

TUDO SOBRE CASCAIS

Autarquias + familiarmente responsáveis

Uma prenda de Natal antecipada para Cascais. Autarquia recebe bandeira verde com palma que distingue as autarquias + familiarmente responsáveis. Pelo sexto ano consecutivo, Cascais vê reconhecidas as boas práticas no concelho que tem as famílias no centro das políticas públicas. **p.3**

Mais de oito milhões no Apoio Social

O CRID de Alcabideche é o primeiro dos investimentos programados no Apoio Social. São 5 milhões em três grandes obras: O CRID, o Centro de Dia da Amoreira e o Lar da CERCICA, em Rana II. **p.16**

O acontecimento mais importante foi...

O Ano de 2016 foi dos melhores para Cascais, em diversas áreas de atividade, do Desporto à Cultura, passando pelo Turismo, Saúde ou Educação. O “C” escolheu seis personalidades de Cascais a quem solicitou um depoimento sobre os acontecimentos mais relevantes do ano no concelho. **p.8-9**

C also in English powered by AngloINFO

All's well that ends well with the Hotel Nau, and the cake of kings at Christmas Time again. **p.14-15**

A magia do Natal

ESTÁ EM TODO O LADO E EM ESPECIAL NA CHRISTMAS VILLAGE



• p.2-3



**Paula Rego
On the beach**

• p.7

Quer receber o C versão digital? Envie o seu email para dmco@cm-cascais.pt

EDITORIAL

Carlos Carreiras. Presidente da Câmara

Cascais é a nossa casa.

E não há lugar melhor para passar o Natal do que aquele sítio em que nos sentimos em casa.

Quando estas palavras lhe chegarem a si, caro leitor, estaremos a poucos dias da celebração do nascimento de Jesus.

É um tempo extraordinário para, em família ou com aqueles de quem mais gostamos, refletirmos sobre formas de sermos mais felizes, e de fazermos os outros felizes, no tempo à nossa frente.

Nenhum homem é uma ilha. E nenhum de nós pode ser inteiramente feliz se há sua volta houver tristeza e escuridão.

Mesmo que 2016 não tenha sido um ano inteiramente à medida das expectativas de cada um de nós, mesmo com momentos bons e outros menos bons, há muitas coisas boas que fizemos em conjunto e das quais nos devemos orgulhar.

Cascais é hoje mais próspera e mais democrática. Tem mais emprego e mais investimento. É mais solidária e mais harmoniosa. É mais atrativa e mais enérgica e mais cosmopolita. E é tudo isso por mérito de cada um dos 209 mil cidadãos que construíram esta nossa grande casa comum, Cascais.

Há ainda, certamente, muita coisa a fazer. Mas o muito que já foi feito deve dar-nos o alento de espírito para os trabalhos que, em comunidade, temos de acabar no futuro. Talvez por isso este seja o tempo certo para renovarmos o nosso compromisso com os ideais que nos devem guiar como uma bússola ao longo de todo o ano. A boa vontade nas ações, a generosidade nos princípios e a justiça na relação com os outros, farão de Cascais um sítio melhor para todos, um sítio mais feliz para todos.

Há um provérbio chinês que descreve, de forma sublime, aquilo que é a felicidade: é ter alguém para amar, alguma coisa para fazer e algo em que acreditar.

Que este Natal nos ofereça a capacidade para ultrapassar as divergências que subsistam, e nos dê a oportunidade de encontrar a medida da nossa felicidade.

Afinal de contas, é muito possível que praticamente todos nós tenhamos alguém para amar, algo para fazer e algo em que acreditar.

A todos os cascalenses e a todos os amigos de Cascais, um Feliz e Santo Natal e um Próspero Ano Novo.

A Magia do Natal em Cascais

PARQUE MARECHAL
CARMONA

Este ano, pela primeira vez, os ambientes mais inspiradores da quadra mostram-se no Parque Marechal Carmona, um dos jardins mais idílicos e apreciados pelas famílias no concelho onde os visitantes vão poder encontrar as melhores recreações natalícias na Cascais Christmas Village. Com a temática “Jardim Mágico”, os visitantes são convidados a entrar na Casa do Pai Natal, a passear no

“Bosque Encantado”; a Subir à Árvore de Natal; a Patinar na Pista de Gelo; a ver a exposição dos Globos de Neve, a viajar no Comboio Mágico e no Carrossel de Natal. No Mercadinho de Natal, podem assistir à história do Presépio com recriações ao vivo, e ver o Povoado Nazareno, os Reis Magos e o seu oásis, o acampamento Romano, as renas e o trenó do Pai Natal e muitas outras surpresas a não perder

até 1 de janeiro. Nos dias 25 de Dezembro e 1 de Janeiro será recriada a chegada dos Reis Magos para o Nascimento de Jesus. Teatro, concertos, Canhões de Neve, entre muitas outras atrações para viver a fantasia da época em Cascais.



- 1 PÓRTICO / BILHETEIRAS
- 2 ENTRADA / TÚNEL MÁGICO
- 3 CARROSSEL DE NATAL
- 4 PALCO DOS GLOBOS DE NEVE
- 5 PISTA DE GELO
- 6 CASA DO PAI NATAL
- 7 ALDEIA NAZARENA
- 8 ACAMPAMENTO ROMANO
- 9 REIS MAGOS
- 10 COMBOIO MÁGICO
- 11 ÁRVORE DE NATAL
- 12 CASA DOS DUENDES
- 13 BOSQUE ENCANTADO
- 14 CASCALITOS
- 15 FOOD COURT

Todos os dias
11h00 - 20h00

24 e 31 Dez
11h00 - 17h00

25 dez e 1 jan
14h00 às 20h00

cascaischristmasvillage.com

BILHETES INDIVIDUAIS	SEMANA	FINS SEMANA E FERIADOS
ATÉ 2 ANOS	GRÁTIS	GRÁTIS
3-11 ANOS	4€	5€
>=12 ANOS	5€	6€
+65 ANOS	4€	5€

PACK FAMÍLIA	DIAS SEMANA	FINS SEMANA E FERIADOS
3 ACESSOS	12€	15€
4 ACESSOS	16€	20€
5 ACESSOS	20€	25€
6 ACESSOS	24€	30€

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, Ana Quintela, António Maria Correia, Elisabete Pato, Fátima Henriques, Humberto Costa, Isabel Alexandra Martins, Paula Lames, Sérgio Soares Fotografia: Diogo Cardoso, Luís Bento, Sara Bogarim Multimédia: Alexandre Venâncio, Ana Laura Alcântara, António Maria Coelho, Pedro Ramos, Rodrigo Saraiva Grafismo e paginação: Ana Pinheiro, Ana Rita Garcia Venâncio, Carlos Santos, Delfim Almeida. Tiragem: 120.000 exemplares Periodicidade: Mensal Depósito legal: 332367/11

Cascais Christmas village



OUTROS EVENTOS DE NATAL EM CASCAIS

Mercado aberto na véspera de Natal

O Mercado da Vila vai estar aberto ao público no dia 24 dezembro. Mercado saloio: (frutas, legumes, flores); Peixaria e Talho 6h30-14h00
Restaurantes, esplanadas e lojas 9h00 - 17h00

Natal no Mercado da Vila

No domingo, 18 de dezembro, das 11h00 às 16h00, no Mercado da Vila há animação de Natal, especialmente dirigida ao público de palmo e meio. As entradas são gratuitas e o programa do dia inclui sessão infantil de teatro/cinema e ainda a Chegada do Pai Natal, Parada de mascotes e animação musical. As vendas de artesanato, produtos alimentares e o espaço das associações de solidariedade do concelho estarão disponíveis no espaço até às 20h00. Mais informações na Página do Facebook do Mercado da Vila - Cascais.

Cabazes Solidários

Até 8 de janeiro, a Junta de Freguesia de Alcabideche, está a recolher bens alimentares para responder aos pedidos de ajuda de famílias carenciadas (atum, salsichas, óleo, azeite, açúcar, feijão e grão, farinha, arroz e leite, massas, bolachas, cereais/papas e produtos de higiene para bebés e adultos).
Locais de recolha:
Junta de Freguesia de Alcabideche | 2ª a sexta | 9h00 - 12h30 | 14h00 - 17h30
Complexo Desportivo de Alcabideche | Todos os dias, exceto feriados, das 08h00 às 23h00.

Prémio para “Autarquia + Familiarmente Responsável”



Cascais recebe uma prenda de Natal antecipada. Pelo sexto ano consecutivo, a autarquia volta a receber a distinção de “Autarquia + Familiarmente Responsável”, um galardão que premeia a tomada de medidas que facilitam a vida às famílias que vivem no concelho. O vereador Frederico Pinho de Almeida, recebeu, em Coimbra, a bandeira verde com palma que distingue as autarquias consideradas Familiarmente Responsáveis por três ou mais anos consecutivos. Sendo mais uma vez reconhecidas as boas práticas de um concelho que tem colocado as famílias no centro das políticas públicas. Cascais distingue-se pelo conjunto de iniciativas promovidas que contemplam programas de apoio a famílias em situação de conflito, parcerias com associações e entidades sem fins lucrativos para apoio a famílias em situação de maior vulnerabilidade socioeconómica, descontos na tarifa da água e na utilização de alguns equipamentos, e promoção de atividades diversas para desenvolver em família, entre outras. A bandeira verde é atribuída pelo Observatório das Autarquias Familiarmente Responsáveis (OAFR) que, em 2016, atribuiu 58 Bandeiras Verdes aos municípios portugueses. Mas só 37, entre os quais Cascais, receberam a bandeira com palma.

Natal: O país e o mundo em Cascais

Elisabete Pato



JOAQUIM NARCISO

Fátima Camilo é natural de Viana do Castelo, **MINHO**, tem 59 anos e vive em Cascais, há 18 anos. Com uma alegria contagiante fala das tradições que se vivem na região mais a norte do país e que cumpre em Cascais. “Gosto de ir ao mercado a Tires, comprar fruta, legumes, peixe, pão... de falar com as pessoas, de cor, de ter “Bela Dona” na varanda (uma flor muito comum em Viana do Castelo), diz Fátima Camilo, que privilegia a tradição também à mesa na noite da consoada. No dia 24 de dezembro, os preparativos começam cedo com toda a família. Logo pela manhã, “vou ao mercado buscar os troços de couve-galega, que gentilmente é cultivada a meu pedido, por um feirante, há anos”, revela a munícipe adiantando que na ceia “não falta o bacalhau com couve, batata e algumas vezes os rojões à minhota e o polvo”. E os doces? “Arroz doce à minhota,



FÁTIMA CAMILO

rabanadas de vinho verde e as fatias douradas. O vinho verde quente com açúcar também sabe bem”. No dia 25, toda a família se junta de novo para almoçar cabrito assado, “havendo sempre na mesa presunto e chouriço de carne de produção caseira vianense”. Também do Minho, da aldeia de São Lourenço do Mato, Ponte de Lima, chegou Maria Olívia Laves, 69 anos, há 41 a viver no concelho. O Natal de Maria Olívia é sinónimo de convívio e a conversa sobre a família dura até à hora da distribuição das prendas pelas crianças, no dia 24. “A mesa da consoada é composta com um arranjo com a planta de azevinho dos pinhais das famílias”, revela adiantando que “come-se o cozido de bacalhau e bebe-se vinho verde, branco ou tinto. Os mais gulosos deliciam-se com aletria, leite-creme, arroz doce, mexidos (ou formigos), rabanadas de vinho tinto cobertas de canela e açúcar, fatias douradas e bolo-rei.” O espírito natalício vive-o até ao Dia de Reis. Entre munícipes naturais de várias regiões do país encontramos Joaquim Fernandes. É proprietário do bar dos Associações Humanitárias dos Bombeiros da Parede. “Vim para o concelho de Cascais à procura de melhor qualidade de vida”. Nasceu na Lousã, distrito de Coimbra, **BEIRA ALTA**, e vive na Parede há 45 anos. Na noite da consoada junta a família em sua casa. “São mais de 20 pessoas à mesa”, adianta Joaquim

Fernandes revelando que ao jantar não falta o tradicional bacalhau e os doces típicos: lampreia, arroz doce, bolo-rei, sonhos, arroz doce e pudim flã. De mais a sul chegou Joaquim Narciso, 67 anos. Natural de São Marcos de Ataboeira, Castro Verde, **ALENTEJO**, vive em Alvide, onde é proprietário de um café. Há 50 anos que escolheu o concelho de Cascais para viver, mas “vou muitas vezes à terra”. A consoada de Joaquim começa cedo e “muito bem acompanhado”. “Todos os anos um grupo de amigos de Cascais e do Alentejo encontra-se aqui no café comigo até às oito ou nove da noite. Entre cantes alentejanos, petiscos e umas minis, fazemos a nossa festa antes de irmos para junto da família”. Depois, Joaquim vai para casa da filha, em Alcabideche. “Tenho duas netas e a noite é muito divertida”. À mesa, o vinho é alentejano e o rei é o peru, “mas gosto mais de borrego”, confessa. Cristina Rocha Antunes, 52 anos, escolheu São João Estoril para morar. Nasceu em Moçambique, mas viveu grande parte da sua vida no **ALGARVE**. Para Cristina, a tradição mais importante durante esta época do ano é juntar a família. São nove irmãos. O bacalhau também é rei entre esta família, mas vai ao forno com broa, grelos e brócolos. Mais para a noite, e para aquecer, bebe-se chocolate quente “feito por mim e pelo meu irmão” e bolo-rei. À meia-noite

abrem-se os presentes, se houver crianças o “Pai Natal” chega mais cedo. A 25 de dezembro, é servido o peru com recheio de azeitonas. Do Algarve trouxe a paixão pela água e, por isso, vai a banhos no mar durante todo o ano. E quando perguntamos o que representa o Natal em Cascais, Cristina não hesita: “É ameno, lindíssimo. Cascais tem

escala humana, vida em comunidade, pessoas fantásticas e conhecemo-nos uns aos outros pelo nome próprio”. De norte a sul do país, são várias as tradições em Cascais. Entre o que se coloca sobre a mesa, o mais importante é unânime entre todos: paz e solidariedade. Bem-vindos. Deixem-se ficar por Cascais. Boas Festas!

PORTUGAL

É Natal! Cascais vestiu-se com luzes e animação para que a magia e a imaginação permitam vivências e experiências para os de cá e os de lá, munícipes naturais de outras regiões do país.

BOLOS DE NATAL, UMA TRADIÇÃO DO CONCELHO

Os Bolos de Natal são uma tradição da freguesia de Alcabideche e S. Domingos de Rana. Apresentamos aqui a receita de Maria Helena Jorge, residente na Malveira da Serra.



- 2 kg de farinha
- 1 kg de açúcar
- 1 dl de leite
- 62,5 gr de manteiga
- 6 ovos, (deixa-se 1 gema p/ pincelar)
- 1/2 mão cheia de sal
- 62,5 gr de fermento em pó
- Uma bolinha de pão em massa (feito na véspera)
- Raspa de 3 limões
- Chá de limão c/ pau de canela

De véspera faz-se o fermento com 500gr de farinha e chá. Amassam-se todos os ingredientes (a massa

deve ficar rija, pelo que o chá, o leite e os ovos devem ser introduzidos a pouco e pouco, à medida que se vai amassando, para não ficar “papa”). Deixa-se levedar cerca de 5 horas, tapando com uma manta, num lugar quente e seco. Corta-se com uma faca e fazem-se bolinhas. Colocam-se em cima de folhas de limoeiro, num tabuleiro. Pincela-se com a gema (diluída com um pouco de água), corta-se a parte de cima com uma tesoura, em cruz e vai ao forno pré-aquecido a 200°C, durante cerca de 20 minutos (até subirem e ficarem tostados). Ainda quentes, barram-se com manteiga e tapam-se.

À mesa da consoada com munícipes de todo o mundo

Cascais é, desde algumas décadas, referência para estrangeiros quando procuram casa em Portugal. Aqui aprendem a falar português e enriquecem a cultura local com as suas tradições. Da China à África ou da Europa à Austrália, são muitos os que chegam do planeta inteiro para viver no concelho.



Há três anos e do outro lado do mundo, Austrália, chegou a São João do Estoril Louise Ross. É presidente da IWP – International Women in Portugal. “O paredão recorda-me as áreas costeiras de Sidney e Melbourne”, desabafa. As tradições natalícias do seu país são muito diferentes das que existem em Portugal, uma vez na Austrália é verão. “A nossa tradicional refeição de Natal inclui marisco e saladas ou cordeiro assado e legumes ou um churrasco de carnes e frutos do mar e peixe. À sobremesa será gelado e frutas ou o doce típico australiano Pavlova”.



Mesmo que a maioria dos chineses não seja cristã e não passe o feriado de forma religiosa, a época é cada vez mais popular, entre a comunidade chinesa, especialmente entre a gera-

ção mais jovem, conta-nos Luis Lau, chinês. A árvore de Natal, luzes coloridas, grinaldas, cartões de Boas Festas e outros ornamentos estão presentes nas casas da comunidade que chegou da China. Na véspera de Natal, organizam-se encontros entre cinco ou seis famílias e das receitas tem de, obrigatoriamente, constar frango. “Não há frango, não há festa”, adianta Luís Lau. A maior surpresa está reservada para o “boxing day”, a 26 de dezembro, dia em que são abertos os presentes.



Sónia Ribeiro é brasileira e Gordon Young é escocês. São um casal e vivem em Cascais há 23 anos “Foi amor à primeira vista”. O Natal é passado a dois, em casa e “em paz”. Nesta época do ano, “os brasileiros deliciam-se com “Bacalhau com todos” e na Escócia a

tradição chega no novo ano. “As pessoas batem à porta e entram na casa dos vizinhos com uísque e com um pedaço de carvão que vai aquecer a casa durante o todo o ano”, sendo a ideia desejar felicidade para o ano novo.



Por influência de amigos, Oleg Boghenco vive na Parede há 15 anos. É licenciado em física, pela Universidade Estatal da Moldávia, onde foi cientista e professor. Atualmente é presidente do Centro Cultural Moldavo, a mais antiga associação de moldavos em Portugal, que se situa em Cascais. O dia 24 está reservado para os preparativos do dia de Natal. A árvore já está enfeitada pelas crianças da família e assim fica até à terceira semana de janeiro. “Na noite da consoada vamos com a família à missa na Paróquia de S. João o Russo, no Estoril. No dia 25 juntamos amigos e familiares para um grande almoço de Natal com gastronomia moldava, portuguesa, grega, francesa, alemã e inglesa, onde cada pessoa traz a gastronomia mais famosa do seu país de origem”, adianta Oleg Boghenco, que tem sobre a mesa o tradicional “Anho Assado”. Na Moldávia, o Natal é Ortodoxo e celebra-se a 7 de janeiro, de acordo com o calendário juliano. Em Cascais, a família de Oleg celebra o Natal no dia 25 de dezembro e a 7 de janeiro, sempre com gastronomia portuguesa e moldava.

Para Cascais trouxe “Colinde”, as janeiras moldavas, semelhantes às portuguesas, que cantam a 1 de janeiro.



Manuela Lamers está em Cascais há sete anos. Os pais já cá viviam e “o clima e o estilo de vida é muito semelhante ao nosso na África do Sul”, diz Manuela Lamers, que é casada com um alemão. Habituada a um Natal quente e na praia, por ser verão nesta altura do ano no seu país de origem, em Cascais conforta-se à lareira. “Montamos o presépio com

o estábulo em madeira que trouxemos da África do Sul e a coroa do Advento. Uma pirâmide alemã do Natal também se juntou às nossas decorações natalícias. No menu, o polvo é servido, juntamente com bacalhau, pato e camarão grelhado”. Em matéria de doces, “ninguém sabe fazer doces como os Portugueses.

Não vive no concelho, mas já pisou o palco do Dramático de Cascais, para um concerto em 1993. Bob Dylan, Prémio Nobel da Literatura 2016, disse numa entrevista a uma revista norte-americana, que: “Um bom almoço de Natal tem peru assado com puré de batatas e molho, couve e todos os acompanhamentos tradicionais”.



Comunidade judaica celebra Chanukah

Junto à Baía de Cascais
De 24 de dezembro
a 1 de janeiro

A par de grandes capitais internacionais, como Londres, Paris, Moscovo ou Nova Iorque, Cascais abre portas ao Chanukah. É uma festa de oito dias para comemorar o milagre do azeite e a superação da opressão em Jerusalém. Literalmente, a palavra Chanukah significa “rededicação do Templo” e caracteriza-se pela abertura a toda comunidade. Rabi Eli Ro-

senfeld, da Chabad Portugal, organização e movimento que promove o pensamento judaico pelo mundo, refere que o Chanukah assinala-se em Cascais porque “é o local perfeito para celebrar a Luz representada por esta festa. Cascais é multicultural e a comunidade judaica sente-se muito bem acolhida aqui. Este é um ritual que deve ser partilhado - outros rituais judaicos celebram-se de forma privada - e Cascais está virada para o mundo”.

A comunidade judaica celebra, assim, de 24 de dezembro a 1 de janeiro, junto à Baía de Cascais, o Milagre do Shemen (azeite). Este milagre festeja o regresso de um pequeno grupo de judeus ao templo em Jerusalém, depois da prática judaica ter sido proibida pelo poderoso exército dos selêucidas (sírios helénicos). Para acender o candelabro do templo, encontraram apenas um pote de azeite puro. O milagre deu-se quando essa quantidade

perdurou oito noites, o tempo necessário para realizar a viagem em busca de mais azeite. Todos os dias, será acesa, ao início da noite, uma das oito velas da Menorah, um candelabro de oito braços, símbolo do serviço essencial do antigo templo em Jerusalém. Cada vela simboliza as noites deste milagre para a comunidade judaica. No recinto estará ainda uma pequena feira com barrquinhas que vendem produtos alusivos à tradição judaica.



O melhor hospital de média dimensão

Sérgio Soares

O Hospital de Cascais foi considerado o hospital português com o melhor desempenho global do Serviço Nacional de Saúde (SNS), na categoria de hospitais de média dimensão - grupo C.



O hospital recebeu em 2016 três distinções internacionais que atestam a qualidade dos serviços prestados, como reconheceu ao “C” o ministro da Saúde, Adalberto Campos Fernandes. “Os reconhecimentos ao Hospital de Cascais são merecidos. Ficamos satisfeitos e gostamos de ver que as unidades do SNS sejam apreciadas positivamente e é um motivo de orgulho para Cascais.” O presidente do Conselho de

administração do Hospital de Cascais disse ao “C”: “Este ano, tem sido de um grande orgulho para nós. Além do que fazemos diariamente, que está muito focado nos nossos doentes, neste final de ano tivemos o reconhecimento de três entidades externas: a GS1, o HIMMS (Healthcare Information and Management Systems Society) e ganhámos o prémio de Hospital Mais Eficiente do SNS na nossa ca-

tegoria”. Para Vasco Antunes Pereira, os prémios foram um “reconhecimento do trabalho feito”, destacando que se trata de uma distinção coletiva, porque reconhece a excelência do hospital nos resultados clínicos, a eficiência na gestão dos recursos e na avaliação feita pelos doentes.

O Hospital recebeu o prémio “Best Provider Implementation Case” e a certificação de nível 6 que premeia o modelo

que garante a monitorização constante no processo de administração do medicamento. Com a certificação, o hospital integra uma elite da qual apenas 2,5% das unidades hospitalares europeias fazem parte.

A unidade conta também com uma certificação de qualidade nos serviços de Farmácia, Anatomia Patológica, Imunohemoterapia, Imagiologia e Esterilização.

CURTAS

Promoção de Saúde

A promoção da saúde é um dos objetivos de intervenção da Câmara de Cascais, enquanto ativo e recurso central do desenvolvimento social, económico e individual.

Cuidados Continuados

Inauguradas 12 camas de média duração e reabilitação na Unidade de Cuidados Continuados Maria José Nogueira Pinto, e 64 camas nas Residências Montepio, das quais 15 são de convalescença, 29 de média duração e reabilitação e 20 de longa duração. Em 2017: Quartel Parede, 120 camas. São Domingos de Rana 120 camas.

Cuidados Paliativos

Cascais será o primeiro Concelho a ter um serviço de cuidados paliativos no domicílio no âmbito de uma parceria entre a ARS, ACES Cascais e a CMC.

Saúde Mental

Abertura de novas instalações para as unidades de pedopsiquiatria e de psiquiatria de adultos, abertas à comunidade no âmbito do SNS.

Plataforma Saúde na Escola

Parceria entre a Câmara, Agrupamento dos Centros de Saúde de Cascais, Hospital de Cascais, Federação das Associações de Pais do Concelho, Agrupamentos de Escolas e escolas particulares, Comissão de Proteção de Crianças e Jovens, PSP e GNR.

Séniore em Movimento

Para municípios integrados em Centros de Dia e Convívio. Dá acesso à prática de hidroginástica. Iniciativa registou mais de 5.000 participações e investimento de 900 mil euros.

Cascais reforça rede de Cuidados Continuados



Cascais tem demonstrado, em anos recentes, que a Saúde é uma das áreas prioritárias da estratégia municipal. O Vereador da Saúde, Ricardo Baptista Leite, disse ao “C” que “há um ano, quando assumiu funções executivas no concelho, uma das grandes preocupações que o presidente da Câmara Municipal, Carlos Carreiras, lhe transmitiu, foi o facto de sucessivos governos nunca terem dotado Cascais de camas de cuidados continuados.

“O município tem feito com

que o aumento de camas da Rede de Cuidados Continuados seja uma realidade, sendo disso exemplos recentes os casos dos protocolos assinados com a UCCI Maria José Nogueira Pinto e as Residências Montepio. Hoje, já existem perto de 100 camas disponíveis no concelho e queremos atingir a meta das 400 até 2019”, anunciou nas primeiras Jornadas Conjuntas da Saúde, no Centro de Congressos do Estoril.

O evento foi realizado em parceria entre a Câmara Municipal

de Cascais, o Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) do concelho e o Hospital de Cascais, cujo momento mais marcante foi a assinatura de um acordo entre as três entidades, na qual esteve presente o ministro da Saúde, Adalberto Campos Fernandes. Com o nome “Pela Governação Integrada da Saúde no Concelho de Cascais”, o acordo é pioneiro, porque “Cascais é o primeiro concelho do país a assinar um acordo para uma governação integrada da Saúde”, disse Baptista Leite.

Na praia/On the beach

Os anos 80 na criação artística de Paula Rego

A Casa das Histórias Paula Rego entra em 2017 com a exposição *Na praia/On the Beach* onde os anos 80 ganham visibilidade. A não perder até 26 de fevereiro.

On the Beach, obra criada em 1985 e apresentada em outubro de 2014 em Londres na 'Frieze Masters', foi recentemente depositada por um colecionador particular na Casa das Histórias Paula Rego, passando a integrar o seu acervo. *Na praia/On the beach* dá a conhecer um ideário narrativo e imagético de cerca de uma década de criação da artista. Na década de 80, Paula Rego encontrou uma linguagem visual radicalmente nova para contar as suas histórias, criando um universo ambíguo e complexo de interação entre humanos, animais, vegetais e híbridos. Criaturas humanizadas por atributos físicos e comportamentos faziam parte de narrativas e situações peculiares. Neste período, a obra de Paula Rego é constituída por dramas vívidos, sobrepopoados de personagens que se interligam em diálogos indi-



zíveis. A influência do artista britânico Victor Willing (1928-1988), seu marido e cúmplice artístico, foi o rastilho para a criação destas personagens que passam diretamente de memórias em segunda mão para as suas séries de pinturas, em acrílico sobre papel. É exemplo deste processo de transposição, a série d'*O Macaco Vermelho*, aqui representada através da obra *O Macaco Vermelho bate na sua Mulher*,

de 1981, que tem o macaco vermelho como personagem constante.

A artista refere também uma atenção particular ao *Livro dos Seres Imaginários* de Jorge Luís Borges, publicado originalmente em 1957 com o título *Manual de Zoologia Fantástica*. Estas criaturas encantadas que, no seu entender, "são bichos que parecem pessoas e pessoas que parecem bichos" - dizendo não saber "o

que vem primeiro" - e os atores deste caleidoscópico de aventuras luxuriantes, onde impera a desordem e a distância moral característica de um universo onírico. Na Praia é sobretudo de "sexo e gula" que se trata, afirma Paula Rego, mas a sensualidade está sempre presente nestas obras evocativas do mar e que nos remetem inevitavelmente para a pintura de Boticelli, até pela estrutura das composições.

Título da Exposição
Na Praia/On the Beach

Local
Casa das Histórias
Paula Rego
Sala 0

Datas
7 de dezembro 2016
a 29 de fevereiro 2017

Curadoria
Catarina Alfaro

IMAGICONOGRAFIA

As pinturas realizadas durante os anos de 1984 e 1985 e, em particular, nas suas séries *Vivian Girls* e *Dentro e Fora do Mar*, assim como a obra *Na Praia* trazem um novo fôlego ao trabalho da artista. É nesta fase que recupera e intensifica a cor enquanto elemento estruturante da composição, a escala dos personagens au-

menta conferindo à pintura força e gestualidade até antes não atingidas. A composição é realizada numa escala panorâmica e multidimensional, num equilíbrio entre a multiplicidade de personagens de enredos e subenredos. A história e as estórias que sempre caracterizam a pintura de Paula Rego ganham um traço

sem hesitações e as personagens, humanas e animais, são fisionomicamente intuídas pelo seu preciso sentido de observação. É como diz Paula Rego numa entrevista realizada à época: "o desenho puxa o boneco" e assim "os desenhos vão aparecendo no pincel... começo com um gesto, o resto do bicho vem atrás".



Grandes momentos 2016 em Cascais

Eu acho que...

O acontecimento mais importante em Cascais foi...

O Ano de 2016 foi um dos melhores de sempre para Cascais, em diversas áreas de atividade, do Desporto à Cultura, passando pelo Turismo, Saúde ou Educação.

O “C” escolheu seis personalidades de Cascais – Mário Assis Ferreira, Armando Correia, Isabel Miguéns, Carlos Avilez, Gustavo Lima e Miguel Rocha Vieira - a quem solicitou um depoimento sobre os acontecimentos do ano que consideram mais relevantes.

E para si? Qual o acontecimento em Cascais mais marcante durante o ano 2016? Envie-nos também a sua opinião para dmco@cm-cascais.pt

MÁRIO ASSIS FERREIRA
Presidente do Conselho de Administração da Estoril Sol, S.A.

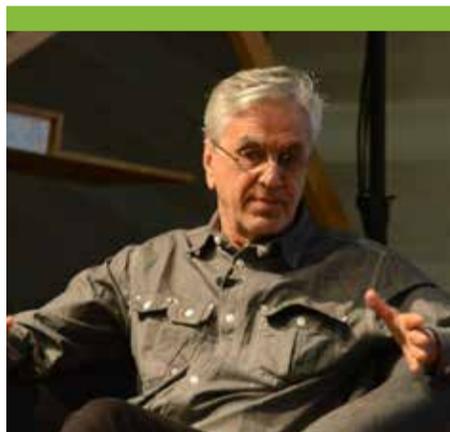


ESPÍRITO DE INOVAÇÃO E EXPOENTE DE QUALIDADE

É difícil selecionar três acontecimentos numa Autarquia como a de Cascais, na qual, em cada dia, se patenteiam novas ideias que consagram a promoção imagética do concelho e a qualidade de vida dos seus munícipes.

Numa visão algo subjetiva, destacaria, pelo seu significado, a recente inauguração da Casa Sommer, o “Lumina” - Festival da Luz e, no vasto âmbito dos eventos culturais, os “Concertos de Verão”, o “Festival Internacional de Cultura” e o “Lisbon & Estoril Film Festival”.

Mas são meros exemplos de índole pessoal, difíceis de selecionar face à panóplia de acontecimentos de similar relevância que bem caracterizam o espírito de inovação e o expoente de qualidade que são traços dominantes de quem preside aos destinos do Concelho de Cascais. Que permaneça indómito esse ânimo, para bem de todos os Cascalenses!



ARMANDO CORREIA
Associação Comercial do Concelho de Cascais



GRANDE AFLUÊNCIA DE TURISMO

Para mim, o ano 2016 fica sobretudo marcado pela grande afluência de turismo à região. Um turismo que cada vez menos se concentra apenas nos meses de verão e se estende um pouco por todo o ano dinamizando, dessa forma, e muito, o tecido económico local.

Em segundo lugar, destaco o lançamento da primeira pedra da “Campus Nova SBE” que, muito embora só venha a ter retorno a partir de 2018, é sem dúvida um facto muito marcante para o concelho, não apenas na área da Educação, mas também no desenvolvimento económico de Carcavelos.

Finalmente, destaco o regresso da competição ao Autódromo do Estoril, facto importante não só para os amantes do desporto motorizado, que é o meu caso, mas também para a dinamização da freguesia de Alcabideche, onde tenho um polo de restauração.



ISABEL MIGUÉNS BOUÇAS
Provedora da Santa Casa da Misericórdia de Cascai



TUDO COMEÇA EM TODAS AS PESSOAS

Considero particularmente importante o lançamento da primeira pedra do novo Campus e da nova sede da School of Business and Economics, da Universidade Nova, em Carcavelos. A Educação tem sempre um efeito multiplicador e esta iniciativa da Câmara Municipal de Cascais e da Universidade nova representa o futuro e a qualificação desse futuro coletivo.

Destaco também a inauguração do Arquivo Histórico Municipal que representa e representará o passado e identidade da nossa comunidade. De entre os acontecimentos que para mim marcaram o ano 2016, saliento ainda a assinatura do protocolo entre a Santa Casa da Misericórdia de Cascais e o Instituto de Registos e Notariado. Não foi notícia, mas, em Cascais, “onde tudo começa nas pessoas”, este facto tornou possível reconhecer a identidade a 91 cidadãos do nosso concelho com grandes problemas de deficiência. Através deste protocolo, estes cidadãos viram devolvidos os seus direitos constitucionalmente consagrados e o direito à sua identidade, porque, “em Cascais, tudo começa em todas as pessoas”.



CARLOS AVILEZ
Diretor e encenador do TEC Teatro Experimental de Cascais



A CONCRETIZAÇÃO DE UM SONHO

A apresentação do projeto de requalificação do edifício Cruzeiro no Monte Estoril foi, para mim, um dos acontecimentos mais importantes do ano. Finalmente vai concretiza-se e dá-nos uma perspetiva nova para um grande centro de cultura no concelho. A Escola de Teatro de Cascais vai ficar ali e, finalmente, o TEC vai ter um auditório com todas as condições para apresentar espetáculos a um público mais numeroso. Torna também possível instalar-se, num espaço público, o único museu de teatro privado em Portugal, com um espólio importante que representa a atividade do TEC e, de certo modo, a história do teatro em Portugal nos últimos 50 anos.

Destaco também a inauguração da Casa Sommer. É um edifício muito marcante e lindíssimo onde está depositado o Arquivo Histórico Municipal de Cascais.

O ano fica ainda marcado pelo “Cais Oeste” no TEC. É a concretização de um sonho. Era um espetáculo muito ambicionado, um teatro para pensar e está a verificar um êxito, dando continuidade ao objetivo com que criámos o TEC há 51 anos. São razões para Cascais sentir orgulho em ter uma companhia sua.



GUSTAVO LIMA
Velejador olímpico, Clube Naval de Cascais



VÁRIOS CONCERTOS EM DIVERSOS SÍTIOS

Destaco o Projeto Out Jazz com vários concertos em diversos sítios culturais de Cascais. Penso que a música é algo que deve estar presente na vida das pessoas. Não só o Jazz, mas também nas Festas do Mar com diferentes tipos de música. Por outro lado saliento os muitos quilómetros de ciclovia conseguidos em Cascais. Em 2016 é possível andar a pé, de bicicleta ou até de patins até à praia do Guincho, regressando pela Areia. A obra terminada no final da A5 foi algo importante e que acabou com o trânsito imenso que havia naquela zona.

Em termos desportivos destaco os eventos promovidos pelo Clube Naval de Cascais, nomeadamente as Winter Series de Dragão, o Campeonato Mundial de SB20, os RC44 e os TP52, que são praticamente os Formula 1 da vela mundial. Uma nota final ainda para a participação olímpica dos velejadores que representam o Clube Naval de Cascais: Sara Carmo, Jorge Lima, José Costa e eu.



MIGUEL ROCHA VIEIRA
Chef Fortaleza do Guincho Hotel



GUINCHO PALCO DE EVENTOS E LOCAL DE TRABALHO

Destaco em primeiro lugar o evento Cascais Women’s Pro, etapa do campeonato mundial de surf feminino, que decorreu na Praia do Guincho. Não só pela importância que uma prova do campeonato do mundo tem por si mesma, mas também pela proximidade entre o palco do evento e o meu local de trabalho e pelas muitas caras bonitas que vimos passar pela Fortaleza durante esses dias.

Saliento também o Lumina – Festival da Luz. Para mim destaca-se porque já começa a ser um hábito passear pelas ruas de Cascais nas últimas noites de Verão com o pretexto de ver todos esses incríveis jogos de luz. Destaco ainda, na música, o concerto de Jamie Cullum no Cascais Groove, festival que decorreu no Parque Palmela. Acho que é um músico cheio de talento e nunca é demais tê-lo entre nós.



Cobertura

André
Oliveira
*Eu sou Sushiman
no Mercado da Vila*

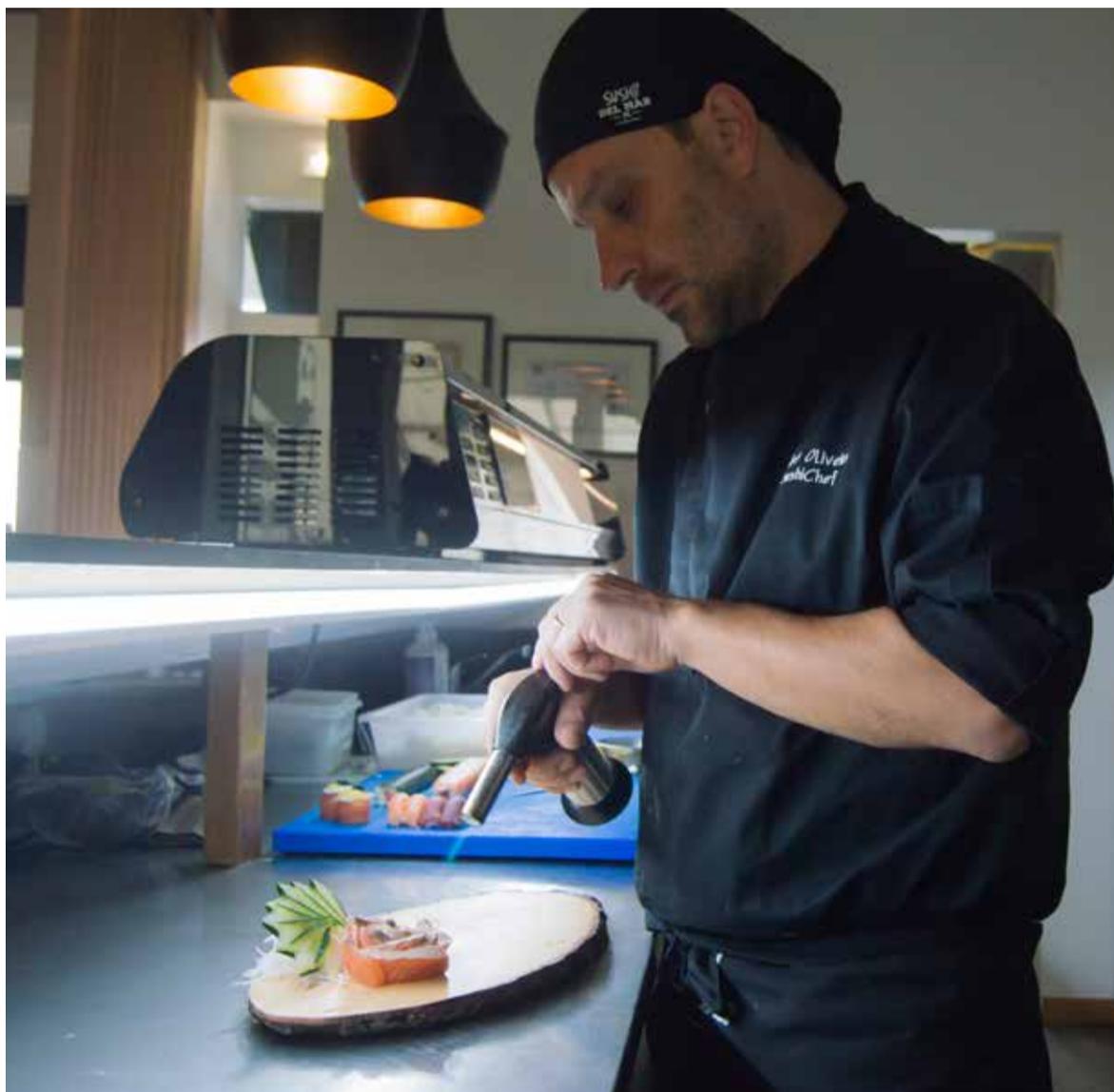
Para se ser especialista em cozinha francesa ou italiana não é obrigatório que os chefs tenham origem nestes países, nem mesmo se a especialidade gastronómica for de um país tão longínquo, como o da Terra do Sol Nascente.



Brasileiro, André Oliveira de 39 anos é o responsável pelo restaurante *Sushi Del Mar*, no Mercado da Vila, e desde agosto, um dos poucos mestres de cozinha que em Portugal possui uma certificação como *Sushiman*. André nasceu em São Paulo cidade onde existe a maior comunidade japonesa fora do Japão. A sua ligação com esta cultura começou na escola. Brincava com os colegas japoneses e na casa deles comia sushi. “Os meus filhos, com 12 e 16 anos cresceram a comer sushi”, conta. O pai comprou um restaurante de comida tradicional em S. Paulo quando ele tinha um ano. “Nasci, praticamente, dentro de um restaurante”, diz. Até hoje esta continua a ser a única área profissional em que sempre trabalhou. Recorda-se de ver os japoneses que iam pescar para Nova Londrina. Com 23 anos inscreve-se num *workshop* de sushi organizado pela Prefeitura da cidade, passando a incluir no cardápio do restaurante um prato de sushi. Foi para trabalhar em cozinha japonesa que em 2005 seguiu viagem, como chef na versão sushi, para Portugal, França e Angola. Em 2016 regressa a Portugal para abrir, com um amigo, um restaurante japonês em Cascais, o *Sushi Del Mar* no Mercado da Vila.

O que é um sushiman?

É um chef cozinheiro com formação que lhe confere competência a nível internacional para trabalhar como especialista de cozinha na confecção de sushi, habilitando-o ainda



como supervisor e formador nesta especialidade da cozinha japonesa em restaurantes e hotéis em qualquer lugar do mundo. Em Portugal não há uma categoria de sushiman.

O que marca a diferença entre as suas confeções de sushi e outras ofertas?

Há muita oferta que nada tem a

ver com sushi. No nosso restaurante não inventámos um novo conceito de comida japonesa. O que fizemos foi trazer para Cascais foi o sushi de raiz com alguma fusão. A base tradicional do sushi é o peixe cru e o arroz, fora disto são variações. Desde que não saiam muito fora do que é tradicional na cozinha japonesa, não tenho nada

contra fusões. O Sushi Del Mar é espaço para confraternizar com os amigos. Fazemos um menu de degustação. Tudo o que temos no cardápio vai passando pela mesa dos clientes que só deixa de ser servido quando assim o entender. O que marca a diferença nas minhas criações é que tento é servir o sushi puro; também crio algumas fusões, mas estas têm sempre que encaixar dentro da raiz do sushi.

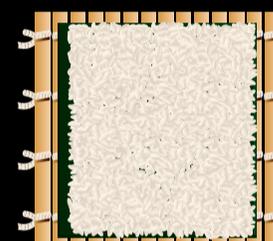
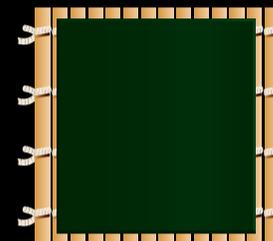
Estamos a pensar fazer workshops de sushi só para clientes, uma vez por mês aqui no restaurante. Outra das nossas inovações é que aos domingos todos os pratos são, exclusivamente, preparados com peixe da Costa Portuguesa. Apelidamos este menu de “Sushi com peixe português de fazer crescer água na boca”

Porque é que optou por abrir o restaurante em Cascais?

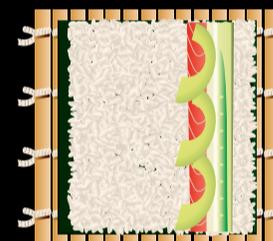
O primeiro lugar em que vivi quando vim para Portugal foi em Cascais. É uma Vila muito acolhedora. Pensei sempre que um dia teria de abrir um restaurante em Cascais. Agora com a parceria que estabeleci com o meu sócio chegou o momento. Voltei a viver em Cascais.

TÉCNICAS SIMPLES PARA ENROLAR O SUSHI

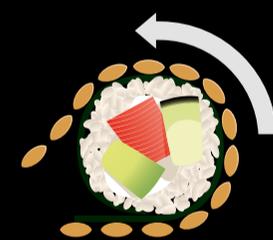
1/ Esteira- espalha o arroz na Alga.



2/ Depois de o arroz estar espalhado na alga é que se enrola o sushi



3/ Não colocar muito arroz porque quando for fechar o rolo não vai conseguir fechar. Para a mesma quantidade de arroz colocar um pouco mais de recheio: peixe, vegetais e frutas. Se colocar arroz a mais vai saber muito a arroz, retirando o sabor dos outros ingredientes.



ALGUMAS CURIOSIDADES NO SEU PERCURSO COMO CHEF DE SUSHI

- Uma criança perguntou-lhe se podia fazer sushi de fiambre e queijo...
- Uma vez um cliente disse-lhe que não comia, nem arroz, nem peixe, e queria que fizesse sushi para ele...
- Serve sushi no Estádio da Luz quando há jogo

JÁ CONSIGO FAZER SUSHI EM CASA: CONSELHOS BÁSICOS

Arroz

Utilizar sempre arroz especial para sushi. Lavar duas ou três vezes até escorrer a goma. Se for a cozer numa panela tradicional, tem que se estar muito atento para evitar que o arroz fique queimado. Na panela elétrica (30 minutos), não há essa preocupação.

Vegetais

Sempre frescos

Peixe

Escolher peixe muito fresco: olho brilhante, escama rija, se o cheiro de peixe for muito intenso, quer dizer que não é fresco.

(de) Cascais

Quando a Música sai à rua



A Câmara Municipal de Cascais aposta forte no ensino, promoção e divulgação musical. O “C” fez uma visita às Orquestras Filarmónicas do concelho e dá-lhe aqui um breve retrato do seu rico historial.



BANDA FILARMÓNICA DA SOCIEDADE MUSICAL UNIÃO PAREDENSE

Fundada no primeiro ano da sociedade, em 1899, a música e o ensino musical vistos pelos sócios como um caminho para um mundo menos desigual, mais justo e solidário. É constituída por 30 elementos.

Maestro: Joaquim Alferes - iniciou-se na música com 4 anos, na banda municipal do Alandroal, e já era clarinetista da banda da marinha quando chegou à SMUP a seguir ao 25 de abril.



BANDA FILARMÓNICA DA SOCIEDADE RECREATIVA E MUSICAL DE CARCAVELOS

Fundada a 13 de Outubro de 1901, com o objetivo de cultivar a arte musical. Em 2002, gravaram um CD cuja 1.ª edição esgotou em menos de dois meses. A Banda é constituída por 48 elementos.

Maestro: José Manuel Nogueira - Iniciou os estudos musicais aos 12 anos e ingressou em 1971 na Banda da Armada Portuguesa. Atualmente leciona no Conservatório de Música de Cascais saxofone e classe de conjunto. Coordena a escola de música e direção da banda.



BANDA FILARMÓNICA DA SOCIEDADE MUSICAL SPORTIVA ALVIDENSE

Tem a sua origem em 1919 no Grupo Recreativo Futuro Alvidense por iniciativa de um grupo de 25 músicos. Atualmente é composta por 35 elementos de diversas idades.

Maestro: António Fialho - Nasceu a 2 de Janeiro de 1962 em Reguengos de Monsaraz e iniciou os seus estudos musicais aos 13 anos de idade na banda dos Amadores de Música Eborense, em Évora. Atualmente, desempenha as funções de professor-coordenador da Escola de Música da Sociedade Musical Sportiva Alvidense, e de Maestro da Banda Filarmónica da mesma, desde Janeiro de 2008.



BANDA FILARMÓNICA DO GRUPO DE SOLIDARIEDADE MUSICAL E DESPORTIVA DE TALAÍDE

Fundada a 20 de Abril de 1930. Em 1967, a fusão com o Operário Futebol Clube de Talaíde deu lugar à atual designação. Conta, atualmente, com 35 músicos.

Maestro: Paulo Guia - Nasceu em Macau no ano de 1972 e iniciou os seus estudos musicais aos 7 anos de idade com o seu pai e com a sua irmã na Sociedade de Recreio Musical Azinhaguense. Dirige a Banda do Grupo de Solidariedade Musical e Desportiva de Talaíde desde setembro de 2016.



BANDA FILARMÓNICA DA SOCIEDADE FAMILIAR E RECREATIVA DA MALVEIRA DA SERRA

O primeiro agrupamento foi formado em 1938. Conta atualmente com 38 elementos.

Maestro: Fernando Magalhães - Nasceu a 17 de Março de 1967 em Ermesinde, distrito do Porto e iniciou os estudos musicais com seu pai aos 8 anos e em 1984 ingressou no Curso de Clarinete na Academia de Música do Porto. Dirige desde 2013 a Banda da Sociedade Familiar e Recreativa da Malveira da Serra, sendo, cumulativamente, diretor musical e responsável pela formação na sua escola de música.



BANDA DA SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO E RECREIO DE JANES E MALVEIRA

Fundada em 1963. Atualmente a Banda é composta por cerca de 60 elementos das mais diversas idades.

A primeira pessoa a ensinar música na sociedade, foi o maestro Domingos Costa Pinto. Esta banda fez vários espetáculos com o cantor lírico, Carlos Guilherme. Maestro: Carlos Medinas - Nasceu em 1961, em Reguengos de Monsaraz e iniciou os seus estudos musicais em 1975 com apenas 14 anos, na Sociedade Filarmónica Harmonia Reguenguense. Dirige a Banda da SIRJM desde 1998.

AGENDA CASCAIS

cascais.pt



APP AGENDA CASCAIS



BAIRRO DOS MUSEUS CASCAIS

BIHÉTICA 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@fundacaodomluis.pt
 +351 214 815 660/5 | bairrodosmuseus.pt

DESPORTO

26, 28 E 30 DEZEMBRO
INICIAÇÃO AO STAND UP PADDLE
 PRAIA DA PAREDE
 Custo: 20€ por pessoa
10h30
 i. maiores de 8 anos.
 919 711 162 (até 24 horas de antecedência)
 gusupaddlesurf@hotmail.com

27 E 29 DEZEMBRO
FHIT UNIT
 PRAIA DE CARCAVELOS
 Custo: 4,00€
19h00
 i. http://www.fhitunit.pt/

27 E 29 DEZEMBRO
BOOTCAMP
 PRAIA DE SÃO PEDRO DO ESTORIL
 Custo: 5,00€
19h30 - 21h00
 i. 935 633 005
 info@bootcampnalinha.com

EXPOSIÇÕES

16 DEZEMBRO A 13 FEVEREIRO 2017
DIAS DA CULTURA DA MOLDAVIA EM PORTUGAL
 CENTRO CULTURAL DE CASCAIS
 Gratuito
 Exposição de 3ª a domingo das 10h00 às 18h00 | Concerto do Centro Cultural Moldavo
18 dezembro às 16h00
 i. 214 815 665 / 337



ATÉ 3 FEVEREIRO 2017
MAGIA DA COR
 GALERIA DE ARTE DA FREGUESIA DE CASCAIS E ESTORIL-LARGO
 CIDADE VITÓRIA, Nº 1 CASCAIS
 Gratuito
2ª a 6ª das 9h00 às 17h00
 i. 214 849 550 | galeriarte@jf-cascaisestoril.pt

AMBIENTE

A DECORRER
A HORTA DA QUINTA
 QUINTA DO PISÃO
 Gratuito
domingos das 9h00 às 13h00 | dias de semana das 9h00 às 12h00 (exceto sábados e feriados)
1.º 214 604 230



ATÉ 16 MAIO
PLASTICUS MARITIMUS
 CENTRO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DA PEDRA DO SAL
 Gratuito
3ª a 6ª feira das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00 | Sábado e Domingo das 10h00 às 13h00 das 14h00 às 18h00 | Feriado das 14h00 às 17h00
 i. 214 815 924
 ciaps@cm-cascais.pt

TEATRO

ATÉ 8 JANEIRO
CAIS OESTE DE BERNARD-MARIE KOLTÈS
 TEATRO MUNICIPAL MIRITA CASIMIRO
 Custo: Normal 10,00€ | < 21 anos, > 65 anos, profissionais de espectáculo e estudantes 7,50€ | grupos de +10px., estudantes de teatro 5,00€
30 novembro a 8 janeiro (não há espetáculo nos dias 9, 24, 25, 31 dezembro e 1 janeiro) | 4ª a Sábado às 21h30 | Domingo às 16h00
 i. obrigatórias para 214 670 320
 acontecenotec@gmail.com



14 E 15 JANEIRO
TEATRO ENTRE NÓS
 TEC - TEATRO EXPERIMENTAL DE CASCAIS
 Gratuito
14 . janeiro
 . 16h00 . Quem conta um conto... Grupo Recreativo e Dramático
1.º de maio de Tires
 . 21h30 . 13 jovens em fúria Sociedade Musical União Paredense
15 . janeiro
 . 11h00 . Cascais - Antes e agora Sociedade Recreativa e Musical de Carcavelos
 . 16h00 . A hilariante história da guerra de Tróia Sociedade Musical União Paredense
 i. cascais.pt

MÚSICA

28 DEZEMBRO
CONCERTO MIGUEL STANLEY | SINGING FOR SMILES
 PESTANA CIDADELA CASCAIS
 Custo: 15,00€
21h30
 i. miguelstanleymusic.com

7 E 14 JANEIRO
AULAS DE GAITA-DE-FOLES
 LUDOTECA DA GALIZA
 Custo: Crianças e jovens - 10,00€ por mês | Adultos - 20,00€ por mês
10h00 - 13h00
 i. ludotecadagaliza@gmail.com | 214 683 396

7 JANEIRO
CONCERTO DE REIS
 MUSEU CONDES DE CASTRO GUIMARÃES
 Gratuito
16h00

8 JANEIRO
CONCERTO DE ANO NOVO SINFÓNICA CASCAIS
 CASINO ESTORIL
 Custo: 10,00€ | 5,00€ para +65 anos e estudantes
18h00
 i. 214 815 664 / 665

VISITAS GUIADAS

18 JANEIRO
VENHA AO MOINHO DE ARMAÇÃO FAZER O SEU PÃO
 MOINHO DE ARMAÇÃO TIPO AMERICANO
 Gratuito
14h30 - 17h00
 i. Até à semana anterior à atividade | das 9h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00 | moinho.armacao@cm-cascais.pt | 214 815 942 moinho.armacao@cm-cascais.pt

OUTROS

ATÉ 31 DEZEMBRO
ESTORIL LOCAL ANSWERS AWARD
 ESTORIL CONFERENCES - CASCAIS
 Gratuito
 i. Inscrições até 31 dezembro
 www.estorilconferences.org/pt/archive/2016/awards/estoril-local-answers-...

A DECORRER
VÁ DE COMBOIO VER O BAIRRO DOS MUSEUS
 Custo: 10,00 (mais cartão Viva Viagem)
 inclui bilhete de 24 horas para a Linha de Cascais e entrada nos equipamentos do Bairro dos Museus
 i. Bilheteiras Estação CP (Cais do Sodré e outras da Linha de Cascais)



• cascalitos.pt

CRIANÇAS

ATÉ 30 JUNHO 2017
LER É VIAJAR
 BIBLIOTECA INFANTIL E JUVENIL
 Gratuito
2ª feira, das 14h00 às 17h30 | 3ª a 6ª feira, das 9h30 às 17h30 | Sábado, das 9h30 às 13h00 e das 14h00 às 17h30
 i. 214 815 326 / 7
 bij@cm-cascais.pt

ATÉ 1 JANEIRO
COMBOIO DE NATAL EM CASCAIS
 Gratuito
2ª a 6ª das 11h00 às 18h00 | sábados, domingos e feriados das 11h00 às 19h00 | 24 e 31 dezembro das 11h00 às 16h00 | 25 dezembro e 1 janeiro 2017 das 15h00 às 19h00

A DECORRER
LUDOTECA DA GALIZA - ESPAÇO DE BRINCADEIRA
 BIBLIOTECA CASA DA HORTA QUINTA DE SANTA CLARA
 Custo: Entrada diária: 0,30€ | Cartão mensal 3,00€
Sábados todo o dia
 i. 214 683 396

2, 4, 9, 11 13 E 16 JANEIRO
O CICLO DO PÃO, NO MOINHO DE ARMAÇÃO
 ALCABIDECHES
 Gratuito
10h00 - 13h00 | 14h00 - 17h00
 i. Até uma semana anterior à atividade | das 9h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00 | 214 815 942 | moinho.armacao@cm-cascais.pt

6 JANEIRO
COMEMORAÇÃO DO DIA DE REIS NO MOINHO DE ARMAÇÃO
 ALCABIDECHES
 Gratuito
9h30 - 13h00
 i. Até uma semana anterior à atividade | das 9h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00 | 214 815 942 | moinho.armacao@cm-cascais.pt



All's Well that Ends Well

By Hans Lamers



Cascaisenses (those who live in Cascais) tolerated and ignored, for over a decade, the real estate disaster next to the railway station that was to be the Hotel Nau. The monstrosity was “just there”. Very few were aware of the structure’s why and wherefore.

The reinforced concrete skeleton was all that the Hotel Nau’s developers managed to erect. Disputes over building permits, environmental compat-

ibility issues and lawsuits bedevilled the project. According to the ministry responsible for infrastructure development, the proposed Hotel Nau constituted a “dissonant element of the local environment” and violated the “main municipal plan” for Cascais. Delays, costly lawsuits and the collapse of Banco Português de Negócios, or “BPN” as it is better known, all contributed to the venture’s downfall. Nauinvest, the cor-

porate vehicle behind the project, went bankrupt.

Finally, this year, the almost two decades of bureaucratic wrangling and the complex judicial process that followed, culminated in the demolition of the unfinished derelict building.

In its place will rise the new and dynamic Edifício Dom Pedro I, a complex for residential multi-unit housing, offices, a medical facility, a hotel and

commercial outlets such as a restaurant, a fitness centre and a craft beer brewery. The existing three basement parking floors for 300 cars under the site will be retained. This is good news for car owners, as parking in downtown Cascais these days is at a premium.

During the planning phase of the site’s redevelopment, the American hotel group “Holiday Inn” also showed an interest but dropped out early

on. Thank goodness, nobody came up with the proposal for more souvenir and gift shops for tourists. There are enough of those in Rua Frederico Arouca already.

Hopefully, this time round, the historical town centre of Cascais will be enhanced. The project includes an 800,000 euros facelift to Largo da Estação at the entrance of the train station. Dom Pedro I is expected to be up and running in 2017.

Confectionery in Honour of the 3 Wise Men

By Manuela Lamers



Between Christmas (probably well before, for many) and January 6th, Epiphany or Kings’ Day (the Three Wise Men), the Portuguese go “meshugah” over Bolo Rei. During this period, it is the staple dessert in any home.

Bolo Rei (literally king cake), is round with a hole in the centre, made with yeast and covered with nuts and dried/crystallised fruit. It symbolizes the gifts the Three Wise Men (Kings) brought to Bethlehem; the colour of the cake represents the gold, the aroma mimics the incense and the fruit is the myrrh.

The Portuguese-style Bolo Rei traces its origin to France, where it was known as *Gateau des Rois*. The name was prohibited after the French Revolution but, so as not to lose business, bakers renamed it *Gateau*

des Sans Cullotes (cake of the trouser-less ones) or *Gateau de l’Égalité* (cake of equality).

You must always buy two, one to eat warm (straight from the oven) as you exit the bakery, and one to eat later at home, the next day or thereafter, if you can get it to last that long. Toast it after a week and dunk it in your tea or coffee. Well-known journalist, Miguel Esteves Cardoso, likes to eat his week-old Bolo Rei while drinking single malt whisky! Available any which where, it is said that Portuguese will “pursue it to the confines of the

earth” (Miguel Esteves Cardoso), to find the very best one that there is to be had. It is said the Bolo Rei from “A Docealhada” in Mealhada is the country’s best, but if you are not prepared to venture that far afield, try Confeitaria Nacional in Praça da Figueira, Lisbon or Pastelaria Garrett in Estoril. This time of the year, every supermercado has it. Remembering Bolo Rei with a dried broad bean and half a gold sovereign cooked inside it ages me. These days, health authorities, prompted by the EU no doubt, have banned the

use of whole dried broad beans in confectionery and financial crises have put paid to the gold coin too.

Traditionally, whoever found the broad bean, had the choice of either swallowing it, if he was stingy, or paying for the next Bolo Rei. He who found the gold coin was just plain lucky. The gold coin was replaced by ordinary coinage and then by a trinket (metal if you please, plastic wouldn’t survive the baking process), but these, like the broad bean, were also eventually banned for health reasons.

Alcântara-Mar

Gordon Young continues his journey along the Cascais Train Line (*Linha de Cascais*), stopping to reflect as the train pulls in to each station on the way to create a series of short, anecdotal articles.



A station with a name that sounds almost exotic, or at least tasty. Not at all. It is the sort of station that gives no hint of the flavours that are just around the corner. First, an anecdote.

When a certain schoolteacher arrived in 1993, Alcântara-Mar was a station to be avoided. Close by was an area frequented by various “low-life types” and it was not a train station to fall asleep in with a dollar bill. And so it was, after a very long day teaching English all over town our teacher sat down on a bench at Alcântara and waited for the train to come in.

He looked at the station clock to check the time. It had turned

11 in the evening and thoughts of home and bed filled his head. Our teacher was beat. “Don’t move!” said a voice behind him, “I have a knife, give me money!”

Without time to think he stood up, looked the person in the eyes and declared matter of factly. “Don’t worry I have a gun so we are both ok!” In the future our teacher would refer to the incident as his “Crocodile Dundee moment” looking back.

His assailant stepped back and began to laugh, “You are crazier than me!”

Just then the train pulled in and the teacher jumped on, sat down and started to sweat.

“What had I been thinking?” He thought. A lesson learnt, perhaps, as the train sped on to Belem.

TO KNOW: If you pass out of the station and turn left you will find the Docas area full of restaurants and bars. Nothing unusual there and of no great interest. However, if you walk to the end of the docks and look up at The 25th April Bridge please close your eyes and listen. The sound of traffic above is strangely soothing. Try it.

IT'S CHRISTMAS TIME AGAIN!

Happy Christmas everyone –
Sound the trumpets, let's have fun!
December comes but once a year,
And with it Christmas and good cheer.

The stars above are shining bright,
And Vigil Mass is held at night.
Christ is met with bended knee,
And presents placed beneath the tree.

Christmas pudding, Xmas fare,
Ginjinha, Egg-nog, we don't care.
No-one minds there's no snow here,
When weather's good, there's always beer!

A holly wreath hung on the door,
Robin Redbreast's here once more.
Hark! The Herald Angels sing,
And Brussels sprouts can do their thing!

Christmas comes but once a year.
Santa says, “Be of good cheer,”
For Bethlehem's where Jesus came,
The world would never be the same.

Robin Apthorpe Cascais

AGENDA CASCAIS

agenda.cascais.pt



SOCIAL & COMMUNITY EVENTS

24TH DECEMBER
CHRISTMAS EVE FAMILY SERVICE
Nativity Play and Family Eucharist
ST PAUL'S CHURCH, ESTORIL
17:00
i. www.lisbonanglicans.org

24TH DECEMBER
CHRISTMAS EVE SERVICE
RIVERSIDE INTERNATIONAL CHURCH, CASCAIS
18:00

24TH DECEMBER
CANDLELIT CAROL SINGING
INTERNATIONAL CHURCH OF CASCAIS
18:00

24TH DECEMBER
MIDNIGHT MASS ROMAN CATHOLIC
N.S. DOS NAVEGANTES, CASCAIS
23:00

24TH DECEMBER
MIDNIGHT MASS
ST PAUL'S CHURCH, ESTORIL
23:30
i. www.lisbonanglicans.org

25TH DECEMBER
CHRISTMAS DAY EUCHARIST
ST PAUL'S CHURCH, ESTORIL
09:30
i. www.lisbonanglicans.org

25TH DECEMBER
CHRISTMAS DAY SERVICE
INTERNATIONAL CHURCH OF CASCAIS
09:30
i. www.lisbonanglicans.org

25TH DECEMBER
CHRISTMAS DAY MASS ROMAN CATHOLIC
ST MARY'S PASTORAL CENTRE, SÃO PEDRO
10:15

25TH DECEMBER
CHRISTMAS DAY SERVICE
RIVERSIDE INTERNATIONAL CHURCH, CASCAIS
11:00
i. www.lisbonanglicans.org

25TH DECEMBER
CHRISTMAS DAY MASS ROMAN CATHOLIC
N.S. DOS NAVEGANTES, CASCAIS
12:00

1ST JANUARY
NEW YEAR EUCHARIST
ST PAUL'S CHURCH, ESTORIL
19:30-10:30
i. www.lisbonanglicans.org

ART & EXHIBITIONS

UNTIL 07 JANUARY
MEMORIAS PRESENTES
Exhibition of paintings by Irene Felizardo.
GALERIA DE ARTE DA FREGUESIA DE CASCAIS E ESTORIL
Tue – Sat 10:00 – 18:00
i. cascais.pt

UNTIL 08 JANUARY
ALEXANDRA HEDISSON - EVERYBODY KNOWS THIS IS NOWHERE.
Photographic exhibition by Alexandra Hedisson.
CENTRO CULTURAL DE CASCAIS
Tuesday – 10:00 – 18:00,
i. 214 815 660 | cascais.pt

UNTIL 29 JANUARY
ON THE BEACH
Exhibition of works by Paula Rego, created by the artist during the

1980's.
CASA DAS HISTORIAS PAULA REGO
Tues – Sun 10:00 – 18:00
i. 214 826 970
www.casadashistorias.com/pt

OLD MEETS NEW
ALEXANDRA HEDISSON - EVERYBODY KNOWS THIS IS NOWHERE.
Exhibition of works by Paula Rego, inspired by Portuguese writer Eça de Queirós.
CASA DAS HISTORIAS PAULA REGO
10:00 – 18:00
i. 214 826 970
www.casadashistorias.com/pt

THEATRE & MUSIC

DECEMBER
CINEMA HIGHLIGHTS
Independent cinema screens movies in English, French and other languages. Thursday premières.
Coming soon: Rogue One, Lion, Collateral Beauty and The Infiltrator.
CINEMA DA VILLA
14:00 – 22:00 sessions
i. 215 887 311
geral@ocinemadavilla.pt

8 JANUARY
NEW YEAR CONCERT
Orquestra Sinfónica de Cascais. Works by Schubert, Lehár, J. Strauss, Dvorák and others. Maestro Nicolai Lalovch. Dress: Dark SUit. Tickets €5
CASINO DO ESTORIL
18:00
i. 214 815 664/5
www.fundacaodomluis.pt

CHILDREN & FAMILIES

17 AND 18 DECEMBER
MUSIC FOR BABIES
Musical show aimed at babies and small children, performances every Saturday and Sunday.
AUDITORIO FERNANDO LOPES GRAÇA
10:00, 11:00, 16:30, 15:30
i. 943 495 034
reservas@palco13.pt
http://www.cascais.pt

EVERY THURSDAY
HORSERIDING EXPERIENCE
An opportunity to try horse riding; all equipment provided.
CENTRO HIPICO DO ESTORIL (CHARNECA)
18:00 – 19:00
i. 214 872 064
geral@centrohipico.pt

SPORTS & SAILING

31 DECEMBER
LISBON HASH HOUSE HARRIERS (LH3) - All welcome including families.
A great way to have fun, meet people, exercise and explore different areas.
MEETING POINT IN CASCAIS AND SURROUNDING AREAS
Every other Saturday 14:00-16:30
i. www.lisbonh3.com

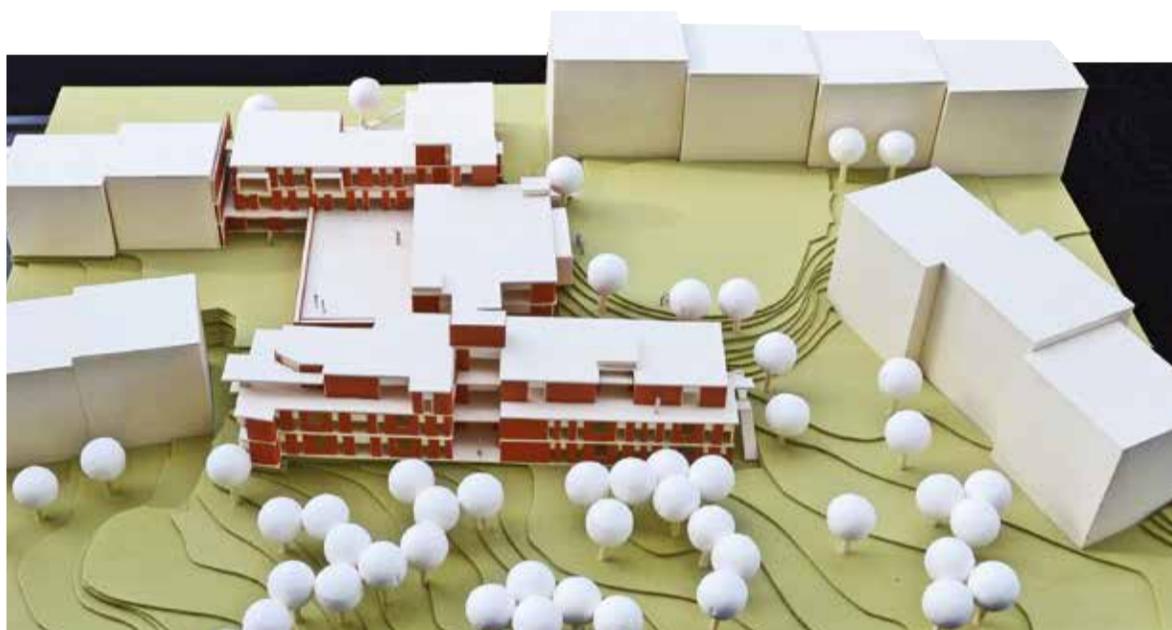
EVERY TUESDAY AND THURSDAY
FITNESS BOOTCAMP
Bootcamp na Linha and Camara Municipal de Cascais offer a fitness bootcamp. €5 per participant.
PARQUE MARECHAL CARMONA
19:30
i. 935 633 005
info@bootcampnalinha.com

Completo

Mais de 8 milhões para apoio social em Cascais

Humberto Costa

Com o lançamento da primeira pedra da 1ª fase do CRID, a 16 de dezembro, a Câmara Municipal de Cascais inicia um conjunto de obras que vão alargar a rede de apoio social no concelho.



Começou a 16 de dezembro, com o lançamento da primeira pedra do Centro de Reabilitação e Integração de Deficientes (CRID), um conjunto de obras que na sua totalidade implicam um investimento de mais de 8 milhões de euros.

“A Câmara de Cascais tem um registo muito forte de implementação de políticas de inclusão. As políticas de inclusão são, aliás, a maior fatia do nosso investimento presente”, assina-la Carlos Carreiras.

O presidente da Câmara regista que “a luta de Cascais pela dignidade e pelos direitos de todos e cada um dos cidadãos é uma prioridade social e política. Não aceitamos que seja a lotaria social a determinar o lugar de um

cidadão na sociedade.”

Esta primeira obra, cuja conclusão tem data prevista para dezembro do próximo ano, tem uma 1ª fase. Trata-se da construção de um dos equipamentos do CRID, em Alcabideche, um bloco de dois andares que servirá de Lar Residencial para 48 pessoas com deficiência, mas também um outro andar que servirá de Centro de Atividades Ocupacionais para 30 utentes.

A edificação deste complexo de Apoio Social tem esta primeira fase, orçada em 1,6 milhões de euros, mas que na sua totalidade representará um investimento de 5 milhões de euros, valor totalmente suportado pela autarquia. Nas fases posteriores serão construídos

vários equipamentos como um Lar de idosos com capacidade para 18 utentes, uma creche dos 0 aos 5 anos que servirá 92 crianças, ou então 77, sendo quinze desses lugares destinado a crianças com deficiência, um parque de estacionamento coberto com capacidade para 32 lugares e ainda um outro edifício central destinado a acomodar toda a área administrativa, mais um Centro de Dia, bem como áreas de apoio.

Contudo, esta rede de apoio social estender-se-á à Amoreira, com a construção de um Centro de Dia, obra orçada em 854 mil euros que se encontra em curso desde meados de novembro e que tem prevista a sua conclusão em julho de 2017.

Também em S. Domingos de Rana (Rana 2), a autarquia tem programado o investimento de quase 2,5 milhões de euros na construção de um complexo social. Esta obra que se prevê esteja concluída em janeiro de 2018, dotará aquela freguesia com um Lar da CERCICA.

Na totalidade, o investimento previsto para estes três complexos de apoio social rondará os 8 milhões de euros.

Também em S. Domingos de Rana (Rana 2), a autarquia tem programado o investimento de quase 2,5 milhões de euros na construção de um complexo social. Esta obra que se prevê esteja concluída em janeiro de 2018, dotará aquela freguesia com um Lar da CERCICA.

CURTAS

Exposição no Arquivo Municipal

Inaugurada como Centro de História Local do concelho, a Casa Sommer exhibe “Tesouros do Arquivo Histórico Municipal de Cascais”. Em apresentação, estão as principais joias documentais preservadas pelo Arquivo, que conserva 91 fundos de coleções de interesse para a história da vila. A exposição está patente até ao dia 1 de abril de 2017.

Redução de IMI para prédios arrendados

A Câmara de Cascais aprovou o Pacote Fiscal para 2017 no qual constam os mapas das zonas delimitadas das freguesias de Carcavelos e Parede e São Domingos de Rana e Alcabideche para dotar o município das ferramentas necessárias à minoração em 20% da taxa do IMI, a aplicar aos prédios urbanos arrendados para habitação. Veja mais em cascais.pt.

Estacionamento gratuito no Natal

Na quadra natalícia o concelho de Cascais dispõe de mais de um milhão de horas de estacionamento gratuito em todas as freguesias e horário alargado nos estabelecimentos comerciais. A funcionar desde 26 de novembro e até 6 de janeiro, este regime especial visa dinamizar o comércio tradicional. O estacionamento será gratuito durante a semana a partir das 17h00 e, aos fins de semana e feriados todo o dia. As casas de comércio podem estar abertas até às 22h00 durante a semana e até às 24h00 aos fins de semana e feriados.

Concerto Ano Novo

8 JANEIRO 2017
DOMINGO | 18H00
CASINO ESTORIL

Fr. Schubert, E. Elgar, L. Delibes, Fr. Lehár, J. Strauss,
I. Ivanovici, A. Dvorák, W. Kilar, E. Waldteufel, entre outros

Maestro Nikolay Lalov
Orquestra de Câmara
de Cascais e Oeiras

SINFÓNICA
DE CASCAIS

cascais.pt