

Santo António

Bem no coração de Lisboa

JUNHO 2025 - ANO 11 Nº 43

MAGAZINE TRIMESTRAL - FREGUESIA DE SANTO ANTÓNIO



*Centro Social Paroquial
de São Mamede*
52 anos ao serviço da comunidade
Páginas 16 e 17

Entrevista

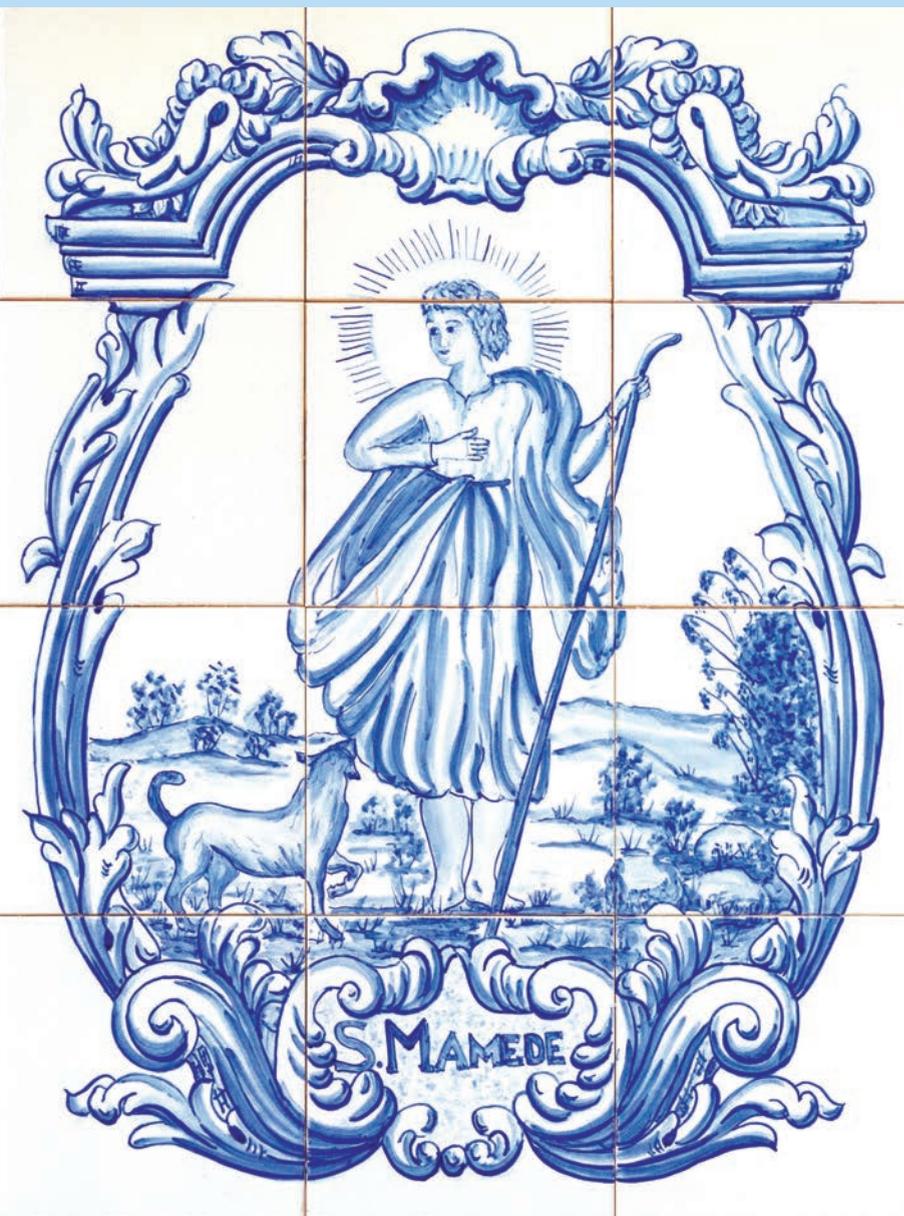
Ana Sofia Martins

"Quem tiver a sorte de viver aqui, vai levar o sentimento de pertença e cuidado para a vida."

Página 11

Índice

Aponte o seu telemóvel para o código QR para saber mais sobre o assunto



- 03 Editorial
- 04 Iniciativas
- 11 Entrevista
- 12 Notícias da Freguesia
- 14 Tradição
- 15 Inovação
- 16 Centro Social Paroquial de São Mamede
- 18 Trabalho Feito
- 27 Histórias de Vida
- 28 Destaque
- 30 Boas Práticas
- 31 Brevemente

Freguesia
Santo António
Lisboa

Santo António - Magazine da Freguesia de Santo António | PROPRIEDADE Freguesia de Santo António
DIRETOR Vasco Morgado | COORDENAÇÃO EDITORIAL Freguesia de Santo António
DESIGN Freguesia de Santo António | FOTOGRAFIA Freguesia de Santo António | IMPRESSÃO REDOLPRINT
DISTRIBUIÇÃO Trimestral Gratuita TIRAGEM 15 000 exemplares | DEPÓSITO LEGAL
Freguesia de Santo António - Lisboa | Sede: Calçada do Moinho de Vento nº3 - 1169-114 Lisboa | Tel.: 218 855 230
Fax: 218 855 239 | Email: info@jfsantoantonio.pt | Sítio: www.jfsantoantonio.pt | Facebook: FreguesiaSantoAntonioLisboa

Editorial

Uma Epopeia Lisboaeta: Do Amor Santificado e das Honras Comerciais

Os Casamentos de Santo António

As Tágides, ninfas do Tejo claro, que outrora inspiraram a pena fatigada de quem cantou reis e navegadores, hão de agora, por graça divina, soprar nos meus ouvidos a memória doce e gloriosa dos **Casamentos de Santo António**, feitos não com espada, mas com ramo e aliança; não com sangue derramado, mas com votos entrelaçados e véus em flor.

E vós, musas da cidade de Ulisses, dai-me a voz forte e compassada para cantar não os feitos de Marte, mas os de Vénus e Santo António, que em Lisboa, cidade das sete colinas e de mil corações, se celebram com tão alto espírito que até os Céus, pasmados, se inclinam para ouvir os sinos da Sé tocar as juras dos mortais.

Foi no ano da graça de mil novecentos e cinquenta e oito, quando a Pátria ainda sarava as feridas de silêncios e esperanças, que a Câmara nobre e zelosa, guiada pela estrela do Povo, ousou unir, sob o patrocínio da fé e da sociedade, os primeiros casais que, perante o altar da cidade, disseram o “sim” sagrado. Não só diante do Santo, mas também perante as marcas e firmas que, em gesto de nobreza rara, ofertaram presentes, bolos e sorrisos embalados em papel timbrado.

Ó espectáculo digno de ser pintado em frescos renascentistas: o Amor, ladeado por um logótipo, subindo os degraus do templo lisboeta, enquanto os mecenas, com orgulho que não inveja ao dos Médicis, observavam os noivos comovidos, dizendo entre si: **“Aqui está o futuro, e está bem vestido.”**

Desde então, **a cada Junho que passa, renova-se em Lisboa esta liturgia civil do afecto e do contrato**, onde a tradição se mistura com o Excel e os corações se abençoam com listas de fornecedores. Os Lisboaetas, com o seu fado nos lábios e o olhar sempre voltado para o horizonte da esperança, assistem e participam, sabendo, como sabiam os antigos, que o amor, para durar, precisa de poesia, mas também de apoio logístico.

Agora, em **2025**, os **Casamentos de Santo António** florescem como jacarandás fora de época. Crescem os noivos, crescem os aplausos e crescem, como era justo, os mecenas. E que ninguém se atreva a dizer que há menos verdade no beijo patrocinado que naquele escondido, pois o primeiro, ao menos, tem testemunhas e fotografias com boa resolução.

E para o ano que vem, que será o de **2026**, sonha-se mais alto. **Porque a alma lisboeta nunca se contenta com o morno. Queremos mais brilho, mais beleza, mais tradição vestida de futuro.**



“Queremos mais brilho, mais beleza, mais tradição vestida de futuro.”

Queremos o Santo sorridente, os noivos radiantes e os mecenas orgulhosos como antigos mecânicos de Vénus. Assim se faz a História nesta cidade: não com batalhas, mas com enlances. E quem duvidar da nobreza deste feito, que olhe para a face do Tejo ao pôr-do-sol em Junho, e veja se não brilha como um anel nupcial.

Vasco Morgado

Presidente da Junta de Freguesia de Santo António - Lisboa

Iniciativas

Comunicação

Concurso de Ilustração Santo António 2025: Uma homenagem ao santo mais popular de Lisboa

Já cheirava a manjerico e a sardinha assada, e com isso chegou uma das iniciativas mais encantadoras das **Festas de Lisboa**: o **Concurso de Ilustração Santo António Lisboa 2025**, organizado pela **Arco da Velha, Design e Ilustração, Lda.**, com o apoio da **Freguesia de Santo António – Lisboa**, e em parceria com o **Museu de Lisboa – Santo António, El Corte Inglés, Associação Avenida, Ponto das Artes, LeYa e Casa Agrícola Pinto do Amaral**.

O concurso, lançado dia **10 de abril**, foi a oportunidade perfeita para artistas, ilustradores e apaixonados pela arte darem vida à figura de Santo António, o santo dos amores e dos milagres perdidos, padroeiro dos lisboetas e inspiração eterna de gerações.



Acesse ao catálogo digital do concurso de ilustração aqui:



Relembre a entrega de prémios do concurso de Ilustração



A iniciativa aberta à participação de todos, encerrou às 23:59 do dia **13 de maio**, tendo até essa altura recebido **341 participações, validadas, provenientes de artistas de 35 países**.

“O sucesso deste concurso, ao termos tantas participações e provenientes de países tão longínquos como o Egito, Ucrânia, Colômbia, Estados Unidos ou Timor-Leste foi uma grata surpresa” – afirmou **Vasco Morgado**, presidente da Freguesia de Santo António. “É uma demonstração da internacionalidade do nosso Santo António e também da vontade de ilustradores e artistas de todo o mundo em participar na cultura e divulgação da nossa Freguesia”, acrescentou.

Já no dia **16 de maio** o júri - constituído pelo cartoonista António, a Ilustradora Inês do Carmo, o produtor Luís Montez, o historiador Osvaldo Macedo de Sousa, o diretor Pedro Ribeiro Ferreira, o coordenador do Museu de Lisboa, Pedro Teotónio Pereira e o próprio presidente Vasco Morgado – reuniu-se para apreciar os muitos trabalhos enviados e tomar a decisão de quem iria levar o **primeiro, segundo e terceiros prémios** e as **7 menções honrosas**.

A cerimónia de entrega de prémios, dia **10 de junho**, marcou o anúncio oficial dos vencedores das três categorias a concurso: **+18, -18 e -12 anos**, pelas **15h30**, na **Praça da Alegria**.





Ao longo da tarde, o público pode admirar todas as ilustrações a concurso. Aqui, o pregador entre os peixes, o santo dos casamentos, aquele que encontra tudo o que perdemos ganhou cor e forma, com alma lisboeta. Eis os vencedores do Concurso de Ilustração Santo António 2025:

Categoria + 18

- 1.º Prémio: Hugo Figueiredo (HALF)
- 2.º Prémio: Marilena Nardi
- 3.º Prémio: Saeed Sadeghi Naghdali

Categoria - 12 anos

- 1º lugar: Mateus Horta
- 2º lugar: Mila Henriques
- 3º lugar: Luisa Berens



Categoria -18 anos

- 1º lugar: Sara Brandão
- 2º lugar: Eduardo Salema
- 3º lugar: Leonor Au-Yong Oliveira

Menções honrosas +18 anos

- 7º: Zlatkovsky Mikhail
- 6º: Oleksiy Kustovsky (Kusto)
- 5º: Luís Frasco
- 4º: Mariia Ishchenko
- 3º: Carlos Laranjeira
- 2º: Szumowski Grzegorz
- 1º: Paulo Fernandes

Obrigado a todos os que participaram!



Iniciativas

Cultura

Freguesia de Santo António celebra Dia da Criança (com muita brincadeira)

O dia mais esperado pelas crianças, regressou ao Jardim das Amoreiras (Jardim Marcelino Mesquita), dia 1 de junho, com muita brincadeira, cor, movimento e atividades para miúdos e graúdos.

Sob o mote "Há brincadeira no Jardim", a iniciativa decorreu entre as 14h00 e as 19h00, e juntou dezenas de famílias em torno de um programa pensado para todas as idades. Entre as atividades, destacaram-se os jogos tradicionais, pinturas faciais, photobooth, insufláveis e guloseimas como gelados, pipocas e algodão doce.



Assista aqui ao vídeo do Dia da Criança - Brincadeira no Jardim



O ponto alto da tarde foi o concerto dos alunos da **Academia de Música de Improviso**, pelas 16h00. Na ocasião, esteve presente o presidente da Freguesia de Santo António, **Vasco Morgado**, que sublinhou a importância de iniciativas como esta para o desenvolvimento das crianças e o convívio familiar. "Acho que celebrar o Dia da Criança é percebermos que temos todos uma criança dentro de nós. Às vezes os adultos são tão enfadonhos que se esquecem de brincar. É preciso levar a coisa a brincar.", afirmou.



Marcha Infantil de Santo António: A alma de Lisboa

A **Marcha Infantil de Santo António** voltou a sair à rua em junho, em dois momentos marcantes: primeiro, na **Avenida da Liberdade**, a **12 de junho**, e depois na **Alameda Dom Afonso Henriques**, a **21 de junho**.

Este ano, **Eva Eugénio** e **Vasco Álvares** foram os rostos que representaram a Marcha Infantil de Santo António, dia **12 de junho**, no desfile principal das **Marchas Infantis de Lisboa**, na **Avenida da Liberdade**. Entre figurinos coloridos, maquilhagem e coreografia, dezenas de crianças fizeram-se ouvir numa das tradições mais simbólicas das Festas de Lisboa.

O desfile contou com o trabalho de **Fauxe e Filipa MK**, responsáveis pelos figurinos e maquilhagem.



O cortejo infantil voltou a sair à rua, dia **21 de junho**. "A nossa marcha é especial, é a de Santo António, aquela que dá nome a estas Festas de Lisboa. Isto é a alma de Lisboa. E Lisboa somos todos nós", frisou o presidente da Freguesia de Santo António, **Vasco Morgado**, na ocasião.

A coreografia ficou a cargo de **José Carlos Mascarenhas**. "É um desafio trabalhar com crianças e ainda mais preparar o futuro das Marchas. As crianças de hoje vão ser os marchantes de amanhã. Temos que manter esta tradição tão portuguesa, tão nossa. Acho muito importante incutir o espírito das Marchas Populares às crianças.", afirmou.

A participação dos mais pequenos voltou a afirmar a importância da continuidade desta tradição simbólica, que dá alma a Lisboa.



Relembre o desfile da **Marcha Infantil de Santo António**



Iniciativas

Cultura

Arraial Santo António: Uma festa à portuguesa, com canteira

Sardinhas, manjericos, arraiais, música popular e bailarico – os ingredientes essenciais para festejar os **Santos Populares**. Este ano, o **Arraial Santo António** regressou a **26 de maio** à **Praça da Alegria**, organizado pelo **Grupo 7 dos Escoteiros de Portugal**, com o apoio da **Freguesia de Santo António - Lisboa** e o patrocínio oficial da **Cerveja Sagres**.

Uma festa tipicamente lisboeta, que decorreu de **26 de maio a 22 de junho**, de **domingo a quinta das 12h00 às 22h00** e de **sexta a sábado das 12h00 às 00h00 (com música ao vivo)**. O ponto alto dos festejos? A **noite de Santo António**.

A noite mais longa da cidade

À medida que o relógio se aproximava da meia-noite do dia 12 de junho, véspera do dia de Santo António, o Jardim Alfredo Keil fervilhava de vida: luzes coloridas pendiam entre manjericos, o cheiro nostálgico a sardinha acabada de sair da brasa espalhava-se pelo ar misturado com o aroma do caldo-verde e das bifanas.

Famílias, grupos de amigos e visitantes apinhavam-se nas mesas.

No palco, ecoavam músicas populares com **Nuno Ropio e Lakota**, que prenderam ali o público até de madrugada. A cada minuto, testemunhava-se dezenas de ritmos no mesmo compasso - os Santos Populares são isso mesmo.



“O nosso arraial é típico à portuguesa. Com música popular portuguesa, comida tradicional portuguesa e artistas portugueses. O que faz de nós o arraial mais familiar da cidade.”, afirmou **Vasco Morgado**, presidente da Freguesia de Santo António. “Santo António é de Lisboa, mas aqui temo-lo ainda mais no coração. Por isso, este Arraial é uma forma de convívio entre os vizinhos - que têm nesta Freguesia um local de vida familiar - e todos aqueles que saem à rua e vêm conhecer a cidade numa altura em que fica (ainda mais) cheia de gente, de cor, de música e de cheiro a sardinha assada. Porque é isto que é Lisboa, também”, acrescentou.

Pelas **2h00** a multidão dispersou-se lentamente pelas ruas de Santo António. A noite mais longa da cidade chegara ao fim — mas guardaria em cada um a saudade dos Santos que ocupam as nossas ruas.

Não há em Lisboa arraial mais santo, nem festa mais animada.



Reviva os dias mais santos do ano, aqui:



Dia de Portugal na Praça da Alegria

Cultura servida à mesa e escutada em melodia. Assim se viveu o Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, dia 10 de junho, na Praça da Alegria.

Ao meio-dia, o aroma da tradição cruzava-se com os sorrisos dos artistas para o já habitual **Almoço de Artistas**, iniciativa que juntou nomes incontornáveis da cultura portuguesa — **Luciana Abreu, Fernando Mendes, António Calvário, Júlio Isidro, Ruy de Carvalho, Luís Lourenço**, entre outros — para uma celebração descontraída, carregada de simbolismo.

À mesa, artistas partilharam histórias, brindes e memórias, numa iniciativa marcada pela presença do presidente da Câmara Municipal de Lisboa, **Carlos Moedas** e o presidente da Freguesia de Santo António, **Vasco Morgado**.



Veja o vídeo do Almoço de Artistas e Tarde de Fados através do código QR:



“A cultura é a alma de um povo, é a nossa identidade. Celebro-a aqui todos os anos para marcar aquilo que é a identidade portuguesa”, afirmou Carlos Moedas.

Logo após o almoço, deu-se início à tradicional **Tarde de Fados**, em homenagem ao fadista **Fernando Costa**, uma figura marcante da música tradicional portuguesa.

Até às **19h00**, as vozes dos fadistas preencheram a **Praça da Alegria**, num ambiente intimista. “Um país sem cultura é um país muito pobre. Temos uma cultura muito rica, e isso é o que nos dá força. Isto é para nós um orgulho”, sublinhou **Vasco Morgado**.

O Arraial de Santo António continua a ser palco de encontros, memórias e tradições. No dia que celebra Portugal, a Praça da Alegria provou, mais uma vez, que a cultura não é só património — é presença, é partilha e é festa.

Iniciativas

Freguesia de Santo António formaliza novas parcerias

No segundo trimestre de 2025, a Freguesia de Santo António formalizou uma rede de parcerias, cobrindo todo o espectro da sociedade, tendo como horizonte o bem comum da população.

No dia **21 de maio**, foi assinado o Protocolo de colaboração entre a Freguesia de Santo António e a **Associação Avenida da Liberdade**, pelo presidente da Freguesia de Santo António, **Vasco Morgado** e o presidente da **Associação Avenida da Liberdade**, **Pedro Leal**, no **Teatro Variedades**.

“O que é certo é que no final do dia os fregueses que tem o apoio da Freguesia, estão mais cuidados com a existência da Associação Avenida. Com o seu apoio conseguimos chegar a mais gente, da melhor forma. Muito Obrigado.”, sublinhou **Vasco Morgado**.



Saiba mais sobre a cerimónia de Assinatura dos Protocolos:



Já no dia **28 de maio**, realizou-se uma cerimónia de **Assinatura de Protocolos** de colaboração com **Associações e Instituições locais**, na **Biblioteca Arquiteto Cosmelli Sant'Anna (BACS)**, entre as quais:

Animalife - Associação de Sensibilização e Apoio Social e Ambiental

Associação Consciência Coletiva – Associação Social, Cultural e Ambiental

Safe Space - Associação Saúde Mental Portugal

Grupo Desportivo Os Lâncias

Crescer na Maior – Associação de Intervenção Comunitária

O **Protocolo de colaboração** entre a Freguesia de Santo António e a **APOIARTE- Associação de Apoio aos Artistas**, foi assinado a **17 de junho**, na **Casa do Artista**.

Uma parceria que visa **proporcionar à população o acesso à cultura nas suas diferentes formas e garantir que a população sénior tenha acesso a programas que promovam a inclusão social e combatam o isolamento**.

Estas parcerias reforçam o nosso compromisso para com o bem-estar da nossa comunidade. **OBRIGADO**.



Entrevista

Ana Sofia Martins

Há encontros que mudam o rumo das coisas. Ana Sofia Martins tinha 15 anos quando a moda lhe bateu à porta e a introduziu ao mundo. Um passaporte para outras vidas, outras realidades, outras versões de si mesma. Modelo, apresentadora, atriz e voz ativa no que toca à identidade e representatividade, Ana construiu um percurso feito de caminhos im(prováveis) e escolhas corajosas. Hoje, continua a desfazer fronteiras entre o que é ser modelo, atriz, cidadã - e vizinha. Esta é uma conversa sobre **o que nos move, o que nos transforma e principalmente sobre o que nos faz ficar.**

Começemos pelo princípio. Como surgiu a oportunidade de trabalhar com modelo ainda tão jovem e que memórias guarda dessa fase?

Guardo memórias muito boas. Era uma miúda cheia de curiosidade, que vivia numa bolha muito fechadinha, muito limitada nas suas visões. Foi mesmo aquela história de conto de fadas - a menina que vai na rua com as amigas e de repente é abordada por um scouter, que ela não sabe que é um scouter, então ainda goza com a cara dele (risos) e de repente leva um cartão de uma agência. A moda foi um passaporte para o mundo.

De que forma a Ana Sofia de 15 anos viveu estas emoções todas?

Nem sequer me via com características físicas para ser modelo. Tinha as inseguranças normais da idade. Tudo o que me distinguiu, não gostava. Queria ser mais uma. Tão tonta, não é? Chamo-lhe a "bazófia da adolescência". Tive a sorte de ter à minha volta pessoas que me encaminharam no sentido certo, e consegui achar a minha voz e aprender a gostar de mim. Percebi que aquilo que me distinguiu dos outros era uma mais valia.

E quando sentiu que o trabalho como modelo já não bastava, que queria representar e contar histórias de outra forma?

Não sabia o que queria fazer, mas sabia que só aquilo já não bastava. Precisava de mais, porque tinha prescindido de tantas coisas: amizades, dos estudos, para poder ajudar a minha família. E depois, como muitas vezes aconteceu na minha vida, aparecem oportunidades. Apareceu um casting para ser apresentadora da MTV e pensei "Porque não?". E concorri.

E de que forma o seu percurso no meio mediático a tornou uma voz ativa na discussão sobre a identidade e representatividade?

Aconteceu naturalmente. Tenho consciência do poder que tenho para trazer outras pessoas, outros corpos, outras realidades para a conversa. E porque não usar esse poder? Afinal para que serve este mediatismo? Para além do ego e da parte financeira?

Para finalizar, porque escolheu viver em Santo António, há algo aqui que a faça sentir em casa?

Na minha rua as pessoas sabem os nomes umas das outras. Os vizinhos são sempre queridos e cuidadosos uns com os outros. Isso para mim é o centro de tudo. Aqui há muito este sentimento de bairro, de pertença e de cuidado uns com os outros. É isso que nos mantém sãos. Quem tiver a sorte de viver aqui, vai levar o sentimento de pertença e cuidado para a vida. É esta energia, o movimento, que me motiva a ficar em Santo António.



“Percebi que aquilo que me distinguiu dos outros era uma mais valia.”

Notícias da Freguesia



Eleições Legislativas 2025

No dia **18 de maio**, decorreram **Eleições Legislativas** na Freguesia de Santo António.

Para garantir que o ato eleitoral decorre com segurança e normalidade, a Freguesia procedeu à **preparação dos locais de voto, serviço de transporte para pessoas com mobilidade reduzida, produção e distribuição de folhetos informativos, organização de mesa de votos, distribuição de votos antecipados e partilha de resultados.**

“O papel da equipa da Freguesia é organizar todo o ato eleitoral, desde a primeira reunião até ao dia de hoje. As nossas eleições são muito ordeiras.”, afirmou **Vasco Morgado**, presidente da Freguesia de Santo António.

Tudo para que possa exercer o seu direito de voto.



2ª Edição do jantar do Bom Vizinho no Jardim das Amoreiras

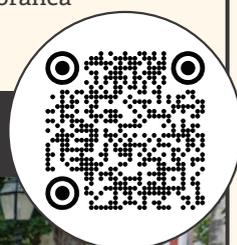
No dia **22 de maio**, o antigo espírito do bairro saiu à rua para celebrar as boas relações de vizinhança, com a **2ª Edição do jantar do Bom Vizinho**, com organização da **Associação Jardim das Amoreiras (AJA)** e apoio da Freguesia de Santo António. A iniciativa juntou mais de **354 bons vizinhos**, reunidos num **jantar ao ar livre no Jardim das Amoreiras (Jardim Marcelino Mesquita).**

A presidente da **AJA, Paula Naia**, frisou a importância da iniciativa para aproximar pessoas. “Acho que é em alegria que as pessoas se intrusam mais umas com as outras. Tento sempre apresentar todos uns aos outros, para que de ano para ano, se conheçam mais”, frisou.

O serão contou com a animação de **Joana Anta**, performer, que animou o jardim com música contemporânea



Recorde o Jantar do Bom Vizinho:





Around Classic: O novo festival de música clássica de Lisboa

"Adormecer ao som das **Variações Goldberg**, dançar ao ritmo de Bach e explorar uma fusão entre o clássico e o jazz." Foi este o mote do festival de música clássica que invadiu a Freguesia, de **30 de maio a 1 de junho** - **Around Classic**.

O evento abriu com o programa de pequenos concertos de entrada livre "**Bach in Avenida**", nos dias **26 e 28 de maio**, com o apoio da **Associação Avenida da Liberdade**, em diversos espaços da **Avenida da Liberdade**.

A iniciativa surge com a missão de **desmistificar a música clássica e torná-la acessível a todos**.



Marchas Populares de Lisboa descem a Avenida da Liberdade

A **Avenida da Liberdade** voltou a ser o cenário escolhido para o tradicional desfile das **Marchas Populares de Lisboa**, integradas nas **Festas dos Santos Populares**, dia **12 de junho**.

Este ano, as **Marchas de Alcântara e Bairro Alto** foram as grandes vencedoras da noite, descendo a Avenida ao som do tema **Alma de Lisboa**.

Na ocasião esteve presente o Presidente da República, **Marcelo Rebelo de Sousa**, o presidente da Câmara Municipal de Lisboa, **Carlos Moedas**, a Ministra da Cultura Juventude e Desporto, **Margarida Balseiro Lopes**, e o presidente da Freguesia de Santo António, **Vasco Morgado**.



Tradição

Embassy Niche Perfumery

Fragrâncias únicas no coração de Lisboa



Situada na Rua Rodrigues Sampaio, a Embassy Niche Perfumery distingue-se como um espaço de culto para os amantes de perfumes exclusivos.

Fundada em **2016** por **Ricardo Claudino**, ex-manequim internacional e apaixonado pelo universo olfativo, esta perfumaria de nicho traz ao mercado português marcas raras, sofisticadas e de qualidade excepcional.

Mais do que uma loja, a **Embassy** é uma experiência sensorial. Cada fragrância é selecionada com rigor, abrangendo desde perfumes do quotidiano até extratos intensos com mais de 25% de concentração. O objetivo é claro: ajudar cada cliente a encontrar a sua identidade olfativa, num ambiente acolhedor e com atendimento personalizado.

A loja acompanha de perto o universo da perfumaria artística e independente, apresentando fragrâncias difíceis de encontrar a nível mundial, sempre com o compromisso de democratizar o acesso a esta arte, mantendo o equilíbrio entre exclusividade e proximidade.

Na **Embassy**, cada visita é uma viagem pelos sentidos, onde o perfume deixa de ser apenas aroma e se transforma em expressão pessoal.

Horário: de Segunda a sábado, das 10h30 às 19h30

Localização: Rua Rodrigues Sampaio, 112C, 1150-281 Lisboa



Assista a entrevista que abrirá portas para um mundo olfativo:



Inovação

Prime Dental Clinic

Tecnologia, conforto e sorrisos de confiança



Inaugurada em 2010, a Prime Dental Clinic, localizada na Travessa da Fábrica das Sedas, é hoje uma referência na medicina dentária de excelência em Lisboa.

Com uma aposta clara na tecnologia de ponta e num atendimento humanizado, esta clínica oferece tratamentos que vão da implantologia com cirurgia guiada digital ao uso de microscopia em procedimentos mais delicados.

Especial destaque é dado ao cuidado com as crianças: num ambiente acolhedor e personalizado, os mais pequenos são acompanhados desde a sala de espera até ao consultório, numa abordagem que privilegia a confiança e o conforto. "Aqui, as crianças choram por não querer ir embora",

conta o responsável clínico, com 27 anos de experiência. A Prime Dental Clinic conjuga qualidade clínica com equipamentos de última geração, como o X-Guide para cirurgias em 3D, e disponibiliza ainda serviços de estética dentária, como facetas e branqueamentos, sempre com foco na satisfação do paciente.

Aberta de segunda a sexta, das 10h às 19h, a **Prime Dental Clinic** convida todos os que procuram cuidados dentários de confiança, num espaço moderno e acessível, pensado para toda a família.

Horário: de segunda a sexta, das 10h às 19h
Localização: Travessa da Fábrica das Sedas, 1, 1250-107, Lisboa



Venha conhecer este novo espaço inovador na Freguesia:



Centro Social Paroquial de São Mamede: 52 anos de mãos dadas com a comunidade

Na Rua Nova de São Mamede, existe um edifício que trilha um caminho discreto, há 52 anos, ao lado de quem mais precisa - o Centro Social Paroquial de São Mamede (Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)).

O princípio

Foi em **1971** que tudo começou, numa parceria com a **Santa Casa da Misericórdia de Lisboa**. Oficialmente, os Estatutos só seriam aprovados dois anos depois, em **1973**, mas a missão — essa — já estava bem clara desde o início: apoiar a comunidade com serviços de resposta social de qualidade.



Na década de 70, o tempo das crianças da Freguesia eram preenchidos ali, com atividades de tempos livres, asseguradas por quem entendia a importância de um lugar seguro, calmo e afetuoso fora de casa.

Mais tarde, em **1985**, o Centro de Dia viria a ganhar contornos oficiais, e no ano seguinte nasceria o **Serviço de Apoio Domiciliário**. A lógica era simples: assegurar diariamente o bem-estar de idosos com incapacidades, para que pudessem viver com dignidade e independência.

Já em **2004**, surgia a **Creche**, pensada para crianças dos 4 meses aos 3 anos. Um espaço onde o tempo não se mede apenas em horas, mas em gestos de cuidado, em rotinas partilhadas e em ligações que duram muito para lá do ano letivo.



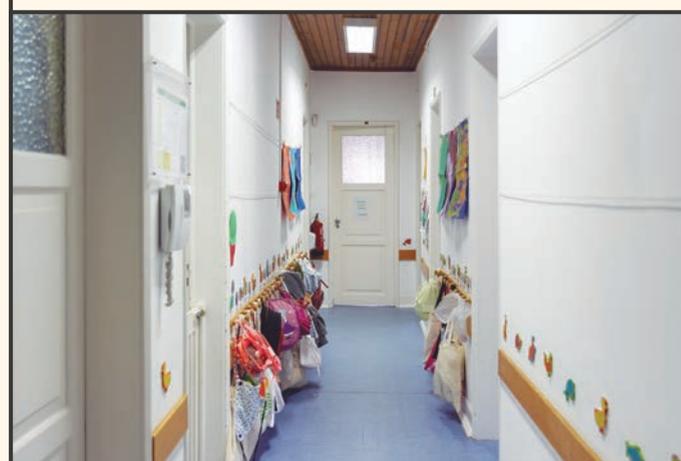
Este ano, foi assinado **Acordo de Cooperação com a Segurança Social** para as respostas sociais já existentes.

Atualmente, o Centro possui três respostas sociais ativas — **Creche, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)**. Ao todo, são **22 colaboradores e 7 voluntários** que asseguram diariamente o funcionamento de um espaço que acolhe crianças e idosos, com os olhos postos no bem-estar, na inclusão e na autonomia de cada um.

Um centro com três rostos

Na Creche, o foco está no desenvolvimento pessoal e social de cada criança. Está na comunicação e expressão — da linguagem à música, da motricidade à criatividade — e no conhecimento do mundo. Tudo isto, com um olhar atento à fé que inspira o Centro e os seus valores: equidade, diálogo, inovação e transparência, orientado pelos princípios do Evangelho.

O Centro de Dia, por sua vez, oferece refeições, cuidados de saúde, atividades culturais e de estimulação cognitiva, apoio psicossocial, serviços domiciliários e de transporte, em função das necessidades de cada utente.



Mas oferece também outra coisa, menos mensurável, mais vital: a sensação de pertença, o conforto de viver com significado e dignidade.

Já o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) leva tudo isso até à porta de quem não pode sair. Refeições adequadas, higiene, tratamento de roupa, limpezas, compras, companhia. E quando possível, os utentes do SAD são também convidados a participar nas dinâmicas do Centro de Dia — porque o envelhecimento não deve ser um sinónimo de isolamento. O que se promove, mais do que serviços, é dignidade. Um envelhecimento com significado. Uma infância acompanhada.

O tempo passa, o cuidado fica

A história do **Centro Social Paroquial de São Mamede** não se conta de uma vez só. Conta-se de manhãs a servir almoços, de mãos que lavam outras mãos, de crianças que brincam entre passos apressados, de visitas que não deixam ninguém esquecido.

Hoje, o Centro continua a agir com a consciência de que cuidar é um ato profundamente humano. E que a comunidade — qualquer comunidade — só se constrói quando se cuida.

Trabalho feito

Ação Social



3ª edição Match Donation

A iniciativa Match Donation regressou para a sua 3ª edição, dias 26 e 28 de maio, com o objetivo de recolher donativos de bens alimentares, produtos de higiene e limpeza para a Mercearia Social Valor Humano, organizada em conjunto com a Associação Avenida da Liberdade.

A ação permitiu reforçar significativamente os recursos da Mercearia Social, graças à colaboração de empresas - *Cushman & Wakefield, Ganesh, OptylonKrea, InterContinental, PBBR Sociedade de Advogados, André Ópticas, nH Collection/Hotels & Resorts, Cushman & Wakefield e H10 Duque de Loulé, Espadim* - que, num gesto de responsabilidade social, contribuíram com bens que se revelaram fundamentais para dar resposta às carências identificadas, fortalecendo o espírito de entreaajuda e consolidando uma rede de apoio mais abrangente e sustentável.

Agradecemos profundamente por nos ajudarem a ajudar.

Brincadeira de Amigos

Brincar é para todos, em qualquer fase da vida. A partir desta premissa, surgiu a iniciativa “Brincadeira de Amigos”, que uniu as crianças do AAF e os seniores do Centro Social Laura Alves, dia 4 de junho, no Jardim do Torel.

A atividade teve como objetivo a partilha e convívio entre gerações, num cenário mágico.

Na ocasião, os seniores trouxeram consigo jogos tradicionais para mostrar aos mais pequenos como se brincava antigamente.

Uma verdadeira troca de experiências e saberes, em que todos puderam aprender e divertir-se juntos.



Ação Social

Passeio Sénior a Fátima

O dia 30 de abril começou no Largo de São Mamede e no Teatro Tivoli para os cerca de 150 fregueses que se inscreveram no Passeio Sénior da Freguesia de Santo António. O destino escolhido? Fátima.

Passavam poucos minutos das 8h30, quando os nossos jovens da idade de ouro partiram em direção ao **Santuário de Fátima**. Aqui, desfrutaram de uma manhã tranquila, num local de peregrinação cristã e e desfrutaram de um animado almoço no **Restaurante Vitória**.

“Gosto de vir. Assim que soube que o Passeio era em Fátima, fui a correr inscrever-me. É um convívio muito bom.”, contou uma das nossas freguesas.

O regresso a casa fez-se com a promessa de voltar. Golegã, Nazaré, Sesimbra, Setúbal e Évora foram alguns dos sítios que os nossos fregueses já visitaram no nosso **Passeio Sénior** organizado anualmente pela Freguesia.



Recorde como foi a viagem Sénior a Fátima:



Trabalho feito

Ambiente Urbano e Sustentabilidade

Dê-me que eu separo

"Dê-me Que Eu Separo", é o mote da mais recente campanha da **Subunidade de Ambiente Urbano da Freguesia**, que decorreu entre os dias **6 e 14 de junho**, no **Arraial Santo António**.

Como deve ser feita a gestão dos resíduos? Esta campanha procurou responder a esta questão, sensibilizando a população para a correta separação de resíduos durante um dos eventos mais emblemáticos da cidade de Lisboa – os **Santos Populares**.

Ao longo de nove dias, a ação dispôs de um stand de apoio ambiental com promotores dedicados à recolha e separação de resíduos. O público foi convidado a entregar os seus resíduos diretamente ao promotor, que assegurava a separação correta dos materiais, fornecendo explicações simples e acessíveis, em português e inglês.

Esta iniciativa, visou criar uma experiência cívica e pedagógica, fomentando a consciencialização para a importância de pequenos gestos no dia a dia e a promoção de práticas sustentáveis no espaço público.



Ambiente Urbano e Sustentabilidade



Ação de Sensibilização: Dia Internacional da Reciclagem

No âmbito da comemoração do **Dia Internacional da Reciclagem**, assinalado a **17 de maio**, a Freguesia de Santo António realizou, dia **16 de maio**, uma **ação de sensibilização ambiental junto da comunidade, em vários ecopontos**.

A iniciativa teve como objetivo reforçar a importância da reciclagem, da preservação do ambiente e da correta utilização dos equipamentos de reciclagem, contando com a participação de sete promotores, apoiados por colaboradores da Freguesia.

Esta atividade procurou informar e sensibilizar a população para a adoção de comportamentos mais sustentáveis no quotidiano, contribuindo para a redução do impacto ambiental e para a valorização dos resíduos.

A proximidade com os residentes e comerciantes permitiu um contacto direto e eficaz, promovendo a consciencialização sobre o papel de cada cidadão na construção de um território mais limpo e sustentável.



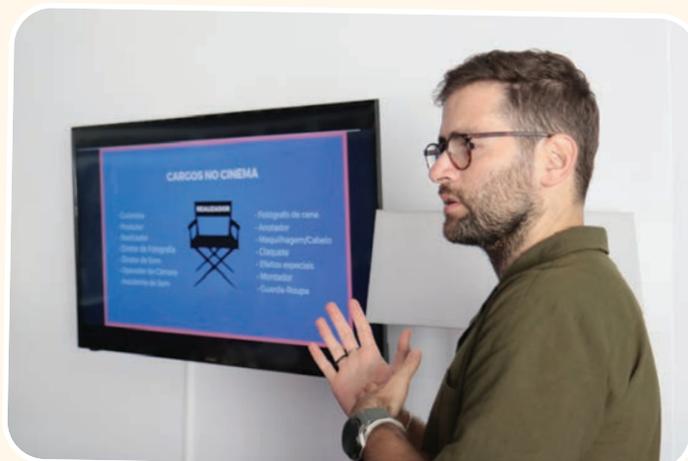
Trabalho feito

Comunicação

Um Workshop para Cinéfilos (de palmo e meio)

Luzes, Câmera, Ação. O Workshop “Cinema de Palmo e Meio 2025”, destinado a crianças e jovens dos 9 aos 15 anos, regressou para mais uma edição, nos dias 21 e 22 de junho, das 9h00 às 17h00, no Centro Social Laura Alves.

Tudo começa com uma introdução à sétima arte - linguagem cinematográfica, técnicas de filmagem, enquadramentos, cargos cinematográficos etc. Depois, os nossos cineastas começam a escrever o seu guião e a realizar diversos exercícios práticos com o equipamento audiovisual.



O próximo passo? O começo das filmagens. Aqui, revelam-se realizadores, técnicos de som, operadores de câmara, atores e atrizes de palmo e meio.

Este ano, **10 crianças e jovens** mergulharam no mundo do cinema e nas suas diversas técnicas.

Este projeto nasceu em **2017**, do fascínio pela magia do cinema e busca revelar jovens talentos, com o apoio do **Bazar do Vídeo**.

A curta metragem dos mais pequenos será revelada na iniciativa **Cinema no Verão**. Fique atento.

Cultura



“Fátima” no Teatro Politeama

No dia **1 de maio**, levámos os nossos fregueses a assistir a uma peça de teatro no **Teatro Politeama - FÁTIMA**, uma Ópera-Rock, original e portuguesa, sobre o fenómeno de Fátima numa versão contemporânea.

Juntando o rigor da sua dimensão histórica com personagens surpreendentes e profundamente humanas, **FÁTIMA** não é apenas um espetáculo, é uma reflexão profunda sobre Portugal e a sua dimensão cultural, espiritual e humana que projetam o nosso país no mundo.

Antestreia de “Hotel Amor” no Jardim do Torel

No dia **17 de junho**, fizemos *check in* na antestreia de **Hotel Amor**, da autoria de **Hermano Moreira** no Jardim do Torel.

A ocasião reuniu o elenco: **Jéssica Athayde, Vera Moura, Júlia Palha, Igor Regalla e Lucas Dutra**.

O filme narra o quotidiano de um hotel em Lisboa à beira do colapso “onde todos os encontros e desencontros, falhas e imponderáveis acontecem”.



Saiba mais sobre a antestreia de “Hotel Amor”:



Exposições ILUSTRABOOM WC/BD

No segundo trimestre de 2025, o antigo **WC do Jardim Camilo Castelo Branco** recebeu diversas exposições inseridas no **Ciclo ILUSTRABOOM WC/BD**. “**Lusco-Fusco**” de **Matilde Feitor**, é um meio termo, tanto existe dentro como fora, de dia e de noite ao mesmo tempo. É assim que se caracteriza a mostra que iniciou o ciclo, dia **3 de abril**. O Gato Mariano também visitou este espaço com a exposição “**10 anos e Troca o Passo**”, inaugurada dia **8 de maio**, com as garras apontadas à indústria e ao consumo burguês. Já “**Loom**” abriu as portas para a prática mais privada do trabalho de Félix Rodrigues, dia **5 de junho**. Aqui, entrámos a fundo num mundo de questionamento e procura de humanidade.

Trabalho feito

Desporto

Férias da Páscoa

Durante o mês de abril, decorreu o programa das **Férias da Páscoa do Projeto Bússola**, entre os dias 7 e 21.

As atividades foram diversificadas e pensadas para proporcionar experiências culturais, educativas e de lazer aos mais pequenos - cerca de **45 crianças**, acompanhadas por **6 monitores**.

O programa incluiu sessões de cinema temático, visitas ao **Portugal dos Pequenitos**, **Dino Parque**, **Museu da Carris** e ao teatro "Quebra-Nozes", **atividades desportivas ao ar livre**; **caça aos ovos da Páscoa**, **jogos** e **oficinas criativas**.



Educação

Interrupção Letiva da Páscoa

Entre os dias 7 e 21 de abril, decorreram as atividades de **Interrupção Letiva da Páscoa**, promovendo um conjunto alargado de atividades e saídas pedagógicas, com o objetivo de proporcionar momentos de lazer, socialização e descoberta cultural às crianças:

- Saídas ao ar livre para vários parques locais
- Visita ao Feijão Verde
- Espetáculo Musical "O Quebra-Nozes"
- Visita ao Dino Parque, na Lourinhã
- Sessão de cinema no Centro Comercial El Corte Inglés Lisboa
- Visita cultural ao Portugal dos Pequenitos



Dia da Criança nas escolas da Freguesia

No dia 1 de junho, celebrámos o **Dia Mundial da Criança** nas nossas escolas EB1/JI Luísa Ducla Soares e EB1/JI São José. Aqui, as crianças do Jardim Infantil e 1º ciclo, participaram em várias atividades divertidas:

- Aprenderam a construir bolas anti-stress
- Criaram pinturas inesquecíveis com garfos, cotonetes e palitos
- Criaram desenhos 3D, com missangas
- Realizaram um atelier de culinária, em que fizeram gomas deliciosas
- Brincaram nos insufláveis e desfrutaram de pinturas faciais

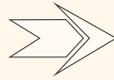
Foi uma manhã cheia de sorrisos e muita brincadeira.

Trabalho feito

Espaço Público e Espaços Verdes

ELEIÇÕES LEGISLATIVAS 2025

Nas Eleições Legislativas de 2025, a Subunidade de Manutenção desempenhou um papel essencial para que tudo decorresse com normalidade e segurança. Desde a preparação cuidadosa dos espaços de voto, até à montagem e verificação de materiais, assegurou-se que cada detalhe estivesse no lugar certo, no momento certo. Um trabalho de bastidores, mas absolutamente determinante para o sucesso de um momento tão importante.



OBRAS DE REQUALIFICAÇÃO NA RUA BRAAMCAMP

A Freguesia deu início à requalificação dos canteiros da Rua Braamcamp. A intervenção inclui: Substituição das vedações metálicas degradadas; Reforço da vegetação com novas espécies arbustivas e herbáceas; Aumento do canteiro no cruzamento com a Rua Castilho; Manutenção e reparação do sistema de rega existente, com instalação nos canteiros ainda não abrangidos; Melhoria da acessibilidade através da reconfiguração da passagem pedonal na zona da passadeira.

DIA DA CRIANÇA

No Dia da Criança, a Subunidade também disse "presente!", com um apoio técnico essencial para que os mais pequenos tivessem um dia cheio de sorrisos. Desde o apoio à montagem de estruturas aos pormenores de segurança, tudo foi pensado para que as atividades decorressem com conforto e tranquilidade.



DESERVAMENTO DO ESPAÇO BÚSSOLA

Num esforço conjunto com o Projeto Bússola, realizámos o deservamento do espaço onde decorrem várias atividades, e seguro para todos os que dele fazem uso diariamente. Manutenção e reparação do sistema de rega existente, com instalação nos canteiros ainda não abrangidos; Melhoria da acessibilidade através da reconfiguração da passagem pedonal na zona da passadeira.

Histórias de Vida



Filipa Veiga

Cada pessoa é um mundo, com uma história que merece ser contada. Quando a partilhamos, deixa de ser só nossa e ressoa noutras vidas. Aqui, damos espaço a essas histórias (de vida).

“Olá, o meu nome é Filipa Veiga, tenho 48 anos, sou produtora de eventos e trabalhei na Freguesia de Santo António cerca de dez anos, uma década, e hoje, o Histórias de Vida é comigo.” É este o prefácio da sua história. Para a compreendermos, recuemos um pouco no tempo.

Chegou vinda de Inglaterra com três filhos pela mão e encontrou na antiga Freguesia de São José – hoje parte da Freguesia de Santo António - um abrigo que depressa se tornou chão firme. “Nunca tinha vivido mesmo num bairro. Ajudou-me a criar uma carreira profissional, a criar os meus filhos.”, conta. A vida acontece assim, de repente estamos num sítio novo e, sem darmos por isso, esse lugar transforma-se em casa. Passou a década seguinte a retribuir.

Sonhou com ruas mais vivas, com mais cultura (para todos), com lugares mais humanos, próximos. Fez desses desejos, uma realidade.

Viu a Freguesia nascer e deu dez anos da sua vida a Santo António, como coordenadora de Cultura e Dinamização do Espaço Público. “Foi difícil juntar realidades tão diferentes — São José, São Mamede e Coração de Jesus eram Freguesias distintas.” O maior desafio, diz, foi fazer com que as pessoas se sentissem parte de uma só comunidade. E foi pela cultura que isso aconteceu. Do seu tempo na Freguesia destaca os projetos culturais – Praia do Torel e o Baile de São Valentim. “Toda a Freguesia vinha. Era mesmo um encontro, em que toda a gente se divertia.”

Mas a ligação à cultura começou muito antes, nas entrelinhas da música, em empresas de multimédia e mais tarde em editoras de música alternativa. Viveu a cultura por dentro. Mas foi a proximidade da Freguesia que lhe deu o gosto pelo contacto direto com as pessoas. “Eu retilava nas Assembleias de Freguesia, que não havia nada para a minha faixa etária, só para seniores ou crianças. Até que me disseram: “Então vai fazer melhor”. E fui.”

Hoje, continua a fazer o que sempre fez na Lisboa Cultura, ajudando a realizar grandes iniciativas como os Casamentos de Santo António, mas o que a move é o mesmo de sempre: as pessoas. Os seus filhos diziam em pequenos, com a lucidez de quem vê de fora: “A mãe faz as pessoas felizes.” Talvez seja essa a melhor definição do seu trabalho — e da cultura, no fundo. Filipa acredita nisso. E trabalha por isso. **Todos os dias.**



Assista aqui à entrevista na íntegra:



Destaque

- Manter a memória viva de Carlos Mardel⁽¹⁾ um Visionário Iluminista na Lisboa do Séc. XVIII

Sabia que...

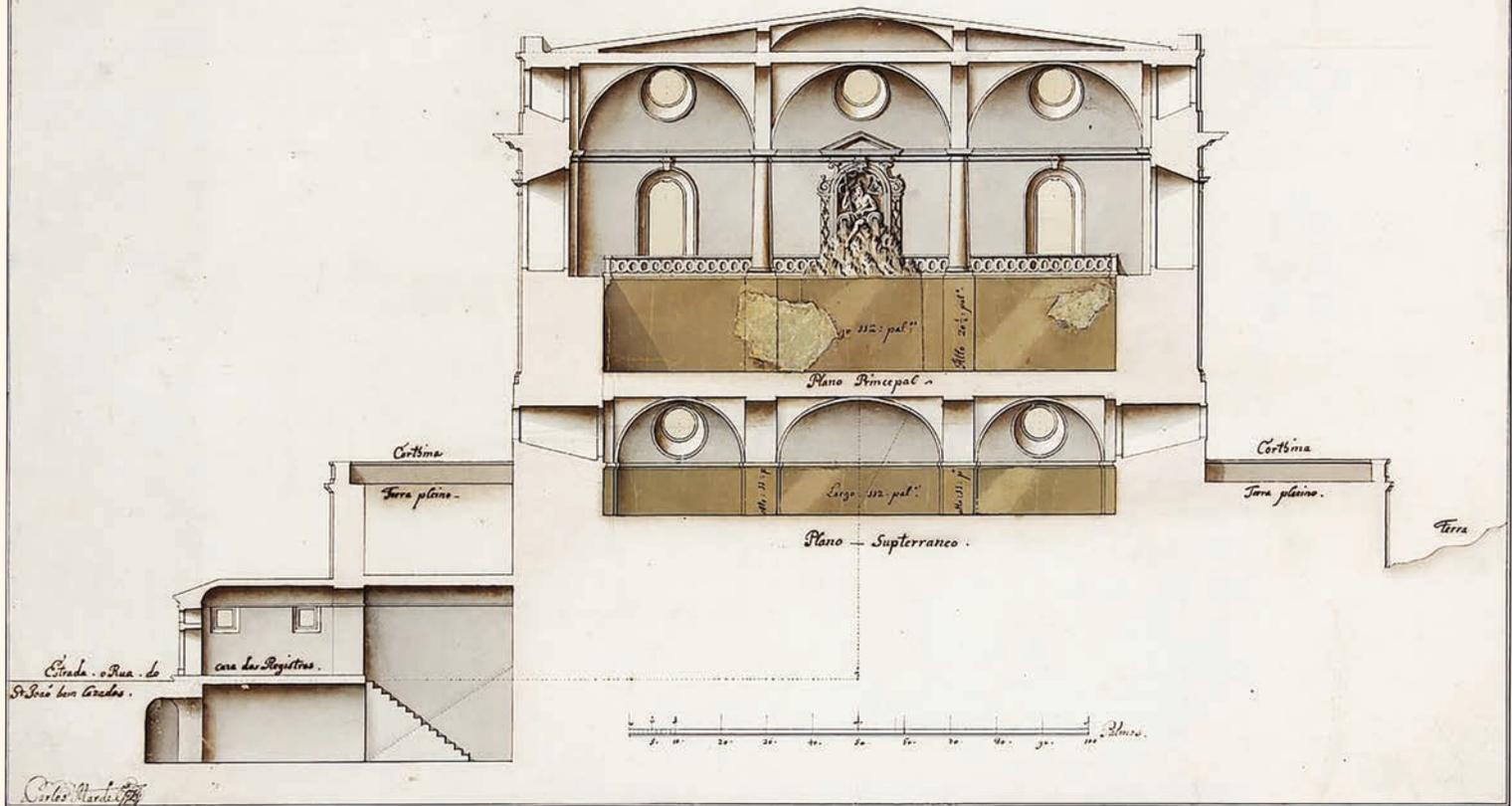
Foi recordada no Jardim das Amoreiras/Marcelino de Mesquita a figura deste arquiteto e engenheiro militar de nacionalidade húngara, que teve muita importância para a cidade e faz parte da história de Lisboa. A inauguração⁽²⁾ foi presidida pelo Sr. Eng^o. Carlos Moedas acompanhado de Emília Fábán, Embaixadora da Hungria; de Zsolt V. Németh, Secretário de Estado, e da escultora. O Presidente da Câmara de Lisboa, fez questão de salientar que Mardel era um visionário iluminista, tendo conseguido unir a técnica, a beleza e impacto social, utilizando a engenharia como uma área que transforma a natureza em benefício das pessoas. Trata-se de um memorial comemorativo de homenagem ao arquiteto húngaro numa oferta à Cidade pela Embaixada da Hungria em Lisboa, para assinalar os **50 anos do retomar das relações diplomáticas entre Portugal e a Hungria, 1974 a 2024**.



O aqueduto - um dos ícones da capital

O memorial consiste numa placa feita em bronze dividida em duas partes, de um lado, apresenta o busto com o rosto da figura de **Carlos Mardel**, numa espécie de efígie em relevo escultórico e, numa segunda face um texto escrito com os dizeres explicativos da celebração do momento. A obra escultórica é da autoria da artista plástica húngara **Mária Törley** (n.1950), nome assinado no canto inferior direito. Ao observarmos de perto verifica-se que o trabalho no plano visual apresenta alguns aspetos interessantes, peculiares, que enriquecem a obra, pelo facto de serem introduzidos elementos simbólicos e significativos que ajudam a caracterizar a época do tempo de Carlos Mardel em Lisboa. A própria indumentária da figura representada, no casaco de adorno assaz rebuscado, surge um troço do desenho decorativo com a arquitetura do Aqueduto, no qual o Arquiteto foi um dos responsáveis por esta obra marcante de engenharia da cidade⁽³⁾. Inicialmente, a proposta da base do pedestal para receber o memorial seria realizado em granito e não em betão como veio a verificar-se na realidade. O trabalho está colocado no espaço público, num recanto escondido, junto do **Aqueduto das Águas Livres e do Reservatório da Mãe d'Água**, discretamente, ao ponto de nos ser difícil encontrá-lo. Talvez a obra merecesse uma maior visibilidade e relevância dada a importância que Carlos Mardel teve na história da cidade barroca antes e depois do terramoto, nos períodos Joanino e Pombalino.





Em **2023**, este mesmo arquiteto foi alvo de uma evocação, numa parceria entre o **Museu de Lisboa e a Embaixada da Hungria** com palestras sobre as relações culturais luso-húngaras; onde foram esclarecidos alguns pontos menos conhecidos relativos a Carlos Mardel, num excelente artigo de **Zsófia Vajkai** que procurou desvendar as origens deste arquiteto com dados biográficos e aspetos da sua vida menos conhecidos que tornaram mais claros, a sua vinda para Lisboa. Sabemos muito pouco sobre os estudos desta personalidade, apenas conhece-se a sua carreira no exército, visto que em **1733**, ele já estava ao serviço de **D. João V**, como engenheiro militar. No entanto, permanece um certo mistério em torno desta figura; dado que uma das questões que se levanta, porque teria vindo para Portugal uma pessoa natural do antigo Reino da Hungria e em que circunstâncias. Desconhecendo-se os motivos da sua vinda para Portugal. Também em **2023**, a **Embaixada de Portugal e o Instituto Camões em Budapeste** associaram-se à edição do Budapest Photo Festival, numa exposição invulgar de fotografia apresentada no **Centro de Arquitetura Contemporânea de Budapeste, Mardel / Martell**: uma herança húngara em Portugal, sob o olhar particularmente atento de **Miguel Valle de Figueiredo** (n.1961) como nos tem habituado, ao longo de quatro décadas. Essa mostra repetiu-se em Lisboa, no **Instituto Camões**, muito apropriadamente junto ao **Marquês de Pombal**, e apresentou os principais edifícios concebidos por um dos maiores responsáveis pela reconstrução de Lisboa, após o terramoto de 1755.

Freguesia recheada dos trabalhos do arquiteto húngaro de Lisboa

É de realçar a presença das inúmeras obras importantes deste arquiteto estar fortemente implantadas nos espaços da Freguesia de Santo António, sobretudo na zona das **Amoreiras, entre elas: o Chafariz do Rato; o Reservatório da Mãe d'Água nas Amoreiras; o Aqueduto das Águas Livres; o Arco das Amoreiras e a edificação da Real Fábrica das Sedas**, onde acolhe atualmente a Fundação-Museu do casal de dois pintores contemporâneos, bem conhecidos da nossa praça, **Arpad Szènes (igualmente natural da Hungria) e Helena Vieira da Silva-FASVS** desde 1994. Sabe-se também que Carlos Mardel instalou-se e viveu ali bem perto, do que é hoje chamado o **Largo do Rato e o Bairro das Amoreiras**; transpirando uma atmosfera da arquitetura e da paisagem da Europa Central, no tecido urbano de uma cidade meridional.

Manuela Synek (Historiadora de Arte)

(1) : (1695-1793) - de nome original Károly Martell. Por vezes, o seu nome vem escrito como Carlos Martello ou Charles Mardell, mas todos sabemos hoje que era húngaro, que nasceu no território do Reino ou Império da Hungria, em Pressburgo, atual Bratislava), conforme afirma o arquiteto Walter Rossa na sua Tese de Doutoramento, Além da Baixa. Índices de Planeamento Urbano na Lisboa Setecentista. Lisboa: IPPAR, 1983. Segundo W. Rossa, Mardel terá sido o primeiro arquiteto estrangeiro a ocupar lugares de topo em cargos régios e de ensino.

(2) : 19 de novembro de 2024.

(3) : O símbolo da cidade é o extenso aqueduto das Águas Livres que serviu de base à cidade, o fornecimento de água, que começou a ser construído na década de 1730. C. Mardel trabalhou nele de 1745 até à sua morte; onde assumiu a Direção da obra em 1748). Durante muito tempo, pensou-se que ele havia sido contratado para construir o famoso Aqueduto de Lisboa, mas depois descobriu-se que ele não havia trabalhado nele antes de 1745, in Margarida Calado: Carlos Mardel, arquiteto Húngaro ao serviço da Corte Portuguesa. Lisboa, s.d. Manuscrito. De acordo com um pressuposto, teria vindo da Holanda, ouvindo notícias da engenharia hidráulica no Tejo.



Boas Práticas



A experiência que cada um de nós tira desta freguesia é da responsabilidade de todos, seja habitante, visitante ou trabalhador. Assim, num esforço para fornecer infraestruturas de qualidade que vão ao encontro das necessidades e expectativas dos nossos, a Freguesia de Santo António criou uma nova rubrica: **Bons Gestos, Boas Práticas**, onde sugerimos algumas medidas a adotar no dia a dia para que seja possível viver melhor em comunidade.

Saiba como se proteger: Onda de Calor

Para a prevenção dos efeitos do calor intenso recomendam-se as seguintes medidas:



- Procurar ambientes frescos e arejados ou climatizados;
- Utilizar roupa solta, opaca e que cubra a maior parte do corpo, chapéu de abas largas e óculos de sol com proteção ultravioleta;
- Aumentar a ingestão de água, pelo menos 1,5 litros/dia o equivalente a 8 copos. Beber sumos de fruta natural sem adição de açúcar e evitar o consumo de bebidas alcoólicas;



- Assegurar que as crianças consomem frequentemente água ou sumos de fruta natural e que permanecem em ambiente fresco e arejado. As crianças com menos de 6 meses não devem estar sujeitas a exposição solar, direta ou indireta;
- Evitar a exposição direta ao sol, principalmente entre as 11 e as 17 horas. Utilizar protetor solar com fator igual ou superior a 30 e renovar a sua aplicação de 2 em 2 horas e após os banhos na praia ou piscina;



- Para se proteger dos efeitos negativos do calor intenso mantenha-se informado, hidratado e fresco.
- Escolher as horas de menor calor para viajar de carro. Não permanecer dentro de viaturas estacionadas e expostas ao sol;
- Evitar atividades que exijam grandes esforços físicos, nomeadamente desportivas e de lazer no exterior;



- Dar atenção especial a grupos mais vulneráveis ao calor, tais como crianças, idosos, doentes crónicos, grávidas, pessoas com mobilidade reduzida, trabalhadores com atividade no exterior, praticantes de atividade física e pessoas isoladas;
- Os doentes crónicos ou sujeitos a medicação e/ou dietas específicas devem seguir as recomendações do médico assistente ou do centro de contacto SNS 24: **808 24 24 24**;
- Contactar e acompanhar as pessoas idosas e outras pessoas que vivam isoladas. Assegurar a sua correta hidratação e permanência em ambiente fresco e arejado;



**PROBLEMAS
NA MINHA RUA**



**Conheça mais Boas Práticas
no nosso Site**

Fonte: Direção-Geral da Saúde

Brevemente...

26

JUL



Lisboa Wrestlefest

O "Lisboa Wrestlefest" volta à Aldeia Cultural de Lisboa - Parque Mayer- a **26 de julho**, pelas **18h00**. Uma iniciativa de gigantes com os maiores lutadores de luta livre do país. Não perca!

AGO



Cinema no Verão

O Cinema promete trazer noites estreladas a Santo António. Em agosto, venha assistir a sessões de cinema ao ar livre, no **Jardim do Torel**, entre **2 e 31 de agosto**, todas as **sextas-feiras e sábados** às **21h00**.

AGO



Ciências na BACS Júnior

A partir da leitura de um livro ou de um conto, desafiam-se os pequenos cientistas a descobrir a ciência por detrás das histórias, realizando pequenas experiências "hands-on". A Ciência na BACS Júnior destina-se a crianças entre os **5 e os 12 anos**.

AGO



Ciências na BACS Graúdos

A partir de um artigo científico recente, faz-se uma explicação simples, mas exata, sobre a base científica e princípios envolvidos, dissecando o seu significado e impacto sobre as pessoas. As sessões são dirigidas a maiores de 65 anos. **Fique atento à nossa programação.**

AGO



WC/BD Ilustraboom

O antigo WC do Jardim Camilo Castelo Branco é palco do ciclo **ILUSTRABOOM WC/BD**. Um espaço com identidade marcada, um verdadeiro polo de dinamização cultural. **Não perca as próximas exposições de banda desenhada.**

AGO



Canto do Conto

Através das histórias e da música apresentamos diversas e novas formas de pensar e de ver o mundo. É esta a premissa das sessões de **Canto do Conto**, destinada a maiores de 2 anos. **Fique atento à programação.**

