

Recicle esta revista  
colocando-a no ecoponto azul

Fevereiro 23

82

# Penha

Junta de Freguesia da Penha de França

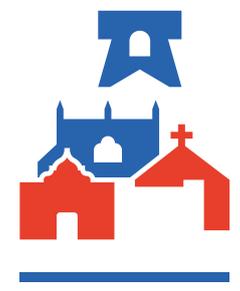


Alto de São João,  
um património a  
descobrir

pág. 4, 5 e 6

Experimenta uma  
freguesia mais  
cuidada

pág. 12 e 13



Penha  
de França  
do rio à colina





**Sofia Oliveira Dias**  
Presidente

**Pelouros:**  
Segurança e Proteção Civil | Recursos Humanos | Marca, Comunicação e Informação  
Gestão Territorial | Desporto

**Atendimento ao público:**  
3.ª feira, entre as 10h00 e as 12h00, na Sede,  
sem marcação prévia  
✉ presidente@jf-penhafranca.pt



**Maria Capitolina Marques**  
Vogal

**Pelouros:**  
Desenvolvimento Social | Saúde | Educação  
Habitação

**Atendimento ao público:**  
4.ª feira, às 10h00, no Polo de Desenvolvimento  
Social e Saúde, com marcação prévia  
✉ capitolina.marques@jf-penhafranca.pt



**Maycon Santos**  
Vogal

**Pelouros:**  
Administração Geral | Cidadania e Participação  
Associativismo | Atividades Económicas  
Diversidade e inclusão

**Atendimento ao público:**  
4.ª-feira, às 15h00, na Sede, com marcação  
prévia  
✉ maycon.santos@jf-penhafranca.pt



**Manuel Duarte**  
Tesoureiro

**Pelouros:**  
Finanças | Património

**Atendimento ao público:**  
2.ª feira, às 16h00, na Sede, com marcação  
prévia  
✉ manuel.duarte@jf-penhafranca.pt



**Fátima Gil**  
Secretária

**Pelouros:**  
Bem-Estar Animal

**Atendimento ao público:**  
2.ª feira, às 10h00, na Sede, com marcação  
prévia  
✉ fatima.gil@jf-penhafranca.pt



**Manuel Ferreira**  
Vogal

**Pelouros:**  
Cultura

**Atendimento ao público:**  
3.ª feira, às 15h00, na Sede, com marcação  
prévia  
✉ manuel.ferreira@jf-penhafranca.pt



**Filipe Cunha**  
Vogal

**Pelouros:**  
Modernização Administrativa  
Transição Digital e Climática

**Atendimento ao público:**  
3.ª feira, às 19h00, no Espaço Multiusos, com  
marcação prévia  
✉ filipe.cunha@jf-penhafranca.pt



Propriedade  
**Junta de Freguesia da  
Penha de França**

Diretora  
**Sofia Oliveira Dias**

Subdiretor  
**Manuel dos Santos Ferreira**

Coordenação  
**Dina Soares**

Design e Grafismo  
**Ricardo Jobling**

Fotografia  
**André Roma**  
**Cláudio Ivan Fernandes**

Impressão  
**Redolprint - Artes Gráficas,  
Unipessoal Lda**

Tiragem  
**22.500 exemplares**

Distribuição Gratuita  
**Depósito Legal 408969/16**

# Editorial

**S**ão mais de 400 os lugares de estacionamento que foram criados em parques na Penha de França, nos últimos anos. São eles, o parque junto ao Lote 48 da Avenida Mouzinho de Albuquerque e que dispõe de 160 lugares e os parques de estacionamento na Rua António Gonçalves com 142 lugares e na Rua Luís Monteiro com 128 lugares, respetivamente. A chegada da EMEL à freguesia, em 2017, teve como objetivo ordenar o estacionamento, tendo em conta os interesses dos moradores e a sua defesa. A junta requalificou ruas e passeios e a EMEL pôde intervir, maximizando o estacionamento e dando segurança aos automobilistas, como aconteceu em parte da Avenida Afonso III, com a criação de 84 lugares de estacionamento, bem como nas ruas Nelson de Barros e José Sobral Cid, entre muitas outras artérias.

O estacionamento continua, no entanto, a ser um problema na nossa freguesia. Daí os projetos para a construção de um silo automóvel na Parada do Alto de S. João, com capacidade para 215 lugares e de um estacionamento subterrâneo na Praça

Paiva Couceiro/Avenida Mouzinho de Albuquerque.

Quanto ao silo, a EMEL está a iniciar o procedimento para a elaboração do projeto, ao mesmo tempo que está também a avançar a concessão para a construção do parque de estacionamento subterrâneo. Mas, mudando radicalmente de assunto, na nossa freguesia temos verdadeiras pérolas do património escondidas aos olhos de todos. Falo do Cemitério do Alto de São João que acolhe um vastíssimo património arquitetónico de que lhe damos conta neste número da Penha.

Um local com mais de dois séculos de história e que merece ser visitado.

Todos os meses há visitas guiadas com guias especializados que lhe contam a história da cidade através dos seus jazigos e monumentos fúnebres.

**Vale a pena descobrir uma perspetiva tão desconhecida da nossa cidade que se encontra aqui, na Penha de França.**



## Sofia Oliveira Dias

Presidente da Junta de Freguesia da Penha de França

### SEDE DA JUNTA DE FREGUESIA

Travessa do Calado 2  
1170-070 Lisboa  
Telefone: 218 160 720  
Email: geral@jf-penhafranca.pt

### PISCINA DA PENHA DE FRANÇA

Calçada do Poço dos Mouros, 2  
Telefone: 210 455 083  
Email: piscina@jf-penhafranca.pt  
Horário : 2.ª a 6.ª feira, das 8h às 21h.  
Sábado, das 9h às 18h

### ESPAÇO MULTIUSOS

Avenida Coronel Eduardo Galhardo  
(sob o viaduto da Avenida General  
Roçadas)  
Telefone: 218 100 390  
Email: multiusos@jf-penhafranca.pt  
Horário: 2.ª a 6.ª feira, das 9h às 21h30  
Sábado, das 10h às 13h  
Secretaria: 2.ª a 6.ª feira, das 9h às 18h

### POLO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL E SAÚDE

Quinta do Lavrado, Avenida Marechal  
Francisco da Costa Gomes, loja 13  
Telefone: 210 532 377  
Email: desenvolvimento.social@jf-  
penhafranca.pt  
Horário: 2.ª a 6.ª feira das 9h30 às  
13h e das 14h às 17h30

### POSTO MÉDICO

Telefone: 218 144 291  
Email: posto.medico@jf-penhafranca.pt  
Horário: 2.ª a 6.ª feira, das 9h30 às  
17h30  
Posto de Enfermagem | 2.ª a 6.ª, das 9h  
às 13h e das 14h às 17h

# Alto de São João, um património a descobrir

**O Cemitério do Alto de São João é o maior e o mais importante de Lisboa, acolhendo inúmeras figuras ilustres da história do país.**

Isso e o seu riquíssimo património arquitetónico, em processo de classificação, transformam-no num local onde se conta a história portuguesa dos últimos dois séculos.

Gisela Monteiro é investigadora da Divisão de Gestão Cemiterial da Câmara Municipal de Lisboa. É ela que nos conta que o cemitério foi mandado construir em 1833, pela Rainha Dona Maria II, aquando da epidemia de cólera morbus que assolou a cidade de Lisboa. Data igualmente dessa altura o Cemitério dos Prazeres, em Campo do Ourique, local escolhido, a par da Penha de França, por se encontrarem ambos fora da malha urbana da cidade.

O encerramento dos cemitérios paroquiais, por razões de saúde pública, e a construção de cemitérios públicos era já um projeto do Intendente Pina Manique que foi recuperado.

**Foi com base nele e no regulamento e projeto do Cemitério Père Lachaise, construído anos antes em Paris, que se fez o Alto de São João.**





Durante o século XIX, o Cemitério dos Prazeres foi o mais procurado e ficou até com fama de ser o cemitério da realeza e dos aristocratas.

“Desde o início e ao longo de toda a sua história, mesmo quando isso era difícil, os cemitérios foram sempre locais de inclusão, abertos, sem distinção, a pessoas de todas as nacionalidades e credos”, explica Gisela Monteiro, investigadora da Divisão de Gestão Cemiterial da Câmara Municipal de Lisboa. Foi no Alto de São João que foi construído o primeiro forno crematório do país, em 1925, sendo encerrado em 1936. Mesmo assim, a comunidade hindu continuou a cremar os seus mortos em piras ateadas dentro do próprio cemitério.

O forno só seria reativado em 1985.

Foram lá cremados, por exemplo, o escritor José Saramago e o político Álvaro Cunhal.

Hoje em dia, a Câmara Municipal de Lisboa organiza, todos os meses, visitas guiadas ao Alto de São João. Podem ser visitas genéricas ou temáticas sobre arquitetura, história ou simbologia.

**Para ter acesso basta inscrever-se através do email [cemiterios@cm-lisboa.pt](mailto:cemiterios@cm-lisboa.pt). Todas as visitas são gratuitas.**

Jazigo dos Viscondes de Valmor, mecenas das artes e criador do Prémio de Arquitetura com o seu nome, do arquiteto Álvaro Machado.





Jazigo estilo casa portuguesa, desenhado à semelhança da tradicional casa portuguesa com as telhas, o lampião, e o alpendre.



Jazigos ossários. Pequenos jazigos destinados à deposição dos ossos depois de levantados da terra.



Muitos jazigos exibem as profissões dos seus donos originais. Este pertence a um médico e professor e consta de uma mesa de anatomia com os respetivos instrumentos.



Um dos únicos jazigos decorados com a representação da morte, apresenta muita da simbologia dominante como sejam as papoilas, flores do sono eterno, e as saudades, flores destinadas a exprimir esse sentimento



# Penha aposta na construção de silo e de estacionamento subterrâneo

**A** construção de um silo automóvel na Parada do Alto de S. João, com capacidade para 215 lugares e de um estacionamento subterrâneo na Praça Paiva Couceiro/Avenida Mouzinho de Albuquerque são as principais apostas, para os próximos tempos, no que se refere ao estacionamento na freguesia da Penha de França.

Quanto ao silo, a EMEL iniciou já o procedimento para o projeto, ao mesmo tempo que está também a avançar a concessão para a construção do parque de estacionamento subterrâneo. Foi devido à densidade populacional elevada e à reconhecida falta de estacionamento na nossa freguesia que a EMEL começou por intervir na zona da colina da Penha França, tendo em conta os interesses dos moradores e a sua defesa, em 2017.

De seguida, e para responder à falta de estacionamento na Avenida Mouzinho de Albuquerque a Junta de Freguesia propôs à EMEL a construção do parque de estacionamento junto ao Lote 48, e que dispõe de 160 lugares. E pedimos já a

criação de mais estacionamento semelhante.

Para dar resposta à falta de estacionamento no resto do território da freguesia, a EMEL e a Junta construíram os parques de estacionamento na Rua António Gonçalves com 142 lugares e na Rua Luís Monteiro com 128 lugares. A Junta, por seu lado, desenvolveu, por delegação de competências da Câmara Municipal de Lisboa, várias intervenções no espaço público de redesenho dos passeios para maximização e criação de lugares de estacionamento, de que a intervenção em parte da Avenida Afonso III é um exemplo e com a criação de 84 lugares de estacionamento aí e nas ruas Nelson de Barros e José Sobral Cid.

**Por fim, a Junta propôs também à Câmara Municipal de Lisboa mais delegações de competências para continuar o trabalho de melhoria dos passeios da freguesia até 2025, o que permite dar mais segurança aos peões que neles andam, e mais lugares de estacionamento aos condutores, pois o desenho de lugares aproveita mais o espaço existente.**



# 100 Razões

## o novo wine bar da Penha

**O** vinho de Setúbal chegou à Penha de França. Chama-se 100 Razões e tem agora uma loja de marca própria na rua Sabino de Sousa. Loja de vinhos e wine bar, tanto vende garrafas de vinho como serve vinho a copo acompanhado por tapas de presunto e queijo de Azeitão.

Ana Ataíde é a produtora e dona da loja. "A nossa marca é quase toda para exportação, sobretudo para o Reino Unido e para a Ásia. No entanto, quando apareceu a oportunidade de ficar com esta loja, eu pensei logo que seria muito interessante transformá-la numa loja de marca para abraçar também o mercado interno."

Aberta há cerca de dois meses, funciona muito à base de marcações, eventos e parcerias como a que acabam de estabelecer com a Casa de Moçambique. A clientela do dia a dia são os vizinhos que acolheram o novo estabelecimento de braços abertos. "A vizinhança está exultante porque estamos abertos até às duas horas da manhã e não existia nada do género nas redondezas."

Apesar de servirem apenas a sua marca, 100 Razões, o estabelecimento dispõe da gama completa de vinhos: branco de Verão, verdejo, tinto monocasta e multicasta, rosé seco e espumante.

As castas dominantes são touriga nacional, castelões e cabernet sauvignon. primeira experiência na restauração.



🏠 Rua Sabino de Sousa 71B  
 ✉ anaataide@100-razoes.com  
 🕒 De segunda a domingo das 15h00 às 02h00



# Porta 17, o novo café da Rua Cesário Verde

**É** na porta 17 da rua Cesário Verde que fica o café Porta 17, um estabelecimento inaugurado em novembro último.

Wadimilson Glória é um dos dois sócios, em parceria com Vainer Lima, deste novo espaço da nossa freguesia. “Lutámos muito para abrir um negócio próprio. Quando encontrámos este espaço, andámos a estudar a rua e a ver o que havia à volta e achámos que era uma boa aposta.”

O Porta 17 é um pouco de tudo. Tem um menu de pequeno almoço, serve almoços com um cardápio variado com hambúrgueres, saladas, sandes, tapas e salgados, tudo com duas versões: normal e vegan. As especialidades da casa são o prego e a bifana servidos no pão da casa, o pão premium, um bolo do caco recheado com queijo cheddar e pedacinhos de bacon, servido na tábua e polvilhado com cebolinho.

Fora das horas de refeição, de quarta a sexta, entre as 15h00 e as 20h00, o Porta 17 tem a sua “happy hour”, durante a qual serve bebidas e cocktails. “Tem uma procura acima das expetativas.

Temos muita gente nova, mas os nossos clientes são de todas as idades, desde crianças até uma senhora de 98 anos que costuma vir tomar sempre o seu café acompanhada pela filha”, revela Wadimilson Glória.



🏠 Rua Cesário Verde, 17  
☎ 927 630 495  
🕒 De terça a domingo das 08h00 às 20h00

# Vai acontecer no bairro

**12**  
**Fevereiro**

## Atelier 'Pintar um Azulejo !'

12h00

12, 19 e 26 de fevereiro.

Inscrições em [se@mnazulejo.dgpc.pt](mailto:se@mnazulejo.dgpc.pt). Adultos 8€ - Crianças 5€.

A entrada no museu é gratuita, aos domingos até às 14h.

Local: Museu Nacional do Azulejo



**14**  
**Fevereiro**

## Visita ao Museu de Marinha

Inscrições limitadas no Espaço Multiusos.

Local: Praça do Império



**17**  
**Fevereiro**

## Desfile de Carnaval (escolas)

10h00

Desfile das nossas crianças, até à Alameda, com muita animação e música.

Local: Início na Praça Paiva Couceiro



**18**  
**Fevereiro**

## Oficina de Margarida Botelho

10h30

«Da Criação do Universo à origem da Vida», .

Para famílias com crianças dos 5 aos 11 anos. Entrada gratuita mediante marcação prévia para [bib.pfranca@cm-lisboa.pt](mailto:bib.pfranca@cm-lisboa.pt) ou 21 8172410

Local: Biblioteca da Penha de França



**19**  
**Fevereiro**

## Desfile de Carnaval

15h00

Saudade o meu remédio é cantar!

Local: Largo da Igreja da Nossa Senhora da Penha de França



**22**  
**Fevereiro**

## Workshop

16h30

"As nossas escolhas emocionais, seguido de uma breve prática de meditação", sessões dinamizadas pela Dra. Fátima Frazão, parceira da CSF.

Inscrições no Espaço Multiusos.

Local : Espaço Multiusos



**8**  
**Março**

## Dia da Mulher

Teatro Politeama - REVISTA É SEMPRE REVISTA.

Inscrições limitadas até 17 fevereiro no Espaço Multiusos.

Local: Espaço Multiusos



# A Junta no Bairro

**É sempre um momento de encontro e de partilha entre a Junta e os fregueses.**

A Junta no Bairro voltou a sair à rua para ouvir as pessoas sobre as formas de melhorar a freguesia. Foi com grande alegria que a presidente da Junta, Sofia Oliveira Dias, ouviu, da boca de moradores e comerciantes, as frases “por aqui está tudo bem” ou “estão a fazer um bom trabalho.” Mesmo assim, há sempre coisas que se podem melhorar e foi isso mesmo que os comerciantes apontaram. António Martins, do café Boca Doce, sinalizou que o passeio à porta do seu estabelecimento abateu e provoca quedas, sobretudo de pessoas com mais idade. A Junta já avisou a Câmara de Lisboa para a necessidade de proceder ao arranjo.

Na Papelaria Janeca, também há queixas relativas a um passeio que abateu e que aguarda arranjo por parte da Câmara.

Na Pastelaria Portas Verdes, os reparos vão para a falta de casas de banho públicas na Alameda D. Afonso Henriques que levam as pessoas a recorrer à casa de banho do estabelecimento. Enquanto na Pastelaria Senhor Doutor se reclama a instalação de um multibanco nas redondezas.

**Finalmente, o dono da Ourivesaria Luís Antunes pede videovigilância contra o vandalismo que ataca portões e paredes. Problemas dos quais a junta tomou boa nota para resolução futura.**



# Experimenta uma Freguesia mais cuidada

CONTEÚDO ESPECIAL DA CAMPANHA EXPERIMENTA A PENHA DE FRANÇA

## Estão todos prontos para Experimentar uma Penha de França mais cuidada?

Para aproveitarmos bem o nosso bairro, com as suas belas praças, os seus parques verdes e passeios encantadores, precisamos de cuidar de cada espaço de convívio público. O que significa isso? Vamos deixar os espaços limpos (como os encontrámos) para que os próximos fregueses tenham uma experiência agradável ao aproveitar estes sítios. Pensar no próximo faz bem à saúde!

Encontraste sujidades? Informa a Junta da Freguesia para as devidas ações de limpeza, o importante é participar e fazer a tua parte e mantermos juntos a nossa freguesia cuidada e limpa.

## O que é que a Penha de França faz pela higiene urbana?

- Varredura e lavagem das ruas.
- Limpeza de papeleiras.
- Limpeza de sarjetas e sumidouras.
- Corte de ervas nos passeios.
- Limpeza de resíduos à volta dos Ecopontos.



## Está no ar o novo vídeo Experimenta a Penha!

Neste episódio descobre todas as maneiras de experimentar uma Penha de França mais cuidada e responsável com a natureza. Faz o scan do QR Code e assiste ao conteúdo a partir do teu telemóvel.

Podes também visitar [www.experimentapenha.pt](http://www.experimentapenha.pt) e seguir a campanha nas redes sociais @jfpenhafranca.

Faz scan



# Dicas e truques

PARA SEPARAR O LIXO CORRETAMENTE

EXPERIMENTA  
● A  
● PENHA  
● DE  
FRANÇA ●

## Mantém o lixo em recipientes separados



Usa sacos diferentes para depositar lixo húmido ou biodegradável e lixo seco e não-biodegradável. Dessa forma facilita a separação na recolha seletiva e o reaproveitamento dos materiais.

## Prepara o lixo

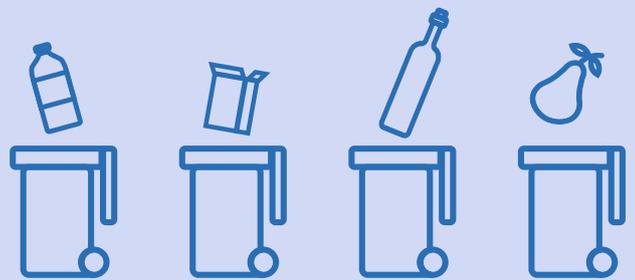


Remove as sobras de alimento de qualquer plástico ou papel antes de colocá-los no lixo. Mais uma vez, essa é uma atitude para facilitar a reciclagem e permitir um maior reaproveitamento desses resíduos.

## Deposita o lixo no local correto



Dentro dos contentores específicos para cada resíduo e não ao redor! O contentor está cheio? Dirige-te ao mais próximo, não deites lixo no chão. Toda a freguesia agradece!



## Vamos reduzir o lixo na nossa casa?

Quando falamos numa Freguesia limpa, também precisamos entender as nossas ações e atitudes. Já sabemos que o consumo de plástico descartável (e o seu depósito indevido) está a poluir o nosso planeta de uma maneira nunca antes vista.

**Uma boa maneira de ajudar o nosso planeta é tendo mais atenção para com as nossas decisões de consumo.** Com este novo olhar, vamos prestar atenção em como podemos diminuir a compra de produtos com embalagens plásticas. Por exemplo, consumir menos e com mais inteligência!

Outra importante mudança é levar o próprio saco para as compras e evitar comprar mais sacos de papel.

## Dicas:

- Comprar a **produtores e lojas locais**.
- Levar sempre um **saco reutilizável** para as compras.
- Fazer compras a **granel**.
- **Organizar** a lista de compras no telemóvel e evitar compras excessivas que levam ao desperdício.
- **Evitar produtos com embalagens plásticas** de uso único.
- Fazer a **separação correta** do lixo e do seu depósito também!

**Partilha estas dicas e vamos juntos reduzir o lixo nas nossas ruas!**

**Bruno Lisboa  
& João Kraeski**

Livre Para. Embaixadores do Pacto Europeu para o Clima



Livre Para

livre\_para

# Um cantor lírico do Chile para a Penha

**A**ndré Navaro ficou em Portugal por acaso. Este chileno, emigrado na Argentina, veio de férias à Europa e encontrava-se a cantar canto lírico nas ruas de Lisboa, quando um produtor do programa Got Talent, da RTP, o descobriu.

“Eu estava a cantar na Baixa quando ele me convidou para participar no programa. Eu nunca tinha pensado ir à televisão, mas achei graça e decidi participar.”

Estávamos em 2019 quando André entrou no concurso de talentos onde chegou às provas finais. Entretanto, com a pandemia, as coisas ficaram mais difíceis, mas, mesmo assim, André decidiu ficar. “Já vivia aqui na Penha de França e foi por toda a ajuda e acolhimento que recebi aqui, nomeadamente por parte da Junta

de Freguesia, que decidi ficar.”

Nascido no Chile, André Navarro chegou ao canto lírico através de seu professor de guitarra clássica que descobriu a sua voz. “Ele dizia que eu tinha um riso muito forte, que devia ter boa voz.” Só que a voz tinha de ser trabalhada e foi para aprender canto que André emigrou para a Argentina, para Buenos Aires, onde chegou a cantar no coro do famoso Teatro Colón.

Hoje, André continua em Lisboa, na Penha de França, onde dá aulas de canto lírico e participa em eventos.

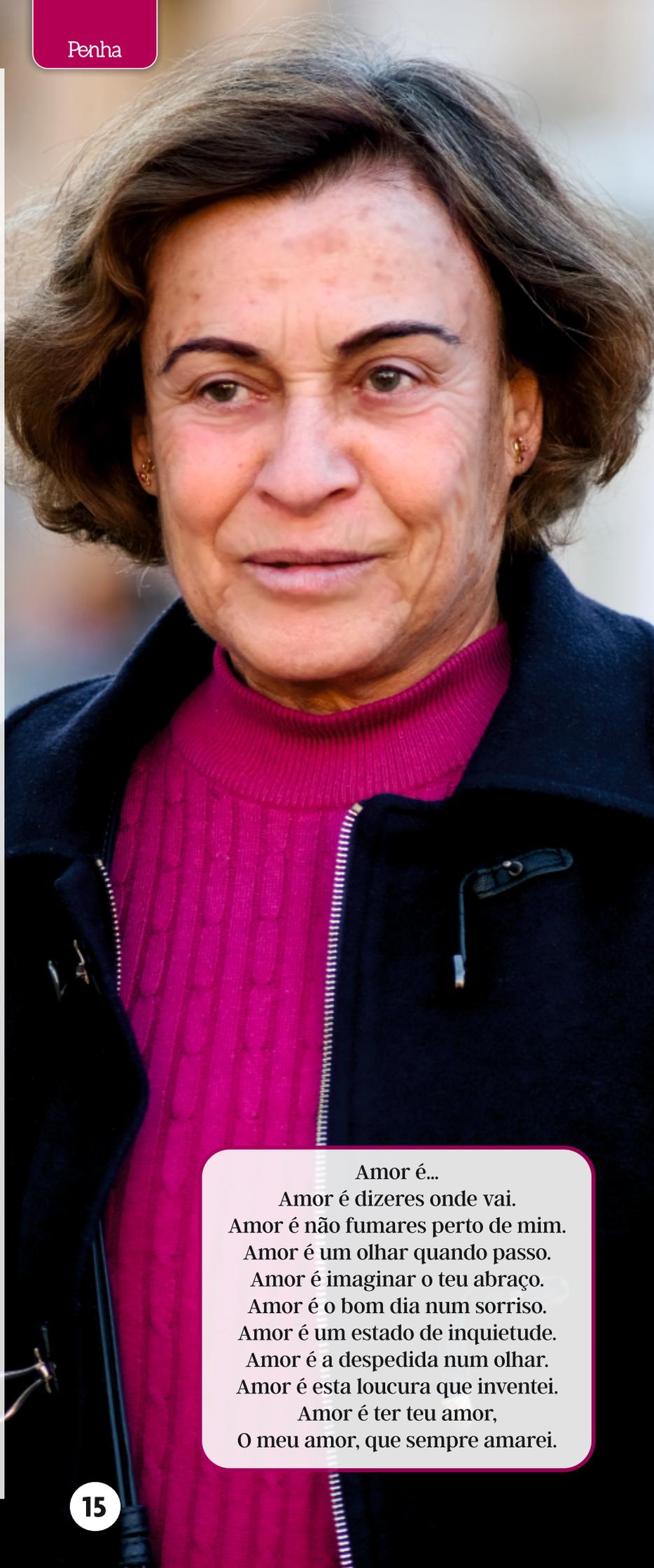
“Se calhar, se regressasse à Argentina tinha mais oportunidades, mas adoro Lisboa e não há dinheiro que pague a tranquilidade da vida em Portugal”, garante.

# Uma poeta da Penha de França

**M**aria Alcina Adriano toda a vida escreveu poemas. Começou a escrever ainda menina, no liceu da Guarda, para onde foi estudar vinda da sua aldeia, Valverde, no concelho de Almeida. “A maior parte desses poemas, rasguei-os ou porque achava que não valiam a pena ou porque os achava demasiado íntimos.” Só a partir dos 18 anos é que começou a guardar o que escrevia, mas sem revelar a ninguém a sua faceta de poeta. Uma vocação contrariada – queria tirar o curso de Românicas, enquanto o pai insistia, sem sucesso, em mandá-la para o Magistério Primário – trouxe-a para Lisboa. Foi cá que casou e que acabou a estudar Direito, já como adulta, e também a prosseguir a sua vocação de poeta.

“Acho que escrevia para exprimir os meus sentimentos porque não me sentia à vontade para falar com alguém e dizer o que sentia.” Foi nessa altura que confessou a um colega, também ele poeta, que escrevia. O colega insistiu para que publicasse. Em vão. Só depois de se reformar é que ganhou coragem para procurar uma editora.

**Foi em 2010, e desde aí já publicou oito livros de poesia e um de contos sobre a vida na sua aldeia.**



Amor é...

Amor é dizeres onde vai.  
Amor é não fumares perto de mim.  
Amor é um olhar quando passo.  
Amor é imaginar o teu abraço.  
Amor é o bom dia num sorriso.  
Amor é um estado de inquietude.  
Amor é a despedida num olhar.  
Amor é esta loucura que inventei.  
Amor é ter teu amor,  
O meu amor, que sempre amarei.

## Colónias de gatos

Existem atualmente na Freguesia, cerca de setenta colónias de gatos, sendo que algumas delas se encontram a cargo de cuidadores. Estas colónias encontram-se identificadas na Câmara Municipal de Lisboa e no local possuem uma indentação com as placas do “Esquadrão Miau”. A Junta de Freguesia da Penha de França garante o apoio às colónias, em articulação com os cuidadores, no que diz respeito à alimentação e abrigos, bem como a assistência médico-veterinária, em caso de necessidade.

Através da ação da Junta de Freguesia, e em colaboração com o MEG – Movimento de Esterilização de Gatos de Lisboa, é realizada a

captura e esterilização dos gatos errantes, ao abrigo do programa CED (captura, esterilização e devolução). Este Programa é o único método eficaz no controlo das colónias de gatos, reduzindo os problemas associados à reprodução excessiva, contribuindo também para a melhoria das suas condições de vida.

Para além disso, a existência de colónias esterilizadas e controladas traz benefícios a todo o território envolvente, nomeadamente no controlo de pragas urbanas e melhoria das condições de higiene e salubridade.

Caso queira colaborar connosco contate-nos através do email [bemestaranimal@jf-penhafranca.pt](mailto:bemestaranimal@jf-penhafranca.pt)

## Pequenos lembretes

Recordamos que todos os cães devem circular na via pública, obrigatoriamente, com trela, e que a remoção dos dejetos é da responsabilidade dos seus detentores, estando previstas coimas para quem não cumpra

estas normas.

Relembramos ainda que deve proceder ao licenciamento anual do seu canídeo ou felino, nos serviços da Secretária da Junta de Freguesia.

Este serviço é gratuito.

## Gatos errantes e o frio

Estamos a atravessar um inverno bastante frio.

Muitos gatos errantes abrigam-se debaixo de viaturas e nos seus

motores.

Apelamos a todos os condutores a tomarem as devidas precauções antes de iniciarem a sua marcha.



# Em caso de emergência, ligue 112

Em caso de acidente ou doença súbita, ligue 112. O 112 é o Número Europeu de Emergência, sendo utilizado, para além da saúde, noutras outras situações tais como incêndios, assaltos ou roubos. As chamadas efetuadas para o 112 são atendidas pela PSP e pela GNR, nas Centrais de Emergência. O 112 canaliza apenas as chamadas referentes a problemas de saúde para os Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU) do INEM. Esta chamada é gratuita e está acessível de qualquer ponto do país, a qualquer hora do dia.

## Quando em emergência, a colaboração é fundamental:

Deve facultar toda a informação que lhe for solicitada, para permitir um rápido e eficaz socorro às vítimas.

## Deve informar, de forma simples e clara:

O tipo de situação (doença, acidente, parto, etc.);  
 O número de telefone do qual está a ligar;  
 A localização exata e, sempre que possível, com indicação de pontos de referência;  
 O número, o sexo e a idade aparente das pessoas a necessitar de socorro;  
 As queixas principais e as alterações que observa;  
 A existência de qualquer situação que exija outros meios para o local, por exemplo, libertação de gases, perigo de incêndio, etc.;  
 Desligue o telefone apenas quando o operador indicar.

## Depois de feita a triagem:

Os operadores dos CODU indicam-lhe a melhor forma de proceder, enviando, se necessário, os meios de socorro adequados. Lembre-se que as ambulâncias do INEM deverão ser apenas utilizadas em situação de risco de vida iminente. No caso de não ser necessário enviar uma ambulância do INEM, serão dadas todas as informações sobre a melhor forma do doente ser

transportado para as unidades de saúde adequadas.

## Da próxima vez que ligar 112, lembre-se:

As chamadas desnecessárias sobrecarregam o sistema, pondo em perigo de vida aqueles que realmente precisam de ajuda imediata.

## Leve informação atualizada sempre consigo, no seu Smartphone:

Atualmente, os Smartphones e Smartwatches são uma ajuda preciosa nos cuidados de emergência, contribuindo, por exemplo, na deteção automática de quedas e acidentes de viação (dependentes do modelo do dispositivo).

Em situação de emergência, caso não seja capaz de prestar informações, ou se não estiver acompanhado de ninguém conhecido, a maioria dos telemóveis permite ter uma folha de informação médica acessível a qualquer um, sem necessidade de colocar a palavra-passe. Isto permite que os socorristas tenham acesso a informação essencial como a medicação habitual, grupo sanguíneo, alergias e doenças. Permite também a possibilidade de definir contactos de confiança e de emergência para os quais ligar nestas situações.

**IOS/IPHONE:** Utilizar a funcionalidade SOS emergência no iPhone  
 (<https://support.apple.com/pt-pt/safety-features>)

**ANDROID:** Obtenha ajuda durante uma emergência com o seu telemóvel Android  
 (<https://support.google.com/android/answer/9319337?hl=pt>)

José Pedro Mendes  
 Médico Interno de Medicina Geral e Familiar  
 USF Oriente

# Assembleia de Freguesia

**A** Assembleia de Freguesia continuou a efetuar o seu trabalho diário durante o mês de janeiro. A Comissão Permanente de Urbanismo, Gestão Territorial e Sustentabilidade, coordenada pelo Bloco de Esquerda, reuniu no passado dia 17 de janeiro, tendo aprovado o seu Regimento e a sua linha de ação e intervenção.

Todas as deliberações e documentos das Sessões da Assembleia de Freguesia estão disponíveis em

[www.jf-penhafranca.pt](http://www.jf-penhafranca.pt), no menu 'Freguesia', no submenu 'Assembleia de Freguesia' e em 'Atas'. Pode acompanhar, em direto, os plenários da Assembleia de Freguesia no canal de Youtube da Junta de Freguesia da Penha de França.

**Pode, também, enviar as suas questões à Senhora Presidente da Mesa da Assembleia de Freguesia através do email [assembleia.freguesia@jf-penhafranca.pt](mailto:assembleia.freguesia@jf-penhafranca.pt).**

## Avaliação do Impacto dos Projetos Sociais

No momento atual que atravessamos em que o custo de vida aumenta exponencialmente, e as Pessoas sentem-no diariamente com as dificuldades quer pelos custos da Habitação (os que têm essa possibilidade), quer pelo custo dos bens essenciais.

Assim, urge uma coerência na atribuição dos apoios aos indivíduos/famílias, sobretudo que o acesso seja universal. Ora, o CDS tem proposto algumas ações bem, quer na clareza dos critérios, quer até na forma. Quanto à clareza, impõe-se que os apoios estejam devidamente regulamentados por questão de transparência e de acesso; quanto a forma, o CDS indignou-se e sugeriu a mudança radical na condução dos Atendimentos Sociais – não é legítimo que a Vogal sem qualquer competência técnica possa atender e avaliar as situações sociais, antes os técnicos especializados para o efeito. Tal prática, apos a indignação do CDS, segundo informação, foi radicalmente alterada e esperamos que assim continue.

Entendemos que as bases de um desenvolvimento social, consistente e coerente devem pautar-se pela garantia dos Direitos Humanos, radicando na Justiça Social, na Autodeterminação e Autonomização da Pessoa Cidadã. Nesta lógica, toda e qualquer Política Social e/ou projeto social deve alicerçar-se pelos valores supra citados numa lógica de inclusão e de emancipação das Comunidades. Condicionaremos sempre o nosso modus operandi se não questionarmos o modelo, se não avaliarmos o seu impacto, e teirmos num processo extremamente tecnocrata e fundamentado no "achismo" e burocrata correndo o risco de expor as Pessoas a uma de "Pedinte" e/ou numa correlação de forças desigual.

É importante evidenciar que uma intervenção baseada na relação, entendida enquanto encontro de pares, exclui relações de poder, antes a garantida dos Direitos Sociais e a

Dignidade da Pessoa Humana, assegurando os cuidados de existência e subsistência.

Nesse sentido, recomendámos à Assembleia de Freguesia:

- Efetuar por uma Entidade externa a avaliação de impacto dos projetos sociais promovidos pelo Desenvolvimento Social do Executivo da Penha de França.
- Que este processo seja, amplamente, acompanhado pela comissão de Desenvolvimento Social e o seu relatório seja conhecido em sessão ordinária da Assembleia de Freguesia.

O que foi chumbada a proposta. No entanto, o CDS permanecerá firme para a concretização de um Desenvolvimento Social Humano e Universal na Freguesia da Penha de França.

Propôs o CDS, também à Assembleia de Freguesia, a criação de uma Assembleia de Cidadão com representantes da Freguesia e dos seus Movimentos, que também foi chumbada. No entanto, manteremos a mesma convicção e daremos voz a todos os cidadãos – o que tem causado algum incómodo...



Pedro Cardoso



Sofia Peralta



Por lapso, um dos autores deste artigo não foi identificado na edição escrita. Assim, efetua-se desde já a correção na versão online, procedendo-se também à nota de retificação na próxima edição escrita da revista. As nossas desculpas aos intervenientes.

# Breves

## Literacia em saúde

No âmbito de uma proposta do PAN para o orçamento da junta de 2023, a presidente da Junta, Sofia Oliveira Dias, e a eleita do PAN, Elisabete Claro, reuniram com a Fundação Portuguesa de Cardiologia para conhecer a oferta formativa daquela entidade na área da literacia em saúde, com particular enfoque na área cardiovascular e relativamente à qual vão ser desenvolvidas iniciativas dirigidas a vários segmentos da população da freguesia neste ano que se inicia.



## Ajude-nos a ajudar

Por proposta dos membros da Assembleia de Freguesia Pedro Cardoso e Sofia Peralta, a Junta de Freguesia da Penha de França vai desenvolver uma campanha de divulgação do Banco de Apoios Técnicos, por forma a receber equipamentos e providenciar a pessoas que deles precisem. Assim, se tiver material que já não utiliza ou necessitar do empréstimo de equipamentos de ajuda à mobilidade, contacte-nos.



## Apoio aos sem abrigo

A Junta de Freguesia esteve presente no Pavilhão Castelo Branco, que foi adaptado para receber cidadãos em situação de sem abrigo durante a vaga de frio que se faz sentir em Lisboa.

A Junta doou roupas e agasalhos para ajudar quem se encontra nesta situação a combater o frio.



## Cantar as Janeiras

As tradições são muito importantes e estamos felizes por mantê-las vivas. Os utentes seniores e as crianças do Centro Social e Paroquial da Nossa Senhora da Penha de França foram até à sede da Junta de Freguesia e encantaram com o canto das Janeiras. Eles desejaram-nos um ótimo ano novo e nós queremos estender esses votos a todos na freguesia! No dia 27, foi a vez de toda a comunidade se juntar para cantar as Janeiras na Praça Paiva Couceiro.



## Lições de democracia

Os alunos da Casa Pia reuniram-se com a presidente da Junta de Freguesia da Penha de França, Sofia Oliveira Dias, para falar sobre o funcionamento das instituições. O que faz o Governo? E a Câmara Municipal? E a Junta de Freguesia? Quais as suas funções? Um debate de ideias sobre o funcionamento da Democracia.



2023

# Desfiles de Carnaval

Início do desfile - 10h00

**17 DE FEVEREIRO**  
**Praça Paiva Couceiro**

Receção das Escolas da Freguesia  
Animação e Banda

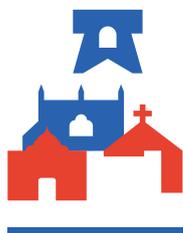


Apoio:



Início do desfile - 15h00

**19 DE FEVEREIRO**  
**Largo da Igreja da Nossa**  
**da Penha de França**  
Saudade o meu remédio é cantar



Penha  
de França

do rio à colina