



TUDO SOBRE CASCAIS



MISSÃO SOS UCRÂNIA

Cascais devolve a esperança

P. 5 - 6

“A humanidade tem muito para dar, se souber como.”

Miguel Pinto Luz



Propriedade: Câmara Municipal de Cascais - Diretor: Marco Espinheira - Coordenador: Miguel Justino - Editor: Marta Silvestre
Design: Kátia Lopes - Departamento de Comunicação - Fotografia: Ana Guerreiro, Luís Bento e Gonçalo Borges
Tiragem: 50.000 exemplares | Período: Mensal - Impressão: Sogabal - Depósito Legal: 352367/11

© Nuno Botelho/Expresso

HABITAÇÃO PROGRAMA ESPECIAL DE REALOJAMENTO

3.9 milhões:
empréstimos liquidados
permitem Estratégia
Local de Habitação.

p. 7

AMBIENTE UM PONTO DE ÁGUA NO MEU CAMINHO

Nova rede de
bebedouros inclusivos
para uma vida mais
saudável e sustentável.

p. 8

CULTURA A FOTOGRAFIA É RAINHA EM CASCAIS

A não perder:
Standley Kubrick,
António Passaporte
e Fernando Redondo.

p. 15

Millennium
ESTORIL
OPEN

O PRIMEIRO
SERVIÇO É SEU!

20% DESCONTO
COM O CARTÃO
VIVER CASCAIS

Isto é Viver Cascais!

ATP
TENNIS

CASCAIS

TODOS POR TODOS

PELA UCRÂNIA MAIS DO QUE NUNCA

Sob o comando de Moscovo, “chovem” mísseis e bombas num dos países mesmo às portas da União Europeia. A Ucrânia, país amigo e com uma grande comunidade residente no nosso concelho, é atacada de forma covarde por uma das maiores potências militares do mundo, que tenta ferir a liberdade e a soberania de um povo que nada mais não faz do que lutar pelos seus direitos.

À ordem de Putin, e sob ameaças ainda mais duras, milhares de ucranianos são assassinados e milhões são obrigados a fugir de uma morte quase certa.

No entanto, apesar do forte material bélico, a invasão não tem corrido com a facilidade esperada. Do lado ucraniano, na defesa do seu solo, das suas casas e das suas famílias, milhares de militares e de voluntários milicianos dão, com a sua bravura, a resposta possível para evitar o avançar das enormes colunas militares que marcham desde o outro lado da fronteira em direção às principais cidades do país.

O resto do mundo, impotente para travar, de forma imediata, este escalar de violência, enquanto fornece algum material para que o povo

ucraniano se defenda, procura dar uma resposta capaz de dissuadir Valdimir Putin a continuar com este ataque.

As sanções aplicadas são muitas, quase todas elas a ferir a economia russa. O bloqueio do sistema bancário SWIFT à maioria dos bancos russos e o cancelamento do Nordstream II, gasoduto que ligaria a Rússia à Alemanha, são exemplos de sanções políticas que ferem o poder económico de Moscovo.

Também as grandes empresas estão cooperantes nesta luta pela defesa do povo ucraniano. Muitas multinacionais decidiram abandonar o mercado russo e retirar o seu capital das gigantes empresas nacionais, abdicando de chorudos lucros.

As redes sociais, tantas vezes usadas como plataformas de desinformação e de propaganda do regime, estão também a ser limitadas e monitorizadas pelas Meta - dona no Facebook - e pela Google.

O desporto também se tem associado a esta batalha, excluindo as equipas russas das provas internacionais, cancelando grandes eventos - como a final da Liga dos Campeões, que seria

em São Petersburgo - e afastando patrocinadores russos, como a Gazprom, dos principais palcos desportivos do mundo.

A sociedade civil também tem aparecido. E Cascais não ficou de fora.

Tal como aconteceu na primeira metade do século XX, época em que Cascais acolheu muitos daqueles que fugiam da guerra na Europa, o nosso concelho volta a mostrar a quem foge da tirania e da violência que respondemos sempre de braços abertos. Foi assim que os cascalenses responderam a quem fugiu das forças Hitler, é assim que responderemos a quem está a fugir das forças de Putin. Os cascalenses são solidários, justos e amigos. Conosco ninguém fica para trás. Por isso, a autarquia colocou em marcha um programa de **SOS Ucrânia** que consiste no abastecimento de bens ao povo ucraniano, no resgate de refugiados das fronteiras Ucrânia para Cascais e no seu acolhimento no nosso concelho. Porque nesta ação todos contam, não deixe de nos ajudar a ajudar. Por quem mais precisa, temos de ser **TODOS POR TODOS: PELA UCRÂNIA MAIS DO QUE NUNCA.** ●



RECEBA O C DIGITAL

Registe-se em cascais.pt

[Formulário: Subscrição do C digital]

Campanha junta autarquia e sociedade civil

TEXTO FÁTIMA HENRIQUES

Quando se abate sobre uma nação, sobre um povo, algo como o que está a suceder com a Ucrânia, sobressai de entre as outras nações a vontade de mitigar a dor, o sofrimento e as carências. Ainda que num registo de incredulidade sobre o desenrolar dos acontecimentos, a população de Cascais mostra-se unida na dor do povo ucraniano e disposta a ajudar no que for preciso. E não está só nesse desígnio. Em cooperação e coordenação com outros Municípios da Área Metropolitana de Lisboa, Juntas de Freguesia do nosso concelho, Associações e Organizações da Sociedade Civil, criámos um grande movimento de apoio ao povo ucraniano.

Contando com todos, a Câmara Municipal de Cascais está a federar vontades e a emprestar organização e escala aos muitos movimentos individuais por todo o concelho. Para que todos os esforços individuais dos cascalenses tenham o maior impacto possível na linha da frente.

É para o Centro Logístico de Cascais - C3 (Rua das Tojas, Carrascal de Alvide, em Alcabideche), 24 horas por dia, sete dias por semana, que estão a ser canalizadas as doações entregues em mais de 20 locais, todas com destino ao ponto de apoio mais próximo dos refugiados ucranianos em fuga da guerra que tudo lhes levou. Veja abaixo quais os bens que mais falta fazem.

Mas este movimento passa também pela doação de tempo e trabalho, como aquele que tem sido desempenhado pelos voluntários que já aderiram a esta causa - em poucos dias já se contabilizavam meio milhar de inscrições na campanha de voluntariado SOS Ucrânia.

Mas há mais. A mobilização de apoio envolve o acolhimento, quer em termos de alojamento, identificação de postos de trabalho, ou disponibilidade para ajudar na integração através do ensino do português a quem nunca sequer pensou em deixar a Ucrânia. Todas estas vertentes fazem parte da enorme campanha em curso que se agiganta num objetivo comum: Todos pela Ucrânia mais do que nunca. ●



CONFIRA TUDO EM cascais.pt

EU QUERO AJUDAR



DOAÇÕES

Bens alimentares

- Enlatados
- Barras energéticas
- Leite em pó
- Leite para bebés
- Farinhas lácteas
- Chocolates
- Chá em saquetas
- Café solúvel
- Arroz
- Massas
- Feijão já cozido
- Açúcar
- Farinha
- Bolachas
- Frutos secos
- Alimentos para animais

Bens de saúde

- Álcool 70º
- Ligaduras
- Ibuprofeno
- Antidiarreicos
- Pensos rápidos
- Adesivos
- Compressas
- Gaze Fita adesiva
- Analgésicos (paracetamol)
- Antialérgicos
- Antivirais
- Anti-inflamatórios (Brufen)
- Kits 1ºs socorros
- Desinfectante (Betadine)
- Soro fisiológico

Higiene

- Fraldas
- Pomada para bebés (Halibut)
- Pó de talco
- Pasta de dentes
- Escovas de dentes
- Sabonetes
- Pensos higiénicos / tampões
- Papel higiénico
- Toalhetes

Diversos

- Lanternas
- Pilhas
- Powerbanks
- Rádio portáteis



FAMÍLIA AMIGA

Inscreva-se para receber uma família da Ucrânia.



APOIO FINANCEIRO

IBAN:
PT50001800004124793000165
Banco:
Banco Santander Totta S.A.
Descrição:
CASCAIS TODOS POR TODOS
PELA UCRÂNIA MAIS
DO QUE NUNCA



VOLUNTARIADO



EMPREGO



ENSINO DE PORTUGUÊS

Poder Local hasteia bandeiras da Ucrânia

TEXTO FÁTIMA HENRIQUES FOTOGRAFIA AG | LB | DR



Não haverá maior reconhecimento que elevar o símbolo de uma nação sobre o território. É esse símbolo, a bandeira, que a Rússia quer depor na Ucrânia. E é esse mesmo símbolo que Cascais eleva, por estes dias, em todos os mastros do Poder Local. Na sede do município, mas também em todas as instalações das Juntas de Freguesia do concelho e ainda sobre a Baía de Cascais. São bandeiras com que Cascais presta homenagem ao povo ucraniano. São bandeiras que foram também hasteadas nas páginas das redes sociais do município e que dominam o site cascais.pt

“Porque por cada bandeira ucraniana que tombar, outra se levantará”, assim se dá o mote a maior campanha de homenagem alguma vez feita por um município.

“Na Europa, nenhum governo nacional ou local, nenhuma empresa, associação ou cidadão, pode ficar indiferente. O nosso modo de vida está ameaçado e o mínimo que podemos fazer é estar ao lado dos que lutam por aquilo que nós amamos”, salienta Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais, em sintonia com todos os eleitos locais. ●



Missão de resgate traz 229 refugiados para Cascais

TEXTO FÁTIMA HENRIQUES FOTOGRAFIA AG | GB

Em pouco mais de uma semana, Cascais montou uma operação de resgate para trazer da Roménia refugiados da guerra da Ucrânia. No terreno, dia a dia, os relatos foram publicados diretamente por Miguel Pinto Luz, vice-presidente da Câmara Municipal de Cascais, que liderou a missão. Marcados pela apreensão e dor, os “Diários da Missão” também foram a ligação à realidade de milhares de seguidores nas redes sociais do município que seguiram a par e passo cada dia, cada conquista (10.000 contas alcançadas em média por publicação). A aterragem na segunda-feira, dia 14 de março, no aeroporto de Lisboa, dos 229 refugiados foi um momento marcante, o culminar de muitas horas de viagem cumpridas antes de embarcarem em Sinaia Airbus A321neo 251NX “PORTUGAL”, um voo de cortesia da TAP com combustível assegurado pela Galp.



Chegou, assim, ao fim a missão de resgate e abriu-se uma nova etapa no processo de acolhimento das famílias deslocadas, na qual toda a comunidade cascalense tem, mais uma vez, um papel fundamental. “Esta missão foi uma gota na atual crise humanitária que estamos a enfrentar devido à invasão de Ucrânia. Mas quando falamos de pessoas, esta gota de esperança é vital.

Como sempre, Cascais respondeu de imediato, de forma cirúrgica e com uma missão que agora, ao aterrar, está apenas a começar”.

Entre os refugiados muitos seguiram para casas de familiares e amigos, 153 foram acolhidos nos espaços preparados pelo município com todo o cuidado e carinho [veja tudo na página 6]. ●



“Conseguimos sempre dizer que sim. As histórias chegavam ao call center, nós já na Roménia, e sempre pedidos a chegar. Mudámos, ajustámos, encaixámos, e conseguimos aceder aos pedidos. O espírito da missão SOS Ucrânia foi #Éramos10Parecíamos100 e esta experiência foi um ensinamento de perseverança, humanidade e resiliência que nunca esquecerei.”

A missão SOS Ucrânia à Roménia numa frase: **“Como nós, os ucranianos. Somos todos seres humanos. A humanidade tem muito para dar, se souber como.”**

Miguel Pinto Luz

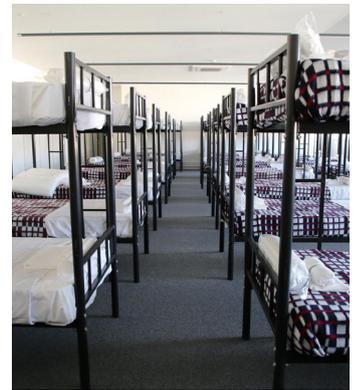
© Nuno Botelho/Expresso

Acolhimento preparado com cuidado e carinho

TEXTO **FÁTIMA HENRIQUES** FOTOGRAFIA **ANA GUERREIRO**

Na certeza de que a integração implica um esforço adicional da autarquia e da comunidade local, o município de Cascais está seguro de que “é preciso dar dignidade, meios de subsistência e qualidade de vida a estas famílias, enquanto a guerra durar. E rezar para que, em breve, se possam juntar a quem deixaram, independentemente do país em que o escolham fazer”. Foi assim que à chegada dos refugiados se manifestou o vice-presidente da CM Cascais, Miguel Pinto Luz, que acompanhou os seus companheiros de viagem à morada temporária criada com cuidado e carinho em Alcabideche. No Centro de Acolhimento, sobretudo, mulheres e crianças - 15 bebés até 2 anos e mais 15 dos dois aos quatro, encontraram conforto e bens de primeira necessidade, muitos dos quais doados por cidadãos, entidades e empresas. Neste espaço foi criado um Balcão Único de Atendimento ao Refugiado para prestar serviços de apoio jurídico, saúde, ação social, mobilidade e educação. Tudo com a preciosa ajuda de 100 voluntários na triagem e apoio humanitário e ainda de 40 intérpretes (inglês e ucraniano).

Provisório, o alojamento neste primeiro local é ponto de passagem para a casa de amigos e familiares. Os que não tiverem essa opção serão realojados nos espaços criados pelo município em parceria com o Centro de Reabilitação e Integração de Deficientes de Cascais e a Santa Casa da Misericórdia de Cascais com capacidade para 200 pessoas (podendo aumentar se necessário) ou na casa de cidadãos de Cascais, tal é a onda de solidariedade da comunidade. ●



CENTRO DE ACOLHIMENTO DE EMERGÊNCIA

(primeiro contacto):

Serviços

- Balcão de Atendimento Único (serviços de saúde, ação social, jurídico, educação)
- Equipas de intervenção multidisciplinar (primeiros socorros psicológicos)
- Centro de Testagem
- Balcão Cascais Próxima (Viver Cascais)
- Provedor do Refugiado
- Posto de Teleconsultas
- Aconselhamento Veterinário
- Wireless livre para comunicação com a família

- Segurança
- Plataforma emprego formação educação
- Espaço de Saúde (médico, enfermagem e psicologia)

Espaços

- Supermercado Social
- Espaço lúdico para crianças
- sala de convívio
- sala de isolamento
- espaços de oração
- cozinha e refeitório
- box para animais de companhia e aconselhamento veterinário

TONELADAS DE AJUDA JÁ CHEGARAM À POLÓNIA

A missão humanitária está longe de terminar. Por todo o concelho são perto de 100 os locais onde é possível entregar bens que continuam a chegar ao Centro Logístico de Cascais com um único objetivo: seguirem rumo à fronteira. Nos três carregamentos enviados ao longo da primeira semana de março seguiram perto de 70 toneladas de bens de primeira necessidade, produtos de higiene, medicamentos, roupas, brinquedos, triados e embalados por dezenas de voluntários que se prontificaram para fazer parte da campanha #SOS Ucrânia. Ajudas da população e de diversas entidades de Cascais e não só. Uma vez percorridos os 3.600 km que separam Cascais do seu destino, na fronteira entre a Ucrânia e a Polónia, já começaram a ser distribuídas nos campos de refugiados, mas também através de corredores humanitários para dentro do território em guerra. Saiba quais os bens que mais falta fazem na página 3 ou em cascais.pt ●



Empréstimos PER de 3,9 M€ liquidados ao fim de 20 anos

TEXTO **FÁTIMA HENRIQUES** FOTOGRAFIA **D.R**

“Hoje é dado conhecimento à Câmara de que os empréstimos contratados no âmbito do PER - Programa Especial de Realojamento, quer no ano de 2000, quer no ano de 2001 foram totalmente liquidados”. A revelação teve lugar no Período antes da Ordem do Dia da Reunião de Câmara de 22 de fevereiro último e constitui um verdadeiro marco que é preciso assinalar.

Esta liquidação, volvidas duas décadas, mostra que o investimento em habitação, um dos principais eixos de desenvolvimento adotados para o presente mandato, exige décadas e um investimento de milhões.

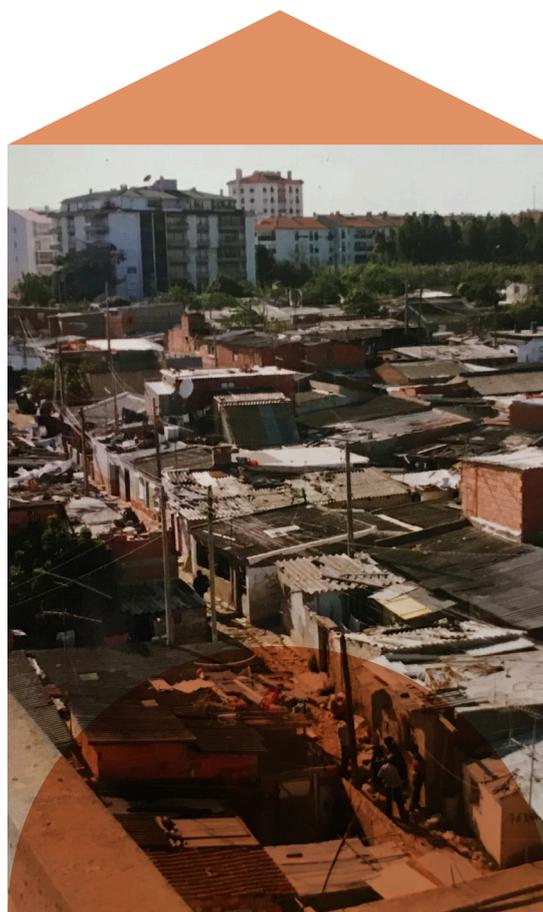
Há 20 anos, para concretizar o PER - Programa Especial de Realojamento, Cascais negociou a contratação de 26 empréstimos bancários no valor global de 21,3 milhões de euros. Restam ainda liquidar 20 empréstimos, com 5,5 milhões para amortizar ao longo da presente década, mas, neste mês de fevereiro, assinalamos a liquidação da última tranche de seis empréstimos no valor 3,9 M€. É um marco.

Com este investimento, Cascais iniciou o combate à miséria e à carência habitacional muito grave. Foi possível edificar mais de 1700 cerca fogos sociais em 37 locais e debelar, a nível local, um problema

de décadas de pressão habitacional e degradação do território. Mas hoje o problema da habitação continua a estar na ordem do dia. A lista de casos de carência habitacional é longa e a capacidade de resposta há muito que se encontra esgotada.

O Programa Primeiro Direito poderá dar resposta aos casos mais graves, mas a Administração Local, mais uma vez, tem de substituir-se ao Estado Central para criar alternativas para muitos outros casos de quem procura habitação digna e não pode pagar rendas proibitivas.

Cascais tem, por isso, em marcha uma Estratégia Local de Habitação que visa criar alternativas para as famílias, para os jovens, para os mais idosos. Como se viu com o PER, as soluções de habitação exigem décadas e um investimento de milhões. Um prazo e um valor que Cascais quer assumir desde já, pelo que, com a prevista Bazuca Europeia está já a executar, em parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Cascais, um pacote de 162 milhões de euros para criar 800 fogos para famílias de classe média e jovens e a criar fundos municipais para apoio ao arrendamento. Objetivo: Proporcionar habitação digna ao alcance de todos. ●



2000 e 2021	1994
Contratados 6 empréstimos	Empréstimos PER contratados: 26
TOTAL 3.9 M€	TOTAL 21,3 M€
PAGO	VALOR A PAGAR ATÉ 2036 5,5 M€

// Maio de 1993 - Decreto-Lei n.º 163/93 de 7 de maio - Criação do PER Programa de Realojamento nas Áreas Metropolitanas de Lisboa e Porto
 // Recenseamento PER concretizado até agosto de 1993
 // Acordo com o então INH e IGHAPE (hoje IHRU) assinado em 1994
 // Dezembro de 1997 - Primeira entrega de fogos PER em Cascais
 // Ano 2007 - última entrega de fogos PER em Cascais
 // 2036 - prazo estimado para liquidação de todos os empréstimos contratados

Há uma rede de novos bebedouros inclusivos e 3 em 1

TEXTO **SUSANA JANOTA** FOTOGRAFIA **ANA GUERREIRO**

Todos aqueles que queiram encher as suas garrafas, crianças, pessoas com mobilidade reduzida e animais, têm agora bebedouros adaptados e sempre por perto.

Foram instalados em Cascais os primeiros quatro novos bebedouros desta rede - um em cada uma das freguesias do concelho -, mas ao longo do ano serão disponibilizados pelo menos mais 28. O objetivo é melhorar o acesso gratuito a água potável de qualidade e encorajar os munícipes para uma vida mais saudável e ambientalmente responsável.

Esta iniciativa abrange, por isso, três propósitos maiores: o social, em que garante o acesso a água potável para todos; a saúde, uma vez que estimula as pessoas a beberem mais água e menos bebidas açucaradas; e a sustentabilidade, porque com a opção refill é possível reduzir a utilização de garrafas de plástico de uso único e, conseqüentemente reduzir os resíduos de plástico que vão parar ao oceano.

Resultado da parceria entre a Câmara Municipal e as Águas de Cascais, esta rede de novos bebedouros promove seis Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) e será alargada aos eventos organizados pela autarquia, com a disponibilização, nestes casos, de bebedouros portáteis. ●



SABIA QUE...

... um milhão de garrafas de plástico é comprado em todo o mundo a cada minuto?

... as garrafas de plástico estão entre os produtos de plástico que se encontram em maior quantidade nas praias europeias?

... as garrafas de água ocupam o 5.º lugar na lista dos objetos mais vistos na costa e nas praias portuguesas?



Veja onde pode encontrar bebedouros ou proponha um novo local para instalação



Fundo AdaptCascais: Agir para a adaptação às Alterações Climáticas

TEXTO **SUSANA JANOTA** FOTOGRAFIA **ANA GUERREIRO**

Mobilizar a sociedade civil e valorizar a sua participação na ação climática é o grande objetivo do Fundo AdaptCascais, criado pela Câmara Municipal. Esta iniciativa inédita, que está a ser acompanhada por parceiros europeus para que possam replicá-la em outras cidades da Europa, propõe uma efetiva promoção da adaptação às alterações climáticas, com a capacitação de entidades sediadas no concelho, através do financiamento de projetos locais que, desta forma, consigam obter condições para transformar ideias em ações.

Foi este o caso das oito candidaturas aprovadas na 1.ª edição deste fundo de apoio em 2021 e que agora veem os seus projetos serem concretizados (num valor máximo de 3 mil euros por projeto, até ser esgotado o montante disponível para financiamento de 24 mil euros). Conheça os projetos e as suas principais medidas de adaptação que em muito contribuirão para a prevenção da ocorrência de situações ambientais adversas decorrentes das Alterações Climáticas: ●

ÁGUA NOSSA AMIGA

A Associação dos Antigos Alunos Salesianos do Estoril desenvolveu ações de sensibilização e mobilização da comunidade educativa para a valorização e utilização eficiente da água, com a adaptação das instalações sanitárias do espaço escolar, através de dispositivos mais eficientes.



ZERO WASTE TALKS

O tema do desperdício alimentar e a sua relação com as alterações climáticas - redução do consumo, do desperdício de alimentos e valorização dos recursos disponíveis localmente - foi abordado pela associação Criativa, através de ações de sensibilização da comunidade, em eventos presenciais, *streaming*, vídeos e *podcasts*.



VOZES DO MAR

Incentivar a comunidade piscatória de Cascais a recolher plástico da orla costeira tem sido o trabalho da Associação Juvenil Claro, que a tem capacitado e sensibilizado para o descarte correto do lixo plástico, promovendo uma economia circular e restaurando o ecossistema marinho.



CAPARIDE, RIBEIRA VIVA

A reabilitação de um troço da Ribeira de Caparide fez parte do projeto da Associação Movimento Azul, aliando-a à sensibilização e estimulação do interesse no território junto de diferentes comunidades jovens e socialmente vulneráveis, com abordagens participativas.



AQUI NÃO HÁ PÁSSAROS

“O Nosso Sonho” reabilitou espaços verdes e criou uma horta comunitária, em Matos Cheirinhos, bem como desenvolveu campanhas de sensibilização sobre os impactos das Alterações Climáticas a nível local, com o envolvimento e participação dos residentes e comunidade escolar.



TIRES + VERDE E O GOILÃO

Além da requalificação da Ribeira do Goilão (conhecida por Ribeira das Marianas) - limpeza, monitorização-, a “IDEIA” chamou a atenção para comportamentos quotidianos de consumo de água em contexto escolar e familiar, no sentido de delinear boas práticas para a sua poupança, a disseminar a toda a comunidade de Tires.



MARÉ ALTA

A associação Safari instalou placas de advertência em vários locais de afluência de Cascais, que fazem referência ao risco de desaparecimento dos areais. Cada placa redireciona o munícipe, através de um QR code, para uma página online interativa com informação sobre como contribuir para a adaptação do território às alterações climáticas.



REFILL THE FUTURE

Os escuteiros do Agrupamento 729 Cascais estão a promover o uso de bebedouros em espaços públicos e embalagens reutilizáveis (cantis), como forma de utilizar a água mais eficientemente e reduzir a produção de resíduos afetos à embalagem.



Lagarta do Pinheiro

TEXTO **FILIPA COUTO** FOTOGRAFIA **ANA GUERREIRO**

FCA processionária pode provocar alergias a pessoas e animais. A autarquia realiza várias ações de controlo ao longo do ano mas é importante estar atento a esta espécie. Ajude a controlar esta praga.

Mais visíveis no fim do inverno e primavera, é nesta altura do ano que as lagartas do pinheiro abandonam os ninhos e descem das copas das árvores pelos troncos em procissão. Ao chegarem ao chão, onde se vão enterrar, ficam mais expostas, podendo provocar reações alérgicas a pessoas e animais que se aproximem. Alerta as crianças para que não toquem nos ninhos ou filas de processionárias e tenha mais atenção aos animais em zonas de pinhal. ●

AÇÕES DE CONTROLO REALIZADAS NO CONCELHO



1 | Colocação de cintas de retenção



2 | Remoção de ninhos de processionárias



3 | Instalação de ninhos para chapim



4 | Aplicação de inseticida biológico

NINHOS OU FILAS DE PROCESSIONÁRIAS EM ESPAÇO PÚBLICO?

LINHA CASCAIS
800 203 186

FIX CASCAIS
DOWNLOAD APP

O QUE FAZER EM CASO DE CONTACTO?

Pessoas

- Retirar o vestuário e tomar banho
- Se os olhos tiverem sido atingidos, lavar com água corrente durante 10 minutos
- Remover os pelos urticantes que possam ter ficado na pele (por exemplo, com um adesivo)
- Aplicar um creme hidratante
- Se os efeitos/reacção alérgica forem intensos, deve procurar a ajuda de um médico

● Contate o CIAV - Centro de Informação Antivenenos:
800 250 250

Animais

Contate o médico-veterinário

Sinais a que deve estar atento:

- Salivação excessiva
- Comichão intensa na face
- Inchaço da língua, lábios e pálpebras
- Lesões na língua
- Vômitos ou diarreia



VÍDEO EM **canal cascais**

BORBOLETÁRIO JOÃO PEDRO CARDOSO DA CONCEIÇÃO

Visite o borboletário instalado no Parque Urbano da Quinta de Rana para uma autêntica viagem ao mundo das borboletas. **Um programa ideal para escolas, famílias e curiosos.**

Março a junho | outubro a novembro
4^ª a domingo | 10h00-16h00

Julho a setembro
4^ª a domingo | 10h00-17h00



Por uma floresta mais resiliente

TEXTO **FILIPA COUTO** FOTOGRAFIA **ANA GUERREIRO** | **PEDRO RAMOS**

Autarquia aplica plano de gestão florestal no Parque Natural Sintra-Cascais para preservar a floresta nativa, promover a biodiversidade e reduzir o risco de incêndio.



INTERVIR PARA RESTAURAR

A paisagem do Parque está a mudar. Uma ação necessária para assegurar um futuro melhor para este território, mais seguro e com maior biodiversidade.

Com a aprovação do Instituto de Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF), o município deu seguimento ao Plano Municipal de Defesa da Floresta Contra Incêndios e está a realizar diversas intervenções florestais para controlo de espécies exóticas invasoras, como a Acácia Australiana.

CONTROLO DE ACÁCIAS

Esta espécie, além de altamente inflamável, propaga-se e cresce muito rapidamente, colocando em risco o desenvolvimento

de outras espécies nativas, importantes para a promoção da biodiversidade. Assim, para proteger a floresta, um dos trabalhos necessário passa pelo controlo e remoção de acácias.

Ao longo dos últimos anos foi desenvolvida uma gestão planeada a médio e longo prazo, com um investimento significativo que conta com apoios do POSEUR e PDR.

Estas são medidas essenciais para o combate às alterações climáticas e que cumprem os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas.

FAÇA PARTE

Após esta fase de controlo de espécies invasoras, vai ser iniciado o processo de restauração da floresta

nativa com a plantação de árvores e arbustos. Todos os anos, o município conta com centenas de voluntários que apoiam no controlo de plantas invasoras exóticas, assim como na recolha de sementes, geminação no banco genético e plantação de árvores.

Venha fazer parte do futuro do parque. Inscreva-se nas ações de voluntariado ambiental, dinamizadas pela Cascais Ambiente.



SAIBA MAIS
cascais.pt

PAN VISITA INTERVENÇÕES FLORESTAIS

Na tarde de 22 de fevereiro, técnicos e executivo da autarquia acompanharam o PAN - Pessoas, Animais e Natureza - numa visita ao local da intervenção. “Foi-nos dada a garantia de que estes espaços vão ser renaturalizados e de que não vai haver aqui qualquer outro tipo de uso que passe pela betonização. Quanto ao destino da madeira foi esclarecido que vais para biomassa,” salientou Inês de Sousa Real. ●



Poder mudar o mundo

TEXTO MARTA SILVESTRE FOTOGRAFIA AG | DR

No mês em que se celebra o Dia Internacional da Mulher, Cascais dá voz a mulheres Cascalenses que não tem medo de arriscar. São mulheres com a garra. São as nossas mulheres! São três histórias, de três gerações de mulheres cascalenses que “fintam” preconceitos, “conduzem” o seu destino e “cozinham” o seu futuro.



MARIANA COELHO

FUTEBOLISTA

Começamos pela Mariana Coelho, 26 anos, sorriso fácil e humor certo. Tão certo como os passes que faz às suas colegas de equipa, no Estoril-Praia.

“DETERMINADA E LUTADORA, CLARAMENTE”. É assim que Mariana se vê. E relembra o seu percurso como a menina que gostava de jogar futebol. Começa pelo hóquei, na equipa masculina e, aquando da transição, escolhe o futebol 11, muito por influência do pai. E lá se mantém.

“O FUTEBOL ENSINA-NOS MUITO, É DESAFIANTE PORQUE TIRA-NOS DA NOSSA ZONA DE CONFORTO. ESTAMOS SEMPRE A APRENDER E ISSO É A SUA BELEZA”.

Desafios, teve alguns. Ao começar com 13 anos, relembra que jogou logo com mulheres “que tinham entre 40 e os 45 anos”, pois não existiam as equipas femininas e o investimento que hoje existe nos clubes. E nessa diferença sente (ou tem a certeza) que teve o seu papel. **“É UM SINAL DE CRESCIMENTO E EU, E AS DA MINHA GERAÇÃO, FOMOS PIONEIRAS NESTA MUDANÇA”.**



MARIA BATARDA

EMPREENDEDORA

“SER MULHER É SER UM GRANDE PRIVILÉGIO - E A CONJUGAÇÃO DA FORÇA, DA SENSIBILIDADE, DA CORAGEM E DA ENERGIA FEMININA QUE SÓ A MULHER TEM E QUE É TÃO ESPECIAL E QUE FAZ TODA A DIFERENÇA”

Psicóloga (para sempre), como orgulhosamente refere, agarrou o desafio de ser padeira, pasteleira e detentora da marca Batardas, cozinha sem glúten. E podemos dizer (por experiência própria) que ainda bem.

Tem a Marie Curie como uma das suas inspirações, pelo seu ato de coragem e pelo romper das convenções da época, num mundo que era de homens. “Ainda hoje, beneficiamos destes atos de coragem”. Mas a sua inspiração, do dia-a-dia, vem de todas as mulheres **“TODAS SÃO REFERÊNCIAS E TODAS ELAS TRAZEM UM TRAÇO DIFERENTE E UMA IDENTIDADE E UM ADN QUE FAZEM A DIFERENÇA”.**

DEIXO A MINHA HOMENAGEM A TODAS AS MULHERES”, conclui.



HELENA MELEIRO

MOTORISTA

Helena Meleiro, 56 (orgulhosos) anos. Desde sempre escolhe profissões “consideradas mais masculinas”, refere. Começa com 15 anos nos Bombeiros Voluntários de Cascais, numa altura em que em cenário de incêndio as mulheres não estavam presentes. Nesse tempo, mulheres nos bombeiros eram remetidas à condição de auxiliares, em que a função era de apoio, na retaguarda com auxílio alimentar. Mas foi com certeza que Helena trilhou o seu caminho -

“ORGULHO-ME DE TER PERTENCIDO AO PRIMEIRO GRUPO DE 8 MULHERES BOMBEIRAS DE CASCAIS E TER ABERTO CAMINHO PARA OUTRAS.”

Em 1988, aventura-se como instrutora de condução, numa altura em que as mulheres não eram bem vistas nesta profissão. Mais tarde dá o salto para examinadora de pesados com reboque.

Hoje (há 5 anos para cá) podemos encontrá-la como motoristas de autocarros Mobi. “Gosto do que faço. Há muita gente que acha que não é uma função para mim.

Mas não ligo”, no entanto atira “há situações perigosas, com certeza que sim. A figura masculina é dissuasora de algumas situações e conosco, mulheres, tem tendência a abusar um bocadinho. Mas vai-se levando”.

Para as suas duas filhas, e para todas as mulheres, deixa um conselho - **“(…) PARA NÃO DEPENDEREM DE NINGUÉM. SEMPRE AS EDUQUEI PARA TEREM A SUA INDEPENDÊNCIA. NÃO SEI SE É SER MUITO FEMINISTAS...”**, pergunta. Não, não é Helena, dizemos nós! ●

Obrigada

Mariana, Maria e Helena.



VÍDEO EM
[canal cascais](#)

A Fotografia é rainha em Cascais

TEXTO PAULA LAMARES FOTOGRAFIA AG | PL | DR

Se gosta de fotografia há 3 exposições imperdíveis em Cascais. A Casa Sommer expõe trabalhos de António Passaporte, o fotógrafo conhecido pela qualidade dos seus postais ilustrados, consideradas autênticas obras de arte. A mostra, conta, ainda, com a exibição de máquinas fotográficas antigas do início do século XX (ver entrevista abaixo). Já no Museu da Presidência da Cidadela de Cascais pode “espreitar”, de perto, a intimidade de alguns dos mais carismáticos chefes de estado do mundo. No Centro Cultural de Cascais, parta à descoberta da faceta pouco conhecida de um dos mais aclamados realizadores de cinema de sempre.

AS FOTOGRAFIAS DE KUBRICK

Antes de se tornar um dos realizadores mais influentes de sempre, com filmes definitivos como “Shining”, “Laranja Mecânica” e “2001: Odisseia no Espaço”, Stanley Kubrick trabalhou para a revista Look, com apenas 17 anos, onde construiu um fascinante portefólio fotográfico. São essas fotografias que estão agora patentes no Centro Cultural de Cascais, na exposição “Through a Different Lens – Stanley Kubrick Photographs”, até 22 de maio de 2022.



“A INTIMIDADE DO PODER”

Não é todos os dias que se conseguem juntar nomes como os de Alfredo Cunha, Pete Souza e Ricardo Stuckert, todos eles fotógrafos oficiais de presidentes como Mário Soares, Ronald Reagan, Barack Obama e Lula da Silva. Estes fotógrafos acompanharam o dia-a-dia destes carismáticos líderes políticos, revelando facetas desconhecidas quando longe das luzes da ribalta. O resultado desse trabalho de anos e anos pode ser agora apreciado na galeria de arte do Museu da Presidência, na Cidadela de Cascais.

MÁQUINAS FOTográficas HISTÓRICAS EM EXPOSIÇÃO

As câmaras fotográficas, desde o início do Sec. XX aos anos 60, fazem parte integrante da exposição “António Passaporte: Um fotógrafo em Cascais, 1940-60”, patente na Casa Sommer.

António Passaporte fotografou, de uma forma ímpar, a Costa do Sol e outros lugares icónicos do concelho, dando origem a uma coleção única de postais ilustrados, datados das décadas de 40, 50 e 60 do século passado que estão agora à guarda do Arquivo Histórico Municipal. Parte do trabalho deste fotógrafo está agora patente ao público na Casa Sommer. Mas, há outros motivos que merecem uma visita a esta exposição. A inclusão de 14 modelos de câmaras

fotográficas contemporâneas de Passaporte. São máquinas que vão desde o início do século XX aos finais dos anos 50 e 60 que correspondem ao período de atividade de António Passaporte enquanto fotógrafo. As câmaras fotográficas são provenientes da coleção particular de Fernando Penim Redondo que reúne mais de 500 máquinas de rolo, intimamente ligadas com a história da fotografia. Este colecionador conseguiu reunir, em dez anos, centenas de modelos de todos os cantos do mundo, num projeto, iniciado em 2012, a que deu o nome de Flashback.

Aceite o desafio de Cascais para ilustrar a exposição de António Passaporte com exemplares da sua coleção, Fernando começou a investigar sobre a vida daquele fotógrafo para descobrir que câmaras elegera ele para retratar, “de forma magnífica, coisas triviais que toda a



gente fotografa”. Muitas delas são autênticas obras de arte, com soluções avançadíssimas para a sua época, quase como peças de relojoaria. Venha à Casa Sommer descobrir os modelos que António Passaporte usou para produzir aqueles postais ilustrados que tão bem retratam o património português, em geral, e de Cascais, em particular. ●



ENTREVISTA COMPLETA



Stanley Kubrick for Look magazine - Used with permission of SKFA and MCNY.

Página de Facebook CM Cascais foi criada há 12 anos

TEXTO FÁTIMA HENRIQUES

Com 149.976 seguidores a página FB CM Cascais gera anualmente mais de meio milhão de interações.

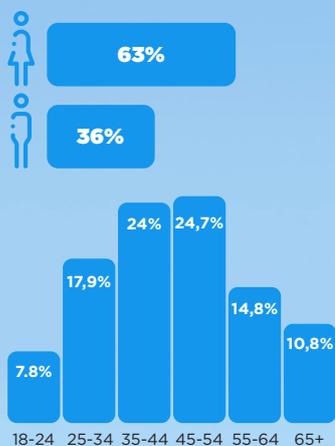
8 de março de 2010. Foi esta a data de criação da Página de FB da Câmara Municipal de Cascais. São 12 anos de serviço público na rede social com mais seguidores em todo o mundo. São 12 anos de informações em primeira mão, quase ao minuto, nem sempre com as melhores notícias – porque ninguém escolhe tragédias como os incêndios, as cheias, a pandemia de Covid-19 ou o conflito brutal que se abateu sobre a Ucrânia e ao qual Cascais não fica, de modo algum, indiferente.

Mas este tem sido também um importante canal para mostrar muitas imagens que, mais do que espelhar a vivência da nossa comunidade, já correram e continuam a correr mundo mostrando a qualidade de vida, os programas

que mobilizam os nossos munícipes, as nossas praias e parques, a nossa resiliência e, sobretudo, a nossa humanidade, tradição e hospitalidade. Esta é uma das nossas janelas abertas para quem quer saber como vivemos, como sorrimos, como choramos também. Nos dias que correm, é a janela aberta sobre a enorme onda de solidariedade para com o povo da Ucrânia.

Mas quem são os nossos seguidores? De onde assistem a todo este trabalho diário, incansável, de alimentar a página FB CM Cascais? Se está connosco reveja-se e sinta o nosso obrigado por comentar a favor ou contra, mas sempre de forma construtiva, ou por gostar ou partilhar o muito que fazemos. Estamos todos de parabéns! ●

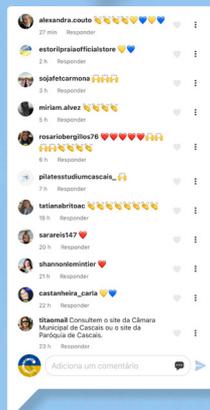
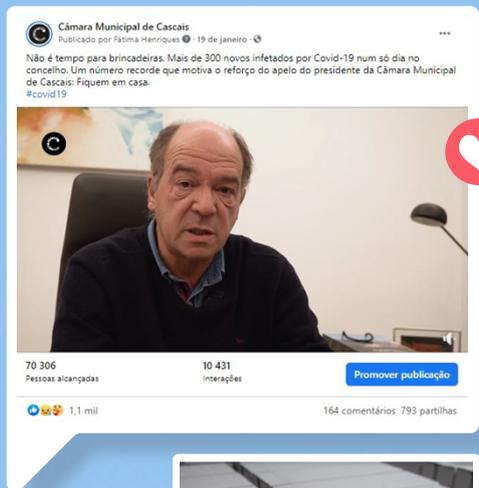
Estatísticas



Público atual

Gostos da Página do Facebook: **139,94K**

Seguidores no Instagram: **52,00K**



1557 gostos

cascais_oficial O coração, a dedicação, o empenho. A população de Cascais está unida para tentar mitigar as carências e sofrimento do povo da Ucrânia, sujeito a crueldade da guerra. Além dos bens que continuam a chegar e que começam a seguir rumo ao seu destino, há cerca de 100 voluntários inscritos nos últimos dias para dar do seu tempo, para investir numa causa que é de todos. OBRIGADO!

Se quiser ajudar com

- > Doações
- > Apoio financeiro
- > Voluntariado
- > Alojamento
- > Trabalho
- > Ensino de português
- > Ou de outra forma, siga o link https://bit.ly/SOSUcrania_CSC também disponível na bio

#todsospeaauraniamaisdougenunca #sosucrania #cascais

Adiciona um comentário



DNA já ajudou a criar 420 empresas

A DNA Cascais reuniu a 3 de março os empresários do concelho que realizaram os seus projetos empresariais com o apoio desta Agência. Criaram os seus negócios no concelho ao longo do último ano 31 empresas e encontraram na DNA Cascais todo o apoio que necessitavam para os seus desenvolvimentos. Estas 31 empresas, na sua fase de formação e de desenvolvimento do seu projeto de negócio,

solicitaram o apoio da agência quer através de mentoria, de soluções de incubação física e virtual, ou de plano de negócios, entre outros. Tal como estas empresas muitas outras já foram apoiadas. Ao longo dos anos da existência da DNA Cascais, 420 projetos empresariais no concelho foram concretizados com o apoio desta Agência. ●

© HC | AG



Autarquia leva alunos do Ensino Básico à piscina

Como peixinhos na água, assim se sentiram os 45 alunos do 3º ano da Escola Básica de Manique e da Escola Básica António Torrado. Transferiram a sala de aula para dentro da piscina, e como caloiros nesta matéria, tiveram para já uma aula de adaptação ao meio aquático, que decorreu, como decorrerão as próximas aulas de natação, no Complexo Desportivo Municipal da Abóboda, bem como no Complexo de Piscinas de Alapraia, na Piscina Municipal de Alcabideche ou na Piscina do Clube Nacional de Ginástica, em função da localização geográfica da escola. “Nadar a Brincar” é o nome do Programa Municipal que esteve suspenso nos últimos dois devido à

pandemia, e que agora recomeçou para servir a comunidade escolar do concelho de Cascais. O programa que a Câmara Municipal de Cascais desenvolve desde 1995, no âmbito das Atividades de Enriquecimento Curricular do Ensino Básico, abrange este ano letivo, 43 escolas do 1º ciclo e 54 turmas de 3º ano, num total de 1232 alunos, num investimento municipal de 50.000,00€. ●

© HC | AG



Arranca segunda fase da Voz dos Jovens 2021/22

A estruturação do novo estatuto de delegados de turma mobiliza mais de 140 jovens das escolas de Cascais

Nesta edição 2021/2022 da Voz dos Jovens, VIII edição, o desafio lançado aos participantes foi o de apresentarem propostas de participação cívica que assentem nos princípios da democracia representativa, participativa e colaborativa.

Os três grupos, formados pelas escolas públicas e privadas do concelho, encontram-se, nesta fase, a refletir e debater propostas cujo propósito é o de melhorar, qualificar e capacitar os representantes de turma de todas as escolas do concelho, quer

no plano interno quer intercolar.

Estas propostas serão depois fundidas e debatidas em Fórum, numa terceira fase, que decorrerá em abril. ●

© HC | AG



Formação em interpretação e expressão vocal na Ibn Mucana

Autarquia promove ação de formação para grupos cénicos das Associações Culturais do Concelho

Como se constrói um personagem? E, como ter uma boa emissão vocal em palco? Estas foram duas questões respondidas aos 75 participantes, oriundos dos grupos amadores de Teatro das Associações Culturais do concelho, na ação de formação que decorreu na Casa das Artes da Escola Secundária Ibn Mucana e que marca o início do projeto da Divisão de Cidadania e Participação (DCIP), para 2022, de Capacitação dos Grupos Artísticos do Movimento Associativo Cultural e Recreativo com foco nos Grupos de Teatro. No final da formação os

encenadores destes grupos cénicos sugeriram dar continuidade a este ciclo formativo e propuseram, para o final do ano, uma ação de formação com foco na área da expressão corporal. Esta iniciativa, da Câmara Municipal de Cascais, foi considerada fundamental já que estes grupos cénicos estão agora a preparar o “Festival Teatro Entre Nós” que irá decorrer de 29 de abril a 22 de maio. ●

© HC | AG

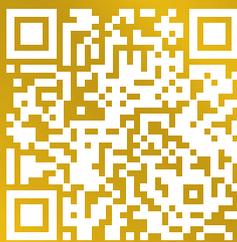




**E SE FOSSE
COM OS MEUS?**

**A sua casa pode ser
um porto de abrigo**

Saiba como



cascais.pt

CASCAIS

Tudo começa nas pessoas