

# ATUAL

Tudo sobre Cascais

QUINTA-FEIRA, 18 DEZEMBRO 2014 . Mensal . Ano 4 . N.49  
CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS . [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt) . INFOMAIL

650  
anos  
VILA DE CASCAIS  
1364-2014

## CASCAIS O MELHOR LOCAL PARA SE VIVER

No final do ano, em jeito de balanço, passamos em revista os principais acontecimentos e projetos realizados. Um balanço positivo que nos dá confiança e confirma: este é o melhor lugar do mundo! **P. 2 e 3**

8-9

### CASCAIS: AQUI HÁ 208 MIL MANEIRAS DE DIZER **FELIZ NATAL!**

سعيدة أعيادا

Frohe Weihnachten

Joyeux Noël

Craciun Fericit

Merry Christmas

圣诞快乐

среќни празници

Terra hospitaleira por tradição, Cascais tem mais de 20.000 residentes estrangeiros. O "C" foi saber como celebram esta quadra.

**C** ATUALIDADE

#### DNA Cascais é caso de estudo internacional

Incubadora com certificação de Business and Innovation Center, a DNA Cascais está prestes a concretizar oito anos. Uma vida cheia de casos de sucesso.

**P. 04**

**C** ATUALIDADE

#### Portugal Participa: rede de cidadania nasce em Cascais

"Estamos todos convocados!" Cascais é um dos municípios-piloto para o teste de novas ferramentas de cidadania participativa. O compromisso já foi assinado.

**P. 5**

**C** DESTAQUE

#### Natal 2014: Ofereça presentes solidários

Encontre o presente perfeito nas Vilas de Natal a funcionar em Parede, Cascais e Estoril. São trabalhos de instituições e ao recolhê-los ajuda quem mais precisa.

**P. 7**

**C** ÚLTIMA

#### Cascais no TOP 100 dos destinos mais sustentáveis do Mundo

Cascais mereceu destaque a nível dos destinos turísticos sustentáveis em Portugal, na Europa e no Mundo, com uma pontuação de 8 em 10 pontos possíveis.

**P. 16**

## EDITORIAL



**CARLOS CARREIRAS**  
Presidente da Câmara Municipal de Cascais

Caras (os) cascalenses,

Quase sem darmos por isso, chegámos a mais uma quadra de Festas de Natal e Ano Novo. Para além das nossas diferentes convicções pessoais ou religiosas sobre a quadra, todos estaremos de acordo que esta é a altura certa para abrir as portas à reflexão serena e honesta. Menos pressionados pela voracidade do dia a dia, e talvez até inspirados pela presença fraterna da família ou dos amigos, esta é a oportunidade para cada um avaliar o tempo que passou por nós e projetar aquele tempo que está para vir.

Quanto a nós, na Câmara Municipal, terminamos o ano com a convicção de que demos o nosso melhor para que cada vez mais cascalenses façam parte de um projeto de desenvolvimento solidário e sustentável que temos para o concelho.

Connosco, Cascais não é só de alguns.

Connosco, Cascais não é apenas um lugar ou um nome.

Connosco, Cascais é uma ideia de comunidade da qual rigorosamente todos os cidadãos fazem parte. E que ideia é essa? É uma ideia que parte da recuperação dos valores perenes da nossa história: a abertura ao mundo, a solidariedade, a prosperidade e a humanidade. Foi esta a melhor forma que encontramos para celebrar os 650 de elevação de Cascais a Vila.

Temos trabalhado, dia após dia, para que esta nossa visão se concretize. A medida do sucesso está no número cada vez maior de cascalenses que se mobilizam para tornar esta ambição uma realidade. E, aqui chegado, não queria deixar de projetar o ano de 2015. Quando cheguei à presidência da Câmara, em 2011, o país estava a braços com enormes problemas sociais, financeiros e económicos. Cascais não estava a salvo. Mas ano após ano, os cascalenses e os portugueses souberam contrariar as adversidades e arregaçar as mangas para salvar o país.

Ano após ano, fomos recuperando. Hoje estamos mais fortes do que há quatro anos. Mas 2015 não está isento de desafios e dificuldades. Por isso, formulo um desejo simples: que possamos esquecer as pequenas diferenças que possam existir entre nós e sejamos capazes de nos juntar em torno do bem maior que nos une.

Que ninguém diga que é difícil encontrar esse bem maior. Ele está à frente dos nossos olhos: é promover a felicidade do(s) nosso(s) semelhante(s), é entender o “nós” como maior do que o “eu”, é reencontrar o sentido nas coisas simples da vida, é trocar o “preço” pelo “valor”, é a promoção da bondade e da justiça em cada ação nossa. E é, claro está, a afirmação interna e externa do nosso concelho de Cascais. Como alguém um dia disse, nestes tempos menos fáceis só temos duas hipóteses: ou vencemos todos juntos ou perecemos individualmente.

Em Cascais já escolhemos o lado em que queremos estar e contamos com todos para alcançar a nossa ambição.

Um Feliz e um Santo Natal e que 2015 seja, para cada um de nós, um ano de saúde e felicidade. 

Carlos Carreiras

## : ABERTURA

## CASCAIS, O MELHOR LUGAR PARA SE VIVER

Quando se aproxima o final do ano é comum fazermos um balanço de “vida”.

O que já fizemos e o que ainda vamos fazer. Sobretudo, certificarmo-nos que cumprimos os compromissos que assumimos. Compromissos por Cascais e para Cascais, em nome de uma estratégia. Foi isso que sentimos ao longo destes 12 meses em que tivemos de tomar medidas difíceis.

Começámos pelo ordenamento do território. Para blindarmos Cascais contra os erros do passado, reduzimos os licenciamentos para o nível mais baixo das últimas décadas e contivemos a expansão dos perímetros urbanos. Apostámos tudo na regeneração urbana e em políticas de desenvolvimento sustentável e equilibrado.

Internamente, adequámos a Câmara às duras exigências da realidade, reorganizando a sua estrutura interna, racionalizando recursos e gerindo com muita parcimónia os dinheiros públicos – por exemplo, reduzimos a despesa em 17,6M€ de dezembro de 2010 para junho de 2014, ao mesmo tempo que aumentamos o património em 156,7M€.

Mas, o melhor é relembrar a obra feita. Para fazer de Cascais o melhor lugar para viver um dia, uma

semana, ou uma vida inteira. É esta a nossa ambição!

**Educação**

A captação de competências, a formação de verdadeiras academias do saber são essenciais para a concretização da nossa estratégia. A abertura da **NOVA School of Business and Economics**, até 2017, é disso exemplo. Ou ainda a abertura da primeira escola de negócios sociais em Portugal: nasce em Cascais e é fruto da parceria entre a Câmara, que também cedeu as instalações, e a Fundação EDP. A **IES-Social Business School** vai focar-se na inovação e no empreendedorismo social.

Mas a aposta na educação traduz-se também em obras de requalificação e restauro do parque escolar existente. Apenas as mais importantes:

- Construção do Espaço Polivalente – Cobertura EB1 da Parede
- Trabalhos de reabilitação de impermeabilização na Escola Básica de Sassoeiros
- Reabilitação de edifícios e do campo de jogos na EB1 de Manique
- Reabilitação da cobertura do Jardim de Infância de Bicesse
- Remodelação das instalações elétricas na Escola da Malveira da Serra

- Criação de um refeitório na Escola do Arneiro
- Construção de coberturas exteriores e campo desportivo da EB1 do Arneiro
- Requalificação das coberturas exteriores da Associação de Estudantes da Secundária Fernando Lopes Graça, Parede
- Requalificação da Escola Básica da Torre

**Ação Social**

Não alterámos os níveis de apoio social que estão ao serviço de uma ideia de sociedade solidária e inclusiva que defendemos. Alguns exemplos:

- Protocolo para “Apoio às Famílias Carentiadas e às Famílias Numerosas” (entre as Águas de Cascais e a CMC): abrangeu 1.031 famílias
- Apoio a famílias em situação de privação: cerca de 3500 famílias, totalizando 8.831 pessoas,
- Plataforma Saúde na Escola
- Mais de 10.000 alunos envolvidos
- Na 1ª Infância (crianças até 3 anos) apoio a 30 equipamentos de Creche da Rede Solidária que abrangem 1.521 crianças
- Parcerias com 16 serviços de Apoio Domiciliário que abrangem mensalmente 908 idosos





## Promoção no tecido empresarial

A promoção da atividade económica foi uma das nossas prioridades absolutas. E nos últimos meses há empresas a investir dezenas de milhões de euros em Cascais. Basta andar pelas ruas de Cascais para perceber que a confiança dos investidores no nosso concelho é grande. Mesmo com uma das mais baixas taxas de desemprego do país, cada cidadão desempregado continuará a ter de nós a máxima prioridade. Em breve, abre mais uma unidade de 5 estrelas, no Estoril, que reflete a imparável dinâmica turística do concelho que, crescendo a uma média de 7% ao ano, bate o recorde de dormidas e de retorno para a economia local.

## Obras no concelho

Fizemos a consolidação orçamental sem tocar no investimento ligado à requalificação dos equipamentos ou à melhoria das acessibilidades.

### A decorrer:

- Casa Sommer – requalificação total deste emblemático edifício no Centro Histórico de Cascais
- Reforço do pavimento em várias vias e arruamentos do concelho
- Beneficiação da Rua Feliciano Moreira em Rana
- Promoção e manutenção das acessibilidades pedonais
- Requalificação do sistema de drenagem pluvial na Praia da Parede
- Acesso pedonal à Rua Bela Vista, Bairro dos Massapés, Abóboda

### Concluídas em 2014:

- Após cerca de 2 milhões de investimento, o Mercado de Carcavelos foi totalmente requalificado, com novas infraestruturas e com uma praça urbana dotada de esplanadas
- Construção de espaço lúdico, espaços verdes e parque de estacionamento no Bairro das Faceiras
- Requalificação e revitalização do Mercado de Cascais
- Requalificação da 3.ª Circular
- Construção de nova rotunda na Av. Marginal
- Requalificação das Avenidas: de Pádua, de Francisco Lindoso, Amália Rodrigues, Columbano Bordalo Pinheiro

**Casa das Histórias Paula Rego continua a ser líder de visitas**



## Cascais confirmou-se em 2014 entre os melhores locais do mundo para a prática de desportos náuticos

- Recuperação da Ciclovía Cascais - Guincho
- Requalificação total da Estrada de Janes- Malveira

## Desporto

- Ibercup: futebol Juvenil com 300 equipas, 5000 Atletas em representação de 50 países
- The Color Run: Os 5 Km's mais felizes do Planeta com 15.000 participantes
- Marginal a Passo de Corrida: Mobilizou mais de 7.500 pessoas
- Cascais Billabong Pro: trouxe alguns dos melhores surfistas do mundo a Cascais
- O Portugal Wave Series Cascais: o maior evento combinado de Surf na Europa com um prémio monetário de US\$1 milhão.
- WQS: a etapa de Cascais contou com 96 surfistas de topo mundial, 95% da elite do Surf Mundial.
- Cascais Trophy – no valor de US\$50.000
- Surf à noite: Surf à noite com um público de 10.000 pessoas.
- RC44: Os mais prestigiados velejadores a competir na Baía de Cascais
- European Le Mans Series | 4 Horas do Estoril: 17 mil pessoas no Autódromo do Estoril

## Cultura

Investimos, recuperámos o nosso património edificado e preservámos o nosso património imaterial, lançando livros que farão parte da nossa memória coletiva. Precisamente no ano em que assinalamos os nossos 650 anos, só encontramos uma forma de honrar a identidade e o orgulho de ser de Cascais: reduzindo as assimetrias e trabalhando para um só concelho.

Apenas os principais eventos culturais realizados ao longo de 2014:

- Recuperação do Foral de Cascais: um documento histórico único com 500 anos
- Fortaleza Nossa Senhora da Luz e a Torre de Santo António: Cascais ganhou um novo monumento!
- LUMINA, Festival de Luz : reconhecido pelo "The Guardian" como um dos 10 melhores festivais de luz da Europa
- Festas do Mar: meio milhão de

pessoas na Baía de Cascais

- NOS AIR RACE: 200 mil pessoas assistiram a esta prova entre a Marina e o Estoril.
- Casa de Histórias Paula Rego: "A Ordem e o Caos" - exposição inédita que contou com a presença da própria Paula Rego
- Exposição de fotografia de Bryan Adams, Centro Cultural de Cascais
- Red Bull Flugtag, o Dia das Asas: a Baía de Cascais foi o cenário para as máquinas voadoras mais arrojadas do mundo
- Lisbon & Estoril Meo Film Festival
- Est Art Fair – todas as artes no Centro de Congressos do Estoril
- Smart Times: a maior concentração de Smarts a nível mundial. Mais de 3.500!

## Prémios atribuídos a Cascais em 2014

- Prémio Vistas Internacional: pela recuperação ambiental da Duna da Cresmina e da Quinta do Pisão. Classifica Cascais como um dos destinos turísticos mais sustentáveis do mundo
- Sustainable Destinations Global Top 100: Cascais está entre os 100 destinos turísticos mais sustentáveis do mundo.
- Climate Star: num universo de 1.600 municípios, Cascais foi reconhecida pelo trabalho desenvolvido na educação ambiental nas escolas
- Trivago: Cascais é o 7.º melhor destino de praia do sul da Europa entre 50 destinos
- Dois Certificados de Excelência da TripAdvisor: ao Parque Marechal Carmona e ao Museu Conde Castro Guimarães

## Cascais na Imprensa Internacional

- **Monocle**: uma das mais prestigiadas revistas britânicas destaca na capa "Porque nos devemos todos mudar para Cascais" e atribuiu-lhe 8 páginas.
- **Paris-Match**: "Cascais: os Hamptons de Portugal" - num extenso artigo, um dos mais respeitados jornais franceses estabelece paralelo com o local de veraneio de eleição dos nova-iorquinhos.
- **Agência Reuters**: com a cobertura que fez do LUMINA, Cascais foi notícia em 260 estações de televisão de todo o mundo
- **CNN**: o maior canal de informação do mundo classificou as praias de Cascais como as melhores praias urbanas da Europa.

Esta não é uma lista exaustiva, sendo que no início de 2015 iremos apresentar um balanço sectorial mais completo.

# ATUALIDADE

## DNA CASCAIS É CASO DE ESTUDO INTERNACIONAL



Incubadora com a certificação BIC (Business and Innovation Center) atribuída em dezembro de 2013 pela rede europeia EBN, na Região de Lisboa, a DNA Cascais comemora este mês de dezembro oito anos de existência. Criada em Dezembro de 2006 por iniciativa da Câmara Municipal de Cascais, a DNA Cascais trouxe ao concelho o Desenvolvimento de Novas Atitudes. Uma aposta ganha reforçada em 2009, com a criação Centro de Incubação de Empresas [certificado como BIC em julho de 2013].

Até agora a DNA Cascais já permitiu apoiar a criação de 244 empresas, com um investimento inicial privado de 24,6 milhões de euros e cerca de 1.250 postos de trabalho.

Baseando-se num modelo de qualidade reconhecida, o trabalho desenvolvido junto da iniciativa privada reflete-se numa taxa de sobrevivência global de 80% das empresas criadas, que apresentam um volume de facturação global na ordem dos 25 milhões de euros. Se considerarmos, ainda, empresas apoiadas pela DNA e pelo Clube de Business Angels de Cascais, que ficaram localizadas fora do concelho, a facturação ascende a 44 milhões de euros.

“A DNA Cascais é hoje muito mais do que aquilo que eu sonhei que ela fosse...”, confessa Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais e “pai” da Agência. “Isso para mim é motivo de um grande orgulho, bem como daquilo que foi feito ao longo dos últimos 8 anos. É sobretudo uma grande responsabilidade continuarmos”, refere, recordando que quando a DNA arrancou, o empreendedorismo “ainda nem sequer estava na agenda política”. Os factos confirmam que valeu a pena acreditar nesta nova força motriz do desenvolvimento. Na passada semana, a DNA acolheu o IV encontro de BIC em que foram explicados os instrumentos de apoio, quais as áreas prioritárias, tipo de projetos apoiados e os fundos comunitários disponíveis para os próximos seis anos. Manuel Rodrigues, Secretário de Estado das Finanças esteve presente e reconheceu publicamente a mais-valia da DNA Cascais, considerando que “o concelho de Cascais destaca-se não só em Portugal, mas a nível internacional, como exemplo de boas práticas de empreendedorismo e de boas políticas públicas para alavan-



car mais iniciativa privada, mais investimento e mais geração de emprego”. Sem poupar elogios, o governante foi peremptório: “A DNA Cascais é um bom exemplo de apoio e de desenvolvimento da economia regional, mas também nacional e [Cascais é] um concelho que, pela sua inovação, tecnologia e intensidade tecnológica tem feito um caminho que é já hoje um caso de estudo a nível internacional”.

Mas, para atingir estes objetivos não basta apenas querer contribuir para a promoção, incentivo e desenvolvimento do empreendedorismo. É preciso reunir ferramentas que tornem reais as boas ideias. E, no caso da DNA, isso também é uma realidade como confirma Giordano Dichter, di-

rector da EBN – Rede Europeia de BIC: “A diferença está na qualidade do serviço que aqui é prestado. Um empreendedor com uma boa ideia, uma ideia inovadora, pode obter aqui no BIC tudo o que precisa, não apenas instalações, mas mentoria, formação e acesso a fontes de financiamento, bem como uma rede de contactos. Tudo dentro do mesmo ecossistema”. Além disso, é fundamental estabelecer parcerias com vista à internacionalização dos negócios e também essa questão está acautelada no seio da DNA Cascais, dado que a agência integra uma comunidade global que, além de Portugal, se estende ao resto da Europa e está neste momento em fase de expansão junto de 160 entidades com o mesmo padrão de

qualidade em Taiwan, Chile, Brasil, Médio Oriente e Rússia. “Nesta comunidade procuramos mais a qualidade que a quantidade e, se analisarmos o trabalho concretizado, os empregos criados e o impacto da inovação nos territórios abrangidos não são para ser tomados de ânimo leve”, salienta Giordano Dichter.

**Localização:** Cruz da Popa, Alcabideche, [www.dnacascais.pt](http://www.dnacascais.pt)

**Incubadora:** Alberga empresas em incubação física e virtual ligadas às Tecnologias de Informação, Engenharia, Comunicação e Design, Cultura e Instituições de Investigação ligadas a Universidades.

## “MAIOR ENVELOPE FINANCEIRO DE APOIO”

Considerado “o maior envelope financeiro de apoio à economia”, o novo quadro comunitário de apoio 2020 tem como um dos eixos de atuação a inovação e o aumento de intensidade tecnológica, através do desenvolvimento e investigação.

De acordo com Manuel Rodrigues, Secretário de Estado das Finanças, está “é a oportunidade ideal para as nossas empresas continuarem a aposta na produtividade, que ainda é bastante inferior à produtividade média da Comunidade Europeia”.

Presente no IV Encontro Nacional de BIC portugueses que decorreu nos dias 11 e 12 na DNA Cascais, Manuel Rodrigues confirmou que, “para a competitividade e internacionalização das nossas empresas, em particular das PME, há mais de 6 mil milhões de euros, sendo que através da nova instituição financeira de desenvolvimento serão alavancados mais de 1.500 milhões de euros de instrumentos financeiros para mobilizar um valor total de 10.000 milhões de euros de investimento na economia, ao ní-

vel da iniciativa empresarial, revitalização do tecido empresarial e geração de emprego”.

Reunindo dezenas de interessados, a sessão contou com um painel integrado por representantes da Agência Nacional de Inovação, IAPMEI – Instituto de Apoio às Pequenas e Médias Empresas e Inovação, AICEP – Agência para o Investimento e Comércio Externo de Portugal, e da European Business Net, bem como com o presidente emérito da EBAN – Associação Europeia de Business Angels.



## ATUALIDADE

PORTUGAL PARTICIPA:  
“TODOS ESTAMOS CONVOCADOS”

Uma nova estrutura colaborativa nacional nasceu em Cascais no passado dia 3 de dezembro. Trata-se do Portugal Participa, projeto que visa contribuir para a sinalização, disseminação, qualificação e divulgação dos processos de democracia participativa no país. Com o Orçamento Participativo mais votado de sempre em Portugal e o mais mobilizador na UE, a Câmara Municipal de Cascais assume o papel de embaixadora do projeto “Portugal Participa”. A Cascais associam-se Odemira, Porto e Funchal integrando o conjunto de municípios-piloto para testar novas ferramentas nesta área. A primeira ação prática foi constituir a Rede de Au-

tarquias Participativas, cuja carta de compromisso foi assinada dia 3 de dezembro por 29 Câmaras Municipais, encerrando com chave de ouro a 1.ª Conferência Portugal Participa. Repartida entre o Auditório da Casa das Histórias Paula Rego e vários laboratórios, a conferência serviu para trocar experiências e apontar caminhos possíveis para aprofundar os mecanismos e as políticas de democracia participativa em Portugal. “O nosso objetivo é ajudar a produzir mudanças transformadoras na organização e na sociedade, explorando novos horizontes para o exercício da cidadania e criando uma confiança entre instituições e popula-

ções”, referiu Nelson Dias, presidente da Associação In Loco, que lançou o projeto em parceria com o Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra e as Câmaras Municipais de Cascais, Funchal, Odemira e Porto. Nelson Dias reconhece que as práticas da democracia participativa em cascais estão centradas nos municípios, mas alerta: “Falta levar esse debate à Assembleia da República!” O projeto é financiado em 138 mil euros pela Fundação Calouste Gulbenkian e já criou um portal ([www.portugalparticipa.pt](http://www.portugalparticipa.pt)) com informação sobre consultas públicas, petições e orçamentos participativos em curso, reunindo ainda dados so-

bre todas as experiências de Democracia Participativa no país. Além disso o Portugal Participa prevê a criação de um prémio anual de boas práticas para as autarquias e a realização de ações de formação destinadas aos técnicos municipais. “Este é um passo muito importante desta nova rede a nível nacional que abarca municípios de todas as cores partidárias e até mesmo municípios liderados por pessoas independentes”, salientou Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais, reforçando: “todos estamos convocados para esta militância que é absolutamente necessária. É preciso por mãos à obra!”.

ACEITA O  
DESAFIO?

Inscriva-se até dia 4 de janeiro e diga sim ao desafio proposto pelo CRIA Cascais. Marcado para os dias 20 a 28 de janeiro este programa vem promover a criatividade e a inovação segundo os princípios do Design Thinking.

Além da conferência “Design Thinking & Inovação” vão realizar-se dois Creathon - Maratonas Criativas onde, ao longo de três dias, se poderá aprender a desenvolver processos criativos. Organizado pela Câmara Municipal de Cascais em parceria com a d.think, o programa desdobra-se em nove dias de eventos para fomentar a economia criativa e a cultura de inovação.

**Conferência “Design Thinking & Inovação” | 20 de janeiro das 14h00 às 19h00, na Casa das Histórias Paula Rego** | A conferência conta com a equipa da d.think, equipa brasileira com muitos anos de experiência em design thinking. A esta equipa irão juntar-se outros convidados para apresentar e debater experiências de design thinking e de inovação territorial.

## ESTRADA JANES-MALVEIRA RENOVADA

Com passeios novos e pavimentos requalificados no âmbito de um projeto do Orçamento Participativo, a Estrada Janes-Malveira, ou Av. Nossa Sra. da Assunção é prova viva que “querer é poder”. Constituído o principal elo de ligação entre as duas localidades, esta via apresenta-se hoje com um traçado mais seguro não só para peões como para automobilistas, fruto da implementação do projeto apresentado pelos municípios e que canalizou para ali um investimento municipal de 290.000€

“Esta é uma obra fantástica, era um anseio da população e algo que a freguesia já necessitava”, realçou Rui Paulo Costa, presidente da Junta de Freguesia de Alcabideche que partilhou com a autarquia a responsabilidade de execução do projeto. “O pai a mãe da obra são a população”,



reforçou Fernando Teixeira Lopes, que ocupava o cargo à data do lançamento do projeto. “Felizes com a obra feita”, Ma-

tilde Fonseca, Maria Amália Pedroso e Maria Manuela Pedroso deram a cara por uma obra que colheu o interesse de muitos mu-

nícipes, tornando-se num dos projetos vencedores do OP Cascais 2011.

Hoje os benefícios são reconhecidos por todos, bem como o reforço da união entre a população local: “o Orçamento Participativo também leva a que as pessoas se juntem e participem, estejam na vida da comunidade e exerçam a sua cidadania”, destacou Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais. O autarca acrescenta ainda, realçando a iniciativa popular: “aqui estas senhoras lideradas pela D. Matilde conseguiram colocar este movimento de pé e ter um dos projetos mais votados do OP Cascais”, dando um bom exemplo da força que os cidadãos podem exercer no que respeita a prioridades de obra pública no concelho e uma manifestação clara do exercício da democracia participativa.

**“Creathon – Maratona Criativa”** | Workshops criativos para proporcionar a vivência de um ambiente colaborativo no qual os participantes poderão gerar ideias a partir da identificação de um problema real e testar soluções com vista à criação de um produto/serviço inovador. O primeiro Creathon será destinado ao público em geral - pessoas, empresas ou organizações de todas as áreas. O segundo destina-se a colaboradores do município.

O acesso do público é limitado a 64 vagas e obriga a inscrição prévia (até 4 de janeiro), sujeita a um processo de seleção e com uma taxa de inscrição no valor de 10€, em [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt)

# DESTAQUE

## ESTÃO AÍ AS FÉRIAS O QUE HÁ PARA FAZER?

Passar mais tempo em família e com os amigos e praticar ações solidárias são os presentes mais valiosos que podemos partilhar com quem mais amamos ao longo da vida.

Além de aproveitar a oferta de animação da quadra que envolve uma roda gigante na Baía, bandas a tocar e casinhas de madeira onde se podem encontrar petiscos e pequenas lembranças, o “C” propõe-lhe um programa de iniciativas que poderá usufruir em família no nosso concelho durante esta quadra festiva: participar nas atividades das bibliotecas, visitar exposições, museus e equipamentos culturais, passear pelos parques e jardins do concelho ou assistir a um dos concertos já programados. Consulte toda a programação: <http://www.cm-cascais.pt/agenda>

### 20 DE DEZEMBRO ...SENTIR O NATAL

Auditério do Centro Cultural de Cascais

Sábado às 15h30

A Escola Básica Fernando José dos Santos apresenta “A tradição aquece o coração...” a faina da Praia dos Pescadores, Coro e Clube de Teatro

Informações e reservas: [ibn.ebfs@gmail.com](mailto:ibn.ebfs@gmail.com) | 935 535 25

### 20 E 21 DE DEZEMBRO CONTO DE NATAL NO FORTE

Forte de São Jorge de Oitavos

Sábado e domingo às 14h30

Gratuito com marcação prévia  
Não seria Natal sem o “Conto de Natal”. Este ano vai ser contada a história - “A Noite de Natal”. Os soldados do Forte têm a visita do Pai Natal. O que será que vai acontecer? Poema adaptado

para o Forte do original “The Night Before Christmas: A Visit from St. Nicholas” de Clement Clarke Moore (1822), traduzido por José Jorge Letria.

A atividade termina com um workshop realizado a partir de materiais recicláveis.

Esta atividade pode ser efetuada em português ou em inglês.

Informações: 214 815 949 | [forte.oitavos@cm-cascais.pt](mailto:forte.oitavos@cm-cascais.pt)

### 20 DE DEZEMBRO CONCERTO DE NATAL

Coro de Câmara de Cascais  
Museu da Música Portuguesa

Sábado às 18h00 | Gratuito

Informações: 214815904

[mmp@cm-cascais.pt](mailto:mmp@cm-cascais.pt)

### 21 DE DEZEMBRO CONCERTO DE NATAL

Igreja de Santo António do Estoril

Bem ao espírito de Natal, esta é uma oportunidade para todos.

Domingo às 16h00

Gratuito

Informações: 926 538 688

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

### OUTRAS INICIATIVAS

#### Até 23 DE DEZEMBRO AS CORES DO NATAL

Museu Condes de Castro  
Guimarães

3ª a 6ª das 10h00 às 12h00

Gratuito

Vem ouvir a história de Natal “O menino arco-íris”. Entra no espírito natalício e constrói os teus próprios enfeites de Natal inspirando-te neste conto mágico. Os participantes poderão levar as figuras para casa ou para a escola e pendurar na sua árvore de Natal.

Pré-escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico

Inscrições: de 2ª a 6ª das 9h00 às 17h00 |

[a.isabel.bras@cm-cascais.pt](mailto:a.isabel.bras@cm-cascais.pt)

214 815 304

#### 23 DE DEZEMBRO “PRESENTES DO ADVENTO”

Biblioteca Municipal de Cascais  
- Casa da Horta da Quinta de Santa Clara

Das 14h30 às 16h00

## ATUALIDADE

# OFEREÇA PRESENTES SOLIDÁRIOS

### Vilas de Natal apoiam instituições

Não há Natal sem correrias de última hora para comprar os derradeiros presentes. Se é esse o seu caso saiba que pode encontrar o presente perfeito nas Vilas de Natal de Cascais.

São cerca de 30 casinhas de madeira instaladas nos Centros Comerciais Urbanos de Cascais, Parede e Estoril e que integram a animação de Natal promovida pela Câmara Municipal de Cascais.

Além de agradar aos que mais ama, estará a ajudar as Instituições Particulares de Solidariedade Social do concelho que ao longo do ano ajudam quem mais precisa.

Em cada casinha estão à venda produtos gastronómicos e artesanato regional a preços muito convidativos.

As sugestões que apresentamos são uma pequena amostra do muito que pode encontrar. 

#### CUC DA PAREDE

Junto à entrada da antiga Junta de Freguesia da Parede (parceria com a Associação Empresarial do Concelho de Cascais, Junta de Freguesia Carcavelos-Parede e Centro Comunitário da Paróquia de Parede).



#### CUC DE CASCAIS

Praça 5 de Outubro, Jardim Visconde da Luz e Mercado da Vila.

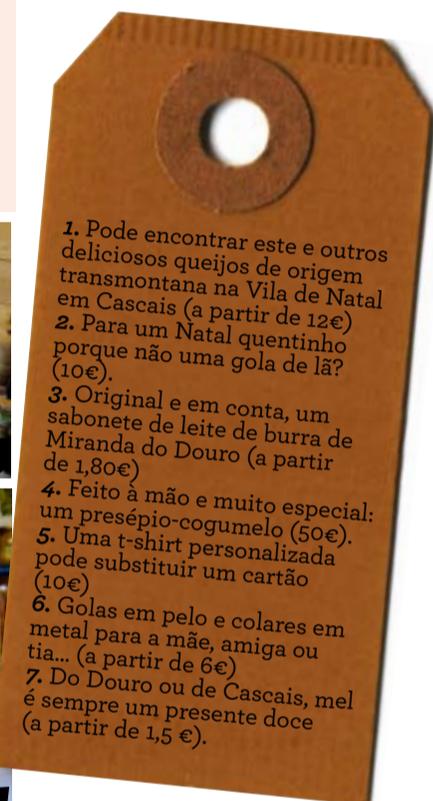
#### CUC DO ESTORIL

Jardins do Casino Estoril, Feira de Natal do "Século" em parceria com a Fundação "O Século".



#### Horário:

**Domingo a quinta das 10h00 às 20h00 | sexta e sábado das 10h00 às 22h00**  
**Dias 24 e 31 de dezembro das 10h00 às 17h00**  
 Encerram nos dias 25 de dezembro e 1 de janeiro.



1. Pode encontrar este e outros deliciosos queijos de origem transmontana na Vila de Natal em Cascais (a partir de 12€)
2. Para um Natal quentinho porque não uma gola de lã? (10€).
3. Original e em conta, um sabonete de leite de burra de Miranda do Douro (a partir de 1,80€)
4. Feito à mão e muito especial: um presépio-cogumelo (50€).
5. Uma t-shirt personalizada pode substituir um cartão (10€)
6. Golas em pelo e colares em metal para a mãe, amiga ou tia... (a partir de 6€)
7. Do Douro ou de Cascais, mel é sempre um presente doce (a partir de 1,5 €).

## UM PRESENTE ESPECIAL...

Este Natal ganhe um novo membro na família.  
 Adote um amigo de quatro patas



Se acha que o seu filho já está crescido e está na altura de ter mais responsabilidade, a prenda ideal para este Natal poderá ser concretizar o sonho de adotar um animal. Saiba que na Fundação São Francisco de Assis há vários amigos de quatro patas à procura de um lar. Antes de serem entregues são vacinados e identificados com chip. Se estiver na altura de concretizar uma adoção responsável passe pela Fundação e aconselhe-se com uma das responsáveis pelo bem-estar animal que pode ajudar a encontrar qual o animal que melhor se identifica com os seus objetivos e características do seu agregado familiar.

Tel: 21 485 25 40 | www.fundacaoosfranciscodeassis.pt 

## ... PRENDAS DO CORAÇÃO [HeArt]

Ideia empreendedora classificada em segundo lugar no 8.º Concurso de Ideias de Negócio de Cascais (2014) na categoria de Empreendedorismo Social, a Heart, associação sem fins lucrativos nasceu para promover e divulgar os trabalhos artísticos criados por pessoas com deficiência.

Localizada em [www.heart.pt](http://www.heart.pt) e gerida por Sofia Perestrelo, esta galeria online expõe trabalhos de artistas especiais que o público, à distância de um clic, pode ad-

quirir contribuindo para uma causa social.

Madrinha do HeArt, Judite Sousa acredita que "a ideia desta associação é valorizar o talento" e dar a conhecer "uma vertente da deficiência que, muitas vezes, não é mencionada: normalmente não pensamos em como essas pessoas, sendo diferentes, são tão iguais a nós."

As verbas revertem a favor da CERCICA e da Heart, que as irá aplicar noutros projetos desenvolvidos. 





### João Ribeiro

51 anos . nascido na Azarujiinha . residente em S. João do Estoril

Cascalense dos sete costados, João Ribeiro é neto de “João Banheiro”, o nadador salvador que, em plena Praia do Tamariz, ensinou o rei Ruan Carlos a nadar. Em pequeno recorda, particularmente, que o Natal era sempre com muita gente: “a minha avó tinha um café no Vale de Santa Rita que estava sempre aberto. Por isso, no Natal juntávamos sempre a família toda, amigos e muitas vezes as pessoas que iam lá ao café, que nunca estava fechado”, recorda.

É na família alargada que este pescador de Cascais encontra a tranquilidade que hoje procura no Natal, numa consoada sempre marcada pelo bacalhau, como manda a tradição. Mas na casa dos Ribeiro o polvo também tem lugar cativo.

Bastaria o facto de andar à pesca e saber que o polvo é um dos melhores produtos do mar por estas bandas, mas não foi por isso que o trouxeram para a mesa de Natal: “o meu avô era de Aveiro e no norte é tradição comer polvo no Natal”, explica. À mesa da consoada não podem faltar os doces – especialmente os sonhos e filhoses. Sente falta do arroz doce que a avó Celestina fazia: “não há igual!” No dia de Natal, as carnes e o peru eram uma presença obrigatória.

Foi também o avô a manter a tradição da meia-noite para abrir as prendas. De tal maneira que hoje não deixa os sobrinhos fazerem batota: “cresci assim e gosto que se respeitem as regras”. Dos tempos de criança recorda a loucura que foi receber um skate: “tinha um amigo acabado de vir da América e ele tinha um skate e fiquei maluco quando recebi o meu. Tinha, na altura, nove anos. Cá os skates só chegaram 10 anos depois”. Uma memória feliz só equiparada à sua primeira prancha de surf.

**“Para este Natal desejo muito amor, muita paz e saúde. Que se dê alegria ao povo!”**



### Maria Leão Rodolpho

55 anos . Brasil . residente no Estoril

Originária de S. Paulo, Brasil, nacionalidade com maior número de residentes em Cascais, Maria Leão Rodolpho, psicóloga, tem 55 anos e reside no Estoril.

No Natal, em Portugal, procura manter a tradição brasileira, mas admite que já se rendeu a alguns costumes lusitanos, principalmente aos gastronómicos. A família aprendeu a apreciar o bacalhau, o vinho e o queijo português, que agora também fazem parte da sua mesa de Natal.

Mas na sua casa do Estoril, a consoada é obrigatoriamente composta por peru assado, acompanhado com arroz, batatas, saladas e a tipicamente brasileira “Farofa”, preparada com farinha de mandioca, azeitonas pretas, bacon, ovos, enchidos. Maria explica que a gastronomia brasileira na sua região recebeu a influência de várias culturas e daí, incluírem na sua mesa o panetone italiano, as rabanadas, os frutos secos e até as castanhas portuguesas.

Dadas as influências históricas entre Portugal e o Brasil, não encontra grandes diferenças nas tradições natalícias entre os dois países. As mais evidentes são, obviamente, as da Mãe Natureza: “é muito aconchegante celebrar o Natal ao calor de uma lareira”.

Por outro lado, conta que nesta época, torna-se mais doloroso estar longe da família. “Sentimos muito a falta dos parentes e amigos que permaneceram no Brasil. As novas amizades em Portugal trazem conforto e alegria, mas o “aperto” no coração permanece, e neste sentido, para cada um de nós, brasileiros, o Natal, transforma-se numa mistura de alegria e nostalgia”.

**“Que a reflexão sobre o nascimento, de Jesus Cristo possa proporcionar um Feliz Natal a todos.”**

# TODOS DIFERENTES, TODOS NATAIS

Território de gentes hospitaleiras, Cascais acolheu em tempos remotos árabes e romanos que por cá deixaram as suas marcas bem visíveis no nosso património. Séculos mais tarde, foi em Cascais e no Estoril que muitas famílias, procurando refúgio do segundo grande conflito a nível mundial, encontraram uma segunda casa, ainda que temporária. Hoje, é no concelho que residem mais de 20.000 estrangeiros oriundos de países tão diversos como o Brasil, Roménia, Cabo Verde, Ucrânia, Guiné Bissau, Reino Unido, Alemanha, Espanha, Angola e Moldávia, só para mencionar as mais representativas. Falando várias línguas e praticando religiões como a judaica, muçulmana, ou as variantes protestante, ortodoxa do cristianismo, todos estes residentes são cascalenses à sua medida e encontram nesta vila que celebra 650 anos um verdadeiro lar.

Neste Natal, aproveitámos para conhecer melhor como algumas dessas famílias celebram a quadra longe das suas terras de origem. Mantendo em parte as tradições dos seus países de origem, muitas são as famílias que já acolheram no seu seio traços do Natal português. Outras, ainda exemplos vivos do caldeamento de culturas, misturam tradições criando novas formas de viver o Natal.



### Tomé Correia

49 anos . Guiné Bissau . residente em Bicesse

Natural da Guiné-Bissau, a quinta nacionalidade mais representativa em Cascais, Tomé Correia costuma celebrar a época do Natal, entre a sua residência ou a de um familiar.

À mesa estão habitualmente nove membros da família, entre os quais a irmã mais nova que vem propositadamente de Itália com os três sobrinhos. Um momento ansiado por este guineense católico: “A nossa forma de celebrar o Natal não é assim tão diferente, até porque somos católicos e tivemos 500 anos da presença portuguesa na Guiné. Festejamos todos em família e os que não têm família cá superam a saudade através da companhia dos amigos.”

Na mesa não falta o tradicional prato de bacalhau, ou o bolo rei, pastéis, rissóis, frutos secos e, claro, boas sobremesas. Muitas famílias optam também por uma saborosa refeição de cafriela, um prato gastronómico, típico da Guiné, à base de frango grelhado com molho de manteiga, cebola, alho e sumo de limão.

Na véspera de Natal, é tempo de cumprir a tradição e ir à Missa do Galo, à meia-noite. No que toca a prendas, a primazia é dada às crianças: “lembro-me especialmente quando em pequeno, estreávamos roupa nova...”, recorda.

Com um forte espírito de comunidade, esta família faz questão de, no dia 25 de dezembro, visitar famílias vizinhas e amigas. Convidar pessoas doutras confissões religiosas, como muçulmanos, é também habitual para esta família e amigos, que fazem o mesmo no Ramadão.

**“Faço votos de um Santo Natal, para toda a comunidade guineense em Portugal, assim como para todos os portugueses.”**



### Umera Assanali

28 anos . portuguesa com ascendência Moçambicana

Jovem muçulmana Shia Ismaili, Umera Assanali casada com um católico, adaptou-se a viver a época de Natal segundo a tradição do marido.

Antes de se casar e seguindo a religião muçulmana para a qual o 25 de dezembro é o “Dia da Família” sem a associação ao nascimento de Cristo, Umera juntava-se com pais, irmãos, cunhadas, sobrinhas, primos e primas, tios e tias, reunindo uma família com pelo menos 15 elementos.

Nesse dia jantavam e ficavam juntos até mais tarde para uma ceia tardia e troca de presentes sobretudo para as crianças. A reunião de família estendia-se ao dia seguinte sempre marcado por um almoço onde brincadeiras e demais conversa estavam garantidas.

Já casada Umera assume que comemora o Natal: “Por norma vamos para o Norte do país e juntamo-nos com os restantes familiares. O número é sempre mais ou menos o mesmo e na mesa o peru, bem temperado, não pode faltar”.

A jovem Ismaili garante que esta é, para si, uma época de família vivida num ambiente harmonioso e feliz: “Não se trata de uma assimilação cultural, com tudo isto, mas de uma saudável aculturação”.

**“Que Allah nos dê um momento de ternura e paz junto dos nossos queridos, neste dia e nos restantes dias no ano!”**



### Raisa Machidonschi

49 anos . Moldávia . residente em S. Domingos de Rana

Do leste da Europa veio, em 1999, a família de Raisa. Acompanhada pelo marido e os dois filhos, esta família ortodoxa, natural de Chişinău, celebra o Natal dia 7 de janeiro, ao invés de 25 de dezembro [a Igreja Ortodoxa nunca aceitou a reforma do calendário feita em 1582 pelo papa Gregório XIII (que Portugal adotou imediatamente) e continua a utilizar o calendário Juliano].

Tendo em conta que muitos cidadãos de Leste se encontram longe da família, as celebrações acontecem em comunidade: “Para não ficarmos sozinhos, juntamo-nos logo de manhã para celebrar o Natal. Organizamos a festa em conjunto e reunimos adultos e crianças. Na noite de 6 de janeiro participamos todos na missa”, explica Raisa.

O resto do dia é passado em casa de familiares e amigos com canções tradicionais de natal. Entoando canções e praticando jogos tradicionais, como o da Cabra, da Estrela e do Urso, as famílias não dispensam a gastronomia tradicional moldava: “fazemos cabrito no forno, “mamaliga” (puré feito com farinha de milho e queijo de ovelhas ralado), “Friptura” (carne de porco estufada), “Răcituri” (receita à base de carne de porco) e ainda o “Colaci”, um pão feito em forma de trança oferecido às pessoas que vão visitar e cantar as músicas tradicionais. Também não faltam os doces tradicionais como o bolo de chocolate “Prăjituri cu fusu” e os “cornisoarie”, entre outros.

A crise impõe que só haja presentes para os mais novos, mas Raisa garante que não afeta as boas tradições e o convívio entre todos.

**“Desejo a todos um bom Natal, um Feliz Ano Novo 2015, com muita saúde, alegria, paz e diversidade em todo o mundo”.**



### Yang shenqing

China . acabado de chegar a Cascais

No seu primeiro Natal em Cascais, Yang shenqing, oriundo de Xangai, na China, acredita que esta vai ser uma experiência muito especial para a sua família: “vamos estar cá para apreciar e desfrutar o Dia de Natal e estamos ansiosos para descobrir como as famílias portuguesas o celebram.

Aberta à partilha, esta família olha para a quadra com interesse sobretudo cultural, já que, na sua religião não existe esta festa: “na China o evento mais importante do ano é o Festival da Primavera (ano Novo Chinês) que dura cerca de uma semana à entrada de cada novo ano lunar”, explica.

Mas, embora na tradição chinesa não se celebre o Dia de Natal, atualmente há jovens que se reúnem para promover Festas de Natal ou jantares especiais de Natal nos restaurantes.

**“Estamos ansiosos para descobrir como as famílias portuguesas celebram o Natal”**

# DESTAQUE

## A COUVE PERFEITA PARA O NATAL ESTÁ NA HORTA DA QUINTA

Perfaz este mês de dezembro um ano que está aberta ao público a Horta da Quinta do Pisão. Um espaço, com cerca de um hectare, integrado numa área global de 360 hectares, cuja gestão é garantida pela Cascais Ambiente. Se no restante espaço da quinta, a população é convidada a usufruir de atividades diversas ao longo do ano e é assegurada a salvaguarda de espécies em risco, como o burro lanudo e a ovelha campaniça, na Quinta propriamente dita, é possível adquirir produtos 100% biológicos. Nesta horta pode escolher, ainda na terra, o que quer colher e levar, garantindo assim a frescura máxima dos alimentos. Para além dos produtos da época - como a couve portuguesa, acel-

gas, funcho, rabanetes, alface roxa ou verde e o pimento - todos eles certificados, pois a sua produção não inclui a utilização de pesticidas, adubos químicos de síntese ou organismos geneticamente modificados, estão também à venda ervas aromáticas, nomeadamente hortelã, erva-cidreira, mel, marmeladas e compotas caseiras. O cultivo na horta recorre a práticas sustentáveis e de impacto positivo para os ecossistemas locais, beneficiando a fauna e flora deste espaço natural do Parque Natural Sinta-Cascais, gerido pela Câmara Municipal de Cascais. Mas não é tudo. Se desejar pode também adquirir lenha ensacada, cuja madeira é proveniente

dos trabalhos de limpeza florestal que se realizam na Quinta do Pisão. Pode ser para si um privilégio colher diretamente da terra as couves para a sua ceia de Natal por isso, sugerimos que visite a Horta nos próximos dias 21 e 28 de dezembro, entre as 09h00 e as 13h00. Para além destas datas, a colheita dos produtos pode ser feita ao longo do ano sempre aos segundos e quartos domingos do mês. E porque a tradição pode também ela ser beneficiada pela inovação, o "C" desafiou António Alexandre, Chef executivo do restaurante 100 Vícios, em Cascais, para apresentar uma receita que envolva a couve do Pisão. Siga os passos e bom apetite! 

**Próximas colheitas/vendas: 21 e 28 de dezembro, entre as 09h00 e as 13h00.**



Quinta  
do  
**PISÃO**  
PARQUE DE NATUREZA.CASCAIS

**Bacalhau corado com trouxa de couve recheada com migas de espargos, bisque de camarão e telha de queijo e orégãos**



**Receita para 2 pessoas** Preparação - 25 min. | Confeção - 15 min.

### Bacalhau:

400 gr Lombo Bacalhau  
1 folha de louro  
2 dentes de alho  
1 dl azeite extra virgem

**Preparação:** Corar o bacalhau numa caçarola em azeite quente aromatizado com o alho e o louro

### Trouxa de Couve:

1 couve  
140 gr broa de milho  
80 gr espargos verdes  
5 cl azeite  
Sal qb

**Preparação:** Cozer a couve em água temperada de sal, escolher 6 folhas maiores e reservar. A restante couve picar e reservar. Bringir os espargos, cortar em pedaços pequenos e reservar. Aquecer um pouco do azeite de corar o bacalhau, adicionar os espargos, a couve e deixar saltear um pouco, tempere de sal e pimenta branca, adicione a broa de milho, retificar os temperos e rechear as folhas de couve

### Telha:

100 gr queijo parmesão  
10 gr orégãos

**Preparação:** Numa folha de

papel vegetal fazer umas formas ovais do queijo ralado grosseiramente salpicado

### Bisque:

1 dl azeite virgem  
300 gr de cascas e cabeças de camarão  
300 gr tomate cortado aos cubos  
100 gr cebola picada  
100 gr alho francês picado (Parte branca)  
3 dentes de alho picados  
20 ml natas  
10 ml brandy  
100 ml caldo de camarão  
sal qb  
páprica picante QB

**Preparação:** Em azeite quente, adicione os dentes de alho ligeiramente esmagados, as cascas e cabeças dos camarões até corar, juntar os aromáticos, refrescar com o brandy, adicionar o caldo e deixar cozer por 10 min, triturar e passar pelo chinês, adicionar as natas e envolver.

Leve num tabuleiro as trouxas de couve recheadas ao forno com as postas de bacalhau, por 10 minutos, durante 10 minutos.

Empratar como na foto.

Bom proveito!

## DESTAQUE

# ECO-NATAL DESAFIA CRIANÇAS A DAR NOVA VIDA AOS MATERIAIS



**Desafiando as escolas do ensino pré-escolar e 1.º ciclo do concelho a decorarem árvores de Natal com recurso a materiais reutilizados, está a decorrer a sexta edição do projeto Eco-Natal. Promovido pela câmara Municipal de Cascais, o objetivo do projeto é sensibilizar as crianças, e com elas os adultos que as rodeiam, para a necessidade de mitigar a pegada ecológica.**

Incluído no Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais para as escolas, um plano de ação que visa esclarecer e informar sobre os problemas ambientais e as suas possíveis soluções, incentivando os mais jovens a serem agentes ativos na preservação do ambiente, o Eco Natal leva à prática o tema “Resíduos”. Em sala de aula, crianças dos três aos 10 anos dão nova vida a materiais, como cápsulas de café, jornais, revistas, embalagens de plástico e tampas, que, como por artes mágicas se

transformam em enfeites de Natal. Aprendem assim mais sobre a política dos 4 Rs: Reduzir, Reutilizar, Recuperar e Reciclar. Paralelamente, também as famílias, a quem compete providenciar os materiais, são sensibilizadas para a temática, e a restante população, ao ver a exposição das árvores toma consciência da importância da reutilização e da necessidade premente de evitar o consumo excessivo. Para saber como é que os miúdos encaram este projeto, o “C” convidou algumas das escolas

participantes a contar como foi construir esta árvore especial. Este “é um trabalho rico, quer a nível da partilha, quer a nível da aprendizagem”, explica Andreia Rodrigues, coordenadora pedagógica de “O Século dos Pequenos”, que na Fundação “O Século” acolhe alunos entre os três e os cinco anos. Adianta a responsável que “as crianças se mostram muito empenhadas e apercebem-se que as árvores são feitas com material que usualmente vai para o lixo ao que acham piada”.

Ricardo Rodrigues, Coordenador das escolas básicas Parede 4 e Murtal 2, admite que ao receber a estrutura da árvore para decorar (trata-se de uma estrutura metálica também ela reaproveitável) os alunos estranharam, mas uma vez explicado o objetivo, “foi uma adesão total. Tivéssemos mais dez moldes e todos ficariam completos. Todos adoraram participar neste original projeto!” Lançado no letivo 2009/10, o Eco-Natal já abrangeu 13 mil alunos de escolas públicas e privadas do concelho e permitiu a decoração de 182 árvores. Este ano a exposição dos trabalhos a concurso tem lugar no antigo Quartel dos Bombeiros de Cascais, de 16 de dezembro a 6 de janeiro. 



**“É uma árvore diferente porque é feita com coisas que iam para o lixo, mas assim servem para fazer a nossa árvore”.**

[Madalena, 5 anos, O Século dos Pequenos]



**Com a ajuda de todos os colegas e da professora Cila, a árvore ficou linda. Eu estou feliz por poder ajudar o planeta.**

[Tiago, 9 anos, 4.ºano B, EB1 Parede 4]

**Quando a árvore chegou eram só ferros. A professora Cila pediu ajuda e ideias. Depois das nossas fichas estivemos dois dias a colar, recortar e pintar. Foi muito bom e assim podemos mostrar a todos.**

[Alexandra, 9 anos, 4.ºano B, EB1 Parede 4]

**“Fizemos enfeites com palhinhas, caixas de cereais, copos de iogurte e pusemos brilhantes para ficar lindo”**

[Débora, 5 anos, O Século dos Pequenos]

**“Gostei de fazer esta árvore porque fica diferente das árvores normais. Os enfeites foram feitos por nós com materiais que iam para o lixo”**

[Mariana, 5 anos, O Século dos Pequenos]

# PESSOAS DE CASCAIS

## COLABORADOR



**Jorge Alves**  
Chefe da Divisão de Limpeza Urbana da Cascais Ambiente

### “Por vontade das pessoas tínhamos um ecoponto para cada uma”

Nasceu em Praia do Ribatejo, em 1963. O pai trabalhava como pintor para um construtor civil e por isso Jorge Alves viveu uns anos no Minho e depois rumou com a família até aos Açores. Aos oito anos veio viver para Cascais, mais concretamente para S. Domingos de Rana, freguesia onde continua a morar aos 51 anos.

Três anos depois de entrar ao serviço da autarquia (1984) já era encarregado dos serviços de limpeza e hoje é um dos Chefes da Divisão de Limpeza Urbana da Empresa Cascais Ambiente onde coordena uma equipa de 150 homens, afetos à varredura mecânica e manual, recolha de cortes de jardins e monstros, monda química, limpeza de praias, ribeiras e de espaços públicos onde se realizam eventos.

Profissionalmente realizado, Jorge reconhece que nestas mais de três décadas muito mudou nos serviços de ambiente. Há 30 anos os trabalhos nesta área exigiam grande esforço e desgaste físico aos colaboradores. Hoje os equipamentos topo de gama vieram facilitar muito o trabalho, proporcionando mais segurança e qualidade de vida.

“Há 30 anos nem sequer se fazia a separação dos resíduos sólidos urbanos. Hoje, com as campanhas de sensibilização de incentivo à reciclagem dirigidas ao público em geral e à população escolar alteraram-se comportamentos que vieram beneficiar, em muito, o ambiente no concelho”, salienta.

Quando as pessoas detetam situações, como lixo fora dos contentores, ou junto aos ecopontos, ligam de imediato para a linha verde da Cascais Ambiente a alertar.

O Natal e Ano Novo são alturas de esforços redobrados. Há sempre equipas afetas aos serviços e os horários da limpeza urbana e da recolha dos resíduos sólidos são antecipados para que os colaboradores que estão escalados nestes dias, possam passar os momentos mais importantes da quadra com as suas famílias. Há uns anos, no dia de Natal era comum encontrarem-se “montanhas” de papéis de embrulhos e cartões junto aos contentores. Hoje as pessoas preocupam-se mais com o ambiente e as campanhas de sensibilização têm surtido o seu efeito: “Se fosse por vontade da maioria das pessoas tínhamos um ecoponto para cada uma”.

Nesta quadra Jorge Alves faz um apelo aos munícipes: “Se o contentor junto à sua casa ou o ecoponto estiverem cheios, não abandone os lixos junto aos mesmos, o mais certo é que ao passar no local meia hora mais tarde encontre o seu lixo todo espalhado. Não pedimos para guardarem o lixo uma semana, mas apenas um dia porque o camião passa no dia a seguir. Trabalhamos 7 dias por semana”. 

## MUNICÍPE



**Sofia Grillo**  
Atriz

### “A minha infância sabe a gelado de morango do Santini”

Rosto das novelas televisivas, como Belmonte e Baía das Mulheres, Sofia Grillo confessa-se muito feliz naquilo que faz. Enquanto se prepara para, no início de 2015, apresentar uma peça de teatro e mais projetos televisivos, revela ao “C” um pouco da sua vida.

Nasceu em Lisboa, mas tem Cascais no coração. Foi na casa dos avós em Cascais, que passou parte da sua infância: “costumo dizer que a minha infância sabe ao gelado de morango do Santini e cheira ao mar do Guincho!” Foi nesta “Maravilha de Portugal” que aprendeu a nadar e, entre as memórias mais ricas, guarda a piscina do antigo Hotel Estoril-Sol: “o nosso desafio era saltar a prancha dos 10 metros! Eu e os meus irmãos e primos tínhamos terror daquela prancha e a minha avó prometia-nos que quem saltasse tinha direito a um gelado do Santini”.

Aos 18 anos mudou-se para o Estoril onde recorda especialmente o Natal passado em família: “erámos quase 30 lá em casa”. É por cá que continua a passar a quadra: “Este ano vamos ser 50”.

Enfrentar desafios é seguramente um dos traços que mais marcam a personalidade de Sofia Grillo. Ainda estudante de Direito descobriu que a sua vocação era a representação, mas, mesmo assim, fazendo a vontade aos pais, finalizou o curso. Partiu então atrás da sua paixão e gravou em Macau e Hong Kong uma série para a TV. Apesar de ainda ter feito o estágio de advocacia, a representação falou sempre mais alto. Depois de três anos em Paris, onde tirou o curso de teatro, Sofia Grillo já não se via nos corredores dos tribunais porque era a representação que a fazia feliz.

Hoje lida bem com a fama e o reconhecimento do público: “trabalhei muito para a televisão francesa em filmes e séries”. Com o seu trabalho na televisão portuguesa, Sofia Grillo angariou muitos fãs, aproveitando o seu estatuto de figura pública para dar voz a muitos projetos solidários.

Para manter o equilíbrio pratica Ioga e faz retiros em França, mas não abdica das caminhadas no Paredão: “caminhar desde a praia da Poça até ao Albratoz é magnífico e faz bem à saúde!!! E Cascais apoia e promove muito este contacto com a natureza e o exercício físico...é de louvar!”. A nutrição é outra das paixões de Sofia Grillo, pelo que a podemos encontrar muitas vezes no mercado municipal ou nos mercados biológicos na Vila de Cascais “a cheirar frutas e legumes e à procura do melhor peixe”. E nem o glamour de Paris ofusca o “Boulan, casa de chá no Monte Estoril onde gosta de se deliciar com os chás, vício adquirido na Cidade das Luzes. Diferente da Cascais da sua infância, e sobretudo com “mais gente e mais cosmopolita”, a vila guarda “o que há de mais antigo, pitoresco”, o que muito lhe agrada. 

## PELO MUNDO



**Carlos Miguel Cunha**  
Cascalense pelo mundo

### “Se pudesse levava o Guincho para Riade”

Embora muito forte, o amor que sente pelo concelho que o viu nascer há 42 anos não foi suficiente para o manter por cá. A crise, em particular no setor da construção civil, fez desabar a empresa onde trabalhava há 17 anos e o arquiteto Miguel Cunha partiu em 2008, rumo a Riade, na Arábia Saudita.

A adaptação ao país “ultra conservador, Islâmico e com uma cultura completamente diferente daquela a que estava habituado” não foi fácil. “Lembro-me de, ao final do primeiro ano, não querer continuar”, confessa. Mas a vontade de se realizar profissionalmente falou mais alto e, compensou.

“Estive exposto a realidades e projetos nunca imagináveis para a Europa ou outro país ocidental”, explica, admitindo ter ficado deslumbrado sobretudo com escala e o luxo: “estar envolvido em projetos com orçamento superior ao orçamento de estado de Portugal diz muita coisa!”

Karateca federado, praticante no Grupo Desportivo e Recreativo das Fontainhas e amante da caça submarina, Miguel lecionou e dinamizou eventos culturais na quinta da Atrozela, pertencente ao desaparecido Raúl Indipwo. Esteve há poucos dias em Cascais concedendo algum tempo para partilhar com o “C” a sua nova vida. Já de regresso ao calor de Riade (mesmo a tempo de evitar a vaga de frio polar) e à empresa internacional onde ocupa a posição de senior design manager, Miguel Cunha mal teve tempo para recarregar baterias.

É aqui que regressa pelo menos quatro vezes por ano para matar saudades da família, do mar, da comida (especialmente do marisco) e dos amigos.

Com 5,3 milhões de habitantes Riade é a cidade mais populosa da Arábia Saudita, também conhecida por “Terra das Duas Mesquitas Sagradas” Al-Masjid al-Haram (em Meca) e Al-Masjid an-Nabawi (em Medina). As oportunidades são seguramente diferentes num país com a segunda maior reserva de petróleo do mundo que acumula com a sexta maior reserva de gás natural do mundo.

Mas se tanta riqueza possibilitou a Miguel Cunha desenvolver as suas competências e crescer profissionalmente, é da qualidade de vida e da beleza de Cascais que sente falta. “Se pudesse levava o Guincho para Riade. E o mesmo fazia com o Paredão entre Cascais e a Azarujinha e com os gelados Santini, os croissants do Gianni ou os bolos rei da Garret... Isto para não falar de alguns equipamentos culturais e desportivos”.

O regresso definitivo a casa está nos seus planos mas não para já: “Gostaria que a nossa economia melhorasse, que esta crise tenha servido para trazer de volta o bom senso às pessoas”. 

# ACONTECE

Consulte a agenda completa em [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt)

## EXPOSIÇÕES

**20 DE DEZEMBRO A 15 DE JANEIRO DE 2015**  
**Mar-Arte Intemporal**  
 MUSEU DO MAR REI D.CARLOS  
 3ª a 6ª 10h00 às 17h00 | Fim de semana 10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h00  
 Informações: 214 815 955 | [museumar@cm-cascais.pt](mailto:museumar@cm-cascais.pt)

**10 DE JANEIRO A 21 DE FEVEREIRO**  
**Lugares Vagos - CollectivImages**  
 GALERIA DE ARTE DA FREGUESIA DE CASCAIS E ESTORIL  
 Rua de Sta. Rita, nº 45  
 3ª a sábado das 10h00 às 18h00  
 Informações: 214 646 140 | [galeriarte@jf-cascaisestoril.pt](mailto:galeriarte@jf-cascaisestoril.pt)

**16 JANEIRO A 7 DE FEVEREIRO**  
**"Lusofonia - a Língua Portuguesa na diversidade cultural"**  
**Exposição Coletiva de Artes Plásticas**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE SÃO DOMINGOS DE RANA  
 2ª a sábado das 10h00 às 18h00  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 403/ 4 | [bsdr@cm-cascais.pt](mailto:bsdr@cm-cascais.pt)

**ATÉ 1 DE FEVEREIRO DE 2015**  
**EXPOSED - Fotografia Bryan Adams**  
 CENTRO CULTURAL DE CASCAIS  
 3ª a domingo das 10h00 às 18h00  
 Informações: 214 815 660/ 65 | [fdluis@gmail.com](mailto:fdluis@gmail.com) | [www.fundacaodomluis.com](http://www.fundacaodomluis.com)

**ATÉ 12 DE ABRIL DE 2015**  
**Paródias - Paula Rego/Rafael Bordalo Pinheiro. I - A Política: a Grande Porca Litografia, Pub. A Parodia, nº1,17-01-1900, Col./Coll. Isabel Castanheira)**  
 CASA DAS HISTÓRIAS  
 PAULA REGO  
 3ª a domingo das 10h00 às 18h00  
 Informações: 214 826 970 | [info@casadashistorias.com](mailto:info@casadashistorias.com) | [www.casadashistoriaspaularego.com](http://www.casadashistoriaspaularego.com)



**ATÉ JUNHO**  
**Exposição MICHEL GIACOMETTI E O CANTE**  
 MUSEU DA MÚSICA PORTUGUESA  
 6ª às 18h30  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 904 | [www.mmp.cm-cascais.pt](http://www.mmp.cm-cascais.pt)

## LIVROS E LEITURAS

**19 A 30 DE JANEIRO**  
**Lidos e Relidos | Troca de livros usados em bom estado**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CASCAIS - CASA DA HORTA DA QUINTA DE SANTA CLARA  
 Das 10h00 às 17h40  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 417

**22 DE JANEIRO**  
**Comunidade de Leitores com Helena Vasconcelos "O Romance como Reflexo da Transformação Interior" Livro em análise: O Leopardo, Giuseppe Tomasi de Lampedusa**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CASCAIS - CASA DA HORTA DA QUINTA DE SANTA CLARA  
 4ª às 18h30  
 Informações: 214 815 417 | [bchqsc@cm-cascais.pt](mailto:bchqsc@cm-cascais.pt)

## CRIANÇAS, FAMÍLIAS E ESCOLAS

**20 DE DEZEMBRO**  
**Semear... Para depois colher**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CASCAIS - CASA DA HORTA DA QUINTA DE SANTA CLARA  
 Sábado às 14h30  
 Gratuito  
 Inscrições: 214 815 418 | [bchqsc@cm-cascais.pt](mailto:bchqsc@cm-cascais.pt)

**20 E 21 DE DEZEMBRO**  
**Conto de Natal no Forte**  
 FORTE SÃO JORGE DE OITAVOS  
 Sábado e domingo às 14h30  
 Gratuito com marcação prévia  
 Esta atividade pode ser realizada em português ou em inglês.  
 Inscrições: 214 815 949 | [forte.oitavos@cm-cascais.pt](mailto:forte.oitavos@cm-cascais.pt)

**23 DE JANEIRO**  
**Artistas com história: História de Arte para crianças**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CASCAIS - CASA DA HORTA DA QUINTA DE SANTA CLARA  
 6ª às 10h30  
 Gratuito e sujeito a marcação prévia  
 Informações: 214 815 418 | [bchqsc@cm-cascais.pt](mailto:bchqsc@cm-cascais.pt)

**20 E 21 DE DEZEMBRO**  
**Conto de Natal no Forte**

**FORTE SÃO JORGE DE OITAVOS**  
 Sábado e domingo às 14h30  
 Gratuito com marcação prévia  
 Informações: 214 815 949 | [forte.oitavos@cm-cascais.pt](mailto:forte.oitavos@cm-cascais.pt)

## CONCERTOS

**20 DE DEZEMBRO**  
**Concerto de Natal - Coro de Câmara de Cascais**  
 MUSEU DA MÚSICA PORTUGUESA  
 Sábado às 18h00  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 904 | [mmp@cm-cascais.pt](mailto:mmp@cm-cascais.pt) | [www.mmp.cm-cascais.pt](http://www.mmp.cm-cascais.pt)

**21 DE DEZEMBRO**  
**Concerto de Natal**  
 IGREJA DE SANTO ANTÓNIO DO ESTORIL  
 Domingo às 16h00  
 Gratuito  
 Informações: 926 538 688 | [vocaldacapo@gmail.com](mailto:vocaldacapo@gmail.com)

**10 DE JANEIRO**  
**Concerto de Ano Novo - Coro Christus Ensemble**  
 MUSEU CONDE CASTRO GUIMARÃES  
 Sábado às 18h00  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 304 2ª a 6ª das 9h00 às 17h00: [a.isabel.bras@cm-cascais.pt](mailto:a.isabel.bras@cm-cascais.pt)

**11 DE JANEIRO**  
**Concerto de Ano Novo - Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras**  
 AUDITÓRIO DA SENHORA DA BOA NOVA  
 Domingo às 18h00  
 Custo: 5 € À venda no local e na rede BlueTicket | 2,50 € Estudantes e seniores | Gratuito Crianças até 12 anos | 15 €, Bilhete familiar (válido apenas para adultos e maiores de 12 anos)  
 Informações: 214 678 610  
 Reserva de bilhetes: [www.blueticket.pt](http://www.blueticket.pt)

**17 DE JANEIRO**  
**"MOZART - Quartetos com flauta" - Recital OCCO**  
 MUSEU DA MÚSICA PORTUGUESA - CASA VERADES DE FARIA  
 Sábado às 18h00  
 Gratuito  
 Informações: 214 815 904 | [mmp@cm-cascais.pt](mailto:mmp@cm-cascais.pt) | [www.mmp.cm-cascais.pt](http://www.mmp.cm-cascais.pt)

## DESPORTO

**A DECORRER**  
**Iniciação ao Stand Up Paddle**  
 PRAIA DA PAREDE  
 10h30  
 Custo: 18,50 €  
 Marcação prévia  
 Inscrições: 919 711 162 | [gusupaddlesurf@hotmail.com](mailto:gusupaddlesurf@hotmail.com)

**17 DE JANEIRO**  
**Rugby**  
 PARQUE MARECHAL CARMONA (Cascais) e PARQUE URBANO DE OUTEIRO DE POLIMA (São Domingos de Rana)  
 Sábado, 10.30h às 11.30h  
 Para crianças dos 6 aos 10 anos  
 Gratuito

## TEATRO, CINEMA E DANÇA

**Até 27 DE DEZEMBRO**  
**Auto da Barca do Inferno & Auto da Índia, de Gil Vicente**  
 TEATRO MUNICIPAL MIRITA CASIMIRO  
 4ª a sábado às 21h30  
 Custos: 10 € | jovem, sénior, estudante 7,5 € | estudantes de teatro, grupos mais de dez pessoas 5 € | escolas (mediante marcação) 5,€  
 Informações e reservas: 214 670 320 | [acontecenotec@gmail.com](mailto:acontecenotec@gmail.com) | [t.e.c@netcabo.pt](mailto:t.e.c@netcabo.pt)

**2 A 18 DE JANEIRO**  
**Atirem-se ao Ar de António Torrado**  
 TEATRO MIRITA CASIMIRO  
 6ª e sábado às 21h30 | sábado e domingo às 16h00  
 Custo: 10 € | 7,50 € seniores e jovens | 5 € grupos + 10 pessoas  
 Informações e reservas: 214 670 320 | [acontecenotec@gmail.com](mailto:acontecenotec@gmail.com)

## VISITAS GUIADAS

**17 DE JANEIRO**  
**Nos Bastidores do Museu**  
 Ponto de encontro: Parque da MUSEU DO MAR REI D.CARLOS  
 Sábado às 10h30  
 Inscrições: 214 815 955 | [museumar@cm-cascais.pt](mailto:museumar@cm-cascais.pt)

**17 E 22 DE JANEIRO**  
**Visitas orientadas à exposição "O Fascínio da Arte Russa. Encontro da Terra com o Céu - Legado Pedro Vieira da Fonseca"**  
 MUSEU CONDES DE CASTRO GUIMARÃES  
 Às 15h30  
 Gratuito  
 Inscrições: de 2ª a 6ª das 9h00 às 17h00 | 214 815 304 | [a.isabel.bras@cm-cascais.pt](mailto:a.isabel.bras@cm-cascais.pt)

## OUTROS EVENTOS

**4 DE JANEIRO**  
**87º e 88º Encontro de Carochas em Cascais**  
 MARINA DE CASCAIS  
 Domingo das 10h00 às 14h00  
 Informações: [vwclassicoscascais@gmail.com](mailto:vwclassicoscascais@gmail.com)

**10 DE JANEIRO**  
**Oxigénio - Plantação de espécies autóctones**  
 ESTRADA DA SERRA, MALVEIRA DA SERRA (PNSC)  
 Sábado das 10h00 às 12h30  
 Gratuito  
 Inscrições: [atividadesnatureza@cascaisambiente.pt](mailto:atividadesnatureza@cascaisambiente.pt) | [oxigenio@cascaisambiente.pt](mailto:oxigenio@cascaisambiente.pt)  
 Informações: 214 604 230

**17 DE JANEIRO**  
**Ação de Voluntariado no Banco Genético Vegetal Autóctone**  
 VIVEIRO MUNICIPAL DA QUINTA DE VALE DE CAVALOS  
 Sábado das 10h00 às 12h30  
 Gratuito  
 Organização | Apoio: Cascais Ambiente  
 Inscrições: [atividadesnatureza@cascaisambiente.pt](mailto:atividadesnatureza@cascaisambiente.pt)



## CURSOS

**A PARTIR DE 5 DE JANEIRO**  
**Aulas de português para a comunidade chinesa residente no concelho de Cascais**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL DE CASCAIS - CASA DA HORTA DA QUINTA DE SANTA CLARA  
 3ª e 5ª das 18h30 às 20h00.  
 Domingo das 16h00 às 17h30  
 Gratuito  
 Informações: Isabel Anjos, 912 577 092

**22 DE JANEIRO**  
**Encontra o teu estágio em Cascais**  
 JUNTA DE FREGUESIA DE CASCAIS E ESTORIL  
 5ª das 15h00 às 17h00  
 Gratuito  
 Inscrições: 214 815 363 | 214 815 945 | [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt)

## EDITORIAL



Patricia Westheimer

## As the Year Ends

On January 24, 2014 C arrived in over 100,000 Portuguese and foreign resident homes. It carried the unique announcement that, from that issue on, the paper would contain two pages in English! I've researched other Câmara newspapers in Portugal. Cascais seems the only one with such a progressive move. Foreign residents who hunger for news in English could now find it. The much sought-after agenda of events would be available monthly. News of new laws, interviews with town "movers and shakers" would be included as well as information on health, sports, food and fun.

In January, look for changes: we will soon include a "Letters to the Mayor" column where you are welcome to voice your concerns, compliments and suggestions to the City Hall. Already we have received pieces about procuring licenses to paint the outside of homes, challenges in obtaining licenses for foreign holiday rentals, and issues on stray and menacing dogs. Send your letters as well to: [cascais.c@angloinfo.com](mailto:cascais.c@angloinfo.com). If you have other suggestions for topics to cover, people to interview, events to highlight, email us as well.

And now my Person of the Year Award. Every year Time Magazine selects someone of influence and importance worldwide to feature in their December issue. Last year they chose Pope Francis. Other recent choices have been President Obama, Mark Zuckerberg, the Whistleblowers (all women) and Vladimir Putin. My overwhelming choice this year: Mayor Carlos Carreiras. During my 23 years here, I have seen Cascais emerge from a sleepy fishing town into an international top tourist destination. The Mayor, along with his dynamic staff, has hosted events from Smart Cars to Film Festivals, concerts to air shows. But for me, the most powerful moment was one sunny Saturday in October when I saw the Mayor walk, unaccompanied, onto Praia de Conceição to give certificates to the handicapped who had participated in a program called "Dive for All". Our Mayor is truly a Person of the People, and for that I thank and honor him.

May we take the opportunity to thank you for reading in 2014 and wish everyone a very Merry Christmas and a Happy New Year 2015.

If you have suggestions for articles or comments on ours, please email us: [cascais.c@angloinfo.com](mailto:cascais.c@angloinfo.com)

# Angloinfo®

CASCAIS the global expat network

## PERSONAL SECURITY OVER THE HOLIDAYS



### SOME TIPS FROM TANYA SEARS, US REGIONAL SECURITY

With the holidays quickly approaching it is a good time to review personal security practices. It is common knowledge that criminals often view increased commercial traffic during the holiday season - particularly in tourist areas - as an opportunity to commit petty theft and other related crimes of opportunity (pick-pocketing, smash and grab etc.). As such, people should be cognizant of the following:

- Be sure to secure all windows and doors, and make use of any additional security features available such as external window shades, shutters or rollaway grilling.
- Inspect your residential lighting to ensure all is functioning properly; check the batteries in your smoke detectors.
- Become familiar with your neighborhood and aware enough

to quickly recognize and report anything suspicious or out of place.

- Do not allow unknown or unexpected guests into your home.

- Keep emergency contact information in a common space and ensure all family members are aware of how to reach local first responders.

- Talk to your family about good residential security practices and what suspicious activity to look for (unknown persons loitering nearby, etc.).

- Have an idea of what actions you would take to quickly evacuate your residence during an emergency situation, such as a fire.

- Secure your residence as best you can before departing for any extended period of time.

- Provide a trusted friend with your itinerary whenever traveling for extended periods of time away from home and a key to check on your house if needed.

- Stop paper deliveries or other deliveries that show outsiders you are not home.

- Keep alert in highly congested public areas and when using public transportation. Criminals, sometimes working in groups, often target unsuspecting persons in these areas.

- Make an effort to travel in groups or let others know where you are going and when to expect you.

- Limit carrying unnecessary money, valuables or personal affects if it can be avoided (large bags, passports, large sums of money, multiple credit cards, etc.).

- Do not leave valuable items unsecured inside of vehicles within plain view; always secure such items in the trunk or within internal locked storage compartments

- Avoid isolated or dimly lit areas of the city at night.

- Always keep at least one form of photo identification on you at all times.



Annual Menorah Lighting

## SPOTLIGHT:

Chanukah is a Jewish celebration of hope, determination and freedom. A Chanukah menorah is a nine branched candelabra which will be on display for 8 days from 16th-23rd December at the Praia dos Pescadores (in front of the Hotel Baía).

The lighting of the Menorah has a meaning of sharing and of light, as a means to be closer to one another. This year Cascais will again host the Menorah in a public space open to the entire community, in line with many major international capitals such

as London, Paris, Moscow or New York in a celebration of "freedom, inspired by the historic and present victory of right over might, light over darkness, and understanding and justice over intolerance and bigotry" (US National Menorah Council).

This year, on 22nd December at 19:00, the Menorah Lighting ceremony will again take place in the presence of the Mayor of Cascais, Carlos Carreiras. All are welcome to attend. After the event there will be live music, and hot drinks will be served.

## SOCIAL & COMMUNITY EVENTS

SUNDAY 21 DEC 2014

**The Christmas Story - Family Nativity Celebration**  
QUINTA DE SANTO ANTONIO, RUA DE CASCAIS, MALVEIRA DE SERRA

17:30 - 19:00  
Christmas crafts for kids, carols and children's nativity play. Angels, shepherds and wisemen welcome to come in costume. Mulled wine and hot chocolate.

Contact: [cascaisnativity@gmail.com](mailto:cascaisnativity@gmail.com)

WEDNESDAY 24 DEC 2014

**Midnight Mass**  
St Paul's Church Estoril  
ST PAUL' ANGLICAN CHURCH, ESTORIL

23:30  
Midnight mass celebrated on Christmas Eve in celebration of the birth of Jesus.  
Contact: 214 683 570

SUNDAY 18 JAN 2015

**International Women in Portugal - Theatre Trip**  
BELEM CULTURAL CENTRE

16:00  
Tap Factory. A fun, rhythm based show which includes urban tap dance, percussion, comedy, dance and acrobatics.

Contact: 915 552 847  
[office@iwponline.org](mailto:office@iwponline.org)

TUESDAY 20 JAN  
**International Women in Portugal - Walking Tour**  
16:30 - 19:30

Walk the Reservoir of Patriarchal.  
Contact: 915 552 847  
[office@iwponline.org](mailto:office@iwponline.org)

FRIDAY 30 JAN

**Royal British Club Happy Hour**  
HOTEL BAIA

18:00 - 20:00  
Members, guests and those interested meet for drinks and chat.  
Contact: 913 831 083

## ARTS & EXHIBITIONS

UNTIL 1 FEB 2015 (EXC MONDAYS)

**Bryan Adams: Exposed**  
CASCAIS CULTURAL CENTRE  
10:00 - 18:00  
Exhibition of photographs by Singer Bryan Adams.  
Contact: 214 815 660

TUE 11 NOV - SUN 7 JUNE

**Mostra do Foral de Cascais**  
CASCAIS TOWN HALL  
10:00  
Exhibition of Medieval documents used to create

official town councils and structure.

UNTIL 14 JUN 2015

**Michael Giacometti and His Songs**  
MUSEUM OF PORTUGUESE MUSIC - CASA VERDADES DE FARIA, ESTORIL  
10:00

An exhibition of works from the Portuguese singer, notes and mentemos.  
Contact: 214 815 904

UNTIL 4 JAN 2015 (EXC MONDAYS)

**'Multiples' by Fannon**  
CASCAIS CULTURAL CENTRE

# ANGLOINFO

www.angloinfo.com

## COZINHA COM ALMA "KITCHEN WITH A SOUL"

At Christmas time it is so important to highlight charity, help and support - so we caught up with Cristina de Botton, one of the founders of Cozinha com Alma (roughly translated: Kitchen with a Soul) and asked her to tell us about this excellent organization.

Cozinha com Alma (CCA) was started in February 2012 after some quite alarming news appeared in the press about families in distress, where one or both of partners had lost their jobs. Whole families, suddenly finding themselves in difficult circumstances, were having to cut out important meals. CCA was established to help these families, many of whom had previously been helping others and now needed help themselves.

### How exactly does it work?

The idea, or concept, of CCA is a charitable take-away food store open to the general

public providing good quality meals. Profits are deposited in a fund to support families in financial difficulties. Families with low income levels are introduced by the local parish (freguesia).

They receive a prepaid CCA CustomerCard, non-transferable, with a limit according to the family situation and the number of household members. Meals are paid for at a price calculated on the per capita income of that household. In most cases the price is almost symbolic.

Support is temporary, ideally up to 6 months but a maximum of a year, but it does give time for families to reorganize and adjust.

All customers, general public or supported families, can have the same Customer Card which provides privacy and anonymity to those on support.

In addition to helping with food, families can attend workshops and training provided in partnership

with other institutions. The aim is to empower the families giving them the tools to help deal with the future and help them regain financial independence.

In 2013 over 29 thousand meals were provided to families needing support. Between 300 and 350 meals are cooked daily in the kitchen of the nursery school at Pampilheira. 50 meals are for the children of the crèche, as payment for the use of the kitchen, 100 for CCA supported families and between 150 and 200 to the general public.

The general public is truly a partner of CCA generating the profit we can deposit in the charity fund. Support from local services and suppliers has also been fundamental.

The Câmara de Cascais has been very supportive in granting premises for the store. And, of course, nothing would have been possible without the extraordinary support of over 70 volunteers, aged between 16 and 84 who give so much of their precious time to CCA.

We know from our own experience just how good the meals are from CCA, so please look them up and try their food - it will be worth it! 

Site:  
[www.cozinhacomalma.com](http://www.cozinhacomalma.com)  
Orders:  
[geral@cozinhacomalma.com](mailto:geral@cozinhacomalma.com)

**"Nothing would have been possible without the extraordinary support of over 70 volunteers"**



## MEET



Yang Shenqing,  
from Shanghai

### "My dream is coming true!"

Five years ago, during my first trip to Portugal, sitting on the grass beside Belém Tower, I watched the river run towards the ocean and wondered where it was going. Two years ago, walking with my wife and daughter by the sea in Naples, I saw local people sunbathing and imagined what a wonderful life if I could achieve it.

Then last year we visited Lisbon again. We discovered the fabulous views along the seaside from Lisbon to Cascais. Our dream of paradise.

I decided to move to Cascais with my whole family from Shanghai in July this year. Many things attracted me; the coastline, delicious food, fresh air, and the rich and colourful Portuguese culture.

My favourite is culture. I was a journalist in Shanghai for STV for 18 years. From my first visit to Portugal, I never forgot the culture.

This summer I drove to Évora, to Óbidos twice, twice to Porto, and many times to Sintra. I immersed myself in the splendid history of Portugal.

When I become intoxicated with visits to these places, I realize that I am actually attracted by Portuguese culture. This was the most important reason to move from Shanghai. I feel sorry that most Chinese tourists have never been to Portugal. They don't know of the beautiful places to visit.

Tour groups from China generally visit Portugal and Spain. Portugal tends to be a brief stop. Usually they spend half a day touring Lisbon, at most stay two nights, and then off to Spain for 8 nights or more. In the minds of the tourists and Chinese travel agencies, a glimpse of Lisbon represents a tour of Portugal. Chinese people are still in the dark about; a top grade European coastline rivalling that of France and Monaco, the City of the Royal Families, "Cascais", Estoril along the coast, and the biggest casino in Europe. These places are like bright pearls in the sun, but they have been out of sight for Chinese tourists.

So what I want to do is to promote and publicize Cascais to Shanghai and attract many more Chinese tourists to come. Action starts now. I am organizing two VIP group visits from Shanghai next May and July. The first is for the media, the second for businessmen. Then I will organize more private groups to visit Cascais. I should try my best to make a positive contribution.

I love the life in Cascais and I am working to enjoy it more. 

10:00 - 18:00

Paintings and photographs in fragmented form.

Contact: 214 815 660

## EVENTS & FESTIVALS

FRIDAY 5 DEC  
- TUESDAY 6 JAN 2014

**Christmas in Cascais**

CASCAIS

20:00 - 23:30  
The municipality will celebrate the Christmas season with different activities. Catering for all tastes and ages. Recreation of a Christmas

Town in the heart of Cascais, a giant wheel and the arrival of Father Christmas.

Contact: 214 815 700

SUNDAY 21 DEC 2014

**Christmas Concert**

ESTORIL CHURCH OF S. ANTONIO

16:00

Performance of the sacred repertoire of the Christmas season.

Contact: 926 538 688

MONDAY 22 DEC 2014

**Menorah Lighting**

(a large candelabra)

PRAIA DOS PESCADORES

(IN FRONT OF HOTEL BAIA)

19:00

A Chanukah Menorah will be lit in the presence of the Mayor of Cascais will be present. Live music and hot drinks.

Contact:

[info@chabadportugal.com](mailto:info@chabadportugal.com)

## SPORTS & SAILING

EVERY WEDNESDAY

**Lisbon Casuais**

**Badminton Club**

SPORTS COMPLEX OF SAO DOMINGOS DE RANA, R. DAS TRAVESSAS - Bº MASSAPÉS - TIRES

20:30

All welcome every Wednesday to play badminton with the Lisbon Casuais.

Contact: 214 441 930

## MARKETS

TUESDAYS TO SUNDAYS

**Carcavelos Market**

PASSEIO PADRE ALEIXO

CORDEIRO

08:00-13:00

Market selling fresh meats, fruits, vegetables, fish and more.

Contact: 214 588 910

2ND SUNDAY MONTHLY

**Mercado da Vila Cascais**

CASCAIS MARKET PLACE, RUA

PADRE MOISÉS DA SILVA

09:00-19:00

Jewellery, art, antiques, children's area, activities and gastronomy.

Contact: 214 815 872



SABIA QUE:

### JÁ PODE INSCREVER-SE PARA PARTICIPAR NOS 20 KM DE CASCAIS?

A mais antiga e emblemática prova de atletismo realizada no concelho, os 20 km de Cascais dividem-se na prova rainha, de 20 km e na Rapidinha de 5 km que podem ser percorridos a caminhar. Junte-se à festa do desporto que sairá à rua a 15 de fevereiro, em pleno domingo de Carnaval. Inscrições em [20kmdecascais.pt](http://20kmdecascais.pt)

PROPRIEDADE: Câmara Municipal de Cascais. COORDENAÇÃO: Ana Filomena Almeida. REDACÇÃO: Ana Filomena Almeida, Fátima Henriques, Mário Duarte, Patrícia Sousa, Paula Lamas, Paula Tavares. FOTOGRAFIA: Ana Antunes, Diana Laires, Luis Bento. MULTIMÉDIA: Laura Alcântara, António Maria Correia, Inês Ambrósio, Miguel Caramele, Rodrigo Saraiva. GRAFISMO E PAGINAÇÃO: Ana Rita Garcia, Fátima Henriques, José Carlos Santos. TIRAGEM: 135.000 exemplares PERIODICIDADE: Mensal. DEPOSITO LEGAL: 332367/11

# ÚLTIMA

## PARQUE GRÁTIS

A partir das 17h00 nos dias úteis e o dia inteiro aos fins de semana e feriados até dia 6 de janeiro o estacionamento nas zonas tarifadas de duração limitada sob jurisdição municipal é gratuito. Uma oferta de mais de 130.000 horas de estacionamento para fomentar a visita aos Centros Urbanos Comerciais. 

## OPERAÇÃO BOAS FESTAS

A recolha de resíduos indiferenciados volta a ter horário antecipado nesta quadra natalícia. Solicita-se, por isso, aos munícipes que, nos dias 24, 25, 31 de dezembro e 1 de janeiro, tenham em conta os seguintes horários:

### 24 e 31 de dezembro

Turno da manhã: horário habitual, entre as 04h00 e as 12h00

Turno da noite: horário antecipado, entre as 14h00 e as 19h00

### 25 de dezembro

### e 1 de janeiro 2015

Turno da manhã | horário antecipado, entre as 03h00 e as 11h00

Turno da noite | horário antecipado, entre as 20h00 e as 01h00 

## PRAIA DE PAREDE NA NATIONAL GEOGRAPHIC



É preciso recuar no tempo até há 100 milhões de anos para situar o motivo de destaque da praia de Parede este mês na revista National Geographic portuguesa. A revista apresenta um mapa da Terra no período Albiano Superior e identifica os trilhos de dinossauros semelhantes ao Diplodocus que ainda hoje podem ser observados. No artigo da revista, assinado por Gonçalo Pereira, a paleontóloga Vanda Santos, do Museu Nacional de História Natural e da Ciência, admite que “provavelmente, nunca saberemos concretamente qual o animal que produziu os trilhos [da praia da Parede], mas sabemos que este se tornou o registo mais recente de saurópodes em Portugal e um dos poucos trilhos europeus conhecidos de idade albiana. Para nós isso já é épico”. 

## CASCAIS NO TOP 100 DOS DESTINOS MAIS SUSTENTÁVEIS DO MUNDO

É oficial: Cascais está no Top 100 dos Destinos Globais Sustentáveis (Sustainable Destinations Global Top 100), portal que destaca os destinos turísticos mais sustentáveis do Planeta. Criado para premiar os esforços de gestão destes destinos, o Top resulta do convite lançado nas redes sociais a que se seguiu uma seleção por 30 peritos de turismo sustentável a nível internacional. Com uma pontuação meritória de 8.0 em 10 pontos possíveis na cotação Global Sustainable Tourism Review (Crítica de Turismo Sustentável Global), ou simplesmente GSTR, Cascais merece destaque a nível dos destinos turísticos sustentáveis em Portugal, mas também no resto da Europa e no Mundo. A nível nacional, apenas o destino turístico Açores (8.9) consegue ser mais sustentável que Cascais. Mais informação em [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt) 



## CHANUKAH CELEBRADO NA BAÍA DE CASCAIS

Sabe o que é o Chanukah? Trata-se da celebração judaica de “esperança e determinação, da capacidade de uma pequena nação prosperar contra todas as probabilidades, do triunfo da liberdade sobre a tirania, e da luz sobre a escuridão”. À semelhança do ano passado, esta celebração decorre na Esplanada da Praia dos Pescadores, onde de 16 a 23 de dezembro, das 18h30 às 19h30, estará uma Menorá em espaço público aberto a toda a comunidade. Cascais junta-se, assim,

a grandes capitais internacionais como Londres, Paris, Moscovo ou Nova Iorque. Iniciativa da Associação Chabad Portugal, o acender da Menorá tem uma simbologia muito própria no Judaísmo. Será acesa uma vela por cada dia, cada uma com um significado especial. Dia 22 de dezembro às 19h00, a cerimónia conta com a presença do Presidente da Chabad Portugal, Rabino Eli Rosenfeld, e do Presidente da Câmara Municipal de Cascais, Carlos Carreiras. 



## Roménia homenageia Cascais

A celebrar 40 anos do reatamento das relações diplomáticas entre Portugal e a Roménia e reconhecendo o empenho de Cascais, a embaixada da Roménia em Portugal atribuiu ao Município de Cascais e ao seu Presidente, Carlos Carreiras, a insígnia de Mérito atribuindo-lhe o grau de Oficial do Estado Romeno. Em junho deste ano, no âmbito da mesma evocação a edilidade apoiou a homenagem a Lucian Blaga, jornalista, poeta, filósofo e diplomata romeno, cujo busto está Avenida Clotilde, junto aos Jardins do Casino Estoril, e uma exposição sobre a sua vida no Hotel Palácio. 

