



TUDO SOBRE **CASCAIS**

CSI com maior prémio monetário de sempre

O Concurso de Saltos Internacional (CSI) de Cascais terá este ano o maior prémio monetário de sempre, no valor de 1,4 milhões de euros. Os melhores cavaleiros do mundo regressam assim, entre 6 e 8 de julho, ao Hipódromo Municipal Manuel Possolo. **p. 5**

Portuguese Makers: Craft Week

Com o apoio da Câmara de Cascais chega em Setembro a “Portuguese Makers Craft Week”, o primeiro evento que reúne artesãos, arquitetos e designers nacionais e internacionais na Casa de Santa Maria. Durante uma semana vão ser explorados seis materiais por seis dos mais prestigiados arquitetos e designers de todo o mundo. **p. 2**

“Os irmãos Karamazov” juntam Carlos Avilez e Ruy de Carvalho

Pela primeira vez, o ator Ruy de Carvalho atua no Teatro Experimental de Cascais. Carlos Avilez escolheu-o para protagonista da peça “Os irmãos Karamazov”. Ator e encenador falaram ao “C” sobre esta experiência que mistura alunos com atores consagrados. **p. 10-11**

C also in English powered by AngloINFO

C, powered by Angloinfo in English suggests you save the date of a crafts event in September, notes the return of the Longines Champions Tour and meets Robyn Lake a resident in Cascais. **p. 14-15**

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

VERÃO COM CHARME

p. 7-9



Fotografia Paula Lamares

Em Cascais debateu-se alargamento da plataforma continental portuguesa **p. 3**

EDITORIAL

Cascais faz bem à alma

A Costa do Sol, com a sua magnífica orla marítima, o seu casario bem cosido nas encostas é um bálsamo diário para a alma. Basta olhar para o que nos rodeia para que nos sintamos invadidos por uma enorme sensação de tranquilidade e bem-estar.

Cascais é uma vila única no seu género. Uma localidade acolhedora para todos, seja qual for a sua proveniência. Um ambiente de grande beleza e serenidade rodeia o visitante por todo o território. E isso nota-se no comportamento das gentes da terra e dos visitantes. Em vez dos habituais atropelos comuns nas zonas turísticas, em Cascais há harmonia na desordem, com os habitantes ocupados nas suas tarefas diárias e os turistas a vaguear perdidos pelas suas ruelas estreitas, cheias de pedaços únicos de arquitetura, no casco da vila ou junto à sua esplêndida baía.

Cascais foi abençoada com belezas naturais raras, de cortar a respiração, como o Guincho ou a Boca do Inferno, ao mesmo tempo que a vila e o campo convivem com naturalidade com tudo o que há de mais moderno. O visitante usufruiu simultaneamente da beleza da vila e das maravilhas naturais que a circundam. Cascais é serra verdejante e mar revoltado contra altas fragas, mas também praias de areia branca exuberante e parques naturais onde o tempo parou. Tudo muito próximo, à distância da vontade imediata de nela nos perdermos.

Este é o ADN de Cascais. O resto é a cereja no topo do bolo e não é pouco. Hotéis fantásticos, debruçados sobre o Oceano Atlântico, num escadado urbanístico de surpresas, um longo serpentear de caminhos para percorrer demoradamente a pé ao longo da orla marítima, um tempo que nos brinda quase sempre com sol glorioso, mesmo em dias invernosos. Cascais tem, assim, algo para todos, todos os dias, e isso surpreende os próprios habitantes.

Se se pensar apenas em termos de turismo, Cascais e o Estoril têm tudo o que de melhor há no mundo, de alojamentos de luxo a termas, do maior casino da Europa ao rodopio de gente magnífica de todas as origens e uma culinária que merece um tratado. Mas há muito mais oferta para apreciar, desde a dezena de museus espalhados pelo território, às coleções de arte irrepetíveis, ou à arquitetura militar do tempo da Expansão Ultramarina, como marca perene da importância histórica do concelho.

Cascais, terra de Povo Bom e de nobreza antiga. Este foi o território escolhido por D. Carlos para veranejar com a família real. E essas memórias ainda hoje perduram um pouco por todo o lado se olharmos o que nos rodeia com curiosidade. |C|

Sérgio Soares

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

Propriedade: Câmara Municipal de Cascais - Praça 5 de Outubro 2754-501 Cascais
Diretor: Marco Espinheira.
Editor: Sérgio Soares / **Departamento de Comunicação:** Ana Filomena Almeida, António Correia, Elisabete Pato, Fátima Henriques, Humberto Costa, Isabel Martins, Paula Lamas,
Fotografia: Luís Bento, Jorge Martin, Bernardo Jorge, Margarida Castelo Branco, Paulo Nery, Miguel Lúcio. **Multimédia:** Alexandre Venâncio, Ana Alcântara, Pedro Ramos, Rodrigo Saraiva. **Tiragem:** 120.000 exemplares **Periodicidade:** Mensal **Tipografia:** Sogapal, Comércio de Indústria de Artes Gráficas, SA, Estrada de São Marcos, 27, São Marcos 2735-521 Cacém
Depósito legal: 332367/11

Portuguese Makers: Cascais recebe evento de artesãos, arquitetos e designers

Chegou a Portugal o Portuguese Makers Craft Week, o primeiro evento que reúne Artesãos, Arquitetos e Designers nacionais e internacionais, a decorrer de 4 e 9 de Setembro na Casa de Santa Maria, em Cascais.

Durante uma semana, vão ser explorados 6 materiais portugueses por 6 dos mais prestigiados Arquitetos e Designers de todo o mundo, através de um conjunto de aulas informais e workshops dados por makers em diferentes oficinas. Os participantes ficam, ainda, com 6 objectos exclusivos criados durante o evento.

Com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, a iniciativa pretende aproximar pessoas de todas as áreas, que se reúnem durante esta semana por partilharem um interesse comum – explorar processos tradicionais e diferentes materiais, nomeadamente têxtil,

cerâmica, metal, madeira, pele e técnicas de impressão.

Ana Bruto da Costa, responsável por esta iniciativa, refere: “A Europa tem registado, ao longo dos últimos anos, um crescente interesse pela produção portuguesa. O

Madeira, cortiça ou cabedal são alguns dos materiais que vão permitir aos participantes produzir um objeto diferente em cada dia.

Portuguese Makers Craft Week é o primeiro evento que reúne os mais promissores artesãos portugueses com alguns dos melhores arquitetos e designers contemporâneos, permitindo que os participantes produzam um objecto num material diferente em cada dia.”

A responsável adianta: “Esperamos ainda que este evento seja o início de um projecto que pretendemos dar continuidade em 2018, através do lançamento da nossa primeira coleção.” |C|

Para mais informações sobre o evento e inscrições consulte a página www.portuguesemakers.com



Casa de Santa Maria, em Cascais, vai receber a “Craft Week” de 4 a 9 de Setembro

Um mar imenso, cheio de riquezas naturais escondidas, em quase um terço do Atlântico Norte, à espera do engenho nacional.



Fotografia Getty Images

Economia do Mar. Conferência antecede debate na ONU sobre extensão da Plataforma Continental portuguesa

O Mar está cada vez mais presente na ordem do dia, face à aproximação da data em que a ONU debate a proposta portuguesa de alargamento da sua Plataforma Continental. Se esta for aprovada, 97% de Portugal ficará situado em zona marítima submersa e o país aumentará 41 vezes a sua superfície.

✉ Sérgio Soares ✉ sergio.soares@cm-cascais.pt

Com a leitura de uma intervenção do Chefe de Estado-maior da Armada, Almirante António Silva Ribeiro, sobre “Estratégia do Mar” foi inaugurada, no passado dia 22, no Centro de Congressos do Estoril, a III Grande Conferência do Jornal da Economia do Mar, dedicada ao tema “Estratégia – O Sal e a Vida do Mar de Portugal”.

Durante três dias, o evento, que contou com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, debateu temas como os da visão estratégica do mar de Portugal, Portugal nação Marítima vs. Nação Continental, os Portos como Pólos de Desenvolvimento

Tecnológico, ou o valor estratégico das áreas marinhas protegidas. A apresentação do projeto nacional para a extensão da plataforma continental, para lá das 200 milhas e o início da interação entre Portugal e a subcomissão deverá ocorrer a partir do próximo dia 14 de agosto. Nessa data começa a derradeira etapa deste processo que teve início com a entrega da submissão em 2009, ou seja oito anos depois.

O documento “Estratégia Nacional para o Mar 2013-2020” elenca o potencial estratégico e económico do mar e abrange áreas tradicionais como os transportes marítimos,

construção naval, pesca, transformação de pescado e turismo e outras mais recentes, casos, da energia das ondas, eólicas offshore, ciência, defesa e segurança.

O documento criou o conceito de “Crescimento Azul”, a partir do qual se identificam cinco áreas preferenciais de intervenção: energia, aquicultura, turismo, recursos minerais e biotecnologia.

Portugal tem uma Zona Económica Exclusiva (ZEE) de 1.727.408 km², sendo a terceira maior da União Europeia e a 11^a do mundo. Com a extensão da plataforma continental da Região Autónoma da Madeira à ilhas Selvagens, com a qual a Espanha já terá concordado, a ZEE portuguesa passará a ser de 3.887.408 km², tornando-se a décima maior a nível mundial.

Este novo mapa coloca Portugal no top 20 dos maiores países, já que aumenta a sua área marítima 41 vezes, o equivalente ao tamanho da Índia, ou seja um terço do Atlântico Norte.

Ao longo das dezenas de anos de estudos cartográficos do leito marinho da sua ZEE, os cientistas portugueses recolheram informação sobre a existência de recursos energéticos (gás metano), minerais (ouro, prata, cobre, lítio e cobalto) e identificaram fontes hidrotermais e até novas espécies marinhas nesses habitats inóspitos. |C|



Presidente da Câmara de Cascais, Carlos Carreiras, na cerimónia de inauguração das III Conferências do Jornal da Economia do Mar.

Emprego

Curso profissional de manutenção de aeronaves insere-se no cluster da aviação do concelho e garante empregabilidade.

MAIS INFORMAÇÕES

Curso Profissional de Técnico de Manutenção de Aeronaves

Agrupamento de Escolas Frei Gonçalo de Azevedo

Curso Profissional de Eletrónica Médica

Agrupamento de Escolas de Alvide



Manutenção de Aeronaves. Nova aposta no ensino profissional nas escolas do Concelho

No próximo ano letivo, Cascais vai reforçar o ensino profissional com a abertura do Curso Profissional de Técnico de Manutenção de Aeronaves na Escola Secundária Frei Gonçalo de Azevedo, em São Domingos de Rana.

✉ Isabel Alexandra Martins ✉ isabel.martins@cm-cascais.pt

Podem candidatar-se os alunos com o 9º ano de escolaridade que pretendam seguir uma formação prática, qualificada e dirigida a um futuro próximo do ramo aeronáutico. As inscrições formalizam-se na escola sede do Agrupamento de

Escolas Frei Gonçalo de Azevedo. Aprovada pelo Ministério da Educação, esta nova oferta de ensino profissional resulta de uma parceria entre a Câmara Municipal de Cascais, o Agrupamento de Escolas Frei Gonçalo de Azevedo

e a AERO VIP – Companhia de Transportes e Serviços Aéreos, S.A. – CENFORTEC.

No final da formação, os alunos ficam habilitados com 12º ano de escolaridade e uma certificação profissional de Técnico de

Manutenção de Aeronaves – A1 Aviões Turbina, reconhecida pela ANAC – Autoridade Nacional para a Aviação Civil.

O Curso Profissional de Técnico de Manutenção de Aeronaves constitui mais um acréscimo na oferta

profissional nos estabelecimentos de ensino no concelho.

Cascais também tem vindo a registar crescimento na dinâmica de equipamentos de saúde quer no setor público quer no privado. No ano letivo de 2016/17, que agora termina, Cascais em parceria com o Agrupamento de Escolas de Alvide, lançou o Curso Profissional de Eletrónica Médica, instalação, manutenção de equipamentos eletrónicos de uso médico que também tem inscrições abertas para o próximo ano letivo.

No âmbito das políticas educativas, Cascais tem como estratégia prioritária o 12º Ano, como referencial mínimo de formação, apostando no alargamento e qualificação das ofertas de carácter profissionalizante em escolas públicas e o sector da Aeronáutica é um dos clusters estratégicos da economia local. [C]



CASCAIS 2018

EUROPEAN YOUTH CAPITAL

capital europeia da juventude

A mobilidade é um estilo de vida para a juventude atual

O Campus Party, a European Innovation Academy, vários workcamps e bootcamps são iniciativas incluídas na programação de Cascais – Capital Europeia da Juventude, em 2018. Trata-se de encontros europeus e mundiais onde se vão debater as temáticas mais relevantes para os jovens, entre as quais a mobilidade.

De Cascais para o mundo ou do mundo para Cascais são já mais de mil jovens que anualmente vão de ou para Cascais, dos quatro cantos do mundo. Número que se espera que quintuple em 2018. Não é, assim, por acaso que a mobilidade é um dos temas centrais do ano dedicado à juventude. Esta é a geração que vive num bairro chamado mundo. Já não há fronteiras territoriais ou linguísticas. Compramos passagens aéreas a pouco mais de 10€ e estudar ou trabalhar fora faz cada vez mais parte do currículo de um jovem. A aposta passa por garantir que cada jovem que vai para fora ou que nos visita enriquece com a

troca de experiências adquiridas por esta via, contribuindo assim para o seu crescimento pessoal. Não é de agora que a câmara municipal de Cascais aposta nos intercâmbios nas camadas mais jovens. O melhor exemplo de todos é realizado em parceria com a associação Rota Jovem na realização do intercâmbio Cascais – Biarritz existente há mais de vinte anos. Com o crescente sucesso deste projeto, outros programas de intercâmbio foram sendo criados para responder às inúmeras solicitações, assumindo diferentes valências desde voluntariado, desporto ou para troca de experiências e aprendizagens. [C]

LONGINES GLOBAL CHAMPIONS TOUR OF CASCAIS

Concurso de Saltos Internacional com maior prémio monetário de sempre



Prova decorre no hipódromo Manuel Possolo, pelo 12º ano consecutivo, e reúne a elite do hipismo mundial.



O Concurso de Saltos Internacional (CSI) de Cascais, prova do calendário do circuito mundial de hipismo, conta na edição deste ano com o maior prémio monetário de sempre, no valor de 1,4 milhões de euros, segundo a organização portuguesa.

A prova, a nona das 15 etapas do circuito mundial, juntará no hipódromo Manuel Possolo a elite do hipismo mundial, entre a qual alguns portugueses.

Depois de passar por cidades como Miami, cidade do México, Shangai, Madrid, Hamburgo, Mónaco, Cannes e Paris, o Longines Global Champions Tour e o Global Champions League chegam, pelo 12º ano consecutivo, ao Hipódromo Manuel Possolo, em Cascais. Vários campeões Olímpicos, Mundiais e Europeus estão inscritos neste que é o maior evento da modalidade a nível mundial. Esta iniciativa, que decorreu pela primeira vez em Portugal no ano de 2006, tem vindo a ganhar crescente notoriedade a nível nacional e internacional, sendo o ponto de encontro dos melhores atletas do mundo. |C|



Competição disputada com garra e coração entre os melhores profissionais, e que proporcionam magníficos momentos entre cavalo e cavaleiro nos saltos das barreiras.



Global Safety Passport. O passo seguinte das Conferências do Estoril 2017

Terminadas as Conferências do Estoril 2017, não chegou ao fim o objetivo a que as mesmas se propuseram: Change the World.

Logo no primeiro dia, 29 de maio, na cerimónia de abertura, a Presidente das Conferências, Teresa Violante, lançou o apelo à ação: o Global Safety Passport (GSP), um objetivo concreto para resolver um dos principais problemas que afetam milhares de migrantes, foi apresentado ao Secretário-Geral das Nações Unidas, António Guterres. Estamos hoje perante o maior número de seres humanos deslocados de sempre: 1 em cada 113 pessoas é atualmente refugiado, deslocado interno ou requerente de asilo. Este impressionante número tem ampliado um dos principais problemas das migrações em contexto de crise: muitos daqueles que requerem asilo têm de primeiro conseguir entrar nos países em que buscam proteção, uma vez que os países não são legalmente responsáveis por

proteger aqueles que se encontram fora do seu território.

Na prática, só aqueles que conseguem sair do seu país, comprar uma passagem a traficantes, sobreviver à exploração e extorsão, chegar em segurança à fronteira e, por fim, convencer os guardas fronteiriços a deixá-los entrar, irão ganhar o prémio final da proteção. O direito de asilo, um direito humano universalmente reconhecido, funciona, na prática, como uma lotaria. Todos aqueles que não conseguem superar uma ou várias daquelas barreiras permanecem desprotegidos, à mercê de perseguições, guerras, fome, traficantes e outras redes criminosas. E todos os que conseguiram, com sucesso, superar tal tortuoso périplo fizeram-no, muitas vezes, à custa de mais do que conseguimos imaginar.

O direito a uma passagem segura é urgente e necessário para que o direito ao asilo seja possível, com respeito pela vida humana

A resposta de alguns Estados a esta situação tem sido a construção de muros ou a recusa em salvar vidas no mar.

O Global Safety Passport, proposto pelas Conferências do Estoril, pode ser uma resposta efetiva a este drama global.

Concretiza o direito a uma passagem segura que tem sido pedido por várias ONGs e pelo Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (ACNUR), liderado até ao ano passado pelo atual Secretário-Geral.

As Conferências do Estoril propõem a criação de um documento juridicamente vinculativo que permita a estes migrantes viajar e entrar nos territórios onde querem pedir proteção. Que lhes permita, por exemplo, viajarem de forma segura, por avião, em vez de se colocarem

em pequenas balsas sobrelotadas, no mar, em mãos criminosas.

O GSP pode permitir viagens seguras e legais e, conseqüentemente, contribuir para salvar vidas e para a proteção da dignidade humana. Ao permitir um efetivo direito de entrada, garante-se, assim, que o direito de asilo é eficaz.

O GSP pode ser a resposta para que o direito a uma passagem segura seja real para milhares de pessoas, uma urgência que ficou bem clara nas Conferências do Estoril.

Porque um direito a uma passagem segura é urgente e necessário para que o direito ao asilo seja possível, com respeito pela vida humana e pela dignidade humana. Uma forma de contribuir para mudar o mundo. |C|

Mais informações em:
www.conferenciasdoestoril.org

P&R Madeleine Albright Ex-secretária de Estado dos EUA

“Estou triste com a administração Trump”

A ex-secretária de Estado da administração Clinton, Madeleine Albright, surpreendeu a assistência das Conferências do Estoril pela oposição clara às políticas seguidas pela administração Trump nos EUA. Defesa da liberdade e do jornalismo, denuncia dos que se opõem ao Tratado de Paris sobre o clima foram alguns dos tópicos que enunciou com firmeza.

O que pensa das Conferências do Estoril?

Acho que estas são questões muito complicadas e as pessoas têm diferentes pontos de vista. É muito útil ter esta troca de experiências e ter a geração mais nova na sala juntamente connosco, os mais velhos... Ser capaz de despende de algum tempo para refletir. Acho que não há soluções fáceis e ter pessoas que se preocupam – empresários, antigos governantes e académicos – a dispor de tempo para explicar estas questões é muito valioso. Acho que são Conferências muito importantes e estou muito satisfeita com o convite para estar presente.

O que vai suceder na Síria?

Todos nós compreendemos que tem de haver um acordo político na Síria, que não pode ser tudo resolvido militarmente. A grande questão é saber se os vários cessar-fogo vão funcionar, se os países vão trabalhar juntos e quais os próximos passos.

Sobre os migrantes e a liberdade de expressão.

O que se passa nos EUA... Basicamente, a maioria das pessoas quer viver nos países em que nasceu, porque tem família e conhece a língua... Eu sou cidadã americana naturalizada, uma imigrante e



**“Acho que as conferências são muito importantes e estou muito satisfeita com o convite para estar presente”
Madeleine Albright**

penso quão notável é alguém como eu ter chegado a ser várias coisas...

A minha crença sobre o que é importante nos EUA é podermos falar livremente, por isso estou muito triste com o que vi [decisões Administração Trump].

O que pensa das redes Sociais e das notícias falsas que nela circulam?

As Redes Sociais são um dado adquirido. A questão é como convencer as pessoas de que precisam de ouvir mais do que um ponto de vista.

Penso que – e não digo isto por estar à frente de um grupo de jornalistas – vocês [jornalistas] são a resposta. A resiliência das Democracias é ter uma imprensa que funcione e a razão de ser da imprensa, francamente, num país livre, é ser controversa.

É esse o trabalho do quarto poder, é procurar factos, difundi-los e ter a liberdade para o fazer. E aqueles de entre nós que se preocupam com a Democracia têm de defender uma imprensa livre.

Que posição tem sobre as alterações climáticas?

Um dos problemas das alterações climáticas é que é muito difícil explicar às pessoas porque é que são iminentes, porque é que nos magoam. A questão de fundo é que somos parte do mundo...

Sei que nós [EUA] e os Chineses estamos na origem de alguns dos problemas, mas o argumento é que prejudica a nossa economia.

Há atualmente uma desconfiança geral nas instituições democráticas e o contrato social...

Temos de encontrar uma forma de restaurar a confiança das pessoas nas instituições e levá-las a compreender que não é só a sentir raiva e estar contra qualquer coisa que vão resolver os problemas. Como é que os Governos respondem às necessidades das suas populações? O Contrato Social está a ser cumprido? O que acontece às pessoas que se sentem excluídas? Quais são as políticas que têm de ser criadas? |C|



VERÃO SEM IGUAL



Verão

O Verão em Cascais

O verão chegou há poucos dias, mas em Cascais as praias e as esplanadas já se enchem há meses. Com a abertura da época banhar a 1 de maio e a distinção da associação ambientalista Quercus, que atribuiu

11 bandeiras de “Qualidade de Ouro” às praias de Cascais, toda a segurança e bem-estar estão assegurados aqui, onde acaba a terra e começa o mar. Onde os munícipes convivem com turistas. Onde os jovens dão as boas vindas a quem chega e colaboram com os que cá vivem.

Todas as ideias, passeios, encontros, vivências e experiências cabem em Cascais. Do interior ao litoral do concelho, são várias as ofertas para desfrutar de um verão em pleno. O Atlântico abraça o azul do céu e o verde

da serra. Os barcos de pescadores cruzam-se com iates de luxo. Os areais esbatem-se nos rochedos. As animações espalham-se pela água, pelo areal e pela calçada. O futuro faz-se de

inovação assente no passado e no presente. O romantismo. O sol. Haverá clima mais perfeito para o verão? Fique por Cascais! O cenário está assegurado. Faça a sua história!

“Pegada na Areia” leva lanches saudáveis às praias até agosto

Sabe que superpoder nos pode dar uma beringela? Ou um morango? E as cenouras? (Re)descobrir a importância da fruta e dos lanches saudáveis na praia é a aposta do projeto Pegada na Areia “Lanches Saudáveis que até agosto vai estar nas praias do concelho.

✉ Fátima Henriques ✉ fatima.henriques@cm-cascais.pt

Integrado no “Pegada na Areia”, projeto especial desenvolvido no âmbito do Programa Municipal de Voluntariado Jovem “Maré Viva”, o “Lanches Saudáveis na Praia” traz para a areia, durante o verão, uma iniciativa que a APCOI – Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil promove junto das escolas, tendo já envolvido mais de 289 mil crianças de todo o país em seis anos. O arranque aconteceu dia 21, com a chegada do verão, mas as atividades decorrem até dia 10 de agosto em praias diferentes, sempre entre as 10h00 e as 11h00, para promover hábitos de vida saudáveis. Tamariz 27/06 e 25/07, Carcavelos (junto ao Campo de Jogos) 13/07 e 10/08 e S. Pedro do Estoril 02/08.

“No verão cometem-se muitos disparates alimentares, como comer muitos gelados e muitas batatas fritas, lanches que não são nada saudáveis”, refere Mário Silva, presidente da APCOI. Para contrariar esses erros os “Heróis da Fruta”

vieram para a praia. Além disso, a realização do programa durante o verão permite ainda envolver os jovens voluntários do programa municipal Maré Viva que, sendo mais velhos, também aprendem ou recordam e ajudam a disseminar a mensagem.

Com o apoio da Frutts e através de jogos simples, recorda-se às crianças em idade do ensino pré-escolar e básico que as frutas e vegetais têm nutrientes que nos garantem mais saúde e qualidade de vida. O que em linguagem infantil equivale a dizer que as frutas e vegetais nos dão superpoderes. João Côrça, nutricionista da APCOI explica que “uma alimentação saudável deve ser variada e incluir 3 a 5 peças de fruta por dia. Como cada fruta de cor diferente tem nutrientes diferentes é mais fácil fazer esta associação”. Importante mesmo é apostar numa educação para a saúde que ajude a prevenir doenças. |C|



“Lanches Saudáveis na Praia” promove uma alimentação saudável nas crianças

Fotografia Paula Lamas

CORES E PODERES DAS FRUTAS E VEGETAIS

ROXO
Super-memória

AMARELO
Super resistência

VERDE
Super força

CASTANHO
Super velocidade

LARANJA
Supervisão

VERMELHO
Superproteção

Verão é sinónimo de voluntariado

Os programas de Voluntariado de Verão Cascais Jovem já estão no terreno, este ano com a novidade “Férias na Desportiva”, que promove o gosto pela atividade física, ocupação ativa e saudável do tempo livre dos jovens, integrando-os nas atividades das entidades desportivas do concelho. Com 2153 vagas disponíveis, Locais, Maré Viva, Cultura Social, Férias na Desportiva, Cultura no Bairro e Natura Observação são os programas em que os jovens se podem inscrever para usufruírem do melhor verão! A contagem decrescente para a Capital Europeia da Juventude 2018 já começou e trouxe o Sabor Cascais 2018 by Santini. Já provou? No ano europeu da juventude poderá fazer o European Youth Card. Este cartão terá inúmeras vantagens municipais. |C|

Saiba mais em:
cascaisjovem.pt



Hasteadas Bandeiras “Praia Acessível”

Estão já hasteadas nas praias de Carcavelos, Poça, Tamariz e Conceição as Bandeiras “Praia Acessível”, que atestam as condições de acessibilidade a estas praias de acordo com o disposto na legislação.

Nestas praias existem rampas de acesso ao areal e tapetes na areia que permitem um acesso mais fácil até muito próximo do mar, facilitando a caminhada. Nas praias de Carcavelos, Tamariz e Conceição está já também a funcionar, todos os dias, das 9h00 às 17h00, o Tiralô, cadeira especial que permite a ida a banhos com toda a segurança de pessoas com mobilidade condicionada.

Esta cadeira especial é colocada à disposição dos banhistas no âmbito do Programa Praia Acessível - Praia para Todos que está inserido no Programa Maré Viva. O objetivo é tornar as praias do município de Cascais acessíveis a pessoas com mobilidade condicionada, sensibilizando também os veraneantes para a importância de uma sociedade inclusiva. |C|



Cadeira anfíbia para banhistas com mobilidade condicionada

CASCAIS EM FÉRIAS Se tens entre 6 e 15 anos, vem fazer férias connosco!

A Câmara Municipal de Cascais e a Empresa Municipal Cascais Ambiente dispõem semanalmente de um conjunto de programas de ocupação de tempos livres destinado a jovens com idades entre os 6 e os 15 anos, que pretende ocupar o tempo livre dos mesmos de forma ativa.

PROGRAMAS

CAMPOS SIOUX

Público-alvo: 6 - 15 anos

Decorrem semanalmente nos espaços sob gestão da Cascais Ambiente, de 26 Junho a 8 de Setembro.

FÉRIAS DESPORTIVAS

Público-alvo: 10-14 anos a frequentar o 2º e 3º ciclo do ensino básico

Funcionam semanalmente de 3 a 28 de Julho em parceria com as Escolas Básicas de Alapraia, de Cascais e Secundária Matilde Rosa Araújo.

CLUBE DE CAMPO DO PISÃO

Público-alvo: 8-15 anos.

Decorrem semanalmente na Quinta do Pisão de 3 a 28 de Julho

CAMPOS APACHE

Público-alvo: 12-15 anos.

Realizam-se na Pedra Amarela Campo Base de 24 a 29 de Julho em regime fechado

HORÁRIO: Segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h30



Praias de Cascais com facilidades para pessoas de reduzida mobilidade

Carlos Avilez: “Os grandes atores são fáceis, os maus é que são difíceis”

Carlos Avilez é um homem tranquilo. Tem a humildade da grandeza. Há muito que deu provas do seu talento e profissionalismo como encenador. Excelente contador de histórias, elogia os amigos e grandes atores já desaparecidos. Recebe-nos com simplicidade e disponibilidade inauditas e introduz Ruy de Carvalho na conversa sobre os “Irmãos Karamazov”.



Fotografia Jorge Martin

Há quantos anos é profissional?
Sou profissional há 62 anos.

Lembra-se da primeira peça que encenou?

Sim, foi uma peça minha. Era miúdo. Apresentei e dirigi-a na Guilherme Cossoul e foi um escândalo. Tinha uma espirita, uma lésbica e um tarado. Imagine, em 1959 abordar esses temas... Deixei de escrever e passei a encenar. Trabalhei sempre com grandes atores.

E há quantos anos já trabalha em Cascais?

Há 53 anos. O João Vasco falou-me num teatro abandonado, o Gil Vicente, que estava disponível em Cascais.... Ele e eu estávamos no Teatro Nacional, não trabalhávamos durante o Verão. Viemos falar com o Presidente da Câmara à época, Serra e Moura, e ele disse que nos apoiava. Com a loucura que tínhamos, fomos logo buscar a Mirita Casimiro, que era uma vedeta enorme e reunimos um elenco incrível! Fomos buscar o Mestre Almada para fazer os cenários, a Eunice e a Amélia, que nunca tinha saído do Teatro Nacional...

Foi assim que tudo começou, com um grupo inicial de cinco amigos: Eu, o João Vasco, o Santos Manuel, a Maria do Céu Guerra e a Zita.

O Carlos Avilez começou como ator...

É verdade. A Amélia Rey Colaço é que me orientou. Foi minha mentora. Um dia disse-me: “Você não é ator. Você tem um problema de voz, tem uma voz rouca. Você é um encenador!” Chorei, achei horrível, mas reconheço que foi uma sorte ela ter-me dito isso. Às vezes a vida é

muito cruel. Na altura, achei um disparate, não percebi. Conto esse episódio aos meus alunos! Aquela mulher era inteligentíssima, era uma grande mulher de teatro.

Era intimidante?

Havia um respeito tão grande por eles todos. Lembro-me de, no Teatro Nacional, não nos sentarmos no mesmo banco onde se sentavam os atores profissionais. Havia uma certa deferência. Havia uma mística...

Problemas com Prima-donas, nunca teve?

Nunca tive problemas com os grandes atores. Pelo contrário. Os grandes atores são fáceis. Os que não são grandes atores nem grandes atrizes é que são difíceis. Às vezes não percebem que não são grandes atores ou atrizes e acham que a culpa é do encenador. Sou muito exigente. Acho que toda a gente tem a obrigação de ser humilde e de dar tudo por tudo pela profissão.

Como se lembrou do Ruy de Carvalho para o elenco dos Irmãos Karamazov?

Todos os anos fazemos uma grande peça. E eu sempre quis fazer os Irmãos Karamazov. A escola faz este ano 25 anos. No passado, já cá tinham estado a Eunice Munhoz, a Carmen, etc., faltava o Ruy de Carvalho. Na homenagem de aniversário ao Ruy, o senhor presidente da Câmara, Carlos Carreiras, disse publicamente que só faltava o Ruy de Carvalho atuar no TEC. Eu já tinha a ideia de o convidar. Achei oportuno convidá-lo para fazer os Irmãos Karamazov.

Ele nunca tinha atuado aqui?

C.A. : Não, e comigo aqui também não. Eu, como diretor Nacional, trabalhei muito com ele, mas aqui não.

E quanto ao papel dele?

É o Fiodor Karamazov. O pai. Um homem péssimo, bêbado, devasso, mau pai, político abjeto. Os filhos também saem todos ao pai! Ele faz um papel maravilhoso. Temos quatro elencos na peça e ele trabalha com quatro Ivans... quatro Dmitris, quatro Alexeis... Os atores estão sempre a mudar e podia ser complicado, mas ele tem uma relação fantástica com os jovens.

E tem energia para isso tudo?

Meu Deus! Ele quando entra em palco é uma força da natureza!

E os atores novos não ficam intimidados?

Não. Ele é de uma grande simpatia, e trata-os de uma forma fantástica. E depois há também os atores profissionais que contratam com os alunos do 1^a e 2^o ano: o José Condesso, o Miguel Amorim, o Renato Pina, o Sérgio Silva... a Natacha Tchitcherova, que faz as coreografias... Uma russa a ensinar a dançar a Kalinka... É um espetáculo impressionante. E os cenários do Fernando Alvarez... O ano passado foi premiado, e este ano deve ser outra vez!

Está feliz?

Estou sempre feliz. A partir de determinada altura, cada espetáculo que se faz é muito complicado. Tanto se pode ter um êxito como um falhanço... Tudo o que está para trás a gente esquece ... A gente sabe se foi um êxito no dia seguinte, quando vai ao café e lhe dão com simpatia um sonoro bom-dia!

Olhando para trás... Alguma vez teve um falhanço?

Ui...meu Deus! Tive muitos...

Pensou em desistir?

Eu? Não, porque não sei fazer mais nada.

E nas estreias, fica nervoso?

Muito nervoso, como que se fosse a primeira vez. |C|

Ruy de Carvalho e os “Irmãos Karamazov”: “Eu sou o chato que entra em cena!”

O celebrado ator é protagonista da peça “Os irmãos Karamazov”, em que faz o patriarca Fiódor. Um devasso que subiu na vida graças aos dotes das ex-esposas. Com a primeira, teve um filho: Dmitri. Com a outra, outros dois: Ivan e Alexei. No Teatro Experimental de Cascais (TEC), o jovem aluno que faz de Ivan é neto de Ruy de Carvalho. Foi sobre a peça e a sua estreia no TEC que falamos com o ator.



Fotografia Jorge Martin

Perguntei ao Carlos Avilez o que era ter o Ruy de Carvalho nesta peça. E para si, o que significa esta participação?

Tenho uma grande honra em trabalhar com a Escola de Teatro do Carlos Avilez, aqui no Teatro Mirita Casimiro, que é o lar do Carlos Avilez. Vou ter as mesmas dificuldades que tenho como ator, a procurar fazer o melhor que sei. É realmente um prazer trabalhar com uma equipa tão simpática de 35 alunos. E vão estar em cena 60. As pes-

soas vêm ver alunos a representar com alguns atores.

O que espera dessa mistura de alunos e profissionais em cena?

Espero que o teatro fique mais rico com a presença deles quando começarem a trabalhar.

Mas essa mistura funciona bem em palco?

Funciona! Eles já funcionam é melhor do que nós! Nós somos mais lentos a funcionar. Eles têm uma capacidade mui-

“O encenador não me diz nada (risos). Acha que eu sou muito bom! Mas não sou. Eu preciso que ele me diga coisas.”
Ruy de Carvalho

to grande de trabalho, não é?! Ainda tem uma memória muito fresca, decoram muito melhor do que nós. Ficamos às vezes mais aflitos porque não conseguimos acompanhar aquela pedalada. Há aqui muitas pedaladas formidáveis.

Sei que está a trabalhar com quatro elencos diferentes....

Completamente! E de vez em quando tenho algumas surpresas. Tenho um Ivan mais pequenino, tenho um Ivan maior, tenho um Dimitri grande...

Isso não lhe causa confusão?

Às vezes causa. Mas quando o trabalho está a decorrer não. É um trabalho escolar e as pessoas que vierem assistir também vão ver isso assim.

O Ruy de Carvalho representa um papel extraordinário, com um personagem que não tem nada a ver consigo...

Não! É um bebedor, um desgraçado que só pensa em mulheres. Qualquer mulher lhe serve! Todas as mulheres para ele são bonitas e boas! É mau, tem pensamentos maus e ainda por cima bebe, o que refina isso tudo. Mas a peça é que é muito interessante. Realmente a escrita do Dostoiévsky é extraordinária.

Um dos personagens diz, às tantas, que “Se Deus não existe, então tudo é permitido!”

É exatamente. Eu repito isso porque é o meu filho Ivan que me diz isso. É o Ivan que me diz isso não é Carlos? Ele quer saber se Deus existe. E se Deus não existir tudo é permitido. A maldade, tudo isso é permitido. Isso é uma das coisas que se fala na peça. Não é a peça na íntegra. É uma adaptação e um espetáculo em que se poem à prova as muitas qualidades dos alunos desta casa. Dançam, cantam, animam a sala.

E o Ruy de Carvalho?

Eu sou o chato que entra em cena. Quando entra, o chato está sempre a embirrar com eles. Mas é uma embirração simpática, porque são todos boas réplicas que tenho.... E até tenho cá um neto!

A atuar?

A atuar e faz o Dimitri. Não faz sempre, também alterna. Foi aluno da escola, faz parte dos 25 anos desta casa... e também tenho um filho. É assim!

Mas não ralha com o Ivan a pensar que está com o neto?

Não! (risada). São atores. Não são neto nem filho. São atores que estão a contracenar comigo. Por acaso, é uma bela contracena a do meu neto. É uma das boas contracenas que eu tenho.

E na estreia? Como é vai estar?

Vou estar normalmente. Eu já não tenho medo. Tenho respeito. Medo já não tenho. Entro, mas não fujo. É mais um dia. Um dia de mais responsabilidade para o coletivo. O que é preciso não é eu ir bem, mas irmos bem todos e o espetáculo ser bom.

E o encenador, que tal é? (Carlos Avilez assiste a rir)

O encenador não me diz nada (risos), porque acha que eu sou muito bom! Mas não sou. Eu preciso que ele me diga coisas. Mesmo com muita prática precisamos de ajuda. Ele sabe ajudar, sabe pedir, sabe o que quer. Não posso é trabalhar com aqueles que não sabem o que querem, nem sabem o que é teatro! Há muitos diletantes, não é verdade? Ele não é diletante. Ele é um homem com muita prática e conhecimento. É formado em matemática!

Então é rigoroso?

É muito rigoroso. É verdade. E agora, antes de mais um ensaio vou à sopa! (diz despedindo-se). |C|

Atividades

Mundialito de 21 a 23 de julho em Carcavelos

A praia de Carcavelos volta a ser o palco do Mundialito de Futebol de Praia, com quatro equipas à conquista do troféu: Portugal, o atual campeão do mundo; Brasil; Rússia e França. O futebol de praia é a mais

antiga competição da modalidade, mobiliza cada vez mais adeptos e atrai as melhores seleções da atualidade. De 21 a 23 de julho, os melhores do mundo vão triunfar no areal de Cascais. |C|



Festival Internacional do Cavalo Lusitano

Escola Portuguesa de Arte Equestre, com Mestre Luis Valença e apresentação dos Cabrestos da Companhia das Lezírias e com vários artistas convidados foram destaques neste festival.

O Festival Internacional do Cavalo Lusitano, este ano na sua vigésima nona edição, realizou-se de 15 a 17 de Junho na Quinta da Marinha encerrando com um Jantar e Espetáculo no dia 17 de Junho, no Hipódromo Manuel Possolo em Cascais.

No decorrer do evento realizaram-se Provas de Modelo e Andamentos, onde distinguimos:

- o Campeão Macho, o cavalo LUX do criador Coudelaria Duarte Rico

e propriedade de José Filipe Guerreiro Santos e Mariana Correia de Mendonça;

- a Campeã 2017 a égua CHANEL Nº 5 do Criador Quinta da Lagoa e propriedade da Coudelaria Leonardo Franco. Esta Égua é também a CAMPEÃ DOS CAMPEÕES 2017 do Festival Internacional do Cavalo Lusitano.

O Título de Melhor Criador que foi ganho pelo criador Francisco Bessa de Carvalho.

Ainda no âmbito deste evento realizaram-se nas instalações da Quinta da Marinha as Provas de Dressage, Equitação à Portuguesa e Equitação de Trabalho.

No dia 17 de Junho, à noite, no Hipódromo Manuel Possolo, realizou-se um Espetáculo que contou com várias apresentações: Carrossel de Equitação de Trabalho, Carrossel de Dressage, Entrega dos Prémios aos Campeões e aos Lusitanos que se destacaram em

2016 na Dressage, na Atrelagem, na Equitação de Trabalho e no Toureio.

Contámos também com a presença da Escola Portuguesa de Arte Equestre, Mestre Luis Valença e com a Apresentação dos Cabrestos da Companhia das Lezírias e com vários artistas convidados.

O Homenageado, este ano, foi o Eng. João Ralão Duarte.

Em Concurso estiveram cerca de 200 cavalos Lusitanos. |C| **S.R.S.**



Os campinos e a sua arte equestre e de domínio do touro bravo presentes no festival.

OPINIÃO

Germano de Sousa

Médico *



Honremos os mortos

Respeito pelas vítimas do terrível fogo de Pedrogão e pelo luto dos seus familiares, exige que o sucedido seja escrutinado com toda a minúcia e transparência de modo a encontrar as causas próximas e remotas da tragédia e obter explicações claras e definitivas para as legítimas dúvidas e interrogações que em silêncio ou em voz alta todos formulamos, respostas que cabalmente nos façam entender como foi possível que a vida de 64 pessoas fosse assim ceifada de forma tão horrenda e abstrusa. Só assim, e depois disso, se podem imputar responsabilidades técnicas ou políticas a quem quer que seja, caso as haja, bem como corrigir os erros que de há muito parecem ser cometidos no sector. O primeiro-ministro e o líder da oposição foram claros e coincidentes quanto à absoluta necessidade desse escrutínio existir, ser feito por peritos independentes e de as suas conclusões não ficarem para as calendas. Se tal conseguirem e se tal assim suceder, ambos merecerão o aplauso do povo português. É bom que assim seja e que às conclusões se sigam todas as medidas legislativas e técnicas para que nunca mais o nosso país se veja confrontado com dias tão angustiantes e dramáticos como estes. Mas que o debate que inevitavelmente se seguirá tenha a elevação suficiente para que a memória dessas vítimas não seja conspurcada pela chicana política a qual servirá apenas intuítos eleitoralistas e deixará tudo na mesma ou pior. A última coisa que os portugueses precisam é de, a este propósito, assistir a cenas pouco edificantes de pugilismo partidário. Infelizmente porém há sinais de fumo vindos de alguns comentadores da imprensa escrita de alma incendiária que levam a temer o pior. Os primeiros desses sinais foram verrinosos ataques à admirável actuação do Presidente da República durante toda esta difícil e dolorosa provação. Deixem-se disso senhoras e senhores comentadores! Os portugueses não querem guerras e vinganças. Querem, pelo contrário que os políticos de todas as cores partidárias saibam em conjunto encontrar soluções definitivas que honrem a memória destas vítimas impedindo que nada semelhante jamais se repita no futuro. |C|

* Antigo Bastonário da Ordem dos Médicos

AGENDA CASCAIS

cascais.pt



APP AGENDA CASCAIS



BILHÉTICA BAIRRO DOS MUSEUS

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



MÚSICA

1 JULHO A 28 JULHO 43º FESTIVAL DE ESTORIL E LISBOA

Centro Cultural de Cascais
 ⓧ: http://www.festorilisbon.com/

6 JULHO | 13 JULHO GRANDES CONCERTOS DO CASINO

Lounge D - Casino do Estoril
 6 de julho: Pedro Abrunhosa |
 13 de julho: Os Azeitonas
 Gratuito
 Horário: 23h00
 ⓧ: 214 667 815

7 JULHO A 29 JULHO LET THE SUN SHINE IN - ARTFEIST

Casino do Estoril - Auditório
 Custo: 15,00€
 Horário: 21h45
 Reservas: 214 667 708 |
 www.artfeist.pt



20 JULHO A 22 JULHO MONTEPIO FADO

Parque Palmela - Auditório
 Fernando Lopes-Graça
 Custo: entre 25,00€ e 55,00€
 Horário: 21h30
 ⓧ: info@sunsetdrive.pt

DESPORTO

1, 8, 15, 22 e 29 JULHO SUP YOGA

Praia da Duquesa
 Custo: 25,00€
 Horário: 17h00

1, 8, 15, 22 e 29 JULHO FITNESS NO TAMARIZ

Praia do Tamariz
 Gratuito
 Horário: 10h00

8 E 22 JULHO MERGULHO

Praia da Duquesa
 Custo: 40,00€
 Horário: 16h00-18h00



AMBIENTE

A DECORRER A HORTA DA QUINTA

Quinta do Pisão de Cima (Cruzamento da barragem do Rio da Mula)
 Gratuito
 Horário: 2ª a 6ª das 9h00 - 12h00 | Sábado das 9h00 - 13h00
 ⓧ: 214 604 230

OUTROS

1 JULHO FILOSOFIA PARA CRIANÇAS

- 11º ENCONTRO | SÓ PARA PAIS
 Biblioteca Municipal de Cascais
 Casa da Horta da Quinta de Santa Clara
 Gratuito
 Horário: 10h30
 ⓧ: 21 481 54 18 | bchqsc@cm-cascais.pt

2 JULHO ENCONTRO DE CAROCHAS

Marina de Cascais
 Il Pic-Nic Vw - Marina / Quinta do Pisão
 Gratuito
 Horário: 10h00 - 14h00
 ⓧ: vwclassicoscascais@gmail.com | www.facebook.com/Vw-ClassicosCascais

8 A 9 JULHO IBERIAN PORSCHE MEETING

Marina de Cascais
 Inscrições: online em www.iberianporsche.com
 ⓧ: press@iberianporsche.com



VISITAS GUIADAS

14 JULHO PASSEIO | FARÓIS DE CASCAIS

Farol Museu de Santa Marta
 Gratuito
 Horário: 9h30 - 12h00
 ⓧ: até à véspera de cada passeio | fmsm@cm-cascais.pt | 214 815 328



LEITURAS

15 JULHO CONTO CONTIGO

Biblioteca Infantil e Juvenil (Parque Marechal Carmona)
 Gratuito
 Horário: 15h00
 Inscrições: De 2ª a 6ª- feira das 10h00 às 18h00: 214 815 326 /327 | bij@cm-cascais.pt

CURSOS

15, 22 E 29 JULHO CURSO DE INICIAÇÃO À FOTOGRAFIA DIGITAL

Biblioteca Municipal de São Domingos de Rana
 Gratuito
 Horário: 15h00-18h00
 ⓧ: até 10 julho | 214 815 403/4 | bsdr@cm-cascais.pt

• cascalitos.pt

CRIANÇAS

DURANTE O MÊS DE JULHO VERÃO NOS CASCALITOS

Clube dos Cascalitos - Parque Marechal Carmona. Custo: 7,50€
 Horário: 9h30-12h30 | 14h30 - 17h30
 ⓧ: www.cascaisambiente.pt/pt/espacos/outros-espacos/clube-dos-cascalitos

5, 7, 19, 21 E 28 JULHO PEGADA N'AREIA | LIVRO N'AREIA

5 julho | Praia de São Pedro
 7 julho | Praia de Carcavelos (Poente)
 19 julho | Praia da Conceição
 21 julho | Praia das Moitas
 28 julho | Praia da Poça
 Gratuito. Horário: 10h00 - 11h00

13 E 25 JULHO PEGADA N'AREIA | LANCHES SAUDÁVEIS

13 Julho | Carcavelos - Junto ao Campo de Jogos
 25 Julho | Tamariz
 Gratuito. Horário: 10h00 - 11h00

ATÉ 16 SETEMBRO NADA SE PERDE... RECOLHA DE TROCA DE MANUAIS ESCOLARES

Biblioteca Municipal de São Domingos de Rana
 Gratuito. Horário: 2ª das 14h00 às 17h00 | 3ª a 6ª das 10h00 às 17h00 | Sábado das 10h00 às 12h30 e das 14h00 - 17h00
 ⓧ: 214 815 403/4 | bsdr@cm-cascais.pt

DE 29 JULHO A 16 SETEMBRO CAÇA AO TESOURO - JOGO DE PISTAS

Biblioteca Infantil e Juvenil (Parque Marechal Carmona)
 Gratuito
 Horário: 10h30-11h30
 Inscrições: De 2ª a 6ª- feira das 10h00 às 18h00: 214 815 326 /327 | bij@cm-cascais.pt

Festival de Fado em Cascais

António Zambujo, o projeto Raízes e Camané são os cabeças-de-cartaz do festival Fado Cascais. Mostrar a história do fado, como nasceu e porque foi elevado a Património Imaterial da Humanidade, são também objetivos deste evento.

É uma estreia nacional. De 20 a 22 de julho, o Parque Palmela e o centro da vila recebem alguns dos maiores nomes do fado nacional, entre os quais Mariza, Camané, António Zambujo e Jorge Fernando. Numa parceria com a Câmara Municipal de Cascais e a Fundação

D. Luís, o Festival Montepio Fado Cascais traz para a rua as guitarras e a história do Fado, elevado a Património Mundial da Humanidade. As portas do Parque Palmela abrem às 19h30. Antes dos concertos, que começam às 21h30, o público poderá visitar a exposição de Fado espalhada

pelo parque e aproveitar a zona de refeições com menus tipicamente portugueses. O Fado sai também à rua num palco instalado no centro da vila, presenteando o público transeunte com esta música que é tão nossa. Os concertos realizam-se entre as 19h30m e as 22h00m. |C|

PROGRAMAÇÃO PARQUE PALMELA CASCAIS

20 DE JULHO

- Maria Emília
 - António Zambujo

21 JULHO

- Ângelo Freire
 - Raízes
 - Mariza, Jorge Fernando e Pedro Jóia

22 JULHO

- Fábria Rebordão
 - Camané



A worldly man

I took a walk on the last day of a recent visit to Cascais, not my last, along the Av. D. Carlos I that overlooks Pescadores Beach and noticed for the first time, where a monumental edge of the Cidadela points to a small park, a bronze statue of Rei D. Carlos (1863-1908) who ruled from 1889-1908.

A portly man, appropriate for a man surveying a port and beyond, he wears a yachting cap and gazes at the sea and horizon line through a pair of binoculars. What is significant is 'what' he is looking at and "why" he is looking, not the self-importance of the man.

I was impressed, and wondered why I, an American liberal Democrat, should be so moved by this representation of a monarch. But it didn't take me too long to come up with an answer.

King Carlos was a worldly man, a man of many parts, the most important of which may be his interests in oceanography and his contribution to the field, examples of which can be seen in the first class Museum of the Sea in Cascais.

Rui Carlos, with some tips from Prince Albert of Monaco, refitted some recreational boats for marine investigations that were undertaken along the Guia Coast at the mouth of the Tagus River. He had as well an "insatiable appetite for science" (Cascais: Territory-History-Science: 650 Years) and developed the first maritime biology laboratory in Portugal.

A man of many parts, he had an artistic side as well, and the locale of Cascais provided him with settings for his paintings and photography. As a man of the 19th century with a feeling still for the European Renaissance, he understood that one needed to value art and science to have - like Leonardo Da Vinci --a rounded vision of the whole world.

We live at a time in world history when so many leaders seem interested only in power and preserving it at any cost, even the cost of destroying their own countries, to say nothing of the threat they pose to other countries.

I wish that the non-monarchal side of King Carlos's life could become a model, in part, of what leaders need to possess in order to lead responsibly: respect for the wonders of nature and the arts of living. |C|

Howard R. Wolf is writing an essay: "A Life-Map: Travel Writing As a Form of Autobiography."

If you have suggestions or comments, or would like to contribute an article of your own, please email us: cascais.c@angloinfo.com

The Longines Global Champions Tour returns to Cascais

The Formula 1 of the show jumping world is back in Cascais in July for the 12th year and the 9th of the 15 events on this year's 2017 Tour. Hipódromo Manuel Possolo will again host the World's premier show jumping event, the CSI 5* Longines Global Champions Equestrian Show Jumping Tour, from Thursday 6th July to Saturday 8th July.

The LGCT is a series of 15 events across 13 countries. It brings together the Top 30 ranked show jumpers in the world to compete in prestigious locations for unprecedented prize money - a total of €1.5 million euros for the Cascais event alone. Some of the biggest stars in the sport, Olympic, World and Continental champions challenge for the title of Champion of Champions. Charming by name, charming by nature, the 2017 line up for team "Cascais Charms" again features the three German compatriots; David Will, Andreas Kreuzer and Under 25 rider Philip Houston. This year they will be joined by Columbia's Carlos Lopez and U25 rider Nicola Pohl (Germany again). Following a creditable performance of 8th out of 15 in their first appearance as a team on the Tour, they are some way back this year in 14th of 18 teams. However, home advantage in Cascais will give them good hope



of improving their overall ranking. Cascais Charms competes against 17 other teams in the Global Champions League. The name of each team contains the name of one of the destinations on the Tour and an adjective associated with the location - as is the case of "charm" for Cascais. In each team of 4 a

maximum of 2 can be "Top 30" riders. A youthful 5th rider can be included but must be under 25 years old.

Entrance to the event is free so why not go along to see if Cascais Charms can win their home event and watch some of the world's best horses and riders?. |C|

SPOTLIGHT CRAFT WEEK Portuguese makers

September 4-9



From 4th to 9th of September of this year Cascais will host the first event in Portugal to bring together foreign and Portuguese artisans, architects and designers. The initiative is supported by the Câmara Municipal de Cascais with the objective of bringing together people from all walks of life to share their interest in traditional Portuguese crafts and materials. During the week of the event, 6 traditional materials; ceramics, cork, textile, wood, leather and print techniques such as screen printing/Serigraphy), will be studied in a series of informal classes and workshops, to be given by some of the most prestigious architects and contemporary designers from all over the world. Different work areas will be set up in Casa de Santa Maria to accommodate the study of each craft. Participants will create and take

home an exclusive object in a different material every day.

Ana Bruto da Costa, who is responsible for bringing together the event, says: "Over the last few years Europe has registered an increasing interest in Portuguese crafts. We hope that this event will be the beginning of a project that we want to continue in 2018, through to the launch of our first collection."

The event takes place in the context of the launch of Portuguese Makers, a new furniture brand which will produce half-yearly collections of objects, accessories and pieces of furniture for the home.

For more information about the event and registration see www.portuguesemakers.com.

Please note: Sign up by 15th July for 25% Early Bird Discounts - which is why we thought to bring it to your attention early in this edition of C. |C|

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.

Cruz Quebrada



This station on the line might be one where you are tempted to close your eyes for there seems nothing to see. As usual with everything Portuguese, think again! First, consider the name. Broken cross. Who knows what it refers to? Maybe the intersections on the road to Cascais which you can see out of the right hand carriages. Perhaps you can imagine horses and carts on their way to Cascais from Lisbon a century earlier and under the summer sun the horses already broken with the heat. Whatever your state of mind Cruz Quebrada is famous for it being the stopping off point for pilgrimages to the *Estádio Nacional*, the headquarters of Portuguese football, and situated in an oasis of green, the stadium gives a feeling of glories past and yet to come. It is Roman in its Lusitanian way.

It was here on an October morning that I understood the significance of CELTIC, a football club from the city of Glasgow, Scotland. It was 1993 and there was no match to be held at the stadium but yet there were songs to be heard as the wheels of the train pulled in.

There were old men with children in their arms singing "CELTIC, CELTIC, CELTIC!" The year had been 1967 and Celtic had become the first British team to win the European Cup of football and the only one before, or since, with a team made up of players drawn from a radius of thirty miles from its home town – in this case Glasgow. The team became known as the Lisbon Lions and this year 2017 is the 50th anniversary of their great feat.

So as the train pulled out of the station I took a last glimpse of the Estadio Nacional and smiled at the grandfathers and their grandchildren reliving the memory.

TO KNOW: The area of green around the stadium is a great place to relieve oneself from the pressures of modern life. Here you will find a 9-hole public golf course, tennis courts, swimming pool, walking and jogging trails. |C|

MEET Robyn Lake

Robyn first came to Portugal 4 years ago with her Portuguese husband to immerse herself in learning the language at Universidade de Lisboa for a summer. They began visiting Portugal regularly. It became the base from which to strike out on their travels until finally deciding to make their stay in Cascais permanent in January of 2017. Their daughter, who was born in Portugal, has just turned 3. Her in-laws are from Lisbon and she feels lucky to have a large extended family already here. Robyn says, "We are now completely settled and intend to stay indefinitely".

Before moving to Portugal, Robyn worked as an ACA qualified accountant - living for 10 years in London. Her last 5 years were spent as a consultant on large scale change management projects with some of the world's largest property companies. A job which ultimately was all about managing people, working professionally and ethically towards a goal while adding value for the client – skills she draws on every day in her business.

Robyn owns and runs an online boutique real estate agency, helping mainly expats who are moving on to a new chapter in their lives. They are growing well with an increasing number of customer testimonials. She says that she loves working in real estate because it is all about people and their dreams; be that selling their family home and moving to another country or just finding that perfect T2 to retire to. Nothing beats the buzz of a client saying how grateful they are or recommending you to a friend.

Robyn is a morning person, up early between 5:30 and 6am, to have some time for herself before the family wakes. She starts the day with a glass of water, then 10 or 15 minutes of meditation before listing out the tasks to achieve for that day. Luckily there are family and friends who help her look after her daughter so she can work on her business. When she is with her they love to cook, draw, paint and explore the region's parks and playgrounds.

"I am incredibly proud of my adoptive country, the warmth of its people, the language and the laid-back quality of life here. I hope to apply for my passport at the earliest opportunity." |C|



"Cascais is incredibly beautiful, it's a dream to spend time looking at its views". Robyn Lake

AGENDA CASCAIS

agenda.cascais.pt



SOCIAL & COMMUNITY EVENTS

29 June
Royal British Club Garden Party
Summer Garden Party in the gardens of the Paula Rego Museum
CASA DAS HISTÓRIAS PAULA REGO
18:00 - 20:00
t. 913 831 083
secretary@royalbritishclub.pt

30 June
Royal British Club Happy Hour
Held on the last Friday of the month, members and non-members welcome. An opportunity to see old friends and meet new faces.
HOTEL BAÍA
18:00 - 20:00
t. 913 831 083
secretary@royalbritishclub.pt

07 July
IWP Happy Hour
International Women in Portugal host a happy hour on the first Friday of every month. Members are welcome to bring family and friends.
THE TASTING ROOM
18:00 - 20:00
t. www.iwpportugal.org

Every Sunday
Le rendez-vous du dimanche
Regular weekly meetings for French-speaking community. All welcome. English, Spanish and Portuguese also spoken.
HOTEL BAÍA
18:00 for 20:00

ART & EXHIBITIONS

Until 09 July 2017
From Rubens to Van Dyck
A selection of paintings and prints by Flemish masters, from the Gerstenmaier collection.
CENTRO CULTURAL DE CASCAIS
Tue - Sun 10:00 - 18:00
t. 214 815 660
www.cascais.pt

Until 08 September 2017
Magic Israel
Exhibition of oil paintings by Israeli soprano Sivan Rotem.
ESPACO MEMORIA DOS EXÍLIOS
Mon - Fri 10:00 - 18:00
t. 214 815 930
www.cascais.pt

Until 17 September 2017
Paula Rego, Stories and Secrets
Exhibition of paintings and drawings by Paula Rego and Victor Willing.
CASA DAS HISTÓRIAS PAULA REGO
Tue - Sun 10:00 - 18:00
t. 214 826 970
www.cascais.pt

THEATRE & MUSIC

29 June - 01 July
MUSA Festival
Reggae music festival with a focus on environmental sustainability.
PRAIA DE CARCAVELOS
t. www.festivalmusa.org

1-28 July
Festival de Estoril Lisboa.
Programme of concerts and musical events in Cascais and Lisbon.
VARIOUS VENUES
t. www.festorilisbon.com/

15 July
Concert - Celebrating 85 years of the Condes de Castro Guimaraes Museum.
Programme includes works by Mozart and Beethoven. Performed by the Quinteto de Sopros da Orquestra de Camara da Cascais e Oeiras.
JARDINS DO MUSEU CONDES DE CASTRO GUIMARAES
21:30 - 22:30
t. www.occo.pt

July
Cinema Highlights
Independent cinema screens movies in English, French and other languages. Thursday premières. Coming soon: **War for The Planet of The Apes**, **Cars and Dunkirk**.
O CINEMA DA VILLA
t. 215 887 311
geral@ocinemadavilla.pt



CHILDREN & FAMILIES

Every Sunday
Beach Tennis
Youth group classes and rotating practice sessions, limited places available.
CARCAVELOS BEACH
11:00 - 13:00
t. www.cascais.pt

Every Thursday
Horse riding Experience
An opportunity to try horse riding; all equipment provided.
CENTRO HIPICO DO ESTORIL (CHARNECA)
18:00 - 19:00
t. 214 872 064
geral@centrohipico.pt

SPORTS & SAILING

06 -08 July
CSI - Longines Global Champions Cascais
Equestrian Grand Prix Cascais, Estoril.
HIPODROMO MUNICIPAL MANUEL POSSOLO
t. www.globalchampionstour.com

01, 15 and 29 July
Lisbon Hash House Harriers (LH3) - All welcome including families
MEETING POINT IN CASCAIS AND SURROUNDING AREAS
A great way to have fun, meet people, exercise and explore different areas.
Every other Saturday
14:00-16:30
t. www.lisbonh3.com

Other Events

01 July
Garden Sale
Sale of second hand and home made goods.
JARDIM DA PARADA
09:00 - 17:00
t. www.cascais.pt



02 July
Beetle Meet
Meeting of VW Beetle enthusiasts on the first Sunday of each month, this year Beetle Meet celebrates 10 years.
CASCAIS MARINA
10:00 - 14:00
t. vwclassicoscascais@gmail.com

08-09 July
Iberian Porsche Meeting
Annual event held alternately in Spain and Portugal.
MARINA DE CASCAIS
t. www.iberianporsche.meeting.com/



29 June - 01 September
FIARTIL
The oldest craft fair in Portugal, artisan products, food and a programme of activities.
FIARTIL, ESTORIL
Mon - Sun: 18:00 - Midnight
t. 214 677 019/
912 590 249
fiartil@cascaisdinamica.pt

A beleza do Farol de Santa Marta torna o monumento num verdadeiro ex-libris de Cascais.

Pedro Santana Lopes inaugura novo hospital na Parede

O Hospital de Sant'Ana, uma das mais emblemáticas unidades da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, prepara-se para reforçar a oferta de cuidados de saúde. O novo edifício, com capacidade para internamento de 60 doentes, estão concluídas. Para Pedro Santana Lopes, “esta é uma obra muitíssimo importante, não só para a Santa Casa e para os seus utentes, mas também para o Concelho de Cascais. O novo edifício do Hospital de Sant'Ana retoma um projeto que esteve parado 30 anos e, vai representar um acréscimo de respostas na área da saúde naquela região. A Santa Casa é, cada vez mais, uma Instituição que está presente nos grandes desafios dos tempos de hoje. Estamos-nos a modernizar e a inserir-nos como deve ser no século XXI.”

Cascais assina acordo de Valência

“A cidade é para as pessoas”. Esta é uma expressão que sintetiza um conjunto de princípios consignados em diversos documentos e que 35 municípios, de Espanha e Portugal, subscritores do Acordo de Valência, comprometeram-se a defender nos diversos fóruns locais, regionais, nacionais, europeus e mundiais. Este acordo, rubricado por Cascais a 18 de maio de 2017, contempla um conjunto de orientações que os municípios devem seguir na implementação de políticas e medidas inovadoras que proporcionam uma melhor e mais sustentável mobilidade e que promova a cidadania.

Homenagem a Maria do Céu Guerra

A atriz Maria do Céu Guerra foi homenageada, no passado dia 24, pelo Teatro Experimental de Cascais, por ocasião da inauguração da exposição “Maria do Céu Guerra. A mulher, a Atriz, a Obra”, no Espaço Memória em Cascais. Maria do Céu Guerra iniciou a sua carreira em 1963, na Casa da Comédia, dirigida por Fernando Amado, na peça “Deseja-se mulher”, de Almada Negreiros. Na cerimónia de homenagem tomaram a palavra diversos colegas de profissão, bem como o Presidente da Câmara Municipal de Cascais, Carlos Carreiras, que enalteceu os méritos profissionais da atriz e lembrou ser o TEC a companhia que mais tempo tem de permanência em palco.



Fotografia Jorge Martin

Com vista para terra e mar

O Farol Museu de Santa Marta é um ex-libris de Cascais. Situado no forte de Santa Marta é único no país, uma vez que junta espaços expositivos com a função ativa de ajuda à navegação.

Da terra ou do mar, impõe-se na paisagem uma torre quadrada revestida a azulejos azuis e brancos, com faixas horizontais azuis. A lanterna é vermelha e mede 20 metros de altura. Os 90 degraus em caracol levam-nos até ao cimo. Na varanda, a vista perde-se no oceano e pela costa.

Ao farol juntam-se espaços museológicos instalados nas antigas residências dos faroleiros que convidam a uma visita pela história das suas origens. O núcleo “Faróis Portugueses: Tecnologia e História” é dedicado à vida diária de faroleiro, com o registo ao pormenor das ocorrências de dias de nevoeiro e noites de luar. Ao lado, a área “Faróis Portugueses: Tecnologia e História”, destaca um painel de aparelho ótico do Farol

das Berlengas, que atinge os 3,70 metros de altura com lentes de grandes dimensões.

Em julho de 2017 celebra 10 anos enquanto projeto museológico. Com projeto de arquitetura de Francisco e Manuel Aires de Mateus e programa museológico de Joaquim Boiça, o Farol Museu de Santa Marta foi reabilitado com base num protocolo

Em julho de 2017 o Farol de Santa Marta celebra 10 anos enquanto projeto museológico.

firmado entre a Câmara Municipal de Cascais e o Estado-Maior da Armada Portuguesa, abrindo ao público em julho e 2007. À exceção da bala de canhão encontrada em escavações arqueológicas camarárias no recinto, a coleção do Farol Museu de Santa Marta foi inteiramente restaurada e depositada no Farol Museu pela Marinha Portuguesa/Direção de Faróis.

Além do museu, no auditório, o filme “Faróis de Portugal. Cinco Séculos de História” conta, através do testemunho de faroleiros, o que foi erguer e manter estes monumentos ao longo da costa portuguesa. A loja do museu apresenta uma seleção de publicações, artigos de papelaria e objetos relacionados com as temáticas faroleira, marinha, arquitetónica e cascalense. |C|

FAROL-MUSEU DE SANTA MARTA

Horário de abertura da torre para os visitantes em regime de visita livre (não requer marcação):

Sexta-feira
11h00 às 12h00

4º Sábado do mês
(de março a setembro)
das 11h00 às 13h00

Aberto de terça a sexta-feira
10h00 - 17h00

Sábado e domingo
10h00 - 13h00 | 14h00 - 17h00

Encerra à segunda-feira
Contatos: 214 815 328 |
fmsm@cm-cascais.pt
Rua do Farol de Santa Marta
2750-341 Cascais