunidade nos bombeiros — não apenas para atrair mais recrutas, mas também para garantir a renovação das direções. Hoje em dia é cada vez mais difícil encontrar pessoas dispostas a assumir cargos de responsabilidade de forma voluntária, e acredito que o Governo também deveria rever o Estatuto do Dirigente Voluntário, que já não é atualizado há muitos anos.

Outro dos nossos focos é reduzir custos administrativos e logísticos, sem nunca comprometer os meios e recursos necessários ao corpo de bombeiros. Queremos fazê-lo de forma inteligente, apostando, por exemplo, na eficiência energética, na redução do consumo de eletricidade e água, e na implementação de sistemas que nos ajudem a gerir melhor os recursos. Também estamos a estudar formas de rentabilizar a exposição solar do quartel, o que representará uma poupança importante a médio prazo.

Acima de tudo, queremos continuar a dar aos bombeiros todas as ferramentas necessárias para um desempenho cada vez mais eficiente. E há ainda um projeto que me é particularmente querido: a requalificação do "Fordecas", o nosso carro mais antigo, inaugurado em 1936 e de fabrico inglês. É um símbolo da nossa história e uma forma de homenagear todos os que passaram por esta casa. Preservar esse património é essencial, não apenas pela memória, mas também para inspirar as novas gerações de bombeiros.

CL - Que avanços tecnológicos têm vindo a integrar no vosso trabalho e que ferramentas consideram prioritárias para o futuro próximo?

PM - Temos sentido uma evolução significativa. Já há quase quatro anos que dispomos de uma sala de operações equipada com tecnologia moderna, o que tem facilitado bastante a coordenação das equipas e o acompanhamento das ocorrências.

AM - No entanto, há uma ferramenta que consideramos fundamental adquirir a curto prazo: um drone. Os drones são extremamente úteis em situações de incêndio, pois permitem avaliar o terreno, localizar focos de fogo e posicionar melhor as viaturas no combate. Também são essenciais em operações de busca por pessoas desaparecidas, especialmente em zonas de vegetação densa. Recordo um caso aqui em Belas, há alguns anos, em que uma senhora vinda de Lisboa passou a noite perdida na zona do Casal da Carregueira. Na altura, sem drone, foi preciso recorrer às coordenadas do telemóvel, com o apoio da operadora, para a localizar. Felizmente tudo correu bem, mas uma ferramenta como essa teria facilitado muito o trabalho e reduzido o tempo de procura.

CL - Que estratégias têm utilizado para despertar o interesse dos mais jovens pelo vosso trabalho?

AM - Acredito que as escolas são o local mais atrativo para despertar o interesse pelo voluntariado. Além dos cartazes e folhetos que deixamos, seria muito importante realizar ações de divulgação diretamente nas escolas. Já recebemos alguns convites e, sempre que é requisitado, organizamos atividades, como visitas ao quartel ou demonstrações de suporte básico de vida. Por exemplo, em Casal de Cambra temos feito várias ações para crianças entre os 5 e os 10 anos, permitindo-lhes conhecer de perto o trabalho dos bombeiros.

PM - As escolas têm um papel fundamental, pois permitem trabalhar a prevenção desde cedo e dinamizar instituições que estão no coração da comunidade, seja em aldeias ou vilas. Explicar às crianças o que fazemos, o impacto do voluntariado. Essas ações podem começar ainda dentro das aulas, em disciplinas como cidadania, e ajudam a criar uma ligação duradoura com os bombeiros, formando futuros voluntários e cidadãos conscientes.

CL – A Associação conta com um museu aberto ao público. Que objetos e memórias têm vindo a preservar ao longo dos anos?

AM - O museu reúne um conjunto de peças que fui guardando ao longo dos anos. Antigamente, muito deste material acabava simplesmente no lixo. Hoje temos aqui um espólio bastante representativo da história dos Bombeiros de Belas: viaturas antigas, placas de inauguração de veículos, capacetes de várias épocas, antigos cartões de bombeiro, agulhetas, sirenes e medalhões oferecidos em diversas comemorações. Também preservamos as primeiras máquinas de escrever que chegaram à corporação e várias fardas usadas pelos bombeiros ao longo das décadas. É um espaço de memória e identidade.

CL – A fanfarra dos Bombeiros de Belas tem uma presença marcante nas vossas cerimónias. Pode contar-nos um pouco sobre a sua história?

PM – A fanfarra surgiu há muitos anos, de forma espontânea, quando alguns bombeiros que sabiam tocar decidiram desfilar pelas ruas no dia do aniversário da corporação. Desde então, passou a estar presente em desfiles, procissões e aniversários de outras coletividades. Nas nossas comemorações, é a fanfarra que abre o dia, com o hastear das bandeiras e o desfile até ao cemitério, onde homenageamos os bombeiros e dirigentes já falecidos.

Atualmente somos cerca de vinte elementos, com clarins, bombo, tarolas e caixas de guerra. Tocamos sobretudo marchas militares — cerca de trinta — e destacamos a "Os Soldados da Paz", oferecida à fanfarra em 1979 por Joaquim Francisco Batista.





Texto: Raquel Luís
Fotos: Jorge Rodrigues

COOPERATIVA AGRÍCOLA DE SINTRA, C.R.L.
Rua do Alecrim, 3 - 2710-348 Sintra
Telef. 219 105 800
Email: coopsintra.geral@gmail.com
www.coopsintra.pt
www.facebook.pt/coopsintra

Deseja a todos os seus associados, cliente, amigos e colaboradores um Santo Natal e um Próspero Ano Novo

LOJAS VENDA AO PÚBLICO
Albarraque; Arneiro
Colares; Mem Martins
Sabugo e Sintra

Cereais - Rações
Adubos
Agroquímicos
Sementes
Máquinas Agrícolas
Ferramentas e Alfaias
Produtos Vinícolas
Pet Food
Material Rega

Ao Serviço da Agricultura desde 1952

TOSCANO
RESTAURANTE
ESPECIALIDADES
• GAMBAS PANADAS
COM ARROZ DE MARISCO
• PEIXE NO PÃO QUENTE
• CREPES DE MARISCO
COM ARROZ DE MARISCO
Boas Festas
www.toscanorestaurante.pt www.facebook.com/restaurantetoscano
Travessa Barbosa de Magalhães, 2 em frente da Praia da Parede - 2775 PAREDE
geral@toscanorestaurante.pt Telefones: 21 458 20 20

"O Dakar é extremamente exigente a nível físico"

- Maria Gameiro



Maria Luís Gameiro, de 48 anos, residente em Cascais, percorreu mais de oito mil quilómetros no deserto da Arábia Saudita, tornando-se a primeira portuguesa em 15 anos a participar no Rali Dakar. A sua ligação ao Todo-o-Terreno começou por influência do marido e ganhou forma com a dedicação ao desporto e o equilíbrio entre a vida profissional e a competição. Ao longo do percurso enfrentou desafios físicos, técnicos e logísticos, destacando a importância da preparação mental e do trabalho em equipa. Além da performance em prova, assumiu uma vertente solidária ao doar um euro por cada quilómetro percorrido à luta contra o cancro. A experiência no Dakar marca agora o ponto de partida para uma nova fase de aprendizagem e foco em competições internacionais.

O Correio da Linha (CL) - Como surgiu o seu interesse pelo mundo dos motores e do Todo-o-Terreno?

Maria Gameiro (MG) - Desde pequena que gosto de velocidade, mas não tive quaisquer referências familiares nem de amigos que me fizessem enveredar por esta área. Porém, assim que tirei a carta de condução, tornei-me a condutora da família. Quando conheci o José Gameiro, atualmente meu marido, ele já fazia Todo-o-Terreno (TT) e, portanto, daí consegui dar "fôlego" à minha paixão e estreei-me no TT em 2009.

CL - Como concilia a sua paixão pelos ralis com outras responsabilidades ou ocupações?

MG - Não sou profissional de automobilismo. Não pratico TT a tempo inteiro, à semelhança da maioria dos pilotos nacionais. Infelizmente são raras as exceções a esta regra. O desporto motorizado não tem visibilidade suficiente para termos patrocinadores que nos permitam sustentar a prática desta modalidade e por isso temos de ter outras fontes de rendimento. Naturalmente, no último ano, com a dedicação ao projeto do Dakar, tive de contar com o apoio da minha equipa, que tem sido fundamental, sobretudo quando estou ausente ou focada na preparação física, que exige bastante tempo. À exceção deste desafio em particular, consigo conciliar facilmente o trabalho com os treinos e, nos fins de semana em que há corridas, participo nelas.

CL - Houve algum momento ou pessoa específica que a inspirou a seguir este percurso?

MG - Em bom rigor foi o meu marido, José Gameiro, que me abriu as portas para este mundo, até porque até me juntar a ele, nem sabia muito bem o que era o Todo-o-Terreno, para além do Dakar. Era o que surgia em destaque nas notícias. Assim, não tenho dúvidas de que foi ele que me inspirou e que me "empurrou" para começar a correr. É verdade que, com o tempo, tudo foi crescendo e comecei a inspirar-me noutros pilotos. Como mulher, sempre me fascinou a história da Jutta Kleinschmidt, a única até hoje a vencer o Dakar. Ela alcançou algo que representa um verdadeiro marco a que muitas de nós sonhamos chegar.

CL - Sendo que as mulheres ainda não têm uma representação significativa nesta modalidade enfrentou alguns desafios na sua jornada?

MG – Claro. O primeiro passa, muitas vezes, pelo olhar dos outros: em vez de sermos vistas como pilotos, somos primeiro vistas como mulheres. No início, não somos levadas tão a sério. Para além disso, há questões práticas que tornam tudo mais difícil — desde necessidades fisiológicas até à falta de conforto e adaptação por parte das organizações. No campo, por exemplo, não há casas de banho, e os fatos de competição não são pensados para o corpo feminino. São pormenores que muitos nem imaginam, mas que fazem toda a diferença. Apesar de sempre ter sido tratada com respeito pelos meus colegas, demorou algum tempo até que começassem a ver-me verdadeiramente como piloto e concorrente.

PARTICIPAÇÃO NO RALI DAKAR

CL - O que a motivou a participar no Rali Dakar, considerado um dos ralis mais desafiantes do mundo?

MG – Para mim, e julgo que para a maioria dos pilotos de Todo-o-Terreno, o que atrai no Dakar é o objetivo de competição. É quase como os Jogos Olímpicos. Para nós estar lá, ter a oportunidade de o fazer já representa por si só uma enorme conquista. Portanto, é uma referência para todos nós! É a prova rei a nível mundial, não só pela exposição que tem, mas, naturalmente, pela sua dificuldade.



CL - Como foi o processo de preparação para a sua estreia no Dakar 2025?

MG – A minha preparação para o Dakar passou por várias fases. Uma delas, naturalmente, foi a preparação física. Procurei conselhos de pilotos e copilotos portugueses que já tinham participado na prova, tentando absorver o máximo de informação possível. O que todos me disseram, e que acabei por confirmar, foi que o Dakar é extremamente exigente a nível físico. Fiz o melhor que pude, dentro do tempo que tinha disponível, para estar à altura desse desafio.

Sabia também que o lado psicológico seria crucial. Por isso, recorri ao apoio de profissionais especializados em desporto de alta competição, para garantir que a parte mental não se tornava um obstáculo.

Além disso, foi fundamental reunir uma excelente equipa — algo indispensável numa prova desta dimensão. Refiro-me não só à equipa que esteve comigo na Arábia Saudita, mas também à que ficou em Portugal e assumiu muitas das responsabilidades que tive de deixar temporariamente para me poder focar na corrida

CL - Quais foram as principais dificuldades que enfrentou durante a competição?

MG – Sem dúvida, o maior desafio foi a etapa das 48 horas, logo a segunda do rali. Eu e o José Marques, que formava dupla comigo, enfrentámos um sério problema mecânico em plena travessia de dunas, o que nos fez perder imenso tempo. Acabámos por ter de percorrer mais de 80 quilómetros de dunas durante a noite — e não eram umas quaisquer, eram consideradas das mais difíceis de todo o Dakar. Foi uma situação-limite, extremamente exigente, mas ali o fator psicológico e o espírito de equipa fizeram realmente a diferença. A capacidade de manter a calma, tomar decisões e apoiar-nos mutuamente foi crucial. Para mim, esse momento representou o verdadeiro Dakar, o maior teste que enfrentámos em toda a competição.

CL – Como foi a experiência de competir nas dunas e terrenos áridos da Arábia Saudita?

MG – Considero que as privações que vivi ao longo daqueles 15 dias deram-me uma nova perspectiva sobre o desafio e também motivação para continuar a fazer melhor. Ultrapassar cada obstáculo foi, em si, uma aprendizagem. Acho que as dunas têm muito para nos ensinar. Elas, que muitas vezes são um dos maiores receios dos pilotos, foram, para mim, verdadeiras aliadas. Durante todo o Dakar, não fiquei atascada uma única vez, o que é algo extraordinário. Claro que, por vezes, sentia alguma apreensão ao enfrentá-las, mas foi aí que o apoio e a experiência do José Marques, fizeram toda a diferença.



A verdade é que sempre gostei de conduzir nas dunas — mesmo nos poucos treinos que fiz antes da prova — mas o Dakar ensinou-me a gostar ainda mais. Há muito que se aprende ali, naquele tipo de terreno, onde tudo está em constante mudança.

CL - Como se sentiu ao ser a primeira portuguesa a competir no Dakar em 15 anos, sucedendo a Elisabete Jacinto?

MG – Senti, desde o início, um grande sentido de responsabilidade — porque, naturalmente, todos queremos dar o nosso melhor. Tinha plena consciência de que o meu carro apresentava várias limitações e de que, a minha experiência era nula. Entre os pilotos de Todo-o-Terreno, muitos consideram que esta edição do Dakar foi uma das mais difíceis de sempre, o que, para mim, é motivo de grande orgulho. Encaro isso como a melhor passagem de testemunho que a Elisabete Jacinto me podia ter feito, e senti sempre uma preocupação em não desiludir quem me acompanhava e acreditava em mim.

No final, senti um enorme alívio e, acima de tudo, uma felicidade imensa por ter conseguido chegar ao fim da prova.

CL - Pode falar sobre a sua iniciativa de







doar um euro para a luta contra o cancro por cada quilómetro percorrido?

MG - Tudo isto partiu de um ato simples que foi a escolha de decoração do carro em cor-de-rosa. As pessoas começaram a associar a cor à luta contra o cancro e assim decidimos assumir mais este desafio. Tudo isto tornou-se muito mais do que o realizar de um sonho, ou o cumprir de uma grande aventura, transformada numa mensagem de otimismo e de força. A verdade é que o cheque que entregamos à Liga Portuguesa Contra o Cancro foi o sinal de missão cumprida. Cheguei ao fim do Dakar e com isso contribuí um pouco para esta luta que é de todos.

CL - Como foi a experiência de trabalhar com a sua equipa de apoio durante o rali?

MG – O trabalho da equipa foi absolutamente fundamental, e só posso agradecer a forma como todos se entregaram às suas funções. Sem eles, simplesmente não seria possível. Há um enorme esforço envolvido na preparação da prova, mas quero sobretudo destacar o trabalho no terreno. Os mecânicos e engenheiros foram incansáveis, independentemente do estado em que o carro chegava ao bivaque, conseguiam sempre pô-lo em condições para o dia seguinte. Tudo era resolvido com eficácia, tudo era antecipado e acautelado. Trata-se de um trabalho crucial, embora muitas vezes pouco visível ou até desvalorizado. Mas a verdade é que o sucesso de uma participação como esta depende, em grande parte, da dedicação e competência dessa equipa.

CL - Que aprendizagens retirou desta experiência que pretende aplicar em futuras competições?

MG - Não é fácil resumir tudo o que este Dakar me ensinou. Aprendi muito em muito pouco tempo. A gestão das expetativas é fundamental. Há que ser paciente porque, pese embora se trate de um rali, não é um sprint, é, sim, uma maratona e, portanto, não se pode ser só velocista, tem que se saber cuidar do carro e encontrar o equilíbrio destas duas partes. Psicologicamente, é preciso o estofo de aguentar até ao final, porque são muitos quilómetros em muitos dias. É algo que eu retiro não só para as próximas corridas, mas também para a minha vida pessoal. Admito que trago outra bagagem. Ultrapassar um desafio desta envergadura deixou-me seguramente mais preparada, mais capaz!

CL – Realizar o Dakar 2026 está nos seus objetivos?

MG - Sim, participar no Dakar 2026 é claramente um dos meus principais objetivos. É a meta que me motiva a evoluir constantemente enquanto piloto, a trabalhar em equipa e a aperfeiçoar todas as competências necessárias para enfrentar um desafio tão exigente. Quero chegar ao Dakar preparada, confiante e pronta para dar o meu melhor.

CL – E já realizou algumas provas de preparação...

MG – Primeiramente realizei um importante teste, promovido pela X-Raid, em Chateaux Lastours, no sul de França. Este teste foi fundamental para voltar a ganhar ritmo competitivo depois de cerca de três meses sem competir. Foi ótimo reencontrar-me com o meu Mini T1+ e trabalhar em evoluções técnicas e pessoais. Aproveitámos para testar novas afinações do carro e reajustar detalhes importantes, tanto na condução como na comunicação dentro do carro. Foi também um momento valioso para reforçar a sintonia com a minha navegadora, Rosa Romero, algo essencial para um bom desempenho. Além disso, tive a oportunidade de trocar impressões com o Denis Krotov, um piloto muito experiente, o que me permitiu aprender e aperfeiçoar ainda mais a minha técnica. No final, saí deste desafio com excelentes sensações e bastante confiança para enfrentar outro desafio: a Baja España Aragón. Mas antes disso ainda alcancei um 5º lugar no Morocco Desert Challenge.

CL – Relativamente à Baja España Aragón descreve esta experiência e o que representou para si competir novamente em solo europeu?



MG - Foi um regresso muito especial. A Baja España Aragón é uma prova com enorme tradição e um ambiente altamente competitivo. Esta prova tem um percurso técnico e exigente, com zonas rápidas, setores de média velocidade e uma navegação que exige grande precisão. Enfrentámos 797 quilómetros de prova, dos quais 545 cronometrados, divididos por três setores seletivos. A região de Teruel tem um terreno árido e desafiante, que coloca à prova tanto o piloto como a máquina. Estar novamente entre pilotos de topo mundial — como Nasser Al-Attiyah, Nani Roma, Cristina Gutiérrez ou Laia Sanz — foi um verdadeiro privilégio. Competi numa grelha com 165 equipas inscritas, o que demonstra o nível desta corrida.

CL - Que balanço faz desta participação e de que forma esta prova contribuiu para a sua preparação rumo ao Dakar 2026?

MG - O balanço foi muito positivo. A Baja España Aragón é uma prova histórica e extremamente técnica, o que a torna um excelente treino para o Dakar. Depois das dunas e da areia de Marrocos - que enfrentámos no Morocco Desert Challenge onde conquistámos o 5º lugar - este foi um desafio completamente diferente: pistas duras, rápidas e muito exigentes fisicamente. O ritmo foi alto desde o primeiro quilómetro e foi preciso gerir bem a concentração e o carro. Estivemos focadas em manter consistência e em ganhar experiência, sem perder de vista que o nosso principal objetivo é a preparação para o Dakar 2026.

CL – Mais recentemente participou na Baja de Marrocos, na qual, o ano passado alcançou o 16º lugar, tendo sindo a 1ª mulher a concluir a prova...

MG - A Baja de Marrocos é muito mais do que uma prova, é um verdadeiro Rally Raid de cinco dias, com setores seletivos muito exigentes, incluindo noturnos, e uma etapa maratona que testa ao limite a resistência e a navegação. Este ano o percurso total rondou os 1350 quilómetros, dos quais 1300 cronometrados, com 14 setores seletivos atravessando ergs, dunas, pistas rápidas e até trechos de asfalto. Tudo se desenrola em Merzouga, no coração do deserto do Saara, o que facilita a logística das equipas, mas não reduz a dureza do desafio. É uma competição que recria o ambiente das grandes maratonas africanas e é a preparação ideal para o Dakar 2026.

O resultado de 2024 foi um marco muito importante, sobretudo por ter sido a primeira mulher a terminar a Baja de Marrocos, algo que guardo com orgulho. Sinto que, desde então evoluí bastante, tanto em termos técnicos como na gestão da prova e da navegação. Regressar este ano é uma forma de continuar esse crescimento.

CL – Este ano alcançou uma vitória nesta prova. Como descreve esta conquista?

MG - Terminar com o segundo lugar nos Automóveis, o sétimo na geral e o triunfo entre as mulheres foi um resultado muito positivo. Representou consistência, trabalho e experiência acumulada ao longo do ano. Estou muito feliz com o que conseguimos nesta Baja — recuperámos depois de momentos difíceis e terminámos fortes, o que me deixa realmente satisfeita.

CL - Para além do resultado, esta prova serviu como mais um momento de preparação para o Dakar 2026...

MG - O grande objetivo era precisamente esse: evoluir e preparar-nos da melhor forma para o Dakar. A etapa maratona foi particularmente exigente, mas mantivemos o foco e a estratégia, aproveitando cada quilómetro para ganhar ritmo e confiança. Apesar do pódio, o nosso foco esteve sempre na aprendizagem e na preparação. A Baja de Marrocos é um teste completo: resistência, navegação, gestão do carro e mentalidade. Esta edição mostrou que estamos no caminho certo. Agora é continuar a trabalhar e a preparar-nos para o próximo desafio — a Baja do Dubai, no final de novembro.

CL - Que conselho daria a outras mulheres que desejam ingressar no mundo das competições de todo-o-terreno?

MG – O conselho que deixo aplica-se não só ao todo-o-terreno, mas à vida em geral: aproveitem todas as oportunidades que surgirem e não tenham medo de falhar. Será preciso alguma teimosia, muita resiliência e, talvez, uma boa dose de audácia. Mas, acima de tudo, façam! Atrevam-se. Arrisquem. Sigam os vossos sonhos com determinação — porque é isso que faz a diferença.

Texto: Raquel Luís
Fotos: Good News



OEIRAS VALLEY
MUNICÍPIO OEIRAS

Villa OEIRAS
Vinho Generoso
CARCAVELOS
Denominação de Origem Controlada

JÁ NASCEU.

