

# ATUAL

Tudo sobre Cascais

SEGUNDA-FEIRA, 19 OUTUBRO 2015 . Mensal . Ano 4 . N.62  
CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS . www.cascais.pt . INFOMAIL

## ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2015

Códigos de votação disponíveis no verso deste jornal



**VOTE DE 19 OUT A 22 NOV**



CAROLINA Assistente Social

PATRICIA Arquiteta

NUNO Vereador

FERNANDO Manutenção

PAULO Jardineiro

P. 6-10

**ESTAMOS PRONTOS PARA FAZER SÓ FALTA O SEU VOTO!**

C | ATUALIDADE

### Presidência Aberta no arranque do ano letivo

Durante dois dias foram visitadas escolas básicas e jardins de infância do concelho e inauguradas obras de requalificação no valor de 3,6 milhões de euros. A iniciativa contou com a presença de professores, pais e alunos.

P. 02

C | DESTAQUE

### Capital Europeia do Voluntariado 2016

Cascais é o único município português a integrar a lista de finalistas à Capital Europeia do Voluntariado 2016 e concorre, agora, com Edimburgo (Escócia), Belfast (Irlanda do Norte), Londres (Inglaterra), Bruges (Bélgica), Perm (Rússia) ou Roma (Itália).

P. 03

C | ATUALIDADE

### Plantas medicinais na Quinta do Pisão

A biodiversidade da Quinta do Pisão, em pleno Parque Natural Sintra-Cascais, é todo um universo com características únicas, tão únicas que muitas das plantas e frutos que dele fazem parte têm propriedades medicinais. Sabe quais são?

P. 04-05

C | EXPAT COMMUNITY

### C also in English powered by AngloINFO

Participatory Budget - vote now for your favourite project - it is one of the highlights of this edition of C, but there is more: The Cost of Castanha and St Martin's Day traditions are also in "the place where expats and Cascais come together".

P. 14-15

## EDITORIAL

Orçamento Participativo 2015. Chegou o tempo de decidir quais os novos projetos que vão contribuir para um Cascais mais próximo de cada munícipe. É já a partir da próxima segunda-feira - 19 de outubro e até 22 de novembro - que a decisão está nas mãos de cada munícipe. Nesta edição fique a conhecer cada um dos 40 projetos, um número recorde desde que foi implementado o Orçamento Participativo (OP) em Cascais, em 2011.

Cascais é um município considerado uma referência mundial. O norte-americano Lex Paulson - que já organizou a campanha de Barack Obama à presidência dos Estados Unidos e que agora se dedica ao estudo de orçamentos participativos no mundo - disse, numa visita ao concelho, que "Cascais é um dos modelos e um dos lugares mais importantes para o OP", acrescentando que o método utilizado no concelho "tem facilitado o envolvimento direto, cara-a-cara. Quando as pessoas tiverem discussões menos razoáveis existe a hipótese de intervir a um nível mais humano. Não se trata de excluí-las do processo, mas de conversar e atingir um compromisso". Lex Paulson realçou ainda que Cascais é um exemplo porque "um sistema como o OP, da forma como Cascais está a geri-lo, é precisamente o que cada cidade democrática deve usar. Criar novas maneiras de dar poder aos cidadãos e motivos para que estes se informem, troquem e proponham ideias, tenham autoria sobre um projeto até ao fim. É isso que gera bons cidadãos e fortalece uma democracia".

Este ano há novidades na votação - que pode saber num especial de cinco páginas que preparámos para si. Os projetos distribuem-se por várias áreas: espaços escolares, espaços verdes, equipamentos culturais, equipamentos desportivos, rede pública viária, mobiliário urbano, acessibilidades, mobilidade suave, saúde, ação social, proteção ambiental e energia, reabilitação e requalificação urbana, saneamento e higiene urbana, segurança e proteção civil, turismo, comércio e promoção económica.

Em 2013, Cascais foi considerada a Capital da Cidadania e Democracia Participativa. Em 2014, tivemos o OP mais votado de sempre. Em 2015, marque também a diferença! Novas estruturas vão nascer. Escolha. Vote. Faça parte.

Exemplo de cidadania ativa e participativa no concelho é também o Voluntariado. Cascais é o único município português a integrar a lista de finalistas à Capital Europeia do Voluntariado 2016. O Voluntariado de Cascais - uma estrutura municipal que existe há seis anos e que conta com 1200 voluntários inscritos e 63 entidades parceiras - desenvolveu, em 2015, um plano de ação assente na sensibilização e formação dos cascalenses e na promoção de iniciativas em áreas como a cultura, a saúde, o ambiente, a cultura social, a cidadania e outras. São várias as ações, ao longo dos últimos anos, que colocam, agora, Cascais lado a lado com grandes municípios europeus: Edimburgo (Escócia), Belfast (Irlanda do Norte), Londres (Inglaterra), Bruges (Bélgica), Perm (Rússia) e de Itália: Roma, Viterbo, Lucca, Varese, Cagliari. O resultado é conhecido a 5 de dezembro, Dia Internacional do Voluntariado.

Este é um C especial dedicado à importância que cada munícipe tem na construção de um concelho melhor. Um concelho mais perto de si!

Boas leituras! 

## DESTAQUE

## PRESIDÊNCIA ABERTA NAS ESCOLAS

Inauguradas obras no valor de 3,6 milhões de euros



Jardim de Infância de Parede



Escola Básica de Alcoitão



Inauguração do Pólo Tecnológico da Escola Matilde Rosa Araújo



Pólo Tecnológico da Escola Matilde Rosa Araújo

No âmbito da Presidência Aberta foram visitadas 15 escolas e inauguradas obras de requalificação de espaços exteriores e interiores no valor de 3,6 milhões de euros nas escolas básicas e jardins de infância do concelho. "Este foi um início de ano letivo dos melhores de sempre" garantiu Carlos Carreiras, presidente da Câmara de Cascais, esclarecendo que "intervencionámos 20 escolas, reforçámos o pessoal não docente com 135 pessoas

e arrancámos o ano letivo com todos os docentes colocados, o que demonstra bem como a educação é uma prioridade no concelho de Cascais". Durante a Presidência Aberta nas Escolas foram, ainda, inauguradas obras do Orçamento Participativo de 2013, do projeto "Sombras nas escolas, crianças na rua" com o objetivo de dotar cinco escolas da freguesia de Alcabideche de coberturas e toldos. A Presidência Aberta fechou com chave de

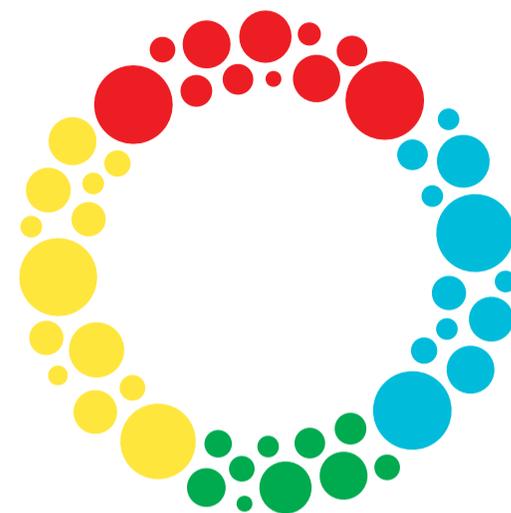
ouro, com a inauguração do novo Pólo Tecnológico de Formação da Escola Matilde Rosa Araújo, em São Domingos de Rana. "Este Pólo é um sonho tornado realidade" confessou com entusiasmo a diretora do Agrupamento de Escolas Matilde Rosa Araújo, Hélia Rodrigues, que destacou a importância deste novo equipamento "para satisfazer um ensino de qualidade aos alunos que frequentam o ensino profissional". 

## DESTAQUE

# CASCAIS FINALISTA A CAPITAL EUROPEIA DO VOLUNTARIADO 2016



Fonte: Voluntariado de Cascais



**1200**  
voluntários

**0,58%**  
da população  
de Cascais

**63**  
entidades  
inscrites

**+ de 10**  
áreas de  
intervenção

Cascais é o único município português a integrar a lista de finalistas à Capital Europeia do Voluntariado 2016. O vencedor será conhecido a 5 de dezembro, Dia Internacional do Voluntariado. Além de Cascais, estão na corrida a esta distinção os municípios de Edimburgo (Escócia), Belfast (Irlanda do Norte), Londres (Inglaterra), Bruges (Bé-

gica), Perm (Rússia) e de Itália: Roma, Viterbo, Lucca, Varese, Cagliari.

“É o reconhecimento, justo, da grande coligação de vontades, do grande movimento de homens e mulheres, mais ou menos jovens, que em Cascais dão o melhor de si para uma sociedade mais justa, mais solidária e mais fraterna. São eles, os nos-

os voluntários de todas as instituições do concelho, um dos mais valiosos e insubstituíveis ativos de Cascais”, refere Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais. O Voluntariado de Cascais é uma estrutura municipal que existe desde 2009 e que conta com 1200 voluntários inscritos e 63 entidades parceiras.

Ao longo do ano de 2015, o Voluntariado de Cascais desenvolveu um plano de ação assente na sensibilização e formação dos cascalenses para a importância do voluntariado e na promoção de iniciativas. O principal objetivo é a afirmação de Cascais como uma estrutura de voluntariado de qualidade, em áreas como a cultura, a saúde, o am-

biente, a cultura social, a cidadania e outras.

“Comece por fazer parte” é o convite que o Voluntariado de Cascais deixa a todos os cascalenses que querem ser cidadãos ativos da sua comunidade. Os interessados podem saber mais em [cascaisparticipa.pt](http://cascaisparticipa.pt) ou pelos contatos: [voluntariado@cm-cascais.pt](mailto:voluntariado@cm-cascais.pt) e 214 815 419 (telefone).

## (A) CASOS - PERCURSOS PROFISSIONAIS INSPIRADORES

Próxima sessão no dia 29 de outubro às 18h30

Mauro Estrela, 31 anos, Teresa Lourenço, de 47 e João Antunes, com 44 anos, já participaram numa das sessões do evento “(A) CASOS - Percursos Profissionais Inspiradores”, que a autarquia realiza regularmente para dar a conhecer experiências profissionais de pessoas que por diversas razões seguiram novos rumos profissionais, muitas vezes alternativos, criativos e surpreendentes. A ideia é motivar e inspirar outras pessoas a definirem novas estratégias de procura ou criação do próprio emprego. Nestas sessões, a partilha de histórias ocorre

em ambiente intimista, seguida de uma conversa sobre questões ligadas ao mundo do trabalho.

Na próxima sessão, que se realiza a 29 de outubro, às 18h30, no Centro de Interpretação Ambiental da Pedra do Sal, em São Pedro do Estoril, fique a conhecer outras experiências inspiradoras. A entrada é livre, mas é necessária inscrição prévia em [cascais.pt](http://cascais.pt) na área da “Promoção de Emprego, onde pode também encontrar informações sobre estágios profissionais, ações de formação, projetos e iniciativas de empregabilidade.



TERESA OLIVEIRA

Já foi professora. Há dois anos, criou a sua própria empresa de turismo de natureza, a Walk Hike - Portugal. “Apercebi-me que tinha duas alternativas, ou baixava os braços, engrossava a lista de desempregados [...] ou tornava esta mudança numa oportunidade e avançava para um projeto pessoal [...]”.



MAURO ESTRELA

Assistente social, arranjou colocação depois de ter frequentado um estágio profissional. Quando partilhou o seu testemunho estava a trabalhar há poucos meses. “A vida é feita de escolhas como se de um puzzle se tratasse, o desafio surge quando a peça não encaixa. Existem dois caminhos, moldamos ou somos moldados... acima de tudo existe sempre escolha”.



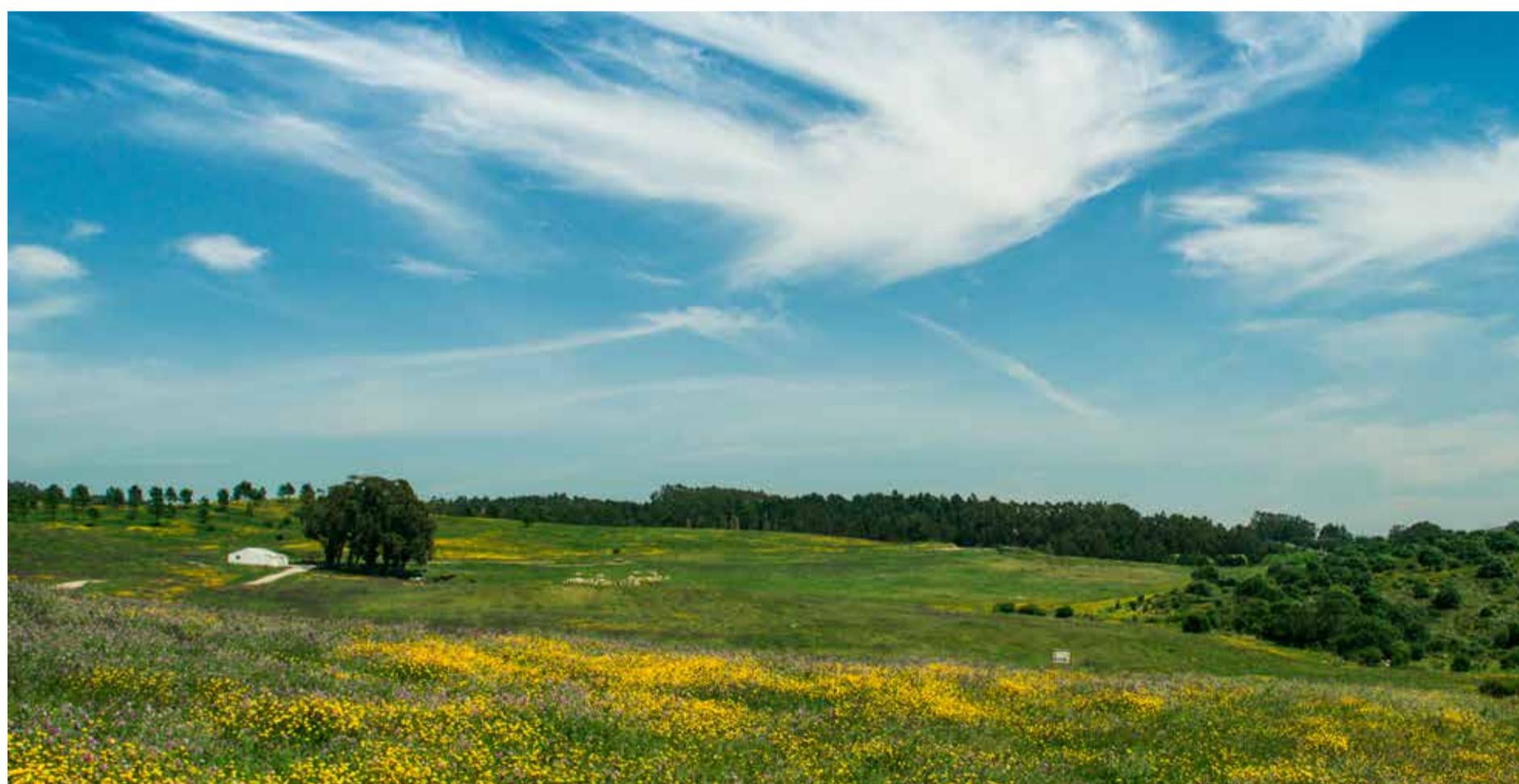
JOÃO ANTUNES

Atualmente é dono do seu próprio negócio, o Drop Hot-Dog, as famosas caravanas *airstreamer* que recuperou e andam em praias, eventos e feiras. “Acho importante ter consciência do risco mas não dar demasiada importância ao medo. Um projeto tem de ser algo que nos preenche, que nos dá energia para fazer mais e melhor.”

# AMBIENTE

## SABE QUAIS SÃO AS PLANTAS NOSSAS AMIGAS NA QUINTA DO PISÃO?

Propriedades medicinais em plantas e frutos ao alcance de cada um



No sopé da serra, a poucos metros da entrada para a Barragem do Rio da Mula, há todo um universo de biodiversidade para descobrir. Já muitas vezes sugerida a título de passeio, descoberta da natureza, contemplação de obras de arte e até aquisição de produtos da horta, a Quinta do Pisão, terreno de 360 hectares gerido pela Câmara Municipal de Cascais em pleno Parque Natural de Sintra-Cascais, na sua beleza natural e grande generosidade, oferece também a quem por lá passear uma grande diversidade de plantas, muitas delas de interesse medicinal, como nos dá conta Fernanda Botelho, especialista em plantas aromáticas e medicinais, autora de “As plantas e a saúde, guia de remédios caseiros”.



Freixo

*Verdadeiras aliadas do ser humano, as urtigas são extremamente nutritivas, ricas em ferro, em vitamina C, cálcio e outros sais minerais*

### FREIXO CONTRA A GOTA

Ao longo da linha de água encontramos os freixos.

Árvores de grande porte e sombra frondosa, as suas folhas podem ser usadas em infusões para tratar dores reumáticas e desintoxicar o organismo. Devido à sua ação muito diurética, a folha do freixo é ainda recomendada contra a retenção de líquidos e a gota.

### SILVAS vs. INTESTINO

Das silvas que por lá abundam, podemos consumir a flor em saladas, as amoras maduras no verão e as folhas tenras das extremidades, que não apresentando picos, podem ser consumidas em saladas e sopas. Muito adstringentes e com propriedades antisséticas e antidiarreicas, estas folhas protegem e tonificam os capilares danificados do intestino.

### SOPA DE URTIGAS?

Outras plantas disponíveis nesta altura do ano são as urtigas, que começam a surgir logo após as primeiras chuvas. Verdadeiras aliadas do ser humano, as urtigas são extremamente nutritivas, ricas em ferro, em vitamina C, cálcio e outros sais minerais, muitos úteis em casos de convalescença, anemia, hemorragias. Enquanto plantas diuréticas as

urtigas são também recomendadas em casos de gota e retenção de líquidos. Podem ser ingeridas em forma de infusão ou cozinhadas em sopas, guisados, omeletes, panquecas, etc. Um excelente substituto para o espinafre e mais saudável do que este, pois não apresenta oxalatos inibidores da absorção do cálcio.



Urtigas

# AMBIENTE



## CAVALINHA PARA OSSOS, CABELO E UNHAS

A cavalinha que cresce praticamente dentro de água e faz lembrar um pinheirinho e daí o seu nome comum de erva-pinheirinha, planta que remonta ao tempo dos dinossauros. De propriedades muito remineralizantes para o organismo, devi-

do ao alto teor em silício, esta é uma planta muito útil para tratar problemas ósseos, cabelos e unhas quebradiços. Além disso, é antifúngica e diurética, sendo muito comum o seu uso em forma de infusão em tratamentos de emagrecimento.

**A cavalinha, ou erva-pinheirinha, remonta ao tempo dos dinossauros. Cresce praticamente dentro de água e é muito útil para tratar problemas ósseos, cabelos e unhas quebradiços.**



### CUIDADO: VÊM AÍ AS FRIEIRAS E CONSTIPAÇÕES!

Na Quinta do Pisão é também comum encontrar-se conchelos ou umbigos-de-vénus que além de poderem ser consumidos em saladas, são úteis para tratar frieiras.

Alfavaca-de-cobra ou parietária para tratar hemorroidas, sabugueiro para as constipações, cardo-mariano para o fígado, bagas de pilriteiro para combater a ansiedade, são outras plantas que se podem encontrar neste

pequeno refúgio de biodiversidade que se vai metamorfoseando ao ritmo das estações e que convida à contemplação e à paz de espírito.



Conchelos

### PILRITOS PARA QUE VOS QUERO!

Remontando à pré-história, de acordo com os caroços encontrados em várias estações arqueológicas, o pilriteiro (*Crataegus* sp), arbusto espinhoso que pode viver até 500 anos, também se pode encontrar na Quinta do Pisão.

Tanto as folhas como as flores ou as bagas apresentam propriedades medicinais. As bagas, pilritos ou pilretes, amarelas ou avermelhadas com sabor e textura entre a maçã e a pera e um travo levemente ácido, são fortemente anti-oxidantes protegendo o tecido celular e fortificando os tecidos do coração. As folhas podem ser colhidas durante todo o ano, exceto na altura da floração, e consumidas em chá. Os frutos, adquirem a maturação em dois períodos: em novembro, pelo São Martinho, e em dezembro, altura em que as bagas se tornam muito vermelhas e doces e com mais alto teor de anti-oxidantes e mais potencial curativo. Podem consumir-se no seu estado natural - como o fazem na Turquia em que as crianças usam colares destes frutos para trincar ao longo do dia. Pode também fazer-se licor, ou ainda ser transformar os pilritos em marmelada para adoçar a boca. Abaixo encontra uma receita natural para experimentar em casa.



### QUEM É FERNANDA BOTELHO?

Natural da Tojeira, Sintra, Fernanda estudou antroposofia, pedagogia Montessori e plantas medicinais, em Londres. Apaixonada por jardins botânicos fez, no Instituto Politécnico da Universidade de Lisboa, o curso de guia de jardim botânico, sendo frequentadora assídua de Kew gardens.

Absorve o que vê, fotografando e escrevendo. Publica anualmente desde 2010 agendas de plantas medicinais e já deu à estampa três livros infantis: "Salada de flores", "Sementes à solta" e "Hortas aromáticas". É sua a obra "As plantas e a saúde, guia de remédios caseiros". Colabora no programa Eco-escolas com projetos de plantas medicinais e hortas sustentáveis nos espaços escolares com professores e alunos. Convidada regular da RTP 1 para falar sobre plantas medicinais, organiza passeios botânicos e dá workshops sobre plantas medicinais muitos deles na Quinta do Pisão (inscrições através da Cascais Ambiente). Colabora com a revista Jardins, com o <http://www.portaldojardim.com>. Acima de tudo gosta de comunicar, jardinar, viajar, escrever e fotografar, alimentando vários projetos bem como o seu blog: <http://malvasilvestre.blogspot.com>

## MARMELADA DE PIRLITOS

1 kg de pilritos, sumo de um limão, 200ml de água, açúcar qb. Depois de retirados todos os ramos, colocar as bagas numa panela com a água e o sumo de limão. Ferver em lume brando durante 45 minutos. Retirar do lume e deixar repousar em rede ou coador durante a noite aproveitando o líquido. No

dia seguinte, retirar as cascas, pesar o líquido, a que se juntou a polpa, e calcular 450 gramas de açúcar para cada 200 ml de sumo. Levar de novo ao lume e deixar ferver até atingir uma consistência sólida que depois se verterá em recipientes que, ao arrefecer, terão a consistência da marmelada.



# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2015

CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

## QUEM DECIDE SÃO OS MUNÍCIPES!

Em Cascais, de 19 de outubro a 22 de novembro, a decisão de implementar novos projetos volta a estar nas mãos dos cidadãos. Este é o quinto Orçamento Participativo (OP) de Cascais. A edição de 2015 apresenta, a votação, um número recorde de 40 projetos (mais 10 do que no ano de lançamento, 2011), cuja implementação depende do número de votos conseguidos e do valor de cada projeto. Tal como nos anos anteriores, a Câmara Municipal de Cascais disponibiliza uma verba total de 1.500.000 euros, pelo que, quanto mais “em conta” forem os projetos mais votados, mais obras vão ser concretizadas. Distribuídos por áreas, os projetos que se apresentam a votação incidem maioritariamente na requalificação e reabilitação urbana (7), criação e requalificação de equipamentos culturais, lúdicos e desportivos (6), espaços escolares (5) e verdes (5). Mostrando que, para melhorar não falta criatividade, os cidadãos apresentaram também projetos nas áreas da ação social (4), segurança e proteção civil (4) e requalificação da rede viária (4), alargando os pedidos de intervenção ao turismo, comércio e promoção económica (2), acessibilidades e proteção ambiental (um projeto

cada). Pela primeira vez vai a votos uma proposta imaterial, na área da inovação e conhecimento. “Esta diversidade prova que os cidadãos de Cascais não só são esclarecidos, como estão determinados a fazer a diferença nas suas comunidades”, afirma Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais. “O OP Cascais tem sido um exemplo para o mundo. No ano passado tornámo-nos um dos mais votados da Europa. Nova Iorque e Maputo vieram beber da nossa experiência e isso enche-nos de orgulho”, acrescenta. Numa visita a Cascais, Lex Paulson - que já organizou a campanha de Barack Obama à presidência dos Estados Unidos e que agora se dedica ao estudo de orçamentos participativos no mundo - considerou que “Cascais é um dos modelos participativos mais progressistas e com sucesso que já vi. É um dos lugares mais importantes do mundo para o OP. Mostra que podemos realmente mudar a cultura de cidadania. Estou incrivelmente impressionado”. Mas, mais importante ainda, concretiza o presidente da autarquia Carlos Carreiras, é o facto que o OP Cascais ser visível no terreno: “desde 2011 já finalizámos 26 obras diferentes e temos mais 5 em curso e 13 em

projeto, correspondendo aos anseios dos munícipes que muito trabalharam para dar prioridade a esses projetos. A decisão cabe diariamente aos cidadãos e não apenas de quatro em quatro anos”.

### PONTOS FIXOS DE VOTAÇÃO

**Loja Cascais**  
2ª a 6ª das 10h às 18h

**Loja Cascais Jovem Parede**  
2ª a 6ª das 10h às 13h00 e das 14h às 18h

**Quiosque OP - Jardim Visconde da Luz**  
2ª a sábado das 10h às 18h

**CascaShopping**  
2ª a domingo das 10h às 22h

**Biblioteca Municipal de S. Domingos de Rana**  
2ª das 14h às 18h  
3ª a 6ª feira das 10h às 18h  
Sábados das 10h às 13h e das 14h às 18h

**UNIDADE MÓVEL**  
consulte o itinerário em [www.cascaisparticipa.pt](http://www.cascaisparticipa.pt)

## COMO VOTAR

### POR SMS PARA 4343

- Envie um SMS gratuito para **4343** com o código do projeto escolhido, seguido do código de votação Ex: OP99 xpt321 ou NOP99 xpt321

### ONLINE EM [cascaisparticipa.pt](http://cascaisparticipa.pt)

- Escolha o projeto
- Clique VOTAR, insira o seu número de telemóvel e o código de votação
- Receberá o código de validação por SMS que deverá inserir no campo respetivo para validar o seu voto

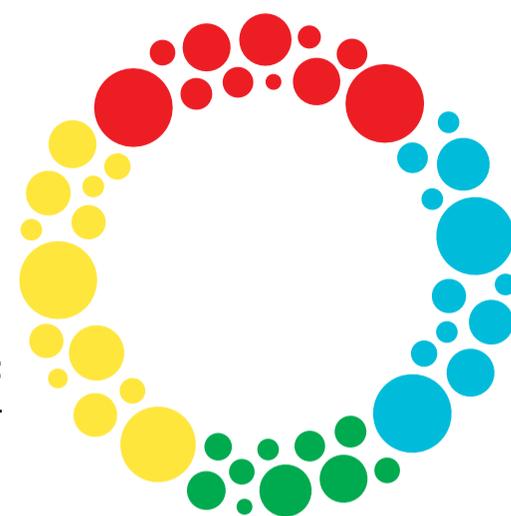
## REGRAS DE PARTICIPAÇÃO

- Cada número de telemóvel só pode votar uma vez
- O voto pode ser a favor [OP99] ou contra [NOP99] um projeto
- Cada voto só é considerado se utilizar os códigos de projeto e de votação válidos

2 Códigos de votação disponíveis no verso deste jornal

## OP EM NÚMEROS DE 2011 A 2014





**VOTE DE 19 OUT A 22 NOV**

**cascaisparticipa.pt**

# PROJETOS EM VOTAÇÃO



código **OP01**

## OBRAS NO REFEITÓRIO DA ESCOLA SECUNDÁRIA DA CIDADELA

Substituição do pavimento, pintura das paredes e reparação de tetos no refeitório e cozinha. Fornecimento de equipamentos de cozinha.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Espaços escolares  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP02**

## PASSEIO ENTRE A CHARNECA E A MALVEIRA DA SERRA (ESTRADA N9-1)

Criação de percurso com uma plataforma simultaneamente pedonal e ciclável, a executar entre a coletividade da Charneca e a Malveira da Serra.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Rede pública viária  
**Orçamento:** 220.000,00€



código **OP03**

## PARQUE DE RECREIO DA CHARNECA

Criação de um espaço verde desportivo multifuncional, com circuito de manutenção, equipamentos para séniores, zona de jogos tradicionais e um court de ténis/campo multiusos.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Espaços verdes  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP04**

## ECOPONTO E REMODELAÇÃO DE ESTUFA NA ESCOLA SECUNDÁRIA IBN MUCANA

Criação de área de recolha de materiais recicláveis. Reconstrução de estufa e de abrigo de ferramentas e duas mesas de ténis de exterior.

● Alcabideche  
**Área:** Espaços escolares  
**Orçamento:** 70.000,00€



código **OP05**

## BANCADA RETRÁTIL NA ESCOLA SECUNDÁRIA DE CARCAVELOS

Aquisição e montagem de uma bancada retrátil para o auditório da Escola Secundária de Carcavelos.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Espaços escolares  
**Orçamento:** 75.000,00€



código **OP06**

## REQUALIFICAÇÃO DO TERRENO NA RUA POMPEU - TALAÍDE

Requalificação de toda a parcela, canteiro, pavimentos, muretes e escadas presentes na sua envolvente. Relocalização dos ecopontos.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Espaços verdes  
**Orçamento:** 15.000,00€



código **OP07**

## ARRANJOS EXTERIORES NA PRACETA DO OLIVAL

Construção de espaço de lazer informal com equipamentos para séniores, melhoria das acessibilidades e estacionamento.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Reabilitação e requalificação urbana  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP08**

## RESTAURO DA IGREJA DA NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO DA ABÓBODA

Substituição da cobertura, arranjo do pavimento, pintura do interior e exterior da igreja.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Reabilitação e requalificação urbana  
**Orçamento:** 125.000,00€



código **OP09**

## ROTEIRO DE ARTE URBANA EM MATARRAQUE

Reabilitação de oito postos de transformação da EDP na Urbanização de Matarraque, criando um percurso/roteiro de arte urbana.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Inovação e Conhecimento  
**Orçamento:** 15.000,00€



código **OP10**

## PÓLO COMUNITÁRIO DE CASCAIS

Construção de um espaço comunitário na freguesia de Cascais e reabilitação de espaço verde envolvente.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Ação social  
**Orçamento:** 300.000,00€



**Acompanhe o dia a dia do OP.** Envie uma mensagem WhatsApp para 919 995 312 com a palavra subscrever. **Nota:** Tem de gravar o número na sua lista de contactos.

# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2015

CASCAIS

Tudo começa nas pessoas



código **OP11**

## PÓLO COMUNITÁRIO DA GALIZA

Reabilitação da Escolinha de Rugby da Galiza/ Centro de convívio da Casa Grande.

● Cascais/Estoril  
Área: Ação social  
Orçamento: 180.000,00€



código **OP12**

## ACESSOS AO BAIRRO ALTO DOS GAIOS

Construção e reabilitação dos passeios pedonais da Rua das Flores.

● Cascais/Estoril  
Área: Rede pública viária  
Orçamento: 175.000,00€



código **OP13**

## CENTRO INTERNACIONAL DE JUVENTUDE DE CASCAIS (ROTA JOVEM)

Construção de um espaço polivalente aberto à comunidade.

● Cascais/Estoril  
Área: Reabilitação e requalificação urbana  
Orçamento: 300.000,00€



código **OP14**

## ESPAÇO DESPORTIVO DA ESCOLA ANTÓNIO PEREIRA COUTINHO

Reabilitação do campo, da pista de atletismo, caixa de saltos, drenagens, pinturas de linhas, equipamentos e vedações.

● Cascais/Estoril  
Área: Espaços escolares  
Orçamento: 185.000,00€



código **OP15**

## GATOS DO JARDIM

Construção de abrigos, para gatos de rua com cercados de proteção, comedouros e vedação. Uma das construções visa facilitar a estadia de gatos em campanha de adoção.

● Cascais/Estoril  
Área: Espaços verdes  
Orçamento: 30.000,00€



código **OP16**

## CERCA EM ESPAÇO VERDE NA COSTA DA GUIA

Colocação de cerca em madeira, sinalização de proibição de entrada de cães, sistema de rega, substituição da iluminação, colocação de bancos e mesas.

● Cascais/Estoril  
Área: Espaços verdes  
Orçamento: 25.000,00€



código **OP17**

## DUAS AMBULÂNCIAS PARA A CORPORACÃO DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE ALCABIDECHE

Aquisição de ambulâncias, uma com suporte básico de vida e outra com suporte avançado de vida.

● Alcabideche  
Área: Segurança e proteção civil  
Orçamento: 180.000,00€



código **OP18**

## PARQUE INFANTIL JANES/MALVEIRA DA SERRA

Dois parques infantis, um em Janes e o outro na Malveira da Serra, com equipamento lúdico e mobiliário urbano.

● Alcabideche  
Área: Equipamentos culturais e lúdicos  
Orçamento: 215.000,00€



código **OP19**

## REQUALIFICAÇÃO DA SEDE DO GRUPO DE INSTRUÇÃO POPULAR DA AMOREIRA

Sanitários para utilizadores com mobilidade reduzida e rampa de acesso. Substituição da cobertura e do teto falso da sede.

● Alcabideche  
Área: Reabilitação e requalificação urbana  
Orçamento: 160.000,00€



código **OP20**

## PASSEIO NA MALVEIRA DA SERRA

Construção de passeio para utilizadores com mobilidade reduzida na Estrada da Serra, entre o Largo do Chafariz e a curva existente a norte.

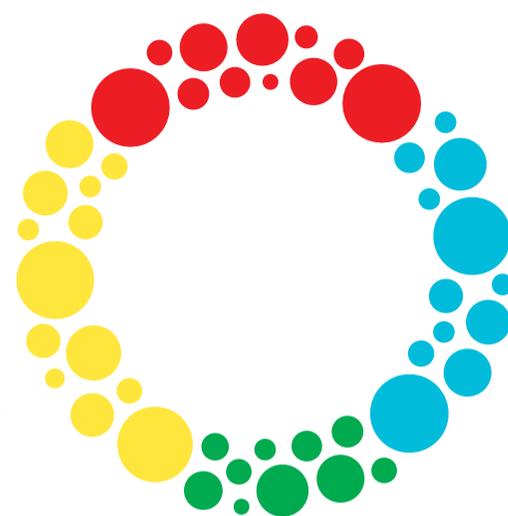
● Alcabideche  
Área: Rede pública viária  
Orçamento: 60.000,00€



Acompanhe o dia a dia do OP. Envie uma mensagem WhatsApp para 919 995 312 com a palavra subscrever. Nota: Tem de gravar o número na sua lista de contactos.

## VOTE DE 19 OUT A 22 NOV

● cascaisparticipa.pt



código **OP21**

### REQUALIFICAÇÃO DA SOCIEDADE MUSICAL SPORTIVA ALVIDENSE

Reparação da cobertura, substituição da instalação elétrica e criação de acessibilidades.

● Alcabideche  
**Área:** Reabilitação e requalificação urbana  
**Orçamento:** 130.000,00€



código **OP22**

### REQUALIFICAÇÃO DA RUA DR. PEREIRA COUTINHO (AMOREIRA)

Novos passeios, recuperação de pavimento, demarcação de estacionamento e passadeiras. Rede aérea elétrica, telecomunicações e rede de águas.

● Alcabideche  
**Área:** Rede pública viária  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP23**

### COBERTURA DE RECINTO DESPORTIVO DA A. D. M. DE BICESSE

Construção de cobertura do recinto desportivo, colocação de painéis laterais e relva sintética.

● Alcabideche  
**Área:** Equipamentos desportivos  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP24**

### AQUISIÇÃO DE VUCI PARA A CORPORAÇÃO DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE CARCAVELOS E S. DOMINGOS DE RANA

Aquisição de Veículo Urbano de Combate a Incêndios.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Segurança e proteção civil  
**Orçamento:** 230.000,00€



código **OP25**

### REQUALIFICAÇÃO E AMPLIAÇÃO DA SOCIEDADE RECREATIVA E MUSICAL DE CARCAVELOS

Construção de um edifício, contíguo ao existente da Sociedade Recreativa e Musical de Carcavelos.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Reabilitação e requalificação urbana  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP26**

### REQUALIFICAÇÃO DO CAMPO DE JOGOS E JARDIM DO MURTALENSE

Instalações sanitárias de apoio à prática desportiva, colocação de relva de areia e rede flexível de cobertura no campo de jogos.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Equipamentos desportivos  
**Orçamento:** 170.000,00€



código **OP27**

### PROJETO DE MELHORIA DO PARQUE INFANTIL NA QUINTA DE SÃO GONÇALO

Instalação de um equipamento infantil e construção de vedação na área do espaço infantil.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Equipamentos culturais e lúdicos  
**Orçamento:** 85.000,00€



código **OP28**

### TELHEIRO NA ESCOLA EB1 DE CARCAVELOS

Construção de uma cobertura aligeirada em lona com laterais, no campo de jogos da Escola Básica N.º1 de Carcavelos.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Espaços escolares  
**Orçamento:** 60.000,00€



código **OP29**

### EQUIPAMENTO DE PREVENÇÃO E RESGATE NA PRAIA DE CARCAVELOS

Barco de resgate rápido, mota 4x4, viatura Sea Master e outros equipamentos. Renovação do equipamento dos postos de praia.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Segurança e proteção civil  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP30**

### RELVADOS SINTÉTICOS E ILUMINAÇÃO ELÉTRICA NO CAMPO DE JOGOS DO TIRES

Colocação de tapete em relva sintética, substituição do sistema de iluminação por um sistema de lâmpadas leds no campo do U. R. D. Tires.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Equipamentos desportivos  
**Orçamento:** 300.000,00€



Acompanhe o dia a dia do OP. Envie uma mensagem WhatsApp para 919 995 312 com a palavra inscrever. **Nota:** Tem de gravar o número na sua lista de contactos.

# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2015

CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

VOTE DE 19 OUT A 22 NOV



código **OP31**

#### BICAS EM SÃO DOMINGOS DE RANA

Aquisição de bicicletas, para se estabelecer uma rede de bicicletas partilhadas em São Domingos de Rana.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Acessibilidades e mobilidade lenta  
**Orçamento:** 30.000,00€



código **OP32**

#### EQUIPAMENTOS E AMBULÂNCIA PARA A CORPORAÇÃO DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE CASCAIS

Aquisição de ambulância e equipamentos de proteção individual para incêndios urbanos.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Segurança e proteção civil  
**Orçamento:** 270.000,00€



código **OP33**

#### EMBARCAÇÃO MUNICIPAL "ESTOU PARA VER"

Requalificação da embarcação para passeios na baía de Cascais e promoção de projetos, escolares, sociais, culturais e desportivos, envolvendo ainda o turismo náutico.

● Concelho  
**Área:** Turismo, comércio e promoção económica  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP34**

#### PASSEIO PEDONAL AO LONGO DA RIBEIRA DE CAPARIDE

Criação de percurso pedonal, entre o Campo da Petanca e a linha de costa (onde as condições geomorfológicas o permitirem).

● Cascais/Estoril  
**Área:** Espaços verdes  
**Orçamento:** 270.000,0 €



código **OP35**

#### ESPAÇO DE INTERAÇÃO OCUPACIONAL

Criação de um espaço, onde pessoas isoladas e/ou inativas nomeadamente aposentados(as), desempregados(as) se possam reunir social e voluntariamente, para desenvolverem atividades.

● Cascais/Estoril  
**Área:** Ação social  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP36**

#### PAINÉIS SOLARES E RETIRADA DE AMIANTO DO EDIFÍCIO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA PAREDE

Substituição das placas de amianto, instalação de painéis solares e cobertura para piscina.

● Carcavelos/Parede  
**Área:** Proteção ambiental e energia  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP37**

#### RENOVAÇÃO DO EDIFÍCIO DO GRUPO DE INSTRUÇÃO MUSICAL E BENEFICÊNCIA DA REBELVA

Requalificação do edifício do Grupo de Instrução Musical e Beneficência da Rebelva.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Reabilitação e requalificação urbana  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP38**

#### ESPAÇO COMUNITÁRIO EM RANA - ZAMBUJEIRO QUADRADO, COM PARQUE VERDE

Construção de um espaço comunitário, espaços verdes, circuito de manutenção, mesas de piquenique e iluminação no Zambujeiro Quadrado.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Ação social  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP39**

#### REABILITAÇÃO DA VILLA ROMANA DE FREIRIA

Consolidação das estruturas arqueológicas, criação de um circuito pedonal em torno das ruínas, reabilitação da vedação existente e edição de um desdobrável de divulgação.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Turismo, comércio e promoção económica  
**Orçamento:** 300.000,00€



código **OP40**

#### ESPAÇO DA MÚSICA EM SÃO DOMINGOS DE RANA - PAVILHÃO DESPORTIVO

Construção de um edifício para ensino da música, e prática de instrumentos individual ou em grupo.

● São Domingos de Rana  
**Área:** Equipamentos culturais e lúdicos  
**Orçamento:** 300.000,00€



Acompanhe o dia a dia do OP. Envie uma mensagem WhatsApp para 919 995 312 com a palavra inscrever. **Nota:** Tem de gravar o número na sua lista de contactos.

# CULTURA



## PALCO 13 TRAZ A CASCAIS ELENCO DE LUXO

Companhia comemora cinco anos com novo espetáculo

N' "O Protagonista", o novo espetáculo da Palco 13 que estreou a 15 de outubro, no Auditório Fernando Lopes-Graça, no Parque Palmela, em Cascais, os espetadores são levados para uma história que se passa nos camarins de uma peça de teatro ("D. Quixote"). Este jogo de espaços e de enganos que remete para um conceito de humor subtil, não é estranho à companhia cascalense. A peça é da autoria de Luís Lobão, autor cascalense e residente desta companhia. "O Protagonista" é interpretado pelo ator Romeu

Vala e encenado por Marco Medeiros, fundador da companhia. O espetáculo foi escolhido para assinalar os cinco anos de existência da Palco 13 e conta com a participação de nomes bem conhecidos do grande público. Custódia Gallego, Sara Matos e Luis Barros juntam-se, assim, aos atores residentes, num texto que pretende, nas palavras do encenador, passar uma mensagem clara: "o nosso dia-a-dia pode ser muito cruel e se não o romancermos, esta caminhada que é a vida, ano após ano, pode ser muito dura." Questionado

pelo C sobre estes cinco anos de existência da Palco 13, Marco Medeiros diz-nos que "consequimos cumprir aquilo a que nos propusemos com este projeto. Temos uma rotina anual de espetáculos com sala cheia. As pessoas vêm de Lisboa aqui a Cascais, ao Parque Palmela, para assistirem aos nossos espetáculos." E quanto ao futuro, garante-nos Marco Medeiros a sorrir "Mas, é claro que agora queremos mais... mas sempre em Cascais é aqui que queremos ficar". Para ver até 28 de novembro.



CUSTÓDIA GALLEGO



SARA MATOS



LUÍS BARROS

É uma das mais conceituadas atrizes portuguesas. Reconhecida pelo seu trabalho no teatro, no cinema e na televisão, Custódia Gallego está em Cascais para representar "Isabel", n' "O Protagonista".

**C – É a primeira vez que trabalha com a Palco 13?**

Custódia Gallego – Sim, acredito que trabalhar com pessoas diferentes estimula partes de mim que estão muito habituadas aos mesmos profissionais e ao mesmo tipo de trabalhos.

**C – Os anos de carreira como atriz já são muitos. Esta é uma nova experiência?**

Isto é como uma reciclagem, uma procura de algo que está dentro de mim e que pode estar esquecido. Por outro lado, gosto muito do trabalho de direção de atores do Marco Medeiros e da forma como ele trabalha comigo como atriz. Faz falta espantarmo-nos connosco próprios.

**C – Quem é a "Isabel"?**

A minha personagem é a atriz mais velha do grupo e está acomodada à situação, não há surpresas, ficou sentada neste conforto. Sofre de uma certa nostalgia pela vida que podia ter tido.

Formada pela Escola Profissional de Teatro de Cascais, é considerada uma das maiores revelações da ficção nacional pelas várias interpretações em telenovelas e agora surpreendeu mais uma vez ao fazer o papel de Amália no remake de "O Pátio das Cantigas", o filme português mais visto de sempre, e onde revisita a música na forma de fado.

**C – Como é que tem sido o regresso aos palcos em Cascais?**

Estou muito entusiasmada por este regresso a Cascais, o que não acontecia desde que iniciei o meu percurso em televisão. Ter a hipótese de voltar a fazer teatro deixa-me muito feliz, ainda mais com antigos colegas de turma.

**C – Quem é a "Diana"?**

É uma rapariga apaixonada pelo próprio ator que faz de D. Quixote. O engraçado desta peça é que nós estamos a mostrar a nossa faceta por detrás das cortinas. É um orgulho trabalhar com a Palco 13 porque eles transmitem a sua paixão pelo que fazem. E se houver paixão tudo corre bem.

A formação teatral de Luis Barros também passou pela Escola Profissional de Teatro de Cascais, onde é professor desde 2003, tendo-se estreado como ator no TEC – Teatro Experimental de Cascais. **C – Vive no concelho de Cascais. Esta é a terceira experiência com a Palco 13. Qual é, para si, a razão do sucesso desta companhia?**

Uma das razões é a de ter um autor entre os seus elementos. É uma mais-valia. A possibilidade de os textos refletirem a atualidade, a situação social, económica e política contemporânea leva o público a mais facilmente se identificar com a história e com os personagens.

**C – Fale-nos da sua personagem.**

É um técnico de teatro, um contrarregra que já está há muitos anos por detrás do palco e que foi para o teatro para conhecer miúdas giras. Após dez anos de experiência o contrarregra deixou de acreditar na magia do teatro que o motivava e move-se agora numa zona cinzenta de rotinas e acomodação.

# DE CASCAIS

## COLABORADOR



**João Paulo Silva**  
Jardineiro na DGEV

### “Estou habilitado a desempenhar qualquer tarefa de jardinagem”

É com a segurança de quem não tem receio de ser posto à prova que afirma: “trabalho há 27 anos nos jardins da autarquia e estou habilitado a desempenhar qualquer tarefa na área porque adoro o que faço”. João Paulo Silva integra o cartaz do Orçamento Participativo deste ano, como representante dos serviços de jardim da autarquia. “Foram as minhas colegas da secretaria que me selecionaram”, conta com um sorriso estampado no rosto.

### “Não tive tempo para ter uma infância como as outras crianças porque precisei de ajudar a minha família”

A completar 48 anos de idade, já experimentou diferentes áreas profissionais. Foi servente de pedreiro, mecânico de automóveis, electricista. Também podia ter sido bombeiro, o seu sonho de criança. Os pais e avós paternos de Paulo, oriundos da Ericeira dedicavam-se à apanha de marisco e precisavam de mais “braços” para os ajudar no ganha-pão de todos os dias. E foi assim que a mãe o começou a levar todas as manhãs para as praias de Cascais, principalmente, para as da zona do Guincho, para trabalhar na apanha de marisco. Enquanto era muito pequeno, deixava-o à guarda dos banheiros e faroleiros amigos, mas não demorou muito para que Paulo começasse a ajudar a família na apanha de bivalves, o seu primeiro trabalho que todos os dias o levava a entrar no mar. “Não tive tempo para ter uma infância como as outras crianças porque precisei de ajudar a minha família”, conta. Na adolescência, concorreu a alguns *castings* para figurante, mas quando lhe disseram que precisava de fazer um *booking*, desistiu por não poder pagar esse investimento. Jogou futebol, praticou musculação e kickboxing.

Paulo sente-se mesmo um “homem dos sete ofícios”, e de facto talentos profissionais não lhe faltam. Quase sempre, quando precisa de fazer algum arranjo na sua casa que tenha a ver com trabalho de pedreiro e electricista, não precisa de contratar ninguém. Estas são tarefas que só desempenha para uso pessoal, mas como jardineiro tem consciência que pode trabalhar em qualquer lugar. 

## MUNICÍPE



**Hugo Sobral**  
Presidente Grupo Desportivo Zambujeiro

### “É um privilégio ser o presidente mais novo de uma coletividade em Cascais”

É jovem, cheio de ideias e com vontade de vingar. Hugo Sobral é, possivelmente, o mais novo cascalense a assumir o cargo de presidente de uma coletividade do concelho. Eleito em 2014, Hugo preside ao G. D. Zambujeiro, aos 29 anos. Com mais dois anos de trabalho pela frente a proposta passa por “levar o barco a bom porto” dinamizando as várias iniciativas e modalidades e “fazer com que as pessoas voltem novamente às coletividades, desfrutando de um variado leque de ofertas”, garante. A ligação a este grupo desportivo surgiu através do Rancho Grupo Danças e Cantares N. Senhora da Assunção, onde dança e organiza atuações de norte a sul do país, mas a vontade de “querer dar mais de mim, querer fazer mais pelo grupo e pela população do Zambujeiro” levou-o a candidatar-se.

Com planos feitos, Hugo orgulha-se das atividades que dinamiza e de outras tantas que estão planeadas. “Já conseguimos implementar ginástica acrobática, reativámos o grupo de teatro e estamos a avançar com um grupo de cânticos populares com alguns idosos. Temos ainda aulas de zumba, ginástica de manutenção para séniores e ambicionamos as danças de salão”, revela.

### “Aprendemos com os fundadores das associações mas é preciso sangue novo e muita vontade de trabalhar para a comunidade”

Rapaz de desafios, encara o papel de presidente como “um privilégio enorme de ser o mais novo à frente de uma coletividade em Cascais. É raro, mas quem corre por gosto não se cansa”.

Exemplo para muitos, Hugo Sobral garante que é fundamental o impulso por parte de uma geração mais nova. “Aprendemos com os fundadores das associações mas é preciso sangue novo, novas ideias e muita vontade de trabalhar para a comunidade”, assegura.

A par deste cargo, trabalha numa farmácia em Birre. Nunca seguiu o ensino superior porque se dedicou ao negócio da família após terminar o 12º ano. “Comecei logo a gerir um supermercado na Torre, Cascais. Estou muito satisfeito por trabalhar na farmácia. É um privilégio trabalhar na área da saúde e no bem-estar da população”. 

## EMPRESA



**Moving Free**  
Segways para todos

### A Moving Free proporciona uma nova experiência aos visitantes de Cascais.

Presença nos centros comerciais, através de seguranças, depressa este meio de transporte passou a ser visto pelas ruas da vila.

Decidido a marcar a diferença no mercado competitivo do turismo, Bruno Botelho, CEO da Moving Free, garante que

### “o foco da empresa é no desenvolvimento de serviços diferenciadores com qualidade, onde a combinação entre qualidade dos colaboradores e qualidade dos serviços e equipamentos é essencial”.

Pioneiros neste mercado, a empresa dedicou-se, até maio de 2009, apenas a projetos ligados à *segway*, na implementação de espaços Segway Authorized Tours, nomeadamente em Cascais e em Lisboa (Zona Ribeirinha). Locais onde é possível alugar um veículo *segway* por um determinado período de tempo com a máxima segurança e diversão.

Com um investimento inicial de 50.000 euros, a empresa apresenta atualmente um investimento acumulado superior a 300.000 euros. A Moving Free também organiza tours guiados em Lisboa (“Lisbon Heart Tour e o Belém Riverside”), Cascais-Estoril (“Cascais Charming Tour”) e brevemente chegará a Sintra (“Sintra Mystic Tour”), além da realização de passeios para empresas estrangeiras e participação em eventos.

Com oito colaboradores efetivos e seis em regime de part-time, Bruno Botelho prevê estabilizar a faturação, este ano, nos 250.000 euros e continuar a atuar nos mercados do turismo, da publicidade e comunicação. Projeto concretizado com o apoio da DNA Cascais, a Moving Free pretende alcançar objetivos maiores. “A DNA, foi, é, e será sempre importante, pois numa fase inicial acreditou no projeto, avaliou os primeiros planos de negócio e tem promovido e apoiado várias fases da vida da Moving Free”, revela Bruno Botelho. Com olhos postos na internacionalização em 2016, o CEO da Moving Free adianta ainda que “Estamos num ponto em que ou se investe em novos produtos e serviços em Portugal ou se internacionaliza a empresa. Para essa nova fase pretendemos atrair alguns investidores”. 



BAIRRO DOS MUSEUS  
CASCAIS

**BILHÉTICA BAIRRO DOS MUSEUS**

Bilhete 3€ (50% desconto para munícipes)  
+ de 65 anos e juniores (até 11 anos) gratuito  
Bilhete Único Diário 8,00€  
Locais de venda: museus, CTT, FNAC, Worten,  
El Corte Inglés, bilheteiraonline.pt  
Informações: geral@fundacaodmluis.pt  
+351 214 815 660/5  
bairrodosmuseus.pt

# AGENDA CASCAIS

agenda.cascais.pt



APP AGENDA CASCAIS



## VISITAS GUIADAS

**25 DE OUTUBRO**  
**ROTEIROS DO PATRIMÓNIO**  
**TORRE DE SÃO PATRÍCIO,**  
**MUSEU DA MÚSICA**  
**PORTUGUESA**



Museu da Música Portuguesa  
- Casa Verdades de Faria  
Av. de Sabóia, n.º 1146  
Monte Estoril 2765 -580 Estoril

Esta visita inserida no programa dos Roteiros do Património Concelhio será dedicada à história da fundação do Museu da Música Portuguesa, ao seu programa museológico e projeto cultural.  
Ponto de encontro: Centro Cultural de Cascais - Av. Humberto II de Itália

**10h00**  
Inscrições a partir de 19 de outubro 10h00 - 13h00 e 14h00 - 17h00  
GRATUITO  
214 815 341/5



## CRIANÇAS

**24 OUTUBRO**  
**ABC DO SOL**



Farol Museu de Santa Marta  
Rua do Farol de Santa Marta  
2750-341 Cascais

Vamos demonstrar que o sol é indispensável à vida na Terra e através de papel "mágico" perceber que a radiação solar em excesso pode ser prejudicial.  
Bilhética Bairro dos Museus

**3ª a 6ª | das 10h00 às 12h30 e das 14h30 às 17h00**  
214 815 328  
fmsm@cm-cascais.pt

**25 OUTUBRO**  
**BARTOLINA E OS BOTÕES**



Casa das Histórias Paula Rego

Espetáculo de marionetas

**3ª a 6ª: 10h00 - 18h00**  
CUSTO: 7,50€: público em geral | 5,00€: menores de 12 anos e maiores de 65 anos  
Bilheteira: : Bilheteira on line | CCT | FNAC  
WORTEN | El Corte Inglés  
Centro Cultural de Cascais



## MÚSICA

**24 OUTUBRO**  
**GALA DE ÓPERA ITALIANA**  
**SINFÓNICA DE CASCAIS**

Auditório Senhora da Boa Nova  
Rua Professor Manuel Maria Calvet  
Magalhães 179  
S. João do Estoril

Obras de G. Rossini, G. Verdi, G. Puccini e P. Mascagni  
Cristiana Oliveira - soprano  
Diego Cavazzin - tenor  
Maestro Nikolay Lalov

**21h00**  
CUSTO: 15,00 €: Público em geral | 7,50€: + 65 anos, estudantes e juniores  
www.bilheteiraonline.pt

**31 OUTUBRO**  
**SEVERA, O FADO**  
**DE UM FADO**



Museu da Música Portuguesa  
Casa Verdades de Faria  
Av. de Sabóia, n.º 1146  
2765 -580 Estoril

O fado e a música clássica cruzam-se em Severa, projeto de Ana Barros e Bruno Belthoise que explora novas abordagens de renovação estética, visual e temática.  
**18h00**  
Bilhética Bairro dos Museus

214 815 904  
mmp@cm-cascais.pt



## EXPOSIÇÕES

**24 OUTUBRO**  
**A 31 JANEIRO 2016**  
**HOMENAGEM À CADEIRA**  
**PORTUGUESA**



Casa de Santa Maria  
Rua do Farol de Santa Marta  
2750-341 Cascais

A DimensãoNova, a Adico e o Curso de Design da Universidade Lusófona desafiaram criativos portugueses a fazerem uma homenagem à "Cadeira Portuguesa": móvel de assento em metal fabricado pela Adico desde a década de 1930.

**2ª a 6ª feira: 10h00-17h00**  
**Sábado e domingo: 10h00-13h00 | 14h00-17h00**  
ver info em Bilhética Bairro dos Museus



## AMBIENTE

**24 DE OUTUBRO**  
**OS BURROS LANUDOS DA**  
**QUINTA DO PISÃO**



Quinta do Pisão de Cima  
Estrada EN9-1  
(cruzamento da barragem do Ribeiro da Mula)

Venha conhecer os burros lanudos da Quinta do Pisão, uma raça que se encontra em vias de extinção, num passeio didático para toda a família.  
Local de encontro: Entrada principal da Quinta do Pisão

**10h00 - 12h00**  
CUSTO: 12€/ CRIANÇA

214 604 230  
atividadesnatureza@cascaisambiente.pt  
Todas as inscrições devem ser efetuadas até às 12h00 do último dia útil que antecede a atividade.



## CINEMA

**22 E 23 OUTUBRO**  
**CICLO DE CINEMA**  
**"IMAGEM E MEMÓRIA"**

Espaço Memória dos Exílios.

**30 OUTUBRO | 21H00**  
**Rescaldo**, realizado por: Wladyslaw Pasikowski  
Comentado por: Ricardo Presumido

**31 outubro | 21h00**  
**O que ama a vida. A história de Avraham Aviel**, realizado por: Yad Vashem  
Comentado por: Jochen Oppenheimer

GRATUITO



## CONFERÊNCIAS

**22 E 23 OUTUBRO**  
**CHINA GLOBAL BUSINESS MEETING**

Centro de Congressos do Estoril  
Avenida Amaral  
2765-192 Estoril

O Global China Business Meeting apresenta uma visão interdisciplinar dos principais impulsionadores económicos, sociais e tecnológicos na China e no mundo.  
Este encontro oferece a empresários e líderes políticos a possibilidade de discutirem temáticas relativas à China e ao seu papel como um dos principais líderes económicos mundiais.

www.horasis.org



## CURSOS

**26 OUTUBRO (INÍCIO)**  
**CURSO LIVRE DE**  
**PORTUGUÊS PARA**  
**ESTRANGEIROS - INICIAÇÃO**

Casa de Santa Maria  
Rua do Farol de Santa Marta  
2750-341 Cascais

Este curso, destinado a estrangeiros com pouco ou nenhum conhecimento do Português, visa desenvolver as competências linguísticas que permitam compreender a estrutura básica da língua e a comunicar de forma simples. Cada módulo terá a duração de três meses.

**2ª a 5ª**  
CUSTO: 65,00€ / mês  
214 815 380/3  
csm@cm-cascais.pt



## DESPORTO

**24 OUTUBRO**  
**ESPELEÍSMO**

Grutas de Alvide  
Rua São Mateus 519  
2750-642 Cascais

O Espeleísmo oferece a oportunidade de experimentar ou iniciar-se no Espeleísmo, estudando cavidades naturais, como a Gruta de Alvide, que se encontra nas instalações da Associação de Desportos Aventura Desnível, sendo esta a entidade que enquadra a atividade.

**15h00 - 18h00**  
CUSTO: 5€/participante (via transferência multibanco através do NIB 0035 0017 0000 231293073)

**31 OUTUBRO**  
**FITNESS**

Complexo Desportivo da Abóboda  
Rua Mouzinho de Albuquerque, 186  
2785-032 S. Domingos de Rana

Realiza-se mensalmente, no último sábado de cada mês, no espaço exterior do Complexo Desportivo Municipal da Abóboda, com aulas diversas.

**10h00 - 13h00**  
GRATUITO

214 815 534

## EDITORIAL



Patricia Westheimer

## Foreigners Have a Voice Too!

Last year I decided to attend a meeting in Cascais with people submitting their ideas for the Orçamento Participativo. I had seen posters about the initiative and read about it in C, but I wanted to participate first hand. In addition, I had my own project to propose.

So on a spring day I walked into the Praça and asked where I could find the meeting. Immediately a young man ushered me into a room full of people sitting around long tables. "You are an English speaker?" When I nodded my head "yes" he led me to a table with other foreigners as well as a translator.

Most of us spoke fairly fluent Portuguese but the organizers wanted to make sure that we understood the process. We were then instructed to present our projects to our group, and the native speaker wrote down the details of each one. One of us wanted more bathroom facilities along the Ciclovía, another proposed a large parking area above Jumbo with free bus transportation into town.

My proposal also had to do with parking. I noted that the large parking lot across from the Paula Rego Museum used to be fee free, but one day a parking lot concession took over the management and now everyone has to pay to park there. The result: the lot used to be full, allowing workers, shoppers and tourists to park with easy access to the town. Ever since the parking fees were instituted, the lot has remained nearly empty. I suggested that at the least the lot could be free of payment on the weekends allowing shoppers at the Bio-market as well as Sunday tourists to park easily and without charge.

My proposal did not win at our table and therefore did not qualify to go to the larger room for consideration. Nevertheless I had a first-hand view of how government can work when all citizens are given a voice and a choice. When I lived in the USA I felt distinctly remote from the local government and its process. Now, living in Cascais I feel much more connected to the process and the laws. And even as a foreigner I have an idea of how the local government functions and how I, as one citizen, can have a voice in it.

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

## VOTE FOR YOUR FAVOURITE PROJECT!



The time has come to help the Council decide where to spend its money.

Voting now begins on October 19th.

Every year since 2011 the Câmara has set aside part of its annual budget to encourage, and then use ideas, from people who live, work or study in the municipality to spend up to 1.5 million euros – with a maximum of €300,000 on any individual project. In 5 budgets around 900 ideas have been presented by 3,270 people and dozens of projects have been successfully completed.

Anyone can make a proposal and everyone can take part and vote!

The 5th Cascais Participatory Budget (PB) or Orçamento Participativo for 2015 is nearing completion. 9 public sessions were held between 18th April and 9th May. There was a very popular open air public meeting held in the Pr. 5 de Outubro, next to the Town Hall (Paços do Concelho). Translation into English was available for non-Portuguese speakers. Proposals were discussed and voted

on to select which ones would go for further analysis. All that was necessary was to present an idea and earn enough supporters to vote it through in the top 5.

From the 9 public sessions a total of 46 proposals were sent this year for Technical Analysis by the Câmara to determine if a project falls within the Câmara's responsibility and is compatible with other municipal plans. On 22nd September a list was published of 35 approved projects to be put to a public vote. The projects which did not pass were allowed 10 days to appeal.

Each project for public vote is promoted by the Câmara website ([www.cascaisparticipa.pt](http://www.cascaisparticipa.pt)), newspaper (C) and Facebook ([facebook.com/CascaisParticipa](https://facebook.com/CascaisParticipa)). Campaigns will also be run by promoters and supporters of each proposal.

Last year voting by SMS text messages tripled the number of votes. One vote could be used to vote against or in favour. The 2014 Cascais PB recorded the highest ever number of votes in Portugal. 41,005 votes selected 10 projects

for the Câmara to commit to implement within two years. In comparison the Lisbon 2014 PB received 36,032 votes and only Paris achieved greater involvement from the public in all of Europe.

So, vote for the project that you would want to win this year! This edition of C contains a description of all the projects and explains how to vote for your choice. Alternatively you will find information on [www.cascaisparticipa.pt](http://www.cascaisparticipa.pt).

Everyone, whatever their nationality, is invited to participate, to vote and to prepare their own suggestions for 2016. C



## CASCAIS PARTICIPA

### SOCIAL & COMMUNITY EVENTS

25 OCTOBER

#### Cascais Pub Quiz Night

Charity fundraising English quiz night with prizes, refreshments and good fun. All welcome.

CASCAIS CULTURAL CENTRE  
20:00 – 23:00

967 347 264  
[hlamers@sapo.pt](mailto:hlamers@sapo.pt)

30 OCTOBER

#### Royal British Club – Happy Hour

An opportunity to see old friends and meet new people.

All welcome.

ROOFTOP BAR HOTEL BAIA  
18:00 – 20:00

913 831 083  
[secretary@royalbritishclub.pt](mailto:secretary@royalbritishclub.pt)

31 OCTOBER

#### Halloween Charity Masquerade Ball

A charity event with all proceeds to benefit children's charities.

CASCAIS CULTURAL CENTRE  
966 370 955

[charitygala.pt@gmail.com](mailto:charitygala.pt@gmail.com)

6 NOVEMBER

#### Poppy Ball

A charity evening raising funds for the Royal British Legion (Poppy Appeal) and Blesma (The Limbless Veterans' Association).

PALACIO ESTORIL  
18:30 – Midnight

918 831 461  
[lesley.moorey@rgf.nato.int](mailto:lesley.moorey@rgf.nato.int)

28 NOVEMBER

#### St Andrew's Ball

St. Andrew's Society of Lisbon annual black tie ball with 4-course dinner and Ceilidh band.

PALACIO ESTORIL  
19:30 – 02:00

912 306 353

### ART & EXHIBITIONS

11 SEPTEMBER – 8 NOVEMBER

#### Sam Shaw – 60 years of photography

A world premiere exhibition of 200 photographs.

CASCAIS CULTURAL CENTRE  
Tues – Sun from 10:00-18:00

214 815 665/60  
[geral@fdl.pt](mailto:geral@fdl.pt)  
[www.fundacaodomluis.pt](http://www.fundacaodomluis.pt)

26 SEPTEMBER – 22 NOVEMBER

#### Contemporâneo Desnudo

Painting by José Batista Marque

Reflecting on earlier periods of

art history, exhibition includes paintings, video and sculpture. CASCAIS CULTURAL CENTRE

Tues – Sun from 10:00-18:00

214 815 660

[geral@fdl.pt](mailto:geral@fdl.pt)

[www.fundacaodomluis.pt](http://www.fundacaodomluis.pt)

### THEATRE & MUSIC

24 OCTOBER

#### Gala of Italian Opera

The Cascais Symphony Orchestra perform works by Rossini, Verdi,

# ANGLOINFO

[www.angloinfo.com](http://www.angloinfo.com)

## ST MARTIN'S DAY

*“É dia de São Martinho; comem-se castanhas, prova-se o vinho”*

**“It's Saint Martin's day; we eat chestnuts and taste the wine”**

November 11th is celebrated as St. Martin's Day (Dia de São Martinho), the day on which Martin of Tours, a 4th century Roman soldier was buried. According to tradition Martin was riding through a snow storm in the Alps with only his own cloak to protect him when he was approached by a beggar, shivering with cold. With no money to give the beggar Martin cut his cloak in half and shared it with him, saving him from dying. As he did this, the sun came out and shone so brightly that the ice and snow cleared away. That night Martin dreamed that Jesus was wearing the half-cloak

he had given away to the beggar and he heard a voice say, “Every time you do a good deed for your less fortunate and unprotected brothers, you are doing it to me.” Martin left the army and dedicated his life to Christianity and service to the poor, becoming a monk, then a bishop, and eventually known as St Martin of Tours. St. Martin's Day has become a traditional harvest festival in much of Europe and Scandinavia

to signify the end of autumn and the beginning of winter. It is a celebration of life and good deeds with abundant food and drink from the harvest.

In Portugal celebrations are known as Magusto (from Magnus Ustus – a great burning). Traditionally families would gather around a large bonfire on St Martin's Day when the first wine of the season is ready to be tasted and the harvested chestnuts

are roasted and eaten. Chestnuts were a staple part of the winter diet in Portugal so a good harvest meant that a family would safely last the bad weather.

Besides the new wine, other traditional drinks include; *água-pé* which is made by adding water to the remains of the grapes after the juice is pressed out for wine and letting it ferment for several days, and *jeropiga* obtained through a similar process with added brandy *aguardente*.

Officially *agua-pé* is banned for sale in Portugal but is often available in local shops at this time of year. The weather in Portugal is often mild and almost like summer around St Martin's Day. It is also known as an Indian Summer, but St Martin's Summer (Verão de São Martinho) as it is called in Portugal is associated with the miraculous change in the weather caused by Martin's act of charity in giving his cloak to the beggar. 



## THE COST OF CASTANHA

Just as grilled sardines (*sardinhas assadas*) are the smell of summer in Portugal, the smoke and the scent of roast chestnuts (*castanhas assadas*) mean the arrival of autumn and the onset of winter. Roast chicken (*frango assado*) is, of course the third of the smells that typically waft through the streets in Portugal – but chicken seems to have Winter and Spring mostly to itself. The change of season from summer to autumn is often as abrupt as the vendor on the street corner who sells ice cream one day then chestnuts the next. The

smell of the first roast chestnuts brings back childhood memories to many people, who quickly form queues in the smoke to chat about whether it is a good year for chestnuts and if the vendor has kept them hot “*quentes e boas*”. Traditionally the chestnuts were served in cones of paper made from old newspaper or yellow directory pages. But times change and, rather like British Fish & Chips, the newspaper has had to go. They cost usually 2 euros a dozen but can reach 3 euros depending on the location of the vendor, or if

the location is close to a popular event. The price has not changed in 5 years.

Production dropped by 25% in Portugal from 2007 to 2011, largely due to diseases known as chestnut cancer, caused by a fungus, or the chestnut moth (*Traça da Castanha*). The diseases were difficult to control, drastically affected the trees and reduced the sizes of the crops until recently. Most of the trees are planted on small-holdings and not farmed intensively, but even so chestnuts exported annually from Portugal represent 3% of the total world

market. In particular, growing demand in the United States has started to improve the economic viability of farming chestnuts in Portugal.

But disease and export have reduced the quantity of chestnuts available in the national market and driven up wholesale prices. So, when you buy chestnuts at €2 a dozen, spare a thought for the street vendor. He will tell you that market forces mean that despite rising costs he has to sell at the same price for 5 consecutive years because people cannot pay more in times of austerity. 

## OCTOBER IN CASCAIS

October is here once again, a lovely month, and in the main

A chance for gardeners to impose

Their wills on everything that grows!

The joys of fleeting summer went

And now the shorter days are sent;

But magnificence is everywhere,

Open your eyes – there is no glare.

The cooler sea, tourists forsaken,

but daily *bicas* are still taken

By the residents who love Cascais,

Underneath their open skies.

Walk along the *paradao*

or cycle out to *Guincho* now; there's always something you can find,

giving peace of soul and mind.

“Robin Apthorpe”

Puccini and Mascagni.  
AUDITORIO SENHORA DA BOA NOVA, SAO JOAO ESTORIL  
21:00  
 <https://www.bilheteiraonline.pt>

6 - 15 NOVEMBER  
**Lisbon and Estoril Film Festival**  
Films, conferences, master classes, concerts, exhibitions and readings.  
VENUES IN LISBON, ESTORIL AND CASCAIS  
 <http://www.leffest.com>

## CHILDREN & FAMILIES

24 OCTOBER  
**The Woolly Donkeys at Quinta do Pisao**  
The Mirandese donkeys are an endangered breed, come and learn about the key part they play in the Natural Park of Sintra - Cascais. Register for this event by 12:00 23 October.  
QUINTA DO PISAO  
10:00-12:00  
 214 604 230  
[atividadesnatureza@emac-em.pt](mailto:atividadesnatureza@emac-em.pt)

EVERY THURSDAY  
**Horseriding Experience**  
An opportunity to try horse riding; all equipment provided.

CENTRO HIPICO DO ESTORIL (CHARNECA)  
18:00 - 19:00  
 214 872 064  
[geral@centrohipico.pt](mailto:geral@centrohipico.pt)

APRIL TO OCTOBER  
**Butterfly Garden**  
Visitors can explore the garden nooks discovering the mysterious world of butterflies.  
URBAN PARK OF QUINTA DE RANA  
WEDNESDAY TO SUNDAY  
10:00 - 19:00  
 214 604 230  
[atividadesnatureza@emac-em.pt](mailto:atividadesnatureza@emac-em.pt)

## SPORTS & SAILING

24TH OCTOBER  
**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](http://www.lisbonh3.com)

20 - 31 OCTOBER  
**Moche Ripcurl Pro Portugal Surfing**

This competition is part of the ASP World Tour  
PENICHE / CASCAIS  
 [www.aspworldtour.com](http://www.aspworldtour.com)

## OTHER EVENTS

30 OCTOBER - 1 NOVEMBER  
**Autumn Produce Market**  
Enjoy this harvest time market for great fresh produce.  
MERCADO DA VILA DE CASCAIS  
Weekdays 16:00-22:00,  
Saturday 10:00-22:00 and  
Sunday 10:00-20:00  
 214 815 872  
[www.cascais.pt](http://www.cascais.pt)

SABIA QUE:

PODE EFETUAR UM PEDIDO DE RECOLHA DE OBJETOS FORA DE USO OU RESÍDUOS DE CORTES DE JARDIM À CASCAIS AMBIENTE?

Marque a sua recolha com 48 horas de antecedência através da Linha Verde 800 203 186 (chamada gratuita), de 2.ª a 6.ª feira, das 9h00 às 17h00 ou no site [www.cascaisambiente.pt](http://www.cascaisambiente.pt)

PROPRIEDADE: Câmara Municipal de Cascais · COORDENAÇÃO | EDIÇÃO: Departamento de Comunicação · REDACÇÃO: Ana Filomena Almeida, Elisabete Pato, Fátima Henriques, Isabel Alexandra Martins, Mário Duarte, Patrícia Sousa, Paula Lamare, Paula Tavares · FOTOGRAFIA: Carolina Luzia, Débora Moreira, Sara Sousa, Luís Bento · MULTIMÉDIA: Ana Laura Alcântara, António Coelho, António Maria Correia, Miguel Caramelo, Rodrigo Saraiva · GRAFISMO E PAGINAÇÃO: Ana Pinheiro, Carlos Santos, Teresa Vaz · TIRAGEM: 120.000 exemplares PERIÓDICO: Mensal · DEPÓSITO LEGAL: 332367/11

# ÚLTIMA

## 19 OUTUBRO A 22 NOVEMBRO VOTE NO OP 2015

Para votar no OP 2015 é obrigatório ter um código de votação, por isso disponibilizamos neste jornal um cartão onde constam dois códigos. Durante todo o período de votação disponibilizaremos igualmente códigos de votação na Loja Cascais, no Quiosque OP - Jardim Visconde da Luz, CascaisShopping e Biblioteca S. Domingos de Rana (ver info na pg 6).

As regras de votação são simples: cada número de telemóvel só pode votar uma vez. O voto pode ser a favor ou contra um projeto e só é considerado se utilizar os códigos de projeto e de votação válidos.

Assim pode optar por votar por telemóvel, para isso basta enviar um SMS gratuito para 4343 com o código do projeto escolhido, seguido do código de votação Ex: OP99 xpt321 ou NOP99 xpt321. Tem também a possibilidade de votar online em [www.cascaisparticipa.pt](http://www.cascaisparticipa.pt). Escolha o projeto, clique em VOTAR, insira o seu número de telemóvel e o código de votação. Receberá o código de validação por SMS que deverá inserir no campo respetivo para validar o seu voto.

Toda a informação disponível em [www.cascaisparticipa.pt](http://www.cascaisparticipa.pt)

**Destaque o cartão com os 2 códigos. Cada código associado a número de telemóvel válido representa um voto. Há 40 projetos para escolher.**



## SINFÓNICA DE CASCAIS

### CONCERTO DE OUTONO

#### GALA DE ÓPERA

- G. ROSSINI** Abertura da ópera *O Barbeiro de Sevilha*  
La Calunnia da ópera *O Barbeiro de Sevilha*  
Abertura da ópera *Guglielmo Tell*
- V. BELLINI** Casta Diva da ópera *Norma*
- G. DONIZETTI** Una furtiva lacrima da ópera *Elisir d'Amore*
- G. VERDI** Ella giammai m'amo da ópera *Don Carlo*  
Tacea la notte, di tale amor da ópera *Il trovatore*  
Di quella pira da ópera *Il trovatore*  
Brindisi da ópera *La Traviata*  
Preludio da ópera *La Traviata*
- G. PUCCINI** Nessun Dorma da ópera *Turandot*  
Vogliatemi bene da ópera *Madame Butterfly*
- W. A. MOZART** Là ci darem la mano da ópera *Don Giovanni*
- C. GOUNOD** Le veau d'or da ópera *Mefistofele*
- P. MASCAGNI** Intermezzo da ópera *Cavalleria rusticana*

Deyan Vatchkov | baixo  
Diego Cavazzin | tenor  
Cristiana Oliveira | soprano  
Maestro Nikolay Lalov

24 OUT

2015  
21H00

AUDITÓRIO  
SENHORA DA BOA NOVA

Bilhetes à venda no local no próprio dia a partir das 19h  
[Bilheteiraonline.pt](http://Bilheteiraonline.pt) | [ctt](http://ctt) | [fnac](http://fnac) | [worten](http://worten) | [EI](http://EI) Corte Inglês  
equipamentos do Bairro dos Museus com bilheteira  
Informações: 214815664/5

[www.cascais.pt](http://www.cascais.pt)

CASCAIS

FUNDAÇÃO  
D. LUIS

Sra Boa Nova  
Auditério

## SURF ATÉ FINAL DE OUTUBRO



Cascais e Portugal estão definitivamente na rota dos grandes eventos de surf mundial. De 20 a 31, outubro fecha em grande com o Moche Rip Curl Pro Portugal. Na praia Supertubos, ou no Guincho (palco alternativo) são esperados os melhores do mundo do surf masculino, como Mick Fanning, Adriano de Souza, Gabriel Medina e Kelly Slater, com quem o cascalense Vasco Ribeiro (wild-card Moche) vai competir. Será também apurado o vencedor do Portuguese Waves Series - Cascais Trophy, bónus de \$25.000 garantidos pelo Turismo de Portugal e Câmara Municipal de Cascais.

## MERCADO DE OUTONO EM CASCAIS

Em pleno outono e com o S. Martinho à porta, o Mercado da Vila é o espaço onde poderá conhecer e adquirir artigos da época e produção nacional. De 30 de outubro a 1 de novembro, na terceira edição do "Mercado do Outono", vão estar presentes vários expositores com uma variedade de queijos, enchidos, frutos secos, vinhos, azeites, compotas, licores, castanha assada e jeropiga. No espaço de street food poderá saborear as iguarias da estação. Como este é um evento para levar toda a família o

mercado terá, ainda, muita música e animação, com ranchos e bandas, sem esquecer os mais pequenos com um espaço infantil. A entrada é gratuita.

**Mercado de Outono**  
30 de outubro a 1 de novembro

Horários

Dia 30 outubro | 16h-24h

Dia 31 outubro | 10h-24h

Dia 1 novembro | 10h-22h

