

TUDO SOBRE CASCAIS

Cascais Charms e negócios com tradição

O charme da equipa de Cascais no mais prestigiado evento hípico do mundo. E, já que estamos no Verão, inspire-se na geladaria Tchipepa, há 40 anos no mercado, para fabricar o seu próprio gelado artesanal. **p.6-7**

Simão Sabrosa, antigo jogador



“Acho que Cascais é um lugar maravilhoso”

p.4-5

Mundialito: Show de bola no concelho

Um grande evento internacional de praia para os que visitam Carcavelos entre os dias 29 a 31 de julho. Conheça ainda as grandes diferenças entre o futebol de 11 e o futebol de praia. **p.8-9**

C also in English powered by AngloINFO

The phantom of Brexit for residence permits, Under the baton of Maestro Nikolay Lalov, Learn about MOBI Cascais, Meet Ana Free and The Queen at 90 by Robin Althorp arte the highlights of this edition. **p.14-15**

MOBI Cascais

Saiba tudo sobre a plataforma que liga Cascais e que vai tornar ainda mais simples e agradável a vida no concelho



p.2-3

A mobilidade integrada em Cascais

Talvez a expressão, “cada um pedala a sua própria bicicleta” venha finalmente a adquirir um novo sentido, diferente daquele que continuamente lhe era associado quando utilizado em política. Em vez do sentido conotativo, diferenciador, “cada macaco no seu galho”, como era usado em política, há também um sentido literal.

Literal na medida em que, de facto, cada um pode mesmo passar a deslocar-se pedalando a sua própria bicicleta. Falamos nós da Mobi Cascais, um conceito de mobilidade que foi, dia 6 de julho, anunciado pela Câmara Municipal de Cascais no Centro de Congressos do Estoril, projeto esse que é noticiado em destaque neste número do C.

Na verdade, cada cascalense vai mesmo poder vir a deslocar-se no concelho, utilizando a sua própria bicicleta. Não só por força do alargamento futuro da rede de ciclovias e vias cicláveis, mas também porque as chamadas “docas”, para estacionamento das já conhecidas bicicletas coletivas, Bicas, passa a estar preparada para receber, com a mesma segurança, as bicicletas próprias sejam elas quais forem. E, desde logo, porque essa ideia agrega uma alteração de hábitos, um incentivo ao uso da bicicleta. E sendo este um meio de transporte não poluente, essa ideia transporta também para a mobilidade uma cultura ambientalista.

Sendo este o sentido literal da expressão, “cada um pedala a sua própria bicicleta”, há também um significado conotativo embora contrário ao da aceção diferenciadora que lhe estava associado na política. Quando se utiliza a expressão “cada um pedala a sua própria bicicleta” pode querer dizer-se que, desloque-se de bicicleta, de carro particular ou de transporte coletivo, quer pelas redes viárias que utilize quer pelos locais de estacionamento disponíveis, vai ter essa liberdade de escolha. Ora, logo aqui há uma necessidade de partilha. Depois, o modelo multimodal e uniformizado de pagamento de parques ou de pagamento do transporte coletivo proporcionar-lhe-á também, num futuro muito próximo, essa liberdade de escolha, o que pressupõe também um princípio de coesão social.

Mas atenção, porque a liberdade de escolha implica também sentido de responsabilidade e um sentido de responsabilidade que tenha em conta a utilização de um espaço que é público, comum aos demais utilizadores. E, nesse sentido, a opção sendo de cada um de nós ela tem que ser criteriosa em função dos nossos interesses individuais, mas também respeitadora dos interesses da comunidade que nos rodeia. Mas isso é mesmo assim em democracia.



A Mobi é a plataforma que liga Cascais. Carros e bicicletas, autocarros e comboios. Públicos, privados e particulares. Todos os transportes podem ser ligados uns aos outros no sistema de gestão de mobilidade que vai tornar ainda mais simples e agradável a vida em Cascais. Na Mobi podemos pagar o parquímetro, os transportes públicos e utilizar qualquer uma das bicas dispersas pelo concelho, adquirir bilhetes para o Surfbus, gerir a informação do cartão de residente que nos dispensa de pagar o estacionamento na zona de residência, por exemplo. Todos os operadores podem ligar-se à Mobi, porque é para quem vive, trabalha ou visita Cascais.

Sala cheia, apresentação de uma ‘app’ inovadora e até uma demonstração com bicicletas ao som da música da famosa série dos anos 80, Verão Azul. O “Mobi Cascais”, apresentado no Centro de Congressos do Estoril, é um passo integrado, mais transparente e mais sustentado que permite a Cascais ter um novo sistema de gestão de mobilidade. “Não existe uma verdadeira democracia se não se puder dar mobilidade a todos os cidadãos”, explica o vice-presidente da Câmara Municipal de Cascais, Miguel Pinto Luz. O “Mobi Cascais” foi desenvolvido pelo Centro de Engenharia e Investigação da Indústria Automóvel (CEIIA). E, em Dezembro de 2017, a autarquia espera ter o projeto a funcionar em plenitude: 1.280 lugares de estacionamento automóvel gratuito junto às estações de comboios, 70 quilómetros de ciclovias e 1.200 bicicletas (Bicas) em regime de partilha, além de novos autocarros. Por todo o concelho serão instaladas “docas” de estacionamento para duas mil bicicletas, as disponibilizadas

CASCAIS Tudo começa nas pessoas

pela autarquia (normais ou elétricas) e as dos próprios municípios. Quanto aos autocarros, haverá novas linhas rodoviárias, em Cascais/Estoril, em São Domingos de Rana, Carcavelos/Parede e Alcabideche, sendo que uma delas será destinada exclusivamente para surfistas, o Surf Bus. “Se eu quiser ir do Estoril para a Câmara posso consultar a minha ‘app’, perceber que estações de bicas existem na envolvente, reservar e levantá-la. Depois posso ir provavelmente a uma estação da CP ou ir até ao centro de Cascais escolhendo depois o modo de mobilidade complementar que me vai levar ao meu destino. Criámos aqui o conceito de mobilidade também como uma ‘utilitie’. Podemos monitorizar e sentir o pulsar da cidade em termos de mobilidade”, diz Vladimiro Feliz, do CEIIA.



“MOBI Cascais é uma resposta para resolver os problemas de mobilidade no concelho, com ganhos sociais, ambientais e económicos”

CARLOS CARREIRAS PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS

“Não existe uma verdadeira democracia se não se puder dar mobilidade a todos os cidadãos”

MIGUEL PINTO LUZ VICE-PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS

O sistema de mobilidade pode ser autenticado com cartão ou ‘app’ – onde está o nosso autocarro, onde podemos estacionar, onde existem parques de bicicleta, os transportes públicos à disposição, onde está o nosso táxi. Tudo isto pode ser integrado numa única aplicação. Para o presidente da Câmara Municipal de Cascais, Carlos Carreiras, além de trazer mais mobilidade, este sistema também permite grandes poupanças. Depois de conhecido o projeto, o secretário de Estado do Ambiente, José Mendes,

mostrou-se “esmagado” com a inovação, considerando-o “provavelmente, um dos melhores sistemas de mobilidade apresentados em Portugal”.

“Vinha preparado para bater na Câmara. Mas estou positivamente surpreendido com o novo programa de mobilidade”

JOSÉ MANUEL CAETANO FUNDADOR DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLOTURISMO



“É um dos melhores sistemas de mobilidade apresentados em Portugal”

JOSÉ MENDES SECRETÁRIO DE ESTADO DO AMBIENTE

MOBI CASCAIS NO TERRENO

// ‘APP’ OU CARTÃO

É a plataforma que liga Cascais. Carros e bicicletas, autocarros e comboios. Públicos, privados e particulares

// 20 EUROS/MÊS

Passes carro, bicicleta, autocarro

// CASCAIS ID

Plataforma de base de dados para todos os operadores de transportes do território

// ESTACIONAMENTO

. PARQUES PÚBLICOS

Não tarifados: 7199 | Tarifados: 5529

. PARQUES PRIVADOS

Não tarifados: 1639 | Tarifados: 1306 | Em projeto: 1280

// TARIFÁRIO (ESTACIONAMENTO)

. VIA PÚBLICA:

0,10 a 0,35 euros/hora (carro)
15 euros/mês para municípios

. PARQUES TARIFADOS:

0,30 a 0,50 euros/hora (carro)
35 euros mês Avença (desde)

. COMERCIANTES (2)

35 euros/mês Lugar reservado Cascais
15 euros/mês Estacionamento via pública
2 (Avenças)

. PASSE (3)

20 euros/mês
(3) Estacionamento + bike + bus

// CICLOVIAS

70 km de ciclovias (2017)

// BICAS (ATÉ DEZEMBRO DE 2017)

150 Totem | 2000 Docas | 1200 Bicicletas

. CUSTOS

Bicas
10 euros/mês | 1,99 euros/hora

Parking

3 euros/mês | 0,5 euros/meio-dia

Passes (1) Bus + Bike

12,5 euros/mês

Passes (2) Estacionamento + Bike + Bus

20 euros/mês

// AUTOCARROS (BUS MOBI CASCAIS)

- . Linha Carcavelos/Parede
- . Linha São Domingos de Rana
- . Linha Alcabideche
- . Linha Guincho
- . Surfbus (pelas praias de Carcavelos ao Guincho)
- . Bus Serviços especiais

Não recebe o C em casa? Envie um mail para: dmco@cm-cascais.pt

Propriedade: Câmara Municipal de Cascais Coordenação/Edição: Departamento de Comunicação Redação: Ana Filomena Almeida, António Sarmento, Elisabete Pato, Fátima Henriques, Humberto Costa, Isabel Alexandra Martins, Paula Lamas Fotografia: Sara Bogarim, Maria Carolina Luzia, Débora Moreira, Sara Sousa Multimédia: Ana Laura Alcântara, António Maria Coelho, António Maria Correia, Pedro Ramos, Rodrigo Saraiva Grafismo e paginação: Ana Pinheiro, Ana Rita Garcia Venâncio - Tiroagem: 120.000 exemplares Periodicidade: Mensal Depósito legal: 332367/11

“Estou em Cascais há muitos anos porque acho que este é um lugar maravilhoso”

SIMÃO SABROSA: EX-FUTEBOLISTA INTERNACIONAL PORTUGUÊS

Começou a jogar aos 10 anos e foi a medo que, aos 13, rumou a Lisboa deixando para trás a aldeia de Constantim, perto de Vila Real. Jogou por paixão e foi igualmente por isso que se mudou para Cascais em 2000 onde se prepara para abrir uma academia de futebol. O C foi conhecer de perto Simão Sabrosa.

Veio para Lisboa para jogar no Sporting. Como foi a mudança de uma pequena aldeia para uma grande cidade?

Eu estava para mudar-me para Lisboa em julho, quando ia começar a época, mas os meus pais não me queriam deixar vir por que ia ficar muito longe... Acabei por vir só em outubro. Foi uma alegria quando os meus pais aceitaram e, ao mesmo tempo, um medo de estar longe deles.

Mas conseguiu...

O primeiro ano foi bastante difícil. Ligava todos os dias para a minha mãe a dizer que queria voltar para Constantim, onde tinha os meus amigos e a família toda...

Lisboa era uma cidade gigante...

Mudei-me de um mundo totalmente diferente... foi a primeira vez que vim a Lisboa depois de 9 horas de autocarro... chegar a Lisboa e encontrar uma cidade monstruosa.... Tinha 13 anos.

Já gostava de futebol nessa altura. Foi por isso que se aventurou?

Comecei a jogar com 10 anos no clube. Jogava na rua, no campo, com o meu irmão, com os amigos. Vir para Lisboa foi passar para uma realidade bastante diferente em que eu não tinha a certeza de que viria a ser um profissional de futebol... Foi uma aventura que acabou por correr bem...

Passou pelo Sporting, Benfica, Atlético de Madrid, por exemplo. Qual o clube onde mais gostou de jogar?

Todos os clubes por onde passei foram importantes, a começar pela Escola Diogo Cão que foi onde comecei. Depois, o Sporting foi importante na minha formação... O Barcelona, onde estive dois anos e, apesar de não ter jogado muito, aprendi muito. É um grande clube com grandes jogadores como o Figo, Vivaldi, Guardiola, Luís Henrique... Foram dois anos que me ajudaram a crescer.

“É apaixonante viver aqui!”

E o regresso ao Benfica...

Depois regressei ao Benfica onde estive seis anos onde me voltei a sentir novamente “eu”. O Benfica, de facto, é o clube pelo qual tenho uma grande ligação, tal como acontece com o Atlético de Madrid em Espanha...

Terminou a carreira num clube indiano. Porquê?

Gostava de ter acabado a minha carreira no Benfica... Aceitei ir para o clube indiano porque tinha saudades de jogar futebol, de competir, de treinar, de conviver num balneário... Daí ter aceite jogar três meses na Índia. Foi uma experiência muito rica.



Voltou a sentir-se o Simão Sabrosa?

Ali, de facto, voltei a sentir-me criança, com vontade de jogar e de querer competir, mesmo sendo um campeonato que ainda está no início (vai para a terceira edição este ano...)... era a saudade de voltar a estar no relvado... do cheiro... de competir...

É bom fazermos aquilo de que gostamos...

É o mais importante e o futebol é uma paixão...

Senão fosse futebolista, o que gostaria de ter sido?

Sei lá... Estaria sempre ligado ao desporto... Talvez professor de Educação Física, mas tive o privilégio de ser profissional de futebol...

Porque decidiu vir viver para Cascais?

Já estou em Cascais desde 2000 mais ou menos... É apaixonante viver aqui. É uma zona fantástica em que temos tudo, praia... O tempo é maravilhoso... A própria vila de Cascais é maravilhosa as pessoas são muito simpáticas. Daí que muita gente queira vir para cá. Eu próprio estou cá há muitos anos porque acho que este é um lugar maravilhoso.

E tem também um projeto ligado ao futebol para Cascais...

Vamos agora fazer um campus de férias e ainda estamos em conversações para montar aqui uma academia de alto rendimento e estamos à procura do melhor local para o fazer.

Será a Escola Internacional de Futebol Simão Sabrosa...

Sim e é um projeto em que conto com o apoio da Câmara Municipal de Cascais [ver mais em www.simaosabrosa.pt].

Vamos começar com o futebol, mas iremos alargar a outras modalidades como rãguebi e o judo. Aliás, Cascais prima pelo desporto e em várias modalidades.

Foi agora padrinho do Ibercup Estoril 2016. Qual é a sensação?

É uma sensação magnífica, por tudo o que diz o torneio e também pela importância que tem para o concelho de Cascais que oferece todas as condições para a realização deste tipo de eventos... E, depois, pela participação de mais de seis mil crianças. Este torneio dá condições fantásticas a estas equipas que jamais sonhariam poder jogar contra clubes emblemáticos que estão habituados a ver na televisão. É brilhante!

“Vamos agora fazer um campus de férias e ainda estamos em conversações para montar aqui uma academia de alto rendimento”



Cascais elogiado pelos melhores cavaleiros do mundo

Os cavaleiros da equipa Cascais Charms, David Will e Andreas Kreuzer, consideram que a prova de Cascais tem características únicas: “A hospitalidade dos cascalenses, o apoio do público e o ambiente maravilhoso”, dizem, não esquecendo também a gastronomia. No hipódromo Manuel Possolo, com as bancadas repletas de espectadores, Cascais foi palco da prova Global Champions League, parte integrante do circuito Global Champions Tour. A League é formada por 12 equipas: Miami Glory; Antwerp Diamonds; Shanghai Swans; Madrid in Motion; Cannes Stars; Monaco Aces; Paris Jets; Cascais Charms; Valkenswaard United; Rome Gladiators; Vienna Eagles; Doha Fursan Qatar. Danielle Goldstein e Lauren Hough, da equipa Vienna Eagles, acabaram por ser os grandes vencedores desta prova. “Tudo em Cascais é maravilhoso. Esta é uma das melhores provas do mundo”, dizem. A noite terminou em festa com a voz de Carminho que emprestou à noite de verão um pouco fria o calor de uma voz incomparável.

Antes da prova por equipas, destaque também para a vitória do italiano Bucci Piergiorgio em uma edição do Longines Global Champions Tour Cascais.

Mostrando uma verdadeira simbose cavalo-cavaleiro, Piergiorgio, montando em Casallo Z, foi o vencedor do Grande Prémio desta 11ª etapa das 15

que compõem o LGCT, com um percurso excepcional de 49 segundos e 07 centésimos de segundo. “O Casallo merece a sua história, o seu momento. É um cavalo com muita qualidade”, salientou o cavaleiro italiano que sobe pódio pela segunda vez este ano depois de a 26 de junho ter conquistado o 2º lugar no Grande Prémio de

Monte Carlo.

No segundo lugar do pódio ficou a australiana Edwina Tops-Alexander, com Lintea Tequila, terminando o percurso em 50,08 segundos, sendo, a partir de agora, a nova líder do tour LGCT. O irlandês Bertram Allen e a sua montada Hector van d'Abdijhoeve, posicionou-se em 3º lugar, terminando o

seu percurso em 50,14 segundos.

Para Duarte Nobre Guedes, presidente do CSI Cascais, este foi, uma vez mais, “um espetáculo de excelência que trouxe para Cascais o melhor desporto e os melhores cavaleiros do mundo.” O presidente da Câmara Municipal de Cascais, Carlos Carreiras, esteve pre-

sente no evento e participou na cerimónia da entrega dos prémios. O Longines Global Champions Tour realizou-se pelo 11º ano consecutivo em Cascais. Esta foi a 11ª etapa em 15, juntando, no Hipódromo Manuel Possolo, em apenas três dias, a elite do hipismo e desporto de alta competição.



Geladaria Tchipepa em Cascais

Qualidade, tradição e inovação são a receita para negócio com 40 anos



Sabe o que é a “Vaca Negra”? Esta é uma das especialidades trazidas para Cascais em 1977, pela família de Carlos Borges da Costa e que ainda hoje se vende na geladaria Tchipepa. Após a “fuga forçada de Angola dos pais e tios e da necessidade de refazerem a sua vida” nas palavras de Carlos Costa, foi criada a Tchipepa, nas Galerias da Tranquilidade da Rua Direita, no centro da Vila. O nome Tchipepa tem origem numa das línguas bantas mais faladas em Angola, o umbundu, e significa muito bom, gostoso, saboroso. Os gelados artesanais de fabrico próprio da Tchipepa fazem jus ao nome. Graças à sua qualidade e originalidade dos sabores, a geladaria rapidamente se transformou num

ponto de paragem obrigatória das famílias provenientes de todo o concelho.

“O segredo de um bom gelado para além da escolha seletiva das matérias-primas, está no carinho e dedicação com que são feitos”



Carlos Costa, confrontado com o fecho das galerias, em 2013, deitou mãos ao sonho antigo de “não deixar morrer o negócio da família”. Em 2011, Carlos Costa ficou desempregado. Como sabia que a loja da Rua Direita tinha os dias contados, decidiu aprender a arte de fazer gelados e dar continuidade ao negócio. Como explicou “sempre foi minha intenção fazê-lo e esta oportunidade surgiu no momento certo. Tinha tempo para me dedicar ao negócio e os mestres para me ensinarem o ofício”. Criou, assim, com o apoio da DNA Cascais, uma loja mais moderna, frente ao Jardim Visconde da Luz. Agora os gelados são feitos pelo próprio Carlos que aprendeu com a mãe a arte do verdadeiro gelado artesanal que é hoje considerado pelos nutricionistas como um verdadeiro alimento. Carlos Costa garante que “o segredo de um bom gelado está no seu equilíbrio e na escolha seletiva das matérias-primas. Na forma artesanal como os gelados são produzidos e, claro, no carinho e dedicação com que são feitos” e acrescenta: “Nos gelados que levam fruta é quase impossível fazer dois iguais porque tudo depende do grau de açúcar e de acidez e maturação da matéria-prima. Sobretudo em algumas frutas como a manga, morangos ou meloa em que há grandes variações”.



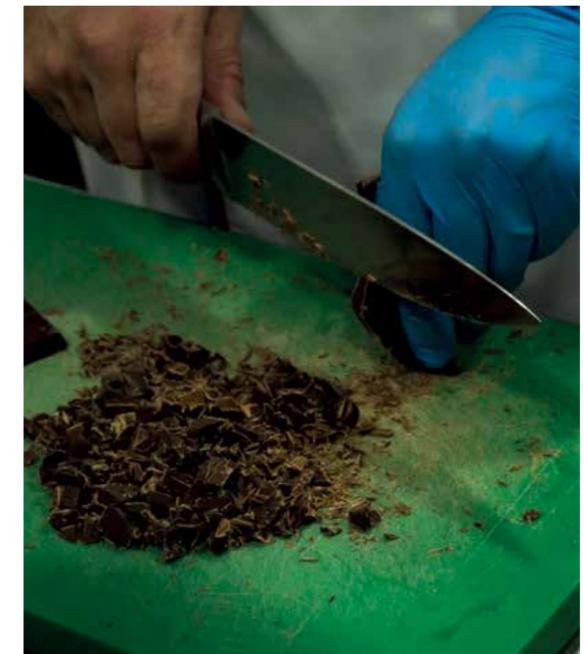
“É preciso inovar constantemente, mas sem fugir às raízes, mantendo a receita e fórmula vencedoras”

CARLOS COSTA
FUNDADOR DO TCHIPEPA

Para além das dezenas de sabores que já existiam e que a Tchipepa faz questão de manter, há a aposta em novos sabores. Os mais recentes são o amendoim,

quark, kinder bueno, caramelo salgado, nougat, trichoc, nutella, oreo, goji, limão com manjeriço, chocolate preto e hortelã. Tudo feito com as matérias-primas de melhor qualidade, com redução de gordura e açúcares como manda uma boa alimentação. Tudo isto para que comer um gelado seja um ato de prazer sem culpa. O segredo é a alma do negócio, afirma Carlos Costa que nos dá a fórmula para um sucesso de quase 40 anos: “Quando se cria um negócio deste tipo, onde existe uma receita, um segredo, temos que nos dedicar de corpo e alma. Fazer gelado requer tempo, dedicação e gosto pela arte”. Mas, o mestre geladeiro sabe que para além de manter a tradição é necessário inovar, mas “sem fugir às raízes e manter a receita e fórmula vencedoras”.

Voltando à Vaca Negra, o sabor mais emblemático da casa, esta é uma bebida muito refrescante, à base de gelado e coca-cola que é muito comum em África e no Brasil. “Continuamos a servi-la, tanto aos novos clientes como aos mais antigos. Também temos a vaca branca que em vez de coca-cola leva Sprite”, explica Carlos Costa.



Centrais

Show de bola em Cascais

O Mundialito, que se realizará em Carcavelos de 29 a 31 de Julho, é uma grande conquista para o concelho



Este grande evento internacional de praia no concelho de Cascais promete um “show de bola” a todos aqueles que visitarem a praia de Carcavelos entre os dias 29 a 31 de julho. Brasil, Portugal, China e USA são as equipas que se irão defrontar no areal de Carcavelos na busca pelo título. “Uma grande conquista para Cascais que conseguiu trazer este evento para Carcavelos”, reforçou o vice-presidente da Câmara, Miguel Pinto Luz. Esta é também a primeira vez que o campeonato se disputa entre seleções femininas.

Joan Cuscó, vice presidente da Beach Soccer Worldwide, entidade organizadora, realça as “excelentes condições” e “apoio” da Câmara de Cascais para a realização do Mundialito no concelho e confessa: “Acreditamos que este será o primeiro capítulo de uma história com grande êxito. Iremos viver uma grande festa desportiva.”

TRÊS PERÍODOS DE 12 MINUTOS

As partidas de ‘beach soccer’ dividem-se em três períodos de 12 minutos cada, separados por dois intervalos de três minutos. É importante destacar que o cronómetro pára quando há golo, infrações ou lesões, ou quando os árbitros entendem que uma equipa está a perder tempo. Quando a bola está em jogo, o período só é finalizado depois de a jogada em curso ser concluída.

NÃO HÁ EMPATE

Numa partida de futebol de praia, é possível ganhar ou perder, mas nunca empatar! Em caso de empate, o regulamento determina um prolongamento de três minutos. Caso o empate persista, há uma disputa de penaltis, que também tem algumas particularidades: cada equipa cobra três castigos máximos e se nem isso desfizer o empate, passa a ser resolvido com ‘morte súbita’.

SUBSTITUIÇÕES ILIMITADAS

Cada equipa começa com cinco jogadores — um guarda-redes e quatro jogadores de linha — e sete suplentes à disposição para uma quantidade ilimitada de substituições. Todas as substituições, inclusive a do guarda-redes, podem ser feitas durante o decorrer da partida.

LANÇAMENTOS

Ao contrário do futebol de campo, mas tal como no futsal, no ‘beach soccer’ não é permitido marcar golo direto no toque inicial e não existe a regra do fora-de-jogo. Os lançamentos podem ser feitos com os pés ou com as mãos.

ÁREA

O campo de futebol de praia apresenta uma área semelhante à de um campo de futsal. Contudo, as dimensões são significativamente diferentes: o campo é um pouco mais curto, mas bastante mais largo. As dimensões do campo de futebol de praia são 26 a 28 m de largura por 35 a 37 m de comprimento.

PARTICULARIDADE DOS GUARDA-REDES

Os guarda-redes têm uma área onde podem se mover livremente com a bola nas mãos. A diferença com relação às outras modalidades de futebol é que essa área vai de uma linha da lateral à outra. Como qualquer jogador, o guardião tem quatro segundos para pôr a bola em jogo, mas somente usando as mãos. Por outro lado, não pode marcar golos dessa forma, nem rematando a bola sem deixá-la bater primeiro na areia.

UM LIVRE DIRETO

Todas as infrações são castigadas com um livre direto, tão direto que não existe barreira! A bola é colocada no lugar da falta, salvo no caso de penalti (em que deve ser colocada na marca de penalti).

BALIZAS E POSTES

As balizas são idênticas às de futebol de 11, apresentando uma largura de 5,5 m e uma altura de 2,2 m. Por razões de segurança, o campo é rodeado por um perímetro de zona de segurança. Os postes e as barras são pintados numa cor que faça contraste com a areia

JOGADORES

Não é permitido qualquer tipo de calçado, pelo que os atletas têm de jogar descalços. Se quiserem podem usar um “pé elástico”, isto é, uma pequena fita de borracha que protege o calcanhar. Geralmente, em condições normais, cada equipa tem à sua disposição 10 ou 12 jogadores para um jogo, dependendo do tipo de competição.

Arte mural de Cascais

Com uma nova centralidade, no Bairro da Torre, a terceira edição do Muraliza (que se realizou entre 27 de junho e 5 de julho) manteve o desejo de renovação do estatuto de Cascais como berço de todas as expressões artísticas de rua em Portugal. Nesta edição, ciente de todas as facetas de transformação cultural, social e/ou económica que este festival de arte mural transporta em si, o Muraliza mudou-se de armas e bagagens, que é como quem diz, com muita tinta, muita cor, muita animação e aprendizagem para o Bairro da Torre. Durante os nove dias de festival foi possível acompanhar, a par e passo, o talento de Paula Bonet (espanhola), Moneyless (italiano), Daniel Eime, kruella d'enfer, Mar e o repetente e residente Add Fuel na pintura de murais de grande e média dimensão, sempre inspirados nas inúmeras e únicas características da região e, concretamente, nas peculiaridades deste bairro. O Muraliza- Festival da Arte Mural de Cascais é um evento financiado pela Câmara Municipal de Cascais, organizado pela associação de intervenção criativa - Mistaker Maker e que conta com o apoio e /ou patrocínio de empresas locais e nacionais.

cascais.pt



Cascais promove inovação na saúde

Projetos inovadores continuam a nascer do ninho de empresas DNA Cascais



Imagine que tem de ser submetido a uma intervenção cirúrgica. Durante o procedimento, a sua respiração vai produzir compostos de dióxido de carbono. Se o paciente estiver sob anestesia em circuito fechado - corrente respiratória que sai e entra no paciente -, este não pode conter CO2, produzido quando a pessoa expira. Este processo evitaria, desta forma, a sua intoxicação. “O desenvolvimento de tecnologia para remoção de dióxido de carbono de circuitos fechados é o objetivo do InovBreath”, refere Luísa Neves, sócia gerente da empresa. “Queremos alargar o processo também às áreas do mergulho, minas e submarinos”. O projeto foi o grande vencedor da 10ª edição do Concurso de Ideias e Negócios DNA Cascais (CINC). O projeto é liderado pela empreendedora Luísa Neves e visa purificar as correntes de gases de anestesia. Usa um processo inovador, integrando a absorção e regeneração de CO2.

O concurso deste ano teve também vencedores nas áreas de Ambiente/Energia/Mar, Empreendedorismo Social, Tecnologias da Informação e Comunicação, Saúde e Turismo/Comércio/Serviços. Todos os finalistas são acompanhados e apoiados na elaboração de planos de negócio e mitigação de risco, captação de investidores e direito de preferência na instalação da empresa no Ninho de Empresas DNA Cascais. A InovBreath, como grande vencedor, vai receber um prémio no valor de 2500 euros, que se destina a parte do capital social de novas sociedades ou reforço de empresas já existentes. O CINC tem sido um importante catalisador de negócios em Cascais, captando as ideias de empreendedorismo no concelho - de startups, com menos de três anos de existência - e facilitando o acesso a fontes de financiamento a projetos inovadores.



À 10ª edição, o CINC já envolveu mais de 600 empresas e criou uma linhagem de empresas de sucesso

- QStamp, um sensor de gestão alimentar que permite identificar a data de validade e do consumo ideal dos produtos
- C-Bag, uma mochila que combina um assento e encosto num só objeto
- Merenda Portuguesa, que possibilita uma refeição saudável baseada num invólucro de pão
- Eggcellent, um restaurante de comida rápida, saudável e nutritiva à base de ovos
- Stickables, sensores sem fios que permitem orientar veículos em marcha-atrás através do telemóvel
- Clicly, software para monitorizar sites, blogs ou redes sociais
- Medbone, empresa de biotecnologia que criou um substituto sintético para matéria óssea
- Inocrowd, plataforma de open innovation que liga empresas, investigadores e universidades
- Belmont Eletronics, com um integrador de sistemas na área da videovigilância digital
- DivePod, um equipamento desportivo náutico que facilita a logística do mergulho recreativo e profissional

Melhores Empresas para Cascais

A DNA Cascais tem também outras ferramentas para a catalização de empresas. Destacamos o Melhores Empresas para Cascais, desafio promovido pelo B Lab - Portugal & Africa Lusofona, IES e pela DNA Cascais e que tem como parceiros o IPAMEI e a AECC - Associação Empresarial do Concelho de Cascais. “O objetivo é convidar todas as empresas da região a medir, comparar e melhorar o seu impacto nas várias partes interessadas da empresa: nos colaboradores, na comunidade, no ambiente, entre outras áreas”, diz Lénia Mestrinho, do Instituto de Empreendedorismo Social. “O que se pretende é que as empresas da região tenham cada vez mais um papel ativo e dinâmico na resolução dos problemas sociais e ambientais da região de Cascais”. As vantagens são a formação e capacitação, as ferramentas, a utilização de boas práticas, de exemplos que as empresas vão absorver durante o programa, mas também o resultado final das empresas se tornarem mais robustas, mais resilientes e com relações mais fortes com todas as partes interessadas. “As questões de sustentabilidade e de impacto são cada vez mais um fator de competitividade para as empresas - já não é uma questão marginal do próprio negócio, mas central, que já é exigida pelos investidores, pela geração dos “millennials” e pelos consumidores”, refere Lénia Mestrinho.

MELHORES EMPRESAS para CASCAIS 2016

ACEITE O DESAFIO!
Seja uma das melhores empresas para Cascais
www.mecascais.com

DNA.CASCAIS | IES | IPAMEI

CASCAIS
Tudo começa no ninho

(de) Cascais

Mariana Cintra: Artesã de bijuteria personalizada

“Quando as pessoas me pedem para criar um determinado colar estão a transferir parte do significado da sua vida para uma peça de bijuteria.”

Há dois anos foi de férias para o Alentejo e conheceu uma artesã a quem comprou um colar no qual pediu que colocasse pendentes que evocassem a mãe, a irmã e o namorado. Fascinada com a peça de bijuteria que “conta parte da sua história de vida”, começou a pesquisar sobre a arte da bijuteria artesanal

e junto com uma amiga cria a marca *Pipe*, nome que traduzido do inglês significa tubo. Para Mariana, na vida há sempre uma saída no fim do túnel. “Por pior que seja a situação há sempre uma escolha a tomar que pode fazer do amanhã um dia melhor”, explica. Este é o conceito que dá forma às suas criações que refletem os valores de vida de cada pessoa. “Quando as pessoas me pedem para criar um determinado colar estão a transferir parte do significado da sua vida para uma peça de bijuteria que passam a partilhar com o conceito de vida que imprimo às minhas criações.

Versáteis, personalizadas e simples, são peças criadas para usar no dia-a-dia e em ocasiões especiais com diferentes estilos de roupa. Colares com uma, duas ou três voltas que se podem modificar de acordo com o gosto de quem os utiliza. Podem ser usados na frente e no verso. “Posso ir para a praia e depois ir jantar, mudar apenas o casaco e continuar com o mesmo colar”, explica.



Mariana não consegue estar parada. No início do lançamento do negócio ainda conseguia conciliar os estudos de Arquitetura com o trabalho aos fins de semana numa loja de roupa. Divulga as suas criações na internet, Instagram e facebook. Durante o verão mostra os seus colares em feiras e mercados. Esta é a segunda vez que tem um stand na FIARTIL. Do Estoril, segue para a Indonésia para

preparar a coleção para o verão do próximo ano. “Quero fazer uma coleção baseada em Bali”, conta. Brasileira, nasceu há 24 anos em Goiânia. Está em Portugal há 11 anos e sempre viveu em Cascais. “Viver em Cascais inspira-me. Estudo em Lisboa É um alívio voltar para Cascais ao final do dia”. Costumo dizer que se não vivesse em Cascais, não estaria em Portugal”.

Jorge Brito: Sapateiro-Artesão



Sapateiro-artesão, Jorge Brito expõe pela segunda vez as suas criações na Feira de Artesanato do Estoril. Faz sandálias por medida e todo o tipo de arranjos em sapatos, bolsas, fechos, blusões, sacos. “As minhas sandálias duram, seguramente, mais de 10 anos”, afirma. Sentiu-se realizado porque tem a

profissão de que gosta e por ver que os clientes o reconhecem pela qualidade do seu trabalho e dos materiais que utiliza na produção das sandálias artesanais que confeciona. “Alguns dos modelos são personalizados, idealizados pelos próprios clientes”, explica. Jorge nasceu há 52 anos na an-

“As minhas sandálias duram, seguramente, mais de 10 anos.”

tiga maternidade do Monte Estoril, e sempre viveu em S. João do Estoril, onde tem uma oficina. Desde criança que mostrou talento para os trabalhos manuais. Inicialmente, o seu percurso profissional, não passou por esta área. Trabalhou num serviço público, mas quando há mais de duas décadas essa porta se fechou, Jorge Brito, que já sentia o entusiasmo empreendedor na sua vida, começou a fazer trabalhos de sapateiro para os vizinhos na sua própria

casa. Era um sapateiro autodidata que quando pensou em fazer do seu dom um negócio, foi fazer uma formação na área artesanal, um dos requisitos necessários para se poder estabelecer.

Este artesão cascalense tem mostrado os seus trabalhos em diversos certames que já lhe trouxeram alguma visibilidade, mas conta que o retorno financeiro da sua atividade provém, essencialmente, dos arranjos que faz no dia-a-dia como sapateiro. “ Não enriqueço com este trabalho, mas o que ganho dá para me manter. Faço o que gosto”.

“Já não há muitos sapateiros, mas quem compra sapatos de qualidade, quando estes precisam de consertos recorre a um sapateiro, não os substitui logo por outros”, diz com a certeza de quem tem experiência no ramo há quase três décadas. Jorge mantém a sua oficina aberta há 18 anos num centro comercial no concelho.

OPINIÃO



SALVATO TELLES DE MENEZES
PRESIDENTE DA FUNDAÇÃO D. LUÍS I

A delicada mão regressou ao pote, acariciou os papelinhos dobrados e retirou um: *Café Itália*. Quem desce para os Paços do Concelho, preferentemente depois de ver a bela exposição *terEstado*, de João Jacinto e Miguel Navas, no Centro Cultural de Cascais, e espreitar as obras de Josefa de Óbidos que sacramente ornamentam as paredes da Igreja Matriz, encontra, a meio caminho, um portão de ferro de um antigo hotel de charme, agora transformado, para satisfação dos frequentadores, em restaurante (italiano) com o pseudónimo de Café.

O simpático casal que gere os destinos da casa (Lucia Ronca, italiana do Norte, e Daniel Ferreira, português de gema) – conheceu-se nos tempos do hotel em 1975 – época de altas temperaturas em diversas áreas de actividade – e acabaram por abrir o estabelecimento que hoje conhecemos, mantendo, curiosamente, na casa de banho, uma banheira, reminiscência dessa anterior vivência. Creio que será o único restaurante no mundo que oferece aos clientes a possibilidade de um banho de imersão: de preferência antes do repasto.

Outra curiosidade do *Café Itália* é uma parede onde estão penduradas duas fotografias: uma da Signora (L. Ronca) com o Papa João XXI, na altura cardeal de Veneza, e outra, capturada fortuitamente numa rua de Roma, com Il Cavaliere. Mas a melhor de curiosidade é a cozinha: gerida, com mão sábia e, creio, benevolmente disciplinadora pela Signora, produz pratos muito bem trabalhados e conseguidos, mostrando sempre um equilíbrio de sabores que não é muito comum em casas similares. A minha sugestão é que a carta seja dispensada, não porque lhe falem informações pertinentes mas porque se adequa sobretudo a satisfazer os (muitos) clientes estrangeiros, e se solicite a judiciosa opinião do Sr. Daniel. É o que faço: o resultado tem sido uma persistente satisfação para as minhas papilas gustativas. Cesare Pavese escreveu que *laborare stanca*, mas para Lucia e Daniel isso não é problema, sabem que só trabalhando, como manda a ética nortista, se tem êxito.

AGENDA CASCAIS



APP AGENDA CASCAIS

cascais.pt

MÚSICA

21 JULHO
Grandes Concertos do Casino
Ana Moura
Gratuito - M/18
23h
T. 214 667 815 | 933 106 760
<http://www.loungedcasinoestoril.com/>

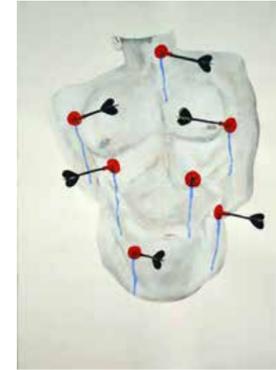
28 JULHO
Grandes Concertos do Casino
Tiago Bettencourt
Gratuito - M/18
23h
T. 214 667 815 | 933 106 760
<http://www.loungedcasinoestoril.com/>

21 A 23 JULHO
Festas de Carcavelos e Parede
Mercado de Carcavelos
21 - Mishlawi / Expensive Soul
22 - D.ª Elvira / Legendary Tigerman
23 - Tambor / Camané
Gratuito
T. urf-carcavelosparedede.pt



EXPOSIÇÕES

ATÉ 25 SETEMBRO
Exposição de Pintura Miguel Navas e João Jacinto - terEstado
Centro Cultural de Cascais
Custo: Bilhética Bairro dos Museus
3ª a domingo | 10h00-18h00
T. 214 815 665
www.fundacaodomluis.pt



ATÉ 9 OUTUBRO
Agatha Ruiz de la Prada
Casa de Santa Maria
Custo: Bilhética Bairro dos Museus
3ª a 6ª, 10h00 - 17h00 | Sábado e Domingo 10h00 - 13h00 e 14h00 - 17h00



AMBIENTE

23 JULHO
Visita guiada à ZIBA
Ponto de encontro: Praia da Parede
Junto ao parque de estacionamento
Custo: 6,00€ por pessoa | gratuita

até aos 3 anos
9h - 13h
T. 214 604 230
atividadesnatureza@cascaisambiente.pt



24 JULHO
Passeio Interpretativo na Duna da Cresmina
Custo: € 3,5
10h
T. 214 604 230
atividadesnatureza@cascaisambiente.pt



TEATRO

ATÉ 31 JULHO
Alice no Jardim das Maravilhas
Palco 13
Parque Marechal Carmona (entrada do Museu Condes de Castro Guimaráes)
Custo: 10,00€ (bilhete normal), 8,00€ (estudantes e seniores), 8,50€ (+10 pax)
M/12
4ª a domingo, às 22h,
T. reservas@palco13.pt | 934 495 034 | site: www.palco13.pt | <https://www.facebook.com/companhia.palco13>

OUTROS

ATÉ 1 OUTUBRO
Nada se Perde... Recolha e Troca de Manuais Escolares
Biblioteca Municipal de São Domingos de Rana
2ª Feira - 14h00 às 17h00 | 3ª a 6ª feira - 10h00 às 17h00 | Sábado - 10h00 às 12h30 e 14h00 às 17h00
T. 214 815 403/4
bsdr@cm-cascais.pt



UGURU APRESENTA:
VERÃO NO PARQUE
CASCAIS PARQUE PALMELA
AUDITÓRIO FERNANDO LOPES GRACA
STEFANO BOLLANI
> "PIANO SOLO"
30 JUL.
RICHARD GALLIANO & SYLVAIN LUC
> "LA VIE EN ROSE"
T. 214 815 665
13 AGO.
TICKETS FOR SALE: WWW.BILHETERIAONLINE.PT, CTT, FNAC STORES, WORTEN STORES, CENTRO CULTURAL DE CASCAIS AND CASA DAS HISTÓRIAS PALA REGO. PHONE +351 214 815 664. PARQUE PALMELA ON THE DAY OF THE CONCERT. INFO: 214 416 200 - UGURU.NET FACEBOOK.COM/MUSICA UGURU

cascais.pt

CRIANÇAS

ATÉ 30 SETEMBRO
Boas Leituras
BIBLIOTECA INFANTIL E JUVENIL PARQUE MARECHAL CARMONA
Gratuito
2ª das 14h00 às 17h30 | 3ª a 6ª das 9h30 às 17h30 | Sábado das 9h30 às 13h00 e das 14h00 às 17h30
T. 214 815 326/7
bij@cm-cascais.pt

20 JULHO
À Bulha sem Agulha - a Rebelião das Peugas
BIBLIOTECA MUNICIPAL CASA DA HORTA DA QTA DE STA CLARA CASCAIS
Gratuito
10h30
T. 214 815 418
bhjqsc@cm-cascais.pt

23 JULHO
Semear...para depois colher
BIBLIOTECA MUNICIPAL CASA DA HORTA DA QTA DE STA CLARA CASCAIS
Gratuito
10h30
T. 214 815 418
bhjqsc@cm-cascais.pt

23 JULHO
Terra à Vista! - Jogo de Pistas
BIBLIOTECA INFANTIL E JUVENIL

PARQUE MARECHAL CARMONA CASCAIS
Gratuito
10h00 - 11h00
Inscrições: de 2ª a 6ª das 9h30 às 17h30
T. 214 815 326/7
bij@cm-cascais.pt

30 JULHO
Caça ao Tesouro
BIBLIOTECA INFANTIL E JUVENIL

PARQUE MARECHAL CARMONA CASCAIS
Gratuito
10h00 - 11h00
Inscrições: A partir de 22 de julho, de 2ª a 6ª das 09h30 às 17h30
T. 214 815 326/7
bij@cm-cascais.pt





PATRICIA WESTHEIMER
JOURNALIST AND TEACHER

Pat's Corner

(In memory of Pat Westheimer, American writer, teacher and journalist)

The Symphony Orchestra of Cascais and Oeiras

The lights slowly begin to dim as the stage lazily awakens. The players of the Symphony Orchestra of Cascais casually stroll into sight. Afterwards, for some moments, a subdued silence is prevalent among the audience as well as the players.

From the side, there enters onto the stage the conductor. All eyes of the players are upon him. Suddenly he thrusts his baton downward. The symphony under the leadership of maestro Nikolay Lalov has begun its concert.

The music is enchanting; the audience is captivated. The applause at the end is hard to cease, with calls for encore after encore. How did Cascais and Oeiras come to have an orchestra of such outstanding quality and who is Maestro Nikolay Lalov?

The maestro, a violinist, came to Portugal from the Republic of Bulgaria in 1989, at the invitation of a Portuguese conductor to be first violinist and second conductor. He and his wife and family never returned. Portugal became their permanent home.

His presence has led to the creation of the Chamber Orchestra of Cascais and Oeiras and since last year the Symphony Orchestra of Cascais. Equally important is the Conservatory of Music of Cascais which now proudly teaches approximately 360 students.

The Chamber Orchestra of Cascais and Oeiras started its activity in the year 2000 with the support of the municipalities of Cascais and Oeiras. More than 110 events per year are divided between concerts, recitals and educational programs.

The Symphony Orchestra of Cascais is now in its second year with 5-6 concerts a year and 75 musicians on the stage under the baton of Maestro Nikolay Lalov. The Conservatory of Music of Cascais began its services in 2008 with the important support of the municipality of Cascais. In return for the municipal support, the Conservatory offers 50 scholarships for local bands to further improve their skills. Additionally, the Conservatory assists in creating a Youth Orchestra of Cascais with 70 young students.

With 40 permanent teachers and 30 part-time teachers, the Conservatory of Music of Cascais can rightly claim to enhance the romantic charms of Cascais with the finest musical ensemble under the leadership of maestro Nikolai Lalov.

Ronald Charles Wolf

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

The Phantom of Brexit

Article by Teresa Patrício & Associados, Advogados www.tpalaw.pt/en

What are my rights as an EU national?

UK citizens have the right to free movement and residence in national territory as EU nationals. They can enter Portugal with a valid passport and without the need for a visa. After 3 months UK nationals should register with the Municipality to formalize the right of residence. An EU Resident Registration Certificate (*Certificado de Registo de Cidadão da União Europeia*) is issued, valid for 5 years.

5 years after registration and uninterrupted legal residence in Portugal, UK nationals can apply at the Border Agency (SEF) for an EU Permanent Residence Card (*Cartão de Residência Permanente de Cidadão da União Europeia*) which must be renewed every 5 years.

After 6 years of legal residence, UK nationals can apply for Portuguese Citizenship, by naturalization.

What are the immediate implications of Brexit for my residency rights? Despite the vote in the referendum on 23rd June 2016, it is still uncertain whether the UK will officially cease to be a member of the EU, or when, and on what terms.

An official exit involves prior negotiations likely to last at least 2 years. Given this, UK citizens are understandably



apprehensive about their future, especially those living outside the UK.

Much has already been written about how exit will affect residency rights of UK citizens living in the EU but it is, unfortunately, too soon to say. A lot will depend on negotiations between the UK and the EU: if a single market remains, it is likely the right to free movement and residence in the EU will remain. If the British government decides to impose work permits, it is likely other countries will do the same, meaning UK nationals will have to apply for a visa to work. Despite the complexity and uncertainty, one thing is certain: until an exit officially takes place, there will be no impact on the residence rights of UK nationals.

How can I prevent Brexit

affecting my residency rights? Consider the following if resident for:

- More than 3 months - apply for a Registration Certificate
- Over 5 years - obtain a Permanent Residence Card
- At least 6 years - apply for Portuguese citizenship.

Any application to the competent Portuguese entities will mean all legal requirements will be met. So it is very important that UK citizens are aware of their rights and know the correct procedures for residency, to avoid being haunted by the phantom of Brexit.

Further information can be found at www.tpalaw.pt/en/news

Home Grown

By Hans Lamers

Ana Free has exploited YouTube to carve out her music career, and she has done so successfully. Dispensing with the paraphernalia of the industry - label, manager, booking agent and publisher - her YouTube video channel has notched up almost 110.000 registered subscribers and some 3 million views.

Her music videos on YouTube itself have attracted over 35 million. Besides performing many of her own songs, her cover version videos of Nickel-

back's "Savin' Me", The Rolling Stones "Angie", and Shakira's 2010 World Cup theme "Waka Waka", have each clicked up over a million YouTube views. She has more than 100.000 likes on her Facebook Fan Page. Born Ana Gomes Ferreira to a British mother and Portuguese father, she grew up in Cascais and went to St. Julian's International School in Carcavelos. She did her degree in economics at the University of Kent, England. She took up the guitar

at the age of 8 and is a compulsive songwriter, with over 500 songs to her credit.

Her first Portuguese TV appearance came in 2007 (on TVI) with "Crazy", a song she composed herself. Her first chart success was in 2008 with "In My Place". Its popularity led to the song's inclusion in the TV series "Morangos com Açúcar" and "Podia Acabar o Mundo". Telecoms group Zon used the song in a TV commercial and in 2013, Ana Free

Mobi Cascais to Start in September



Mobi Cascais is a new integrated mobility strategy for Cascais which was presented to the public on 6th July at the Congress Centre in Estoril by Deputy Mayor Eng^o Miguel Pinto Luz.

He stated that the project is "pioneering and innovative" for Portugal and will "promote the use of bicycles, provide parking facilities and new buses,"

The new strategy will start in September and, by the end of 2017, Mobi Cascais is expected to provide:

- 1,280 free parking spaces near the train stations

The Queen at 90

The Queen is 90, Hip Hip, Hooray! I met her once, it made my day. She shook my hand, and I bowed low, an act of fealty, as you know.

Ascot week arrived once more With scores of fillies to adore. Morning suits with top hats too,

- New buses and bus routes from Cascais and Estoril at first, then S. Domingos de Rana, Alcibadeche and Carcavelos/Parede.
- The "SurfBus" which is destined for use by surfers and will run along the circuit of beaches from Carcavelos to Guincho and Camping at Areia.
- 70 kilometres of bike lanes (currently 20 kilometres)
- An increase to 1,200, up from 60, of the shared council bicycles (Bi-Cas) which are already available and free to use for the day.

Miguel Pinto Luz added that "docking points will be made

A royal occasion through and through.

State landaus drive the Royal Mile, Prince Philip and the Queen both smile. Seen also driving in the Mall, Prince Philip's truly H.M.'s pal.

Henley, Goodwood, Garter Knights, Trooping the colour, other sights

album "TO.GET.HER" (or "TOGETHER", as it is also known) and three of its songs made it to number 1 as well. "Electrical Storm", arguably her biggest hit to date, also made number 1 on MTV's "Portugal Top 50 National Music Chart". She digitally released her second EP, "The Weight of the Soul" in



available throughout the Municipality for 2,000 bicycles, either private bicycles or council-owned, regular or electric". For a monthly cost of 10 euros, BiCas can be picked up at any time and used for an indefinite period, as opposed to currently for a single day and within the period the collection points are open.

12 euros per month will include use of the new buses. Alternatively, a monthly pass of 20 euros will give you access to the BiCas, buses and unlimited parking in any area of the Municipality except for the town centre where turnover is highest.

There will be an online platform, an 'app', to be downloaded to find information about; bus timetables, the availability of bicycles and places to park them, anti-vandal alarms and video surveillance. The App will also allow you to manage the details of your residence parking permit, pay parking meters and public transport tickets.

More information is available by email to: geral@mobicascais.pt

Abound. Thanksgiving service at St Paul's, Street party in the Mall enthral.

God Save the Queen, long may she reign, Often heard, with just refrain, This stable and Elizabethan age, No one would wish to turn the page.

Robin Apthorpe, Muchaxo 20/6/16.

2015. The disc version went on sale in stores early in 2016. She has toured extensively and featured as the opening act for Shakira, James Morrison and Linkin Park. She performed at Lisbon's prestigious "Rock in Rio" concert in 2012. *A cascalense of note.*



SOCIAL & COMMUNITY EVENTS

13 JULY
Americans Living in Portugal - Happy Hour
2nd Wednesday of every month - all welcome
HOTEL BAÍA
18:00 - 20:00
✉ della.a.rio@gmail.com

15 JULY
My Beautiful Cascais - Book Launch
My Beautiful Cascais, Memoirs of an American Journalist by Patricia Westheimer. Register by 14th July.
CASCAIS CULTURAL CENTRE
18:30
✉ 214 821 201
rgeditora@rglivreiros.pt

29 JULY
Royal British Club - Happy Hour
An opportunity to see old friends and meet new people - all welcome
HOTEL BAÍA
18:00 - 20:00
✉ 913 831 083
secretary@royalbritishclub.pt

28 JULY - 31 JULY
Mercado da Sardinha
Market with grilled sardines, petiscos and other stalls and activities.
MERCADO DA VILA CASCAIS
FRI 16:00 - MIDNIGHT, SAT 10:00 - MIDNIGHT, SUN 10:00 - 22:00
✉ mercado.vila@dnacascais.pt

ART & EXHIBITIONS

UNTIL 17 JULY
Manuel Amado Exhibition
"The summer was just like a house to live in where everything is..." Exhibition of 26 paintings by Manuel Amado, chosen by Paula Rego.
CASA DAS HISTORIAS PAULA REGO
10:00 - 18:00
✉ 214 826 970
<http://www.casadashistorias.com/pt/>

UNTIL 30 AUGUST
Sound Painting
Exhibition of work by Claus Von Oertzen who lives and works in the Estoril region.
GALERIA DE ARTE DA FREGUESIA DE CASCAIS ESTORIL
Tue - Sat 10:00 - 18:00
✉ galeriarte@jf-cascaisestoril.pt
<http://www.cm-cascais.pt/evento/>

09 JULY - 09 OCTOBER
Agatha Ruiz de la Prada
Exhibition by Spanish designer Agatha Ruiz de la Prada including some of her most iconic dresses.
CASA DA SANTA MARIA
10:00 - 17:00
✉ 214 815 660
<http://www.cascais.pt/evento/>

UNTIL 30 DECEMBER
The Cultural Landscape of Estoril in the 1940's
Exhibition focusing on images of Estoril from the 1940's.
ESPACO MEMORIA DOS EXILIOS, ESTORIL
Mon - Fri 10:00 - 18:00
✉ 214 815 930

THEATRE & MUSIC

JULY
Cinema Highlights

Independent cinema screens movies in English, French and other languages. Thursday premières.
Coming soon: The BFG, Miles Ahead, Ice Age - Big Bang, Pele - Birth of a Legend.
CINEMA DA VILLA
14:00 - 22:00 sessions
✉ 215 887 311
geral@ocinemadavilla.pt

07 MAY - 24 SEPTEMBER
Outjazz 2016
Concerts in the parks and gardens of Cascais on Saturdays and Sundays.
PARQUE MARECHAL CARMONA, JARDIM DA CASA DAS HISTORIAS PAULA REGO, PARQUE PALMELA
17:00
✉ www.cascais.pt

01 JULY - 13 AUGUST
Summer in The Park
Series of open air concerts, classical and Jazz.
PARQUE PALMELA
✉ <http://www.cm-cascais.pt/evento/verao-no-parque>
www.uguru.pt

01 JULY- 01 AUGUST
Festival de Estoril Lisboa
Series of classical concerts and performances.
VARIOUS VENUES
Information: <http://www.cm-cascais.pt/evento/42o-festival-de-estoril-lisboa>

10 JULY
Viva o Verão, Choral Concert.
Câmara de Cascais Choir. Concert to celebrate summer including works by Fernando Lopes Graça.
CASA DE SANTA MARIA
16:00
✉ 214 815 383

21 JULY - 8 SEPTEMBER
Grandes Concertos do Casino
Series of concerts by well-known artists on Thursdays.
21 July Ana Moura. Entrance free. 16:00.
ESTORIL CASINO, LOUNGE D
✉ 214 667 815 | 933 106 760
<http://www.lounged-casinoestoril.com/>

SPORTS & SAILING

02 JULY, 30 JULY
Lisbon Hash House Harriers (LH3)
All welcome including families
MEETING POINT IN CASCAIS AND SURROUNDING AREAS
A great way to have fun, meet people, exercise and explore different areas.
Every other Saturday 14:00-16:30
✉ www.lisbonh3.com

23 JULY
Rock Climbing
Initiation to rock climbing aimed at beginners, €5. Limited spaces available.
15:00 - 18:00
GRUTAS DE ALVIDE CASCAIS
✉ 961 304 923
<http://www.cascais.pt/en/evento/rock-climbing>

OTHER EVENTS

16 JULY
The Woolly Donkeys of Quinta do Piaso
Get to know the Mirandese donkeys and the part they play in the Natural Park of Sintra and Cascais.
QUINTA DO PIASO
10:00 - 12:00
✉ 214 604 230

Vestidos de Agatha Ruiz de la Prada na Casa de Santa Maria



Até 9 de outubro na Casa de Santa Maria pode deslumbrar-se com os 30 vestidos favoritos de Agatha Ruiz de La Prada. A estilista espanhola que se inspira no trabalho de artistas como Rothko e movimentos como o Pop, destaca-se pelas riscas coloridas, flores e corações. Ao todo, a exposição reúne 37

vestidos dispersos pelas várias salas da Casa de Santa Maria, emprestando à obra de Raul Lino, arquiteto deste imóvel integrado no Bairro dos Museus, um colorido diferente e sobretudo o contraste entre o antigo e o moderno. Para ver até 9 de outubro! Saiba mais em cascais.pt



CURTAS

Corporações de Bombeiros recebem veículos e equipamento através de OP

Os 130 anos de existência da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Cascais que contou com a presença do Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa e da Ministra da Administração Interna, Constança Urbano de Sousa e o 105º aniversário da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Carcavelos e S. Domingos de Rana, foram o pretexto para a entrega de uma nova ambulância e de 150 equipamentos de proteção individual para incêndios urbanos e de um veículo urbano de combate a incêndios, respetivamente. A Corporação de Bombeiros de Alcabideche recebeu igualmente duas ambulâncias, sendo uma equipada com material de suporte avançado de vida. Estas foram as propostas mais votadas no âmbito do Orçamento Participativo de 2015.



Cascais na vanguarda do turismo de negócios

Cascais, com grande tradição na organização de eventos de elevado perfil, destaca-se uma vez mais como principal destino português no turismo de negócios. Depois de em 2015 ter acolhido o Horasis China Meeting, este ano recebeu outro mega encontro, o Horasis India Meeting em que participaram mais de 300 CEO e presidentes das maiores multinacionais. Na ocasião, Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais, referiu "Cada vez mais, Cascais assume-se como um município central na decisão dos grandes vetores estratégicos internacionais, reforçando o contributo das políticas públicas locais com impacto global".

Prémio Paula Rego

O júri do concurso, constituído por Caroline Willing, filha de Paula Rego; Catarina Alfaro, Curadora e Coordenadora da Programação e Conservação da Casa das Histórias Paula Rego; Victor dos Reis, Presidente da FBAUL; Pedro Saraiva, Professor Catedrático da FBAUL; António Matos, Professor Associado com Agregação da FBAUL e Sandra Tapadas, Professora Auxiliar da FBAUL, reuniu no passado dia 15 de junho e selecionou 61 das 118 obras admitidas. A lista pode ser consultada no site da FBAUL.

As 61 obras selecionadas integrarão a exposição "Prémio Paula Rego" que se realizará na Casa das Histórias Paula Rego - Fundação D. Luís I, em Cascais,

entre os dias 28 de julho e 18 de setembro de 2016. A obra vencedora será escolhida exclusivamente por Paula Rego e ficará a fazer parte da coleção privada da pintora.

Para o presidente da CMC, Carlos Carreiras, "o prémio é o corolário de um percurso que temos vindo a fazer com a Paula Rego, no sentido de chamar a comunidade criativa para o concelho. Esperamos que venha a ser um caminho muito longo". A mostra é garantida pela CMC, através da Fundação Dom Luís I, que celebrou um protocolo com a Faculdade de Belas Artes para a realização de três edições anuais da exposição e do prémio, podendo no futuro alargar-se a outras escolas.

SABIA QUE

Cascais recicla chapéus de praia e espreguiçadeiras?

Os materiais danificados tiveram um destino final adequado, numa lógica de sustentabilidade, e ainda permitiu a redução para metade do investimento previsto.

Saiba mais em: cascais.pt

MUNDIALITO CASCAIS 2016

Entrada Livre

Portugal
USA
Brasil
China

SEXTA-FEIRA (29 JULHO)	SÁBADO (30 JULHO)	DOMINGO (31 JULHO)
13:00 BRASIL - USA 14:30 PORTUGAL - CHINA	13:00 BRASIL - CHINA 14:30 PORTUGAL - USA	13:00 USA - CHINA 14:30 PORTUGAL - BRASIL

PARCEIROS: CASCAIS, COMARCAS DE PORTUGAL, PAEZ, RR

BEACHSOCCER.COM #MUNDIALITOCASCAIS