

BOLETIM INFORMATIVO

CARNIDE

ANO XVIII

DEZEMBRO 2019

N.º 186

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

INFOMAIL

NATAL EM CARNIDE
SOEM OS SINOS, É NATAL

DESPORTO

NOVOS PROTOCOLOS DE PARCERIA

ASSEMBLEIA DE FREGUESIA

19 DEZEMBRO, 21H, ESPAÇO BENTO MARTINS



junta de
freguesia



EXECUTIVO



CDU PCP-PEV

FÁBIO SOUSA

Presidente
Psicólogo
Pelouros
Estratégia e Desenvolvimento Organizacional, Habitação, Administração, Modernização Administrativa, Mobilidade, Espaços Verdes e Espaço Público, Higiene Urbana, Actividades Económicas, Licenciamento e Urbanismo, Toponímica, Recursos Humanos, Segurança e Protecção Civil

fabio.sousa@jf-carnide.pt

CDU PCP-PEV

MARIA VILAR DIÓGENES

Presidente da Assembleia de Freguesia Reformada

maria.vilar@jf-carnide.pt

CDU PCP-PEV

SUSANA CRUZ

Tesoureira
Psicóloga
Pelouros
Tesouraria, Património e Finanças, Acção Social, Gabinete de Informação e Movimento Associativo

susana.cruz@jf-carnide.pt

CDU PCP-PEV

PAULA GRANJA

Secretária
Funcionária Pública
Pelouros
Cultura e Espassus 3G

paula.granja@jf-carnide.pt

CDU PCP-PEV

FLORIANE SILVESTRI

Vogal
Formadora
Pelouros
Desporto, Juventude e Saúde

floriane.silvestri@jf-carnide.pt

CDU PCP-PEV

TERESA MARTINS

Vogal
Animadora
Sócio-Cultural
Pelouros
Educação, Desenvolvimento Comunitário e Gestão Participada

teresa.martins@jf-carnide.pt

FICHA TÉCNICA

Boletim Informativo da Junta de Freguesia de Carnide

Depósito Legal 236880/05 Periodicidade Mensal Coordenação Susana Cruz Paginação e Design Gráfico Gonçalo Ferreira Textos Diogo Pires Fotografias Junta de Freguesia de Carnide Tiragem 10 000 exemplares Impressão Grafilinha - Trabalhos Gráficos e Publicitários Recolha de informação e patrocínios boletim@jf-carnide.pt

Todas as informações para o Boletim deverão ser enviadas até ao dia 10 do mês anterior ao da sua publicação.

Publicação Periódica isenta de registo na ERC ao abrigo da alínea b) do n.º 1 do artigo 12.º do Decreto Regulamentar n.º 8/99, de 9 de Junho, com as alterações introduzidas pelo Decreto Regulamentar n.º 2/2009, de 27 de Janeiro.



MELHOR BOLETIM DE FREGUESIA 2004 (atribuído pela ATAM)



MENÇÃO ESPECIAL - BOAS PRÁTICAS EM PARTICIPAÇÃO CIDADÃ 2008 (OIDP)



PRÉMIO 2009 - "O ASSOCIATIVISMO NA INFORMAÇÃO AUTÁRQUICA"

ÁREAS VERDES
E ESPAÇO PÚBLICO
T. 931 462 204

TRANSPORTE
SOLIDÁRIO
T. 934 404 060

VISITE-NOS
WWW.JF-CARNIDE.PT
anossajunta@jf-carnide.pt



FELIZ NATAL E UM ANO DE 2020 COMO DESEJA E MERECE!

Caro amigo/a,

No final de um ano tão exigente como foi 2019, vale a pena tirar uns minutos para reflectir sobre tudo o que aqui vivemos. Entre cultura, gestão participada, educação, espaço público, desporto, saúde... Todos os momentos contam para chegar ao final do dia e sentir-se em casa.

Uma jornada de 365 dias que não seria possível sem o termos ao nosso lado, em todos os momentos. Das sugestões que nos enviou às actividades em que participou, todos os gestos mostram a vontade que temos de continuar a crescer em comunidade.

Para 2020 conte com o nosso compromisso de um ano cheio de tudo o que até aqui já lhe trouxemos, e mais! Um ano em que queremos continuar ao seu lado, a ter o privilégio de o poder acompanhar na sua vida em Carnide. Até que o novo ano chegue, o nosso conselho é simples: tire uns minutos para mergulhar na essência do Natal

com uma edição do Boletim Informativo que cheira a sonhos e filhós. Fique por dentro das comemorações natalícias deste ano em Carnide, conheça a actividade do núcleo da Refood na nossa freguesia através da entrevista deste mês, saiba o que não pode perder no Espaço Bento Martins, comece a apontar o que vai querer discutir na próxima Assembleia de Freguesia ou ainda conheça os novos espaços de Carnide para estar de bem consigo e com o ambiente. Em suma, leia esta edição do Boletim Informativo com calma e desfrute.

Juntos vamos continuar a construir Carnide... Contamos consigo... Continue a contar connosco!

Um abraço amigo

Fábiq Sousa



Presidente da Junta de Freguesia



PAULA ABRANTES

“NUNCA FICA NADA NA COZINHA. A IDEIA É FAZER COM QUE OS ALIMENTOS SEJAM TODOS ENCAMINHADOS.”

“Sr. Carlos, quer levar uma água também?”

Sim, isso era muito bom. Já estamos a encher os garraões que lá temos...”

Como o senhor Carlos, há perto de duzentas pessoas em Carnide, que veem a mesa um pouco mais composta graças à generosidade, amizade, cumplicidade e dedicação daqueles que se juntam, todos os dias, ao núcleo da ReFood em Carnide. Aqui, mais de uma centena de pessoas trabalha por amor à missão simples mas tão precisa que os une: encaminhar os excedentes alimentares para quem

precisa. Terça-feira, 19 horas: quem passa pelo Lar Maria Droste, consegue ver um grupo de pessoas à porta. Esperam por ouvir o seu número de beneficiário ser chamado. Um número que esconde almoços, lanches e comida para compor a mesa, diariamente. Lá dentro, uma equipa prepara refeições, embala alimentos e gere a distribuição. Encontrámo-nos com Paula Abrantes, responsável pelo núcleo de Carnide da ReFood, com Alexandra Carvalho — voluntária no núcleo — e com Leonor Silva — que se juntou à missão da instituição no momento zero.

Às 19 horas, este é o terminar do dia?

Paula Abrantes — É o terminar da primeira parte do dia: as entregas. Abrimos por volta das 18 horas, começamos a empacotar a comida para que às 19 horas possamos começar as entregas aos beneficiários. Depois dessa fase, fazemos a recolha junto dos parceiros da restauração, padarias e supermercados.

Todos em Carnide...

PA — Sim, a ideia central da ReFood é trabalhar por freguesias. Foi assim que as coisas começaram com o Hunter — Hunter Halder, americano que vivia em Portugal no auge da crise económica de 2008, fundou a ReFood em Lisboa — em 2011, na freguesia de Nossa Senhora de Fátima. A questão era simples: “o que

fazer com tanto desperdício alimentar quando há tanta gente que precisa?”

O núcleo de Carnide é relativamente recente. Como chegaram ao projecto que existe hoje na nossa freguesia?

PA — Começámos em Janeiro de 2015. Já andávamos à procura de espaço há mais tempo e tínhamos também uma equipa constituída, a gestão a encaminhar-se e o plano de acção também.

Mas ainda não tinham espaço...

PA — Não. Estávamos ainda a fazer algumas experiências piloto. A primeira foi na Feira da Luz: recolhíamos o que, no fim do dia, era desperdiçado

pelos stands de faturas e restaurantes presentes para depois entregarmos ao núcleo da Refood em Telheiras. Deu para perceber como as coisas iriam funcionar em equipa.

Então, como chegam ao Lar Maria Droste?

PA — As irmãs tinham umas cozinhas velhas que não estavam a utilizar e decidiram cedê-las a título gratuito. Felizmente, conseguimos um espaço para realizar aquela que é a nossa missão sem termos encargos financeiros com isso. A partir desse momento, começámos a construir a estrutura que temos hoje, procurando voluntários para reforçar as equipas.

O que procuravam — e possivelmente ainda procuram — nos voluntários?

PA — Nós estamos abertos a qualquer pessoa que sinta que quer fazer parte desta missão connosco. É obvio que é uma sorte termos voluntários que são médicos, muitos deles estudantes, e que nos ajudam a manter o equilíbrio nos alimentos para cada beneficiário.

Essencialmente, procuramos que todos os voluntários sejam dedicados e abracem o compromisso com estas pessoas. Há quem venha apenas pelo projecto, mas com os laços que se criam entre as pessoas, há ainda mais razões para voltar no dia seguinte.

Neste momento quantos são os voluntários que fazem parte da Refood em Carnide?

PA — A nossa população de voluntários é um pouco flutuante... Ainda assim, nunca abaixo das 100 pessoas. Esse é o número mínimo que precisamos para ter uma equipa capaz de dar resposta em todos os dias da semana.

Como é um dia na actividade da Refood?

PA — A esta hora (19h) vamos mais ou menos a meio do dia. Nós chegamos um pouco mais cedo e temos as bancadas repletas com os alimentos que foram recolhidos de véspera. Começamos por empacotar os alimentos e distribuí-los pelos sacos de cada beneficiário que, depois, vem recolher o seu. À noite, são feitas três rotas pela freguesia para recolher os

alimentos junto das padarias, dos restaurantes e supermercados. A ideia é, com os excedentes que fazemos, conseguirmos fazer refeições equilibradas. Nem sempre é possível, porque nunca sabemos exactamente o que vem nas rotas... Mas tentamos!

Nesses dias, em que não é possível compor refeições equilibradas, como fazem?

PA — Tentamos combinar enlatados que, às vezes, recebemos ou que entidades recolhem a nosso favor. Tivemos, há pouco tempo, uma recolha muito grande feita pelo Colégio Militar pelo Dia da Alimentação. Muito do que foi recolhido aí vai servir para compormos cabazes de Natal.

Há uma atenção especial nesta altura do ano?

PA — Sim, no Natal gostamos de ter um cabaz com alguns alimentos mais diversificados e que consigam compor a mesa de forma mais variada para estar em família.

Quantas famílias apoiam?

PA — Directamente, são perto de vinte famílias,

quase setenta pessoas. Mas apoiamos também instituições que acabam por distribuir a comida que lhes deixamos por muito mais gente. A Associação de Moradores do Bairro Padre Cruz, por exemplo, que apoiamos com alimentos que ainda não estão confeccionados; o Lar Maria Droste, essencialmente com iogurtes.

No fundo, apoiam-nos com aquelas que são as necessidades de cada um...

PA — Entre beneficiários que vêm ter connosco e aqueles que recebem alimentos via instituições parceiras, nós apoiamos mais de duzentas pessoas. Depende do que cada um vê que lhe faz mais falta, mas a verdade é que temos conseguido fazer o encaminhamento de tudo o que nos chega.

Nunca fica nada na cozinha...

PA — Nada. A ideia é fazer com que, todos os dias, os alimentos sejam encaminhados. Também porque já são de véspera. Se acabar por haver mais comida do que a que os beneficiários precisam,





encaminhamos esses excedentes para as instituições que apoiamos.

Já passaram por vários Natais. Que diferenças têm encontrado nesta altura do ano?

PA — Internamente, como nos regemos por trabalho voluntário, é difícil mantermo-nos de portas abertas nesta altura do ano. A maior parte das pessoas vai passar o Natal em família, muitas vezes para fora de Lisboa. Por isso, não conseguimos assegurar essa semana.

Alexandra Carvalho — Para não deixar ninguém desamparado, tentamos reforçar as entregas com aquilo a que chamamos de “cabaz”. Juntamos os básicos que nunca devem faltar na mesa como azeite, massas, esse tipo de alimentos. Fazemos isso no Natal, na passagem do ano e na Páscoa.

Em todos estes anos, há alguma história que vos tenha marcado particularmente?

AC — Temos muitas histórias...

Leonor Silva — Houve um ano em que tivemos bacalhau para distribuir no Natal. Lembro-me de estar a entregar o saco a um senhor e ver os olhos dele brilhar. São essas pequenas

coisas que nos encham de felicidade.

Procuram essa ligação de proximidade junto de quem precisa?

PA — Sim, de todas as instituições de redistribuição de comida, nós somos a que trabalha exclusivamente para uma só freguesia. Mas ainda nos chegam aos ouvidos casos de pessoas que, mesmo com dificuldades, hesitam em vir...

Porque não se querem mostrar?

PA — Talvez, sim. Sabemos que há situações dessas.

Mesmo sabendo que podiam existir casos como esses, fundaram o núcleo da Re-food em Carnide em 2015. Nessa altura, identificaram mais famílias que precisavam de apoio ou restaurantes que desperdiçavam comida?

PA — Está tudo muito interligado. Se há muitos excedentes, mas não há voluntários para os recolher, não conseguimos apoiar famílias. E vice-versa.

Então sabiam da necessidade dessas famílias quando começaram...

PA — Sabíamos, sim. Conhecíamos a realidade de algumas famílias carentes

de comida e, por outro lado, que havia também algum desperdício alimentar. Nós aparecemos com a missão de reencaminhar o que havia em excesso num lado para aqueles que tinham em falta.

Há pouco disse que são cerca de 100 voluntários. Ainda sentem que vos falta gente?

PA — Sentimos. Quando há algum imprevisto, a sobrecarga para aqueles que ficam, por vezes, é muito grande. Ainda na semana passada, por exemplo, uma voluntária que fazia a rota de recolha de alimentos à segunda-feira, partiu um braço. Tivemos de mobilizar pessoas que faziam essa rota à quarta-feira para a substituir e, neste momento, quem continua à quarta tem ainda mais trabalho para si. Quanto mais gente conseguirmos ter para evitar estas sobrecargas, melhor.

A contar com essas mudanças, há rotas que precisam de mais voluntários na rua? Como estão divididas as voltas a dar?

PA — Às 19 horas temos a primeira rota — Rota A — junto de padarias e minimercados que fecham por volta dessa hora também. Depois, entre as 21 horas e as 23 horas, as

Rotas B e C acabam por ser aquelas em que vamos aos restaurantes do centro histórico de Carnide e à zona junto ao Centro Comercial Colombo.

Fazem recolhas ao fim-de-semana também?

PA — Destas rotas não. Fazemos uma recolha excepcional a cada Domingo, junto do Continente Online, junto à Azinhaga da Torre do Fato. Tem sido uma fonte que nos tem permitido compor de forma mais equilibrada as nossas refeições e chegar a outras instituições.

Qual é o convite que deixam a quem tem um tempo livre para, eventualmente, se juntar à vossa missão?

PA — A nossa vontade é mantermo-nos ao serviço da comunidade, começando em cada bairro e sempre procurando envolver as pessoas. Por isso, o nosso princípio é convidar toda a gente: voluntários para nos ajudar diariamente; instituições para participar com outros tipos de valências; às empresas que pretendam passar um dia connosco, que venham também... Mas, verdadeiramente, aquilo de que precisamos é de voluntários.

COMMUNITY CHAMPIONS LEAGUE

A Fundação Benfica e a GEBALIS, lançaram um desafio às autarquias, associações e comunidade em geral para a participação no Projecto Community Champions League, uma «competição» informal em que mais do que o desporto, mais que o futebol, se trabalha o espírito de Comunidade. A Junta de Freguesia de Carnide, não podia deixar de responder ao desafio e para tal convidou os jovens a participar.

Um espaço para aprender o que significa ganhar e perder, bem como a trabalhar em conjunto para tornar os seus bairros em locais mais seguros e mais respeitados. Um projecto que prevê a participação em alguns jogos, workshops e acções comunitárias onde os jovens serão acompanhados por monitores de ATL da Junta de Freguesia.



UMA METODOLOGIA INOVADORA PARA UM MELHOR DESEMPENHO.

NATAÇÃO EM CARNIDE

RESIDENTES NA FREGUESIA DOS 3 AOS 18 ANOS

PISCINA DO COLÉGIO MILITAR

VENHA FAZER UMA AULA EXPERIMENTAL

10% desconto

PROSWIM

Junta de Freguesia de Carnide

INFORMAÇÕES E RESERVAÇÃO: info@proswim.pt T. 911 022 376 www.proswim.pt

INFORMAÇÕES SOBRE A FREGUESIA DE CARNIDE: info@j-f-carnide.pt T. 217 521 330 www.jf-carnide.pt

QUANDO UNS SEGUNDOS BASTAM PARA RESGATAR UMA VIDA

O bem mais precioso que temos é de um valor inestimável: a vida. Todos lidamos com muitas vidas: a nossa, as dos nossos familiares e amigos, as das pessoas com quem trabalhamos... E se algo correr mal? Se tiver de socorrer alguém, quanto tempo levaria até perceber o que teria que fazer?

Em Portugal, há cerca de dez mil casos de paragem cardiorespiratória por ano. Sobrevivem, apenas 3%, em média. O tempo máximo para socorrer alguém nestas condições é de três minutos. Mais uma vez... Em tão pouco tempo, saberia o que fazer?

Porque todos os dias as nossas equipas lidam com a vida de centenas de pessoas, sentimos que faz parte do serviço que queremos prestar à comunidade ter profissionais capazes de o socorrer em todos os momentos. Para tal, a Junta de Freguesia de Carnide decidiu dar um passo em frente na formação de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa aos seus trabalhadores. Um esforço que começou junto de quem está nas escolas, para garantir que não tem de se preocupar quando deixar os seus filhos e netos ao cuidado de educadores, monitores e auxiliares. Cuidados essenciais à vida que serão estendidos aos profissionais de todas as áreas de acção da Junta de Freguesia e aos parceiros externos que lidam diariamente com a comunidade.

Um voto de confiança nas equipas que estão lado a lado consigo, para o guiar no dia-a-dia na freguesia e sempre prontos a ajudar.



UM DOCE OU UM SUSTO...

BRINCAR ÀS BRUXAS!

Quando há tempo para brincar, os mais novos ficam na primeira linha. Este ano, os AAAF e CAF de Carnide festejaram o Dia das Bruxas!

Um dia cheio de actividades, repleto de partilha, e pleno de emoções. Entre desfiles pelas ruas — onde se foi dizendo “olá!” aos comerciantes locais —, desfiles nas escolas, onde a música deu espaço a cada um para brilhar com animadas canções, jogos temáticos em que todos usaram as suas máscaras como aperitivo à festa. Quartos assombrados para os mais destemidos, bailes e lanches partilhados com muitas gulodices, o Halloween foi vivido em Carnide, por todas as idades.



NOVA CARRINHA ELÉCTRICA PARA AS CANTINAS ESCOLARES

O que seria da nossa casa sem tecto? Ou chão? E se, de repente, o ambiente se tornasse insuportável à vida humana... Já parou para pensar nisso?

Cabe a cada um de nós contribuir para uma menor pegada de danos ambientais. Por isso, e porque continuamos a querer conjugar todas essas vontades com a educação e alimentação dos mais jovens da freguesia, Carnide deu um passo em frente no caminho da sustentabilidade.

Para que a comida chegue quentinha e apetitosa à mesa das cantinas escolares, a Junta de Freguesia de Carnide reforçou o caminho que as refeições têm de fazer até à Escola Prista Monteiro com uma carrinha eléctrica.

Este veículo vem dar resposta ao aumento das cantinas escolares a cargo da Junta de Freguesia e ao consequente aumento de refeições a transportar.

Menos combustíveis fósseis no processo, uma pegada ambiental mais verde e um voto de esperança na preservação da mãe-natureza.

SEMANA DA ALIMENTAÇÃO “OS ECO-HERÓIS APOIAM UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL”

SUPER...PODERES!!... SUPER- FORÇA!!...SUPER- ALIMENTAÇÃO!...

Foi assim que a JF comemorou o Dia Mundial da Alimentação, dia 16 de Outubro.

Durante toda a semana os Eco-Heróis SOU CARNIDE, Rita, Raúl, Ringo e o Riscas visitaram as cantinas escolares dos Jardins-de-Infância da rede pública de Carnide, para promover a alimentação saudável.

Desde que assumiu a competência de gestão das cantinas escolares, a JF procura fazer uma aposta de acções de carácter pedagógico nos refeitórios.

Come um Arco-Iris!..foi o desafio que estes Eco-Heróis, já conhecidos pelos mais novos por desenvolverem a cidadania ambiental nas escolas, realizaram à hora do almoço. A sugestão de que a cada cor, de cada Eco-Herói corresponde um superpoder: crescimento, coração, força e memória levou a que por esses dias nem migalhas ficaram no prato.

RUGBY PARA TODOS

BENFICA APOSTA NA FORMAÇÃO DE JOVENS ATLETAS

Com o apoio do Sport Lisboa e Benfica, chegou um novo incentivo aos desportistas de palmo e meio de Carnide. Crianças e jovens dos CAF e Espaço Jovem passam agora a poder jogar Rugby de forma totalmente gratuita.

Veste-se o equipamento, calçam-se as chuteiras, bola debaixo do braço e estão prontos a jogar!

Uma vez por semana, uma equipa de treinadores vem às escolas da freguesia promover o rugby como modalidade para a integração e o trabalho em equipa.

Um incentivo à prática de exercício físico ao lado de grandes nomes do desporto nacional.



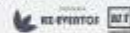
NATAL EM CARNIDE

NATAL COMUNITÁRIO

INAUGURAÇÃO
12 DEZEMBRO | 18H
LARGO DAS PIMENTEIRAS

MERCADO DE NATAL

DE 12 A 15 DEZEMBRO
JARDIM DA LUZ



ENTRADA LIVRE

EXPOSIÇÃO PROJECTO LIVRO "THREE WISE MEN"

DESENHOS MARTA REGO
TEXTO VERA ALVELOS

INAUGURAÇÃO
12 DEZEMBRO | 19H
ESPAÇO BENTO MARTINS

CONCERTO NATAL

THE BEST CHRISTMAS SONGS

QUINTETO COM:

TÓ CRUZ VOZ

ANTÓNIO PALMA PIANO E DIRECÇÃO MUSICAL

12 DEZEMBRO | 21H30

IGREJA DA LUZ



JF-CARNIDE.PT



Junta de
freguesia
eC@

INFORMAÇÕES
anossajunta@jf-carnide.pt
T. 217 121 330

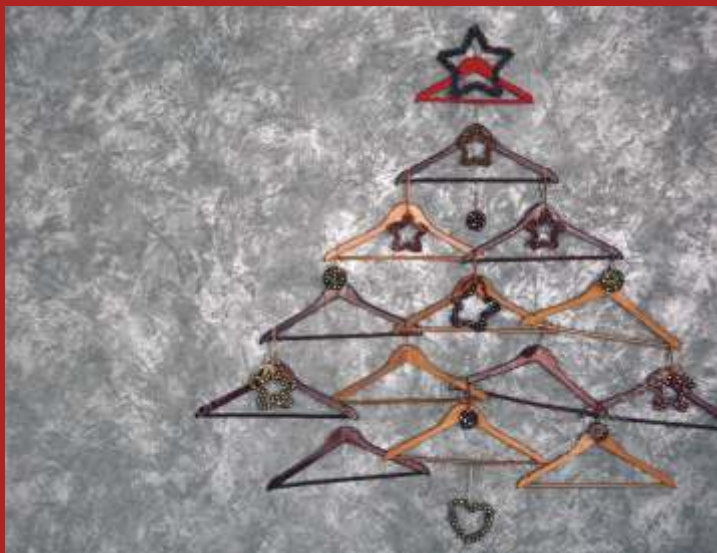
EM COLABORAÇÃO
COM OS PARCEIROS
E INSTITUIÇÕES LOCAIS

POR UMA FREGUESIA MAIS LIMPA E PRONTA A RECEBER TODOS

Difícilmente tropeçará nestes dejectos caninos. Pela sua dimensão, pelo seu aparato, pela sua mensagem.

Lembra-se da última vez em que foi dar uma volta pelo parque e voltou com as solas sujas com cocó de cão? Aquela sensação chata de não saber bem onde pôr os pés quando chega a casa... Ou quando os mais pequenos aparecem com a roupa já manchada... Já pensou que essas situações podiam ser evitadas se cada um fizesse a sua parte? Carnide é um espaço imenso e chega para todos. Para si, para os mais novos, para os companheiros de uma vida. Todos têm lugar aqui, todos são parte importante da comunidade, cada um com as suas responsabilidades. Para alertar a população, a Junta de Freguesia de Carnide tem feito circular pelas ruas gigantes esculturas de fezes caninas. Mas há mais: se já “chocou” de frente com estes ícones, repare nas bandeiras que estão cravadas no chão. Uma por cada dejecto animal recolhido naquele lugar. E acredite, quase dois meses depois, muita bandeira já circulou pelos jardins da freguesia. Faça a sua parte para uma freguesia mais limpa e pronta a receber todos. Quando o seu companheiro quiser deixar a sua marca no nosso chão, limpe. Lembre-se sempre: “Neste chão, não brinca só o seu cão”.





SOEM OS SINOS, É NATAL!

O som da água a bater no telhado não deixa margem para dúvidas: a véspera de Natal está a começar chuvosa. Não há ano em que não seja assim: o único dia em que não precisa de despertador para sair da cama com energia para aquilo que aí vem. O pequeno-almoço é tomado meio a correr e, entre uma torrada e outra, veste o casaco para sair para as últimas compras antes da noite de Natal. O 24 de Dezembro consegue reunir a azáfama de quem deixou alguma prenda por comprar com a paz da celebração em família.

Ainda não chegou o dia de Natal, mas a agenda está longe de estar à espera do final do advento. Os dias são mais curtos e todo o tempo é precioso para planear mais um ano com todos lá em casa. Ou noutra casa, com mais e mais família. Aquela que já não vê desde o Natal do ano passado e que, agora, se lembra dos telefonemas

que ficaram por fazer ao longo deste ano que passou. Não se preocupe, há outro ao virar da esquina, pronto para fazer tudo certinho. Falávamos da agenda durante o advento... Qual semana sem animação, sem planos... Não faz parte desta altura do ano. Há que sair à rua, ver as luzes, sentir o frio na cara. Curvar os ombros como se isso fosse



ajudar a aquecer e, de repente, vê lá ao fundo uma fila que dá a volta ao Largo. Dizem que é o momento mais ansiado pelos mais novos: a visita à Casa do Pai Natal. Um pedaço do Polo Norte que desce do imaginário das crianças lá de casa até ao Largo da Luz, durante uns momentos. Quatro dias, na verdade. De 12 a 15 de Dezembro, o mundo dos mais novos enche-se de cor. O seu, de harmonia e celebração em comunidade. Este ano, o Natal entra por Carnide e pára no Largo da Luz. Pela primeira vez, há um Mercado de Natal à sua espera com emoções que duram um ano inteiro. Um pedaço de sonho e imaginação para os mais novos com muitos desejos para pedir na Casa do Pai Natal. Traga a máquina fotográfica — ou então só o seu telemóvel — para registar os momentos todos

e ainda ficar com uma recordação do que viveu junto à árvore de Natal no centro do Largo. O momento certo para celebrar a família e a comunidade, que mais uma vez se reuniu para trazer a todos uma árvore carregada de símbolos: cabides. À primeira vista pode parecer simples, mas acredite, tem tudo o que é preciso para se encher de motivos para celebrar. Escolhido o objecto que daria vida à árvore de Natal comunitária deste ano, a Rede de Cultura de Carnide devolveu a cada um, o momento certo para a reflexão: Já pensou no que seria se vivéssemos todos os momentos da vida sem roupa? Como seria passar o inverno sem poder sentir o conforto que é vestir uma camisola de lã numa manhã mais fria... Roupa que todos os dias retiramos de cabides. Pequenos triângulos que, a cada

vértice, nos seguram agasalhos carregados de vivências, segredos, desejos...

Um cabide carrega em si o peso de todas as emoções que vivemos com a roupa que nele se apoia. Um cabide como símbolo da firmeza e do suporte. É assim que queremos pensar neste Natal. Junte-se para a inauguração desta árvore de Natal tão especial, já no próximo dia 12 de Dezembro às 18 horas, no Largo das Pimenteiras.

Já que vai tirar a sua agenda para tomar nota, aponte também o dia certo para voltar aos clássicos desta altura do ano. No dia 12 de Dezembro, a noite traz um concerto de grandes clássicos de Natal, ao ritmo do piano de António Palma e da voz única de Tó Cruz. Uma noite irreverente e plena de Jazz, na Igreja da Luz.

E se achava que a celebração do Natal se esgotava num só dia, desengane-se. Tem até ao dia 15 de Dezembro para viver tudo o que o Mercado de Natal lhe tem para dar. Quatro dias em que o Largo da Luz se veste de cor, doces, artesanato, animação de rua e divertimentos para os mais novos.

Reunidos estão todos os pormenores para que possa viver esta altura do ano em partilha e comunhão. Às portas da cidade, a chave para um Natal em família está em Carnide.





GUERREIROS QUE NÃO VIRAM AS COSTAS AO POVO

Podia ser o mote para um bom filme, desses que de certeza irá ver nos fins-de-semana mais frios deste mês... Mas acredite, é a realidade dos agentes da Esquadra 42 da PSP em Carnide.

Depois de verem a sua casa — a Esquadra 42 — ser fechada a 16 de Outubro por falta de condições para poderem trabalhar, os agentes da PSP mobilizaram-se temporariamente para a Esquadra do Bairro Padre Cruz. A notícia apanhou-o de surpresa? Normal. Eles nunca saíram da rua, da sua rua. Dia após dia, a missão que os move continuou a falar mais alto: manter Carnide segura.

Um direito e dever de todos nós, que é mantido em linha por cada um dos setenta agentes. Profissionais com direito a postos de trabalho dignos da importância social que têm, e sobre os quais tem sido negligenciada a necessidade de realizar obras profundas.

Por isso, antes de reunir a família nos fins-de-semana frios que aí vêm, tire dois minutos para assinar a petição pela (re)abertura urgente da esquadra da PSP em Carnide. Faça-o online, veja como no website da Junta de Freguesia de Carnide (www.jf-carnide.pt).

Acredite, será a melhor prenda que pode oferecer a si mesmo neste Natal.

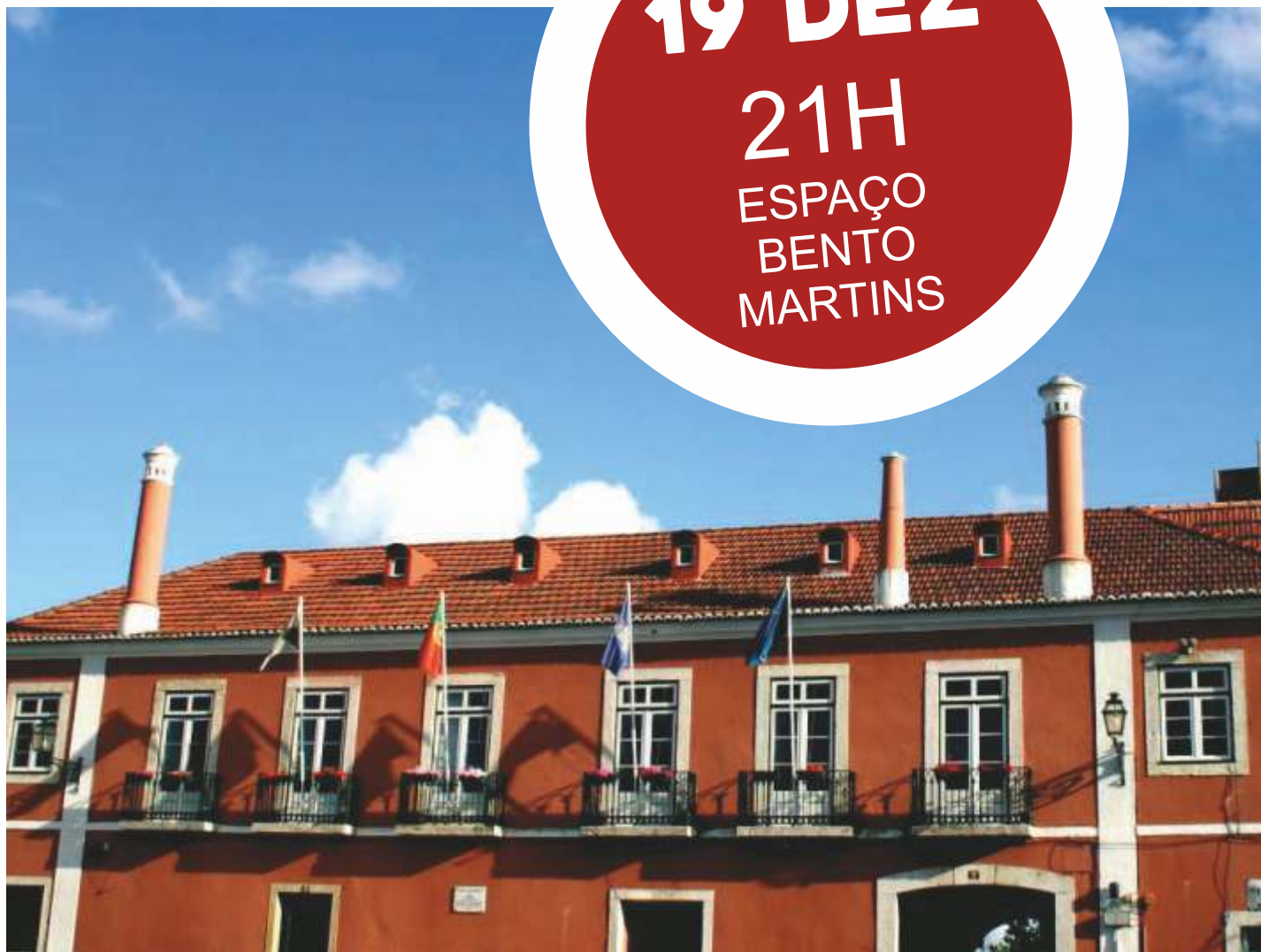


ASSEMBLEIA DE FREGUESIA

19 DEZ

21H

ESPAÇO
BENTO
MARTINS



Já pensou que a sua vontade pode mudar o rumo do sítio onde vive? Use da sua voz e diga tudo o que tiver para dizer.

No próximo dia 19 de Dezembro, às 21 horas, o órgão máximo da freguesia volta a contar consigo. Marque presença na 13.^a Assembleia de Freguesia para discutir e votar naquele que será o Plano de Actividades e Orçamento para o próximo ano. Tenha dúvidas, contraponha, contribua. Só assim pode uma comunidade crescer. E nós queremos crescer lado a lado consigo.

Partilhe da nossa vontade de querer fazer mais e melhor Carnide, todos os dias. Marque na agenda: 19 de Dezembro às 21 horas, no Espaço Bento Martins (edifício sede da Junta de Freguesia de Carnide).



ESPAÇO BENTO /MARTINS

ESPAÇO BENTO /MARTINS

EXPOSIÇÃO FOTOGRAFIA DE DULCE MACHADO
VIDAS ESQUECIDAS
NO CAMPO DE REFUGIADOS DE MORIA
/ 5 DEZEMBRO 2019
/ 21H (INAUGURAÇÃO)
INTERATE AO PÚBLICO ATÉ 19 DE DEZEMBRO DE 2019
SÁBADO E DOMINGO, DAS 19H ÀS 17H

caridade
LUGAR DE FREGUESIA 502

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
anosaajunta@j-caridade.pt | T. 217 121 330

Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Caridade
Largo das Pinhas, 6 - 1600-076 Lisboa

patrocinado por
@caridadept @j-caridadept @caridadept @j-caridadept

ESPAÇO BENTO /MARTINS

ENCONTRO/COLOQUIO
O PALÁCIO SANT'ANNA
FRAGMENTOS DA EVOLUÇÃO
HISTÓRICA DE CARNIDE
/ 11 DEZEMBRO 2019
/ 18H

ENTRADA LIVRE

caridade
LUGAR DE FREGUESIA 502

INFORMAÇÕES
anosaajunta@j-caridade.pt | T. 217 121 330

Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Caridade
Largo das Pinhas, 6 - 1600-076 Lisboa

patrocinado por
@caridadept @j-caridadept @caridadept @j-caridadept

ESPAÇO BENTO /MARTINS

EXPOSIÇÃO
PROJETO LIVRO "THREE WISE MEN"
DESENHOS DE MARTA REGO
TEXTO DE VERA ALVELOS
/ 12 DEZEMBRO 2019
/ 19H (INAUGURAÇÃO)
INTERATE AO PÚBLICO ATÉ 19 DE DEZEMBRO DE 2019
SÁBADO E DOMINGO, DAS 19H ÀS 18H30

caridade
LUGAR DE FREGUESIA 502

INFORMAÇÕES
anosaajunta@j-caridade.pt | T. 217 121 330

Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Caridade
Largo das Pinhas, 6 - 1600-076 Lisboa

patrocinado por
@caridadept @j-caridadept @caridadept @j-caridadept

ESPAÇO BENTO /MARTINS

TEATRO
CARTA
/ 20, 21 E 22 DEZ 19
/ 21H

INFORMAÇÕES
anosaajunta@j-caridade.pt | T. 217 121 330

Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Caridade
Largo das Pinhas, 6 - 1600-076 Lisboa

patrocinado por
@caridadept @j-caridadept @caridadept @j-caridadept

ESPAÇO BENTO /MARTINS

FORMAÇÃO
ATELIER CLOWN
/ 15 NOV 19 (RESSAÍDA ABERTA)
/ 20 NOV 19 (AC) / 25 NOV 19 (LJ)
/ 26 NOV 19 (SA) / 1ª FICHA DE TRABALHO
/ 27 NOV 19 (S) / 2ª FICHA DE TRABALHO

AC
LUGAR DE FREGUESIA 502

INFORMAÇÕES
anosaajunta@j-caridade.pt | T. 217 121 330

Espaço Bento Martins - Junta de Freguesia de Caridade
Largo das Pinhas, 6 - 1600-076 Lisboa

patrocinado por
@caridadept @j-caridadept @caridadept @j-caridadept

ACONTECE EM CARNIDE

DEZEMBRO 2019

TEATRO EXPOSIÇÕES CINEMA COLÓQUIOS/DEBATES WORKSHOPS/FORMAÇÃO DANÇA MÚSICA CIRCO OUTROS

1

Dia 1 – 11h
A LOJA DOS BRINQUEDOS – musical infantil
Teatro da Luz
geral@companhiadaesquina.com
Prod. Companhia da Esquina

Dia 1 – 11h30
BEBEETHOVEN – Para todos
Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018 777 - 966 046 448
Prod. Lua Cheia/Sandra José | Org. Lua Cheia teatro para todos

Dia 1 – 11h
A CAPUCHA ENCARNADA – peça infantil
Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt | T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 1 – 15h
HEIDI - O MUSICAL
Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T. 217 154 057
Prod. TIL – Teatro Infantil de Lisboa

Dia 1 – 21h
PRIMEIRA VEZ - 3.ª TEMPORADA - COMÉDIA DE IMPROVISO
Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt | T. 926 830 272
Prod. Jokebox – Comédia de Improviso

2

Dia 2 – a partir das 9h30
ABERTURA DAS INSCRIÇÕES PARA O ALMOÇO DE REIS

Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 931 462 215
Org. Junta de Freguesia de Carnide

Dia 2 – das 10h às 19h
FEIRA DE NATAL
Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 931 462 215
Org. Junta de Freguesia de Carnide

5

Dia 5 – 21h
VIDAS ESQUECIDAS NO CAMPO DE REFUGIADOS DE MORIA – exposição de fotografia (inauguração)
Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 217 121 330
Org. Junta de Freguesia de Carnide

6

Dia 6 – a partir das 8h
PASSEIO DE NATAL - LOURINHÃ
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 931 462 215
Org. Junta de Freguesia de Carnide / Espassus 3G

7

Dia 7 – 11h
SÁBADO NA BIBLIOTECA - "TRADIÇÕES: CARTA AO PAI NATAL" - HORA DO CONTO E OFICINA
Biblioteca Natália Correia
biblioteca.carnide@jf-carnide.pt | T. 218 054 526
Org. Junta de Freguesia de Carnide

Dia 7 – 15h
HEIDI - O MUSICAL
Teatro Armando Cortez

bilheteira@til-tl.com | T. 217 154 057
Prod. TIL – Teatro Infantil de Lisboa

Dia 7 – 15h30
A CAPUCHA ENCARNADA – peça infantil
Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt | T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 7 – 16h
A LOJA DOS BRINQUEDOS – musical infantil
Teatro da Luz
geral@companhiadaesquina.com
Prod. Companhia da Esquina

8

Dia 8 – 11h
A LOJA DOS BRINQUEDOS – musical infantil
Teatro da Luz
geral@companhiadaesquina.com
Prod. Companhia da Esquina

Dia 8 – 11h
A CAPUCHA ENCARNADA – peça infantil
Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt | T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 8 – 11h30
BEBEETHOVEN – Para todos
Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018 777 - 966 046 448
Prod. Lua Cheia/Sandra José | Org. Lua Cheia teatro para todos

Dia 8 – 15h
HEIDI – o Musical
Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T. 217 154 057
Prod. TIL – Teatro Infantil de Lisboa

Dia 8 – 21h
PRIMEIRA VEZ - 3.ª TEMPORADA - COMÉDIA DE IMPROVISO
Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt | T. 926 830 272
Prod. Jokebox – Comédia de Improviso

11

Dia 11 – 18h
O PALÁCIO SANT'ANNA - FRAGMENTOS DA EVOLUÇÃO HISTÓRICA DE CARNIDE
Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 217 121 330
Org. Centro de Arqueologia de Lisboa / CML e Junta de Freguesia de Carnide

12

Dia 12 – 18h
INAUGURAÇÃO DA ÁRVORE DE NATAL COMUNITÁRIA
Largo das Pimenteiras
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 217 121 330
Org. Junta de Freguesia de Carnide

Dia 12 – das 18h às 23h
MERCADO DE NATAL
Jardim da Luz
anossajunta@jf-carnide.pt | T. 217 121 330
Org. Junta de Freguesia de Carnide | Parceria: RZeventos e Associação Azimute Radical

Dia 12 – 19h

**PROJECTO LIVRO
“THREE WISE MEN”,
DESENHOS DE MARTA
REGO E TEXTO DE VERA
ALVELOS
(INAUGURAÇÃO)**

Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 217 121 330
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide*

Dia 12 – 21h30

**CONCERTO DE NATAL -
THE BEST CHRISTMAS
SONGS**

Quinteto com Tô Cruz (voz) e
António Palma (piano e
arranjos musicais), entre
outros

Igreja da Luz
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 217 121 330
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide | Parceria:
Paróquia S. Lourenço de
Carnide*

13

Dia 13 – 15h

FESTA DE NATAL

Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 931 462 215
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide / Espassus 3G*

Dia 13 – das 18h às 23h

MERCADO DE NATAL

Jardim da Luz
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 217 121 330
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide | Parceria:
RZeventos e Associação
Azimute Radical*

14

Dia 14 – das 12h às 23h

MERCADO DE NATAL

Jardim da Luz
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 217 121 330
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide | Parceria:
RZeventos e Associação
Azimute Radical*

Dia 14 – 15h

HEIDI - O MUSICAL

Teatro Armando Cortez

bilheteira@til-tl.com | T.

217 154 057

*Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa*

Dia 14 – das 15h às 20h

FEIRA DO TEM TUDO

Centro Cultural de Carnide
ambpadrecruz.geral@gmail.
com
*Org. Associação de
Moradores do B.º Padre
Cruz*

Dia 14 – 15h30

**A CAPUCHA
ENCARNADA – peça
infantil**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 14 – 21h

**DIN, DIN, DIN -
PARRADAS E
AGUINALDOS
VENEZUELANOS -
CONCERTO DE NATAL
DE TRADIÇÕES
VENEZUELANAS**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
Prod. Andrea Imaginario

15

Dia 15 – das 10h às 18h

FEIRA DO TEM TUDO

Centro Cultural de Carnide
ambpadrecruz.geral@gmail.
com
*Org. Associação de
Moradores do B.º Padre
Cruz*

Dia 15 – 11h

**A CAPUCHA
ENCARNADA – peça
infantil**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 15 – 11h30

BEBEETHOVEN – Para

todos
Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938
018 777 - 966 046 448
Prod. Lua Cheia/Sandra

José | Org. Lua Cheia

teatro para todos

Dia 15 – das 12h às 20h

MERCADO DE NATAL

Jardim da Luz
anossajunta@jf-carnide.pt |
T. 217 121 330
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide | Parceria:
RZeventos e Associação
Azimute Radical*

Dia 15 – 15h

HEIDI - O MUSICAL

Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T.
217 154 057
*Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa*

Dia 15 – 21h

**PRIMEIRA VEZ - 3.ª
TEMPORADA - COMÉDIA
DE IMPROVISO**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
*Prod. Jokebox – Comédia de
Improviso*

17

Dia 17 – 10h30 e 15h

**A GRANDE AVENTURA
NO FUNDO DO MAR -
VAMOS SALVAR OS
OCEANOS**

Centro Cultural de Carnide
contrapalcoteatro@gmail.co
m | T. 934 454 447
Prod. ContraPalco

20

Dia 20 – 17h

**ÀS SEXTAS COM CHÁ -
“NATAL NO MUNDO” -
LEITURA ENCENADA**

Biblioteca Natália Correia
biblioteca.carnide@jf-
carnide.pt | T. 218 054 526
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide*

Dia 20 – 21h

CARTA

Espaço Bento Martins
nadasucedeporacao@gmail.
com | T. 964 396 980
*Prod. Nada Sucede Por
Acaso*

21

Dia 21 – 11h

**SÁBADO NA BIBLIOTECA
- “TRADIÇÕES” - HORA
DO CONTO E OFICINA**

Biblioteca Natália Correia
biblioteca.carnide@jf-
carnide.pt | T. 218 054 526
*Org. Junta de Freguesia de
Carnide*

Dia 21 – 15h

HEIDI - O MUSICAL

Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T.
217 154 057
*Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa*

Dia 21 – 15h30

**A CAPUCHA
ENCARNADA – peça
infantil**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 21 – 21h

CARTA

Espaço Bento Martins
nadasucedeporacao@gmail.
com | T. 964 396 980
*Prod. Nada Sucede Por
Acaso*

22

Dia 22 – 11h

**A CAPUCHA
ENCARNADA – peça
infantil**

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt
| T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Dia 22 – 15h

HEIDI - O MUSICAL

Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T.
217 154 057
*Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa*

Dia 22 – 21h

CARTA

Espaço Bento Martins
nadasucedeporacao@gmail.
com | T. 964 396 980
*Prod. Nada Sucede Por
Acaso*

28

Dia 28 – 15h

HEIDI – O MUSICAL

Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T.
217 154 057
Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa

29

Dia 29 – 15h

HEIDI – O MUSICAL

Teatro Armando Cortez
bilheteira@til-tl.com | T.
217 154 057
Prod. TIL – Teatro Infantil
de Lisboa

// ACTIVIDADES A DECORRER

De 16 a 20 dezembro

LEVE UM LIVRO, DEIXE UM DESEJO – OFERTA DE LIVROS DOADOS

Biblioteca Natália Correia
biblioteca.carnide@jf-carnide.pt
| T. 218 054 526
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

WORKSHOP DE BALLET

Iniciação – 5ª feiras das 18h00
às 18h45
Intermédio – 3ª feiras das 18h00
às 18h45
Avançado – 3ª feiras das 18h50
às 19h50
Formadora: Francisca Moura
Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 210
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

WORKSHOP DE CANTO E VOZ

Dos 12 aos 15 anos – 3ª feiras,
das 18h15 às 19h
Maiores de 16 anos – 3ª feiras,
das 19h às 20h30
Formadora: Isabel Campelo
Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 210
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

WORKSHOP DE COMÉDIA

Sábados, das 10h às 13h
Formador: Pedro Luzindro
Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt | T.

931 462 210

Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

WORKSHOPS DE DANÇA –

Maiores de 16
Bachata – 2ª feiras, das 19h30
às 20h30
Salsa – 2ª feiras, das 20h30 às
21h30
Kizomba - 2ª feiras, das 21h30
às 22h30
Formadora: Tânia Lopes
Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 210
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

WORKSHOP DE DANCEHALL/HIP-HOP

Dos 3 aos 6 anos – 6ª feiras, das
17h30 às 18h30
Dos 7 aos 12 anos – 6ª feiras,
das 18h30 às 19h30
Maiores de 13 anos – 6ª feiras,
das 19h30 às 20h30
Formadora: Margarida Martins
Centro Cultural de Carnide
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 210
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

AULAS DE MÚSICA: GUITARRA, VIOLA, PIANO, VIOLINO, CANTO PARA

maiores de 55 anos
Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 215
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

GINÁSIO: GINÁSTICA MODERADA, GINÁSTICA TERAPÊUTICA, PILATES, ZUMBA, KIRYU, YOGA, CHI KUNG, HIP HOP

Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 215
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

VIAGEM À INDIA E AO NEPAL (Jun/Jul 2020)

Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
931 462 215
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Inscrições abertas

BIODANZA

Espassus 3G
anossajunta@jf-carnide.pt | T.

931 462 215

Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Até 10 de Dezembro – todos os
dias, das 10h às 17h

VIDAS ESQUECIDAS NO CAMPO DE REFUGIADOS DE MORIA – EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA

Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
217 121 330
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Até 16 de Dezembro - todos os
dias, das 15h às 18h30

PROJECTO LIVRO “THREE WISE MEN”, DESENHOS DE MARTA REGO E TEXTO DE VERA ALVELOS

Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
217 121 330
Org. Junta de Freguesia de
Carnide

Até 11 de Fevereiro de 2020 –
2.ªs e 3.ªs feiras, das 19h30 às
22h30

ATELIER E TRIBAL CLOWN

Espaço Bento Martins
anossajunta@jf-carnide.pt | T.
217 121 330
Prod. Atelier Clown | Org.
Junta de Freguesia de Carnide

Até Junho – de terça a sexta-
feira, às 11h e às 14h30

HEIDI – O MUSICAL (sessões escolares)

Teatro Armando Cortez
info@til-tl.com | T. 218 860 503
– 916 993 180
Prod. TIL – Teatro Infantil de
Lisboa

Inscrições abertas

OFICINA DE TEATRO MUSICAL (Até Junho '20)

Espaço Boutique da Cultura
geral@boutiquedacultura.pt |
T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Inscrições abertas

VIAGEM AO IRÃO (Maio e Junho '20)

geral@boutiquedacultura.pt |
T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Inscrições abertas

VIAGEM À IRLANDA (Julho '20)

geral@boutiquedacultura.pt |
T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

Inscrições abertas

VIAGEM AO PERU (Outubro

'20)

geral@boutiquedacultura.pt |
T. 926 830 272
Prod. Boutique da Cultura

// ACTIVIDADES EM PERMANÊNCIA

Quarta – das 19h às 21h

FOLCLORE COLUMBIANO – M/16

Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018
777 - 966 046 448
Org. Lua Cheia teatro para
todos

Até Junho 2020

ESPECTÁCULOS PARA CRECHE, JARDIM DE

INFÂNCIA E 1.º CICLO – por

marcação
Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018
777 - 966 046 448
Org. Lua Cheia teatro para
todos

Até Junho 2020

AULAS DE TEATRO – dos 6

aos 12 anos
Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018
777 - 966 046 448
Professor: Vicente Morais | Org.
Lua Cheia teatro para todos

Até Junho 2020

TEATRO E COMUNIDADE

Casa do Coreto
teatro@luacheia.pt | T. 938 018
777 - 966 046 448
Org. Lua Cheia teatro para
todos

Durante todo o ano

RASTREIOS EM TERAPIA DA FALA, PSICOLOGIA EDUCACIONAL E

NUTRIÇÃO (por marcação)

Junta de Freguesia de Carnide
geral@nupic.net | 933 419 983
Org. NUPIC – Núcleo de
Psicologia e Intervenção
Comunitária

A INFORMAÇÃO CONSTANTE
DESTA AGENDA É DA
RESPONSABILIDADE DOS
GRUPOS E ENTIDADES
PROMOTORAS.

CENTRO CULTURAL CARNIDE

FORMAÇÃO WORKSHOPS

2019//2020

BALLET

DOS 6 ANOS 12 ANOS
PROF. FRANCISCA MOURA

CANTO E VOZ

A PARTIR DOS 12 ANOS
PROF. ISABEL CARPELO

FOTOGRAFIA

A PARTIR DOS 16 ANOS
PROF. LUÍS ROCHA (MEF)

COMÉDIA

A PARTIR DOS 14 ANOS
PROF. PEDRO LUVIÂNIO

SALSA, BACHATA, KIZOMBA

MAIORES 16 ANOS
PROF. TATIANA LOPES

DANCEHALL/HIPHOP

A PARTIR DOS 3 ANOS
PROF. AMANANDA MARTINS

GIRLY E FEMME POWER

A PARTIR DOS 8 ANOS
PROF. ANA BRITA AZEVEDO

INSCRIÇÕES ABERTAS

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
T. 931 442 210
Rua dos Taxis, Carnide, Lisboa
anossajunta@jf-carnide.pt
www.jfcarnide.pt



ESPASSUS3G JUNTA DE FREGUESIA DE CARNIDE

ANO LECTIVO 2019/2020

GINÁSIO

GINÁSTICA MODERADA
GINÁSTICA TERAPÉUTICA
PILATES
ZUMBA
KIRYU
YOGA
CHI KUNG
HIP HOP

INSCRIÇÕES ABERTAS
TODAS AS IDADES

INFORMAÇÕES
ESPASSUS 3G

Rua dos Taxis, Palmilhas (junto à piscina)
Tel. 931 442 210 | 210 120 837 | anossajunta@jf-carnide.pt



ESPASSUS3G JUNTA DE FREGUESIA DE CARNIDE

ANO LECTIVO 2019/2020

BIODANZA

ABRE O TEU CORAÇÃO
AUMENTA A TUA VITALIDADE
FORTALECE A TUA AUTOESTIMA
TRANSFORMA AS TUAS EMOÇÕES
POTENCIA A TUA SAÚDE

INSCRIÇÕES ABERTAS
CONCEICAO TEL@GMAIL.COM | T. 938 037 286

INFORMAÇÕES
ESPASSUS 3G

Rua dos Taxis, Palmilhas (junto à piscina)
Tel. 931 442 210 | 210 120 837 | anossajunta@jf-carnide.pt



ESPASSUS3G JUNTA DE FREGUESIA DE CARNIDE

ANO LECTIVO 2019/2020

AULAS MÚSICA

GUITARRA/VIOLA
PIANO
VIOLINO
CANTO (maiores 55 anos)

INSCRIÇÕES LIMITADAS PARA
AULAS INDIVIDUAIS OU EM GRUPO
TODAS AS IDADES

INFORMAÇÕES
ESPASSUS 3G

Rua dos Taxis, Palmilhas (junto à piscina)
Tel. 931 442 210 | 210 120 837 | anossajunta@jf-carnide.pt



ESPASSUS3G

JUNTA DE FREGUESIA DE CARNIDE

ÍNDIA & NEPAL

NOVA DELI - JAIPUR - ABHANERI - FATEHPUR SIKRI - AGRA - KATHMANDU

22 JUNHO A 2 JULHO 2020

INSCRIÇÕES LIMITADAS

FACILIDADES DE PAGAMENTO

INFORMAÇÕES

ESPASSUS 3G

Rua dos Táxis Palhinhas (junto à piscina)

Tel. 931 462 215 | 210 120 837 | anossajunta@jf-carnide.pt

JF-CARNIDE.PT





ABRIU EM CARNIDE..

Porque para estar de bem com o ambiente, há que estar de bem consigo primeiro... Agora tem dois novos espaços em Carnide que o levarão a viver em harmonia com o ambiente e consigo mesmo.

Imagine quantas toneladas de comida é desperdiçada todos os anos... Os números são frios. Só em Portugal, num ano, há mais de 1 milhão de toneladas de alimentos a seguir rumo ao lixo (dados da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura). Na União Europeia, um terço dos alimentos são desperdiçados. Não estará na hora de mudar-se a realidade em que vivemos?

São cada vez mais as organizações que garantem que os alimentos desperdiçados não seguem o rumo fatal até ao lixo para que sejam antes aproveitados por quem não tem capacidade para os comprar. Contudo, a velocidade a que se desperdiça comida ainda é superior aquela que seria a máxima para que todo o excedente fosse devidamente encaminhado para outras pessoas. Por isso, se o trilho não leva a água à foz... Mude-se a fonte.

Foi mais ou menos este o pensamento de Rui e Maria quando trouxeram do papel até Carnide o primeiro restaurante com desperdício zero. Onde se come numa mesa feita de sobras de madeira, com cadeiras em segunda mão e talheres e copos doados pela comunidade. Militantes de uma economia circular, que devolva à terra o que ela deu, no Kitchen Dates não há sequer um caixote do lixo. Mas calma, não precisa de comer tudo o que vem no prato. Há quem tome conta de tudo

o que não conseguir comer: a Eva — uma compostora eléctrica que consegue ver ao fundo do corredor mal entra no restaurante, na Rua do Seminário. É ela — a Eva — quem trata de tornar em composto orgânico, os restos dos alimentos que não foram consumidos em tempo útil no Kitchen Dates e que serão depois entregues aos fornecedores do restaurante para que os possam devolver à terra. Um espaço em tudo ecológico e capaz de servir à mesa a preocupação com o ambiente.

Mas porque para se poder dar ao ambiente, tem que estar de bem consigo antes... Há um novo espaço mesmo ao pé de casa onde pode garantir que tudo está onde deve estar no seu organismo. Na Quinta da Luz, há um novo SYNLAB. Um centro de análises no centro do bairro para que não perca a saúde de vista. Uma nova unidade de saúde com acordos com o Serviço Nacional de Saúde, ADSE e com as principais seguradoras, onde poderá realizar as suas análises de rotina, manter o seu plano nutricional em dia, cuidar do seu sono ou da fase em que mais horas ficará a dever à cama: a gravidez. Um conjunto de exames e análises que tem agora mesmo à porta de casa, no número 10/10F da Rua Adelaide Cabete, em Carnide.

CONHECER CARNIDE

Largo das Pimenteiras (início dos anos 60)



CONHECER CARNIDE

Largo das Pimenteiras (início dos anos 60)



CONTACTOS



Junta de Freguesia de Carnide

Largo das Pimenteiras, 6
1600-576 Lisboa
Tel. 217 121 330 | 931 462 200

Fax. 217 121 349
anossajunta@jf-carnide.pt
www.jf-carnide.pt

OS NOSSOS SERVIÇOS

Atendimento geral e
Licenciamento de Canídeos
de 2.^a a 6.^a das 9h às 19h
Lavadouro Público, Estrada da
Correia

de 2.^a a 6.^a das 8h30 às 17h

Atendimento Jurídico
mediante marcação prévia
4.^a feira a partir das 16h

Posto de Correios
do B.º Padre Cruz

2.^a a 6.^a feira
das 9h30 às 12h30 e das 15h às
19h

931 462 209

Posto de Correios
da Quinta da Luz

2.^a a 6.^a feira
das 10h às 13h e
das 15h30 às 19h30

931 462 208

Intervenção no espaço público

931 462 204

Transporte Solidário

934 40 40 60

espassus 3G

Academia Sénior, TPC Jovem,
Ginásio, Ténis, Bem-Estar, Bar,
Música

Rua dos Táxis Palhinhas
2.^a a 5.^a feira – das 9h30 às 19h
Encerra à 6.^a feira

210 120 837 - 931 462 215

Serviços Sócio-Educativos

de 2.^a a 6.^a das 8h às 20h

ATL B.º Padre Cruz

931 462 221

ATL Horta Nova

931 462 222

ATL Luz / Carnide

931 462 223

Centro Cultural de Carnide

Rua Rio Cávado, 3, B.º Padre Cruz
931 462 210

Biblioteca Natália Correia - Carnide

931 462 213 - 218 054 526



ORÇAMENTO PARTICIPATIVO DA CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA
7 PROJECTOS POR CONCRETIZAR EM CARNIDE
JÁ PASSARAM **71** MESES