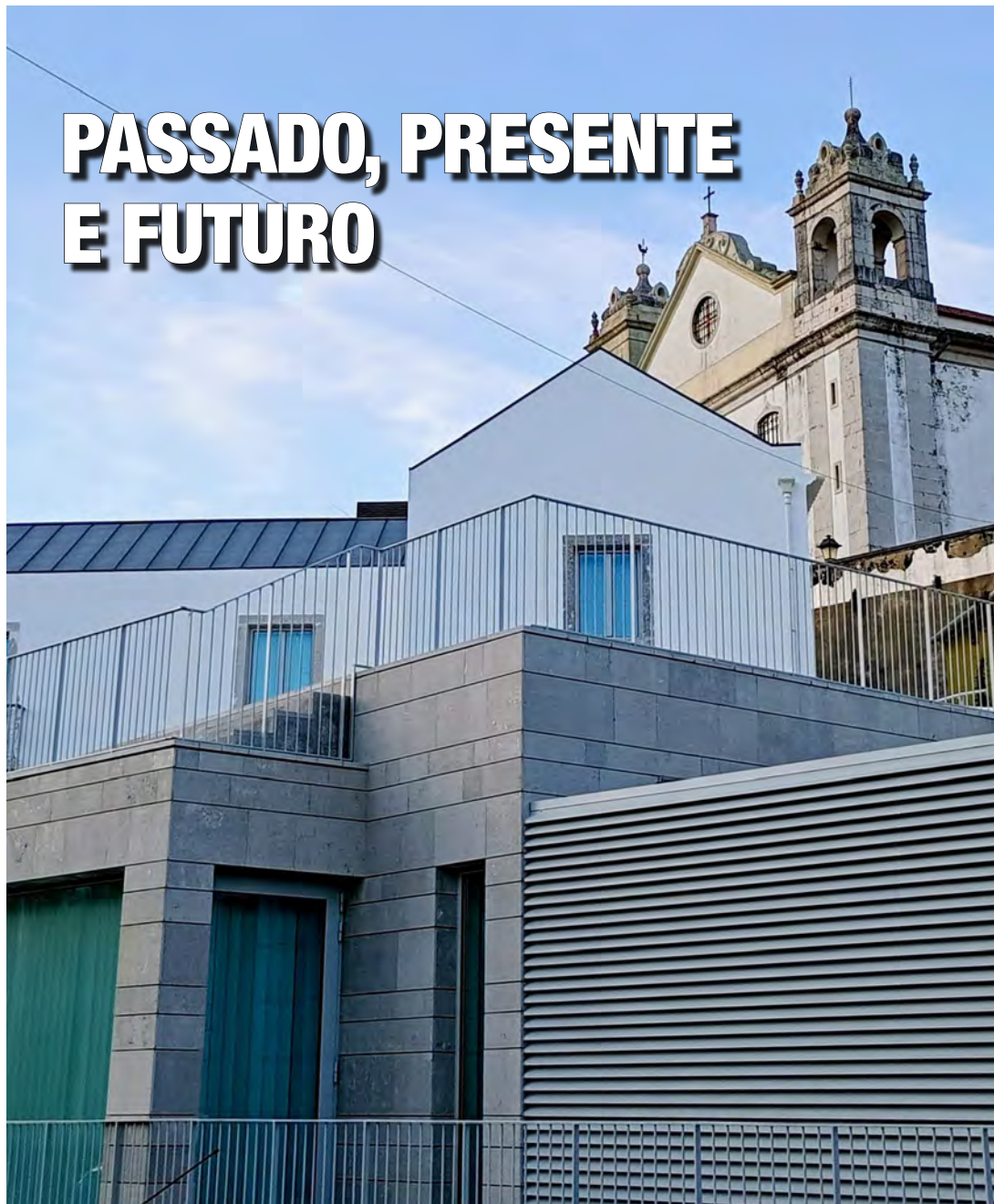


A Voz de Paço de Arcos

**PASSADO, PRESENTE
E FUTURO**



JORNAL DEFENSOR DOS INTERESSES DA VILA DE PAÇO DE ARCOS E DAS LOCALIDADES CIRCUNDANTES
FUNDADO EM 1979 POR ARMANDO GARCIA, JOAQUIM COUTINHO E VÍTOR FARIA

Diretor: José Manuel Marreiro | Bimestral | N.º 63, Fevereiro de 2026 DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ESTATUTO EDITORIAL

1 – A VPA é um jornal bimestral de informação geral na área da cultura e da língua portuguesa, em particular na defesa dos interesses dos habitantes da vila de Paço de Arcos e das localidades circundantes.

2 – A VPA pretende valorizar todas as formas de criação e os próprios criadores, divulgando as suas obras.

3 – A VPA defende todas as liberdades, em particular as de informação, expressão e criação. Ao mesmo tempo, afirma-se independente de quaisquer forças económicas e políticas, grupos, lóbis, orientações, e pretende contribuir para uma visão humanista do mundo, para a capacidade de diálogo e o espírito crítico dos seus leitores.

4 – A VPA recusa quaisquer formas de elitismo e visa compatibilizar a qualidade com a divulgação, para levar a informação e a cultura ao maior número possível de pessoas.



Centro Cultural de Barcarena, fotografia de Manuel Rodas

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”

Sede: Rua Thomaz de Mello nº4 B
2770-167 Paço de Arcos

Direção: Presidente - José M. R. Marreiro
Tesoureiro - Cândido Vintém
Vogal - Roberta Siqueira
Secretário - Nelson Carvalho da Silva

Redação: Rua Thomaz de Mello nº4 B
2770-167 Paço de Arcos

E-mail: avozpacocarcos@gmail.com

N.I.F.- 513600493 | **E.R.C. n.º** 126726

Depósito Legal: 61244/92

Diretor: José M. R. Marreiro

Coord. Edição Online: Renato Batisteli Pinto

Coord. Edição Papel: Margarida Almeida

Editor: Jorge Chichorro Rodrigues

E-mail: jchichorro@avozdepacocarcos.org

Sede do Editor: Rua Thomaz de Mello nº4 B
2770-167 Paço de Arcos

Revisão e coordenação editorial: Luís Amorim

E-mail: luisamorimeditons@gmail.com

Impressão: www.artipol.net

Sede do impressor: Rua da Barrosinha, n.º 160
| Barrosinha Apartado 3051 |
3750-742 Segadães, Agueda Portugal

Colaboradores: Adelaide Oliveira; António L. Antunes; Carlos Albuquerque; Catulina Guerreiro; Cristina Sobral; Daniel Gouveia; Eduardo Barata; Fátima Pissarra; Francisco Capelo; Joaquim Bispo; Joaquim Coutinho; Jorge C. Rodrigues; Jorge Golias; José Costa; José Marreiro; José Martins; Luís Álvares; Luís Amorim; Margarida Almeida; Mário Matta e Silva; Paulo Ferreira; Pedro Mesquita; Ruth Collaço; Tiago Miranda e Virgínia Branco

Fotografia: Jorge Golias, José Mendonça, Keiko Kamoza, Luís Amorim, Manuel Rodas e Tiago Miranda

Capa: C. C. de Barcarena, fotografia de Manuel Rodas

Paginação: Andreia Pereira

Tiragem: 1500 exemplares

Online: avozdepacocarcos.org

E-mail: info@avozdepacocarcos.org

facebook.com/vozdepacocarcos

Publicidade: josemarreiro@gmail.com

Tel.: 919 071 841 (José Marreiro)

Diretor Honorário: José Serrão de Faria

Subdiretora Honorária: Maria Aguiar



Dias de sol sucederam, felizmente, ao “comboio de tempestades” que afetou o nosso país e que não deixou de sobressaltar a nossa comunidade e

de provocar danos em certas localidades. Agora, com a aproximação da primavera, temos razão para estar otimistas, esperando por dias melhores, para darem brilho às muitas atividades que sempre aqui se realizam, neste pedaço de terra privilegiado que habitamos.

Nesta edição, realce-se a entrevista dada pelo nosso Presidente, José Marreiro, a primeira de uma série em que serão entrevistadas figuras relevantes na vida da associação e do jornal. José Marreiro é presidente da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”, desde a sua fundação, em 2015, e diretor do nosso jornal, desde 2019. Muito bem conduzida, como sempre, por Margarida Maria Almeida, nela se entrevistou o homem e a obra deste grande amigo da região que há muito se lhe dedica com tanto empenho e com tanta paixão.

Luís Amorim publica um texto relativo ao ciclo anual “Cinema do Século XXI”, manifestando bem o conhecimento que tem da sétima arte que a tantos de nós fascina. O filme “O Pianista”, exibido no

domingo, 22 de fevereiro, esgotou o Auditório José de Castro, em Paço de Arcos, o que prova bem o sucesso desta iniciativa da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”. O ciclo prossegue às terças-feiras, no Auditório Maestro César Batalha, e no último domingo de cada mês, no Auditório José de Castro.

Com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras prossegue a iniciativa da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”, *Mostra de Arte de Criativos Independentes*, que pretende dinamizar os mercados e divulgar os artistas da região, que é dirigida por Luís Amorim e Francisco Capelo, realizando-se um evento por mês, no Mercado de Paço de Arcos e, de forma pontual, também no Mercado de Oeiras.

Registe-se para este mês de março, o lançamento do Concurso de Fotografia Oeiras 26. Este é também o mês em que se celebra, no dia 8, o Dia da Mulher. Por esse motivo, desde já saudamos todas as leitoras do nosso jornal, desejando-lhes um feliz dia, em que se sintam plenamente realizadas na sua tão nobre condição feminina.

Finalmente, registe-se que nesta nossa edição, encerramos, com um texto da Professora Cristina Sobral, da Faculdade de Letras de Lisboa, a comemoração do bicentenário do nascimento de Camilo Castelo Branco.

Jorge Chichorro Rodrigues

Parabéns Ruy de Carvalho

O nosso associado de mérito, Ruy de Carvalho completou, no dia 1 de março, 99 anos.

Os nossos parabéns e desejos de que possa, muito em breve, voltar aos palcos como é seu grande desejo.



De Cooperativa a Biblioteca: um lugar com história e com memória

Neste edifício funcionou, entre 1903 e 1986, uma das instituições mais marcantes da vida operária em Barcarena: a Cooperativa de Responsabilidade Limitada – Sociedade de Crédito e Consumo do Pessoal da Fábrica da Pólvora de Barcarena, fundada em 1895 por iniciativa dos próprios trabalhadores.

Num tempo em que os direitos laborais eram ainda muito limitados, os operários da Fábrica da Pólvora de Barcarena uniram-se para criar uma sociedade de crédito e consumo, nascida da anterior Associação de Socorros Mútuos. A Cooperativa foi criada com 80 sócios fundadores e chegou a ter 300, e tinha como missão garantir bens de primeira necessidade, conceder empréstimos, apoiar a construção de habitação e oferecer apoio médico – uma verdadeira rede de proteção social muito antes de esta ser garantida pelo Estado.

O seu funcionamento era rigoroso e solidário: as quotas eram semanais, havia cadernetas e senhas, e no fim de cada ano os lucros eram redistribuídos proporcionalmente. A Cooperativa estava aberta a todos os trabalhadores da Fábrica, reformados e até viúvas de operários. Instalada inicialmente na Fábrica da Pólvora, a sua sede mudou-se para este edifício em 1903, tornando-se rapidamente um centro nevrálgico da comunidade local.

Ao longo das décadas, este espaço acolheu uma diversidade de serviços essenciais: padaria (construída pelos próprios sócios com o apoio dos Bombeiros Voluntários Progresso Barcarenense), mercearia, carvoaria, saboaria, sapataria, retrosaria, ferragens, louças, tabaco, artigos de escri-



tório, móveis, e até distribuição de géneros ao domicílio. Para os operários que viviam mais longe, foi criada uma sucursal dentro da própria Fábrica, que funcionou até ao seu encerramento, em 1988.

Mais do que um espaço de comércio justo, a Cooperativa foi um verdadeiro coração comunitário. Um ponto de encontro entre vizinhos, um espaço de partilha e convivência. Os homens juntavam-se na taberna a discutir reivindicações e novidades, as mulheres cruzavam-se no balcão da mercearia – e a Cooperativa transformava-se numa extensão da casa de cada um. Era, de facto, uma família alargada, capaz de garantir apoio nos momentos mais difíceis.

No final dos anos 60, num contexto de mudanças sociais, melhoria das condições de vida e perda de centralidade da Fábrica – agravada pela explosão de 1972 -, o número de sócios começou a cair. Em 1969, numa tentativa de sobrevivência, a Cooperativa foi aberta a toda a população como “A Familiar de Barcarena”, mas sem sucesso. As dívidas acumularam-se e, após várias assembleias, decidiu-se encerrar a atividade. Em 1989, o edifício foi adquirido pela Câmara Municipal de Oeiras.

Hoje, mais de um século depois da sua

fundação, este espaço renasce como Centro Cultural e Biblioteca de Barcarena. Aqui, onde outrora se partilharam bens e solidariedade, partilham-se agora estórias, ideias, conhecimento e cultura. Este é um novo capítulo de um edifício que sempre viveu ao serviço da comunidade – com a memória do passado bem viva no coração do presente.

Centro Cultural e Biblioteca de Barcarena: um espaço aberto à cultura, ao conhecimento e à participação de todos

A história da Biblioteca Municipal de Barcarena liga-se profundamente à memória industrial e comunitária da vila. Durante décadas, a Fábrica da Pólvora de Barcarena foi o centro da vida local, empregando várias gerações e dando origem a instituições de apoio social e cultural, como a Cooperativa de Crédito e Consumo do Pessoal da Fábrica da Pólvora, que funcionou como ponto de encontro e de abastecimento para trabalhadores e famílias.

O edifício do Centro Cultural de Barcarena fez parte deste património. Localizado entre a Igreja de São Pedro e o vale da Ribeira de Barcarena, e após um período de inatividade, foi objeto de uma reabilitação cuidada, que preservou a sua identidade, mantendo algumas das características originais do edifício da Cooperativa, adotando-se uma linguagem moderna e contemporânea na reabilitação, assente num conceito de equipamento cultural de bairro.

O Centro Cultural de Barcarena acolhe a nova Biblioteca Municipal de Barcarena, um Laboratório STEM e um Auditório com capacidade para 100 pessoas.

A Biblioteca Municipal de Barcarena, integrada na Rede de Bibliotecas de Oeiras,



funciona todos os dias úteis, das 9h00 às 20h00, e aos sábados, das 10h00 às 18h00, encontrando-se apetrechada com um fundo documental atualizado, com mais de 6.000 livros, acesso livre a jornais e revistas, espaços de leitura e estudo com acesso livre à internet, e uma biblioteca infantil, com cerca de 1.000 livros.

O Laboratório STEM (Ciência, Tecnologia, Engenharia e Matemática), destinado a todas as idades, será dinamizado em parceria com uma instituição que já colabora com as escolas de Oeiras.

O Auditório do Centro Cultural acolhe várias iniciativas de âmbito cultural do Município, e dispõe ainda de uma programação própria, resultante de uma iniciativa das Bibliotecas de Oeiras – ARCA. A ARCA assume-se como um espaço de criação, partilha e experimentação artística, um lugar onde se guarda e se partilha cultura. Uma ARCA de Cultura. A sua programação integra atividades infantis, concertos, debates, conversas, *performances* e diversas outras iniciativas, todas dedicadas ao cruzamento da palavra com outras disciplinas artísticas.

Mais do que um novo equipamento, a Biblioteca Municipal de Barcarena representa a renovação de um lugar simbólico, ligando o passado industrial e cooperativo da vila a um futuro assente na cultura, no conhecimento e na participação de todos.

Fonte: C.M.O.

Do Centro Histórico à Praia das Fontainhas



Começamos os Caminhos de hoje, voltando ao Centro Cultural José de Castro, onde teve início no dia 22.2.26, a apresentação do Ciclo de Cinema, promovido pela CMO, com a participação da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”. Em paralelo, o mesmo aconteceu no Auditório Maestro César Batalha, em Oeiras, no dia 3.2.26. Ambos os Ciclos decorrerão até ao fim do ano.



postas ao serviço da comunidade?

Deslocamo-nos para o início da Rua Costa Pinto, para assinalar que o prédio a seguir à casa onde viveu o ilustre Patrão Lopes, foi vendido, após al-



Convidamos os nossos leitores a acompanharem, e a participar, quando possível, nestas sessões de cinema que acontecem todas as 3as. feiras, em Oeiras, e no último domingo de cada mês, em Paço de Arcos, sempre às 15h30.

Seguimos para a Av. Patrão Joaquim Lopes, e no edifício camarário com apartamentos para jovens, verificamos que a loja continua a aguardar as obras finais, o recheio, para que possa abrir ao público, o que nos interroga sobre a morosidade na abertura das lojas camarárias. O que faz com que essas lojas fiquem fechadas tanto tempo, anos, até que sejam arrendadas, vendidas, concluídas e

guns anos devoluto, pelo que será brevemente renovado e colocado no mercado, dando o seu contributo à economia local. Dentro da mesma lógica de interesse económico, damos relevo à reabertura, com nova gerência, do antigo

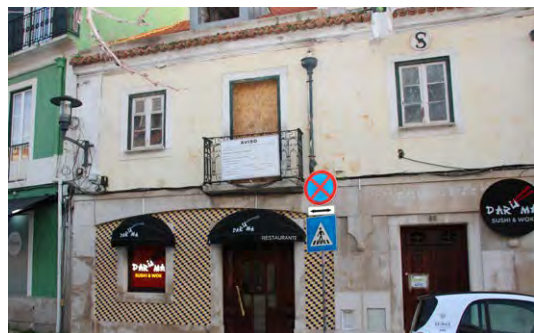


restaurante Carula, que vem ocupar o espaço, que fora seu, e que estava vago, de restaurante médio, com boa relação preço/qualidade, onde impera a boa cozinha portuguesa. Desejamos o maior êxito para este novo/antigo projeto.

Segue-se o prédio do antigo e icónico restaurante Os Arcos, agora um restaurante asiático, o Daruma, que está



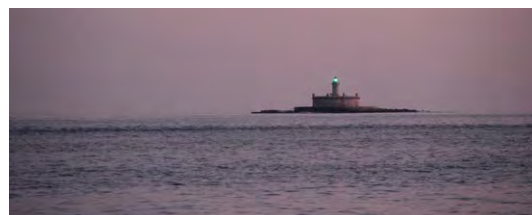
a ter muito êxito junto do seu público alvo, cliente maioritariamente jovem, o que muito enriquece a vasta oferta e de grande nível da restauração da vila. No entanto, o prédio continua em obras no andar superior, que se alastram há vários anos. A bonita zona com os prédios recentemente recuperados, que apresentam as suas fachadas bem pintadas, com cores coloridas, precisa que as referidas obras terminem para que tudo



fique em harmonia.

Daqui saltamos para a Praia das Fontainhas, admiramos o lindo pôr do Sol, a praia, o Bugio e o passeio marítimo, onde muita gente de todas as idades aproveita para fazer exercício físico, dar as suas caminhadas e desfrutar do ambiente natural favorável à recuperação do seu estado físico e mental, após o esforço desenvolvido na execução das suas tarefas diárias, ou somente, para os manter, quando a reforma lhes dá o tempo para cuidar mais de si.

A praia principal da Vila, a Praia Nova, dispõe de um belíssimo apoio, o BUGI Clube, o Bar da Vida Boa, onde se pode, confortavelmente, tomar uma bebida ou uma agradável refeição. Boa qualidade, com simpatia e a preço adequado. Aqui, no antigo apoio que se mantém, para proporcionar atividades culturais



e desportivas, com o apoio do Bugi e da CMO, será anunciado, em breve, um conjunto dessas atividades. Estejam atentos, vão ser muito importantes para a vida que se quer diversificada e de qualidade.

No fim do paredão, junto à muralha do edifício da Direção de Faróis, encontramos uma mais valia que atrai muitos utilizadores, o Espaço Fitness Outdoor, que dispõe de vários aparelhos que proporcionam um bom treino de manutenção.

E assim, a falar de coisas boas para a saúde, terminamos os Caminhos de hoje.

Façam o favor de serem felizes.

*Texto: José Marreiro
Fotografia: José Mendonça*

CONTACAXIAS

Organização e Gestão de Empresas, Lda

PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE:

CONTABILIDADE
IMPOSTOS (IRS, IRC, IVA, ETC.)
PROCESSAMENTO DE SALÁRIOS E SEGURANÇA SOCIAL
PROJECTOS DE INVESTIMENTO
AUDITORIA

Rua Ernesto Veiga de Oliveira, 18 D 2780-052 Oeiras

Telf. 214461740/8 * Fax 214461749

José Manuel Marreiro O Homem que gosta de gostar

José Manuel dos Reis Marreiro (adiante JM), licenciado em Gestão e Organização de Empresas, pelo Instituto Superior de Economia e Gestão (ISEG), Presidente da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”, activo e criativo Director do Jornal “A Voz de Paço de Arcos” (adiante AVPA). É ele o nosso entrevistado de hoje.

Completo oitenta anos no passado dia dezasseis de fevereiro, uma vida plena, uma data a celebrar. Mantém uma admirável resistência física e um vigor intelectual intacto.

Dele diremos que é um *ex-libris* local. Lutador e amigo. Solidário e multifacetado. Arguto, raciocínio rápido. Tem o privilégio de ter muitos amigos. É um comunicador nato, as pessoas importam apenas pela qualidade humana. Incansável, corre atrás da notícia para o jornal. Um vasto saber, aliado a uma memória invejável! “Google” andante, diz dele alguém muito próximo.

JM – Nasci em Silves. O meu pai fazia comércio entre Silves, Monchique e outras vilas e cidades algarvias, nomeadamente nas feiras anuais.

Ali fiz a instrução primária. Na 4ª classe, tive dois professores que recordo por razões opostas. Uma ex-

traordinária professora que antevia para mim outro futuro e um professor que

me deixou lembranças menos boas. Acabei por desistir de fazer, como desejava, o exame de admissão à Escola Comercial.

A alternativa era começar a trabalhar e, desde logo, na loja da família que, entretanto, os meus pais tomaram de trespasse, em Caxias. Tinha onze anos e, a trabalhar, ganhei experiência para a vida.

Aos catorze anos, fui estudar à noite, fiz o Curso Geral do Comércio, na Escola Comercial Ferreira

Borges e tive a sorte de ser abrangido pela reforma “Veiga Simão”, de 1971, que permitia aos alunos do ensino técnico acederem ao ensino liceal e à Universidade.

A vida académica correu bem. Completei o sétimo ano do Liceu, dispensei da admissão à Universidade, onde me licenciiei, sempre em simultâneo com a carreira profissional.



AVPA – Tinha onze anos quando saiu de Silves; setenta anos depois, o que recorda daqueles tempos? Os seus pais tinham uma vida árdua de trabalho, tal como a maioria dos portugueses.



JM – Recordo os avós, os tios, os primos, os amigos. As pessoas vão desaparecendo, as idas a Silves vão-se espaçando. Recordo a casa materna em que nasci, junto à ponte romana e que já não existe. As traseiras davam para o rio Arade e, quando a maré enchia, podia pescar da varanda de casa. Recordo a pensão do Sr. João Hermenegildo, onde ia pedir croquetes à cozinheira; recordo a casa acolhedora da D. Teresinha. Recordo todos os que me viram crescer...

No outro lado da margem do rio, havia uma casa apalaçada onde morava o

professor Samora Barros. Coursou Belas-Artes, em Lisboa e, tendo regressado a Silves, impulsionou a criação da Escola Técnica João de Deus, o grande poeta, pedagogo e deputado no Parlamento. Nas longas tardes de Verão, depois de fechar a banca da praça, gostava de ficar a observá-lo, a pintar no seu jardim. Recordo ainda a banca na praça de Silves que completava o sustento da família. Em dias de feira, o meu pai andava pelo Algarve, na venda de legumes, fruta, os famosos pêros de Monchique e as batatas cultivadas na Serra.

Regularmente, ia a Monchique, levando os produtos que lá necessitavam e trazendo os víveres que venderia na praça. Noite alta, partia no “carro de macho”, seis, sete horas por caminhos tortuosos. Quando adormecia, o macho deixava-o à porta de casa, já conhecia o caminho de cor. Manhã cedo, os clientes encontravam os produtos frescos na banca da família Marreiro, também conhecida por “Cercadinhas”, vá-se lá saber porquê?

À tarde, gostava de jogar cartas e dominó com os amigos enquanto a minha



Mãe seguia até casa para tratar do meu irmão. Eu saía da escola e corria para a praça onde assegurava as vendas. Com sete, oito anos, já sabia pesar os legumes e a fruta, fazia contas de cabeça e as freguesas admiravam-se por eu ser tão despachado!

AVPA – De Silves a Caxias, do Algarve profundo para a então Costa do Sol: como foi a adaptação à nova realidade? Que razões levaram a família a deixar a terra natal?

JM – O acaso trouxe aos meus pais a oportunidade de aqui tomarem de trespasse uma loja comercial, a “Frutaria Progresso”.

Acontece ainda que a Praça de Silves entrara em declínio, as fábricas de cortiça faliram e foram-se estabelecer na que viria a ser a cintura industrial de Lisboa. Os operários e as famílias abandonaram a cidade e, conseqüentemente, perdia-se uma fatia importante da clientela.

Por outro lado, a saúde do meu pai começava a ressentir-se da idade e das duras condições de trabalho. O sonho maior, de construir uma vida melhor para os filhos foi determinante nesta decisão!

É sempre doloroso cortar com as nossas raízes e eu estava também muito ligado a Monchique. Tinha lá os meus primos, a liberdade do campo, corríamos a serra montados no burro, tomávamos banho nos ribeiros. Desper-

tu ali o meu gosto e respeito pela natureza que mantenho até hoje.

Inicialmente, não foi fácil fazer amigos, os rapazes da minha idade pertenciam a outro meio, havia uma certa distância social. Eu falava “algarvês”, eles estranhavam e riam. Hoje têm consideração por mim e, muitos deles são meus amigos.

Não sendo o dono da bola, tinha liderança, os mais novos procuravam-me para promover jogos de futebol. Eu era um dos “desalinhados” que organizava equipas para jogar contra os “alinhados” ...

Eles estudavam no liceu, em colégios e de dia; eu trabalhava e estudava à noite, na Escola Comercial. Trabalhar de dia, estudar à noite e frequentar a Escola Comercial eram factores que dificultavam a integração. A vida social era feita entre famílias que mantinham, de há muito, relações de vizinhança.

A minha mãe estava à frente da loja e cuidava dos seus três homens. Muito dedicada aos filhos, queria para nós uma vida melhor.

O meu pai era muito trabalhador, tratava das compras e das vendas. Pela tardinha, gostava de jogar às cartas e ao dominó com os amigos. Dizia de cor as quadras do poeta algarvio António Aleixo, muito apreciado pela ironia e pela crítica social contundente. Tenho um irmão mais novo que trabalhou em várias livrarias e reside em Cabo Verde.



Casei aos trinta e oito anos com uma mulher extraordinária, colega da faculdade - Maria Isabel Matos Costa Marreiro. Casámos quando ambos terminámos o curso e, mais tarde, fomos pais do nosso filho, o Miguel, de quem muito me orgulho. Tem 36 anos, é licenciado em Engenharia Espacial, pelo Instituto Superior Técnico. Infelizmente, a Maria Isabel deixou-nos, já lá vão dezasseis anos, o que muito condicionou a nossa vida.

AVPA – O desporto, o futebol, o associativismo são eixos estruturantes da sua vida?



JM – A primeira Associação que nós, os desalinados, criámos, chamava-se “Clube Académico de Caxias”. Nunca teve estatutos nem sede, era um clube de rua. Acredito na importância do associativismo porque promove a solidariedade, a partilha e a Paz! Juntos, somos mais fortes e mais felizes.

O futebol era uma imensa alegria! Um desporto acessível a pobres e a ricos. A liberdade de corrermos felizes atrás de

uma bola de borracha ou até de trapos, uma das mais belas recordações que guardo da infância e da juventude.

Lembro-me do dia em que juntámos dinheiro suficiente para comprar uma bola de “cautchú”. A primeira vez que jogámos com ela, um desajeitado pontapé atirou-a contra a rama de uma palmeira, onde ficou pendurada num bico que a furou. Ficámos inconsoláveis!

Entretanto, um dos primeiros amigos, o Jorge Martins Pereira, Jorge “Sapateiro” para os amigos, que jogara no Belenenses e fora jogador/treinador no Sintrense, era o nosso treinador e, para mim, uma referência para a vida.

Mais tarde, entrei nos juniores do Belenenses. Tinha dezassete anos e não conseguia acompanhar o ritmo deles, pois tinham uma longa experiência de treino. Eu jogava porque tinha garra, tinha vontade, era mexido, caía e levantava-me, dava luta, era bom para fazer equipa, mas não tinha características para ser titular. Acresce que tinha aulas à noite que me

impediam de treinar.

Fui mais feliz no Sporting de Linda-a-Pastora. Após uma época na equipa de “amadores”, treinada por Jorge Pereira, em que fomos contemplados com a Medalha de Disciplina, de que muito me orgulho, fui chamado para a equipa principal, já com outro treinador, - na 3ª divisão distrital - subindo depois à 2ª e à 1ª divisão, nos dois anos seguintes, voltando novamente à 2ª divisão. Terminou



aqui a minha carreira futebolística oficial, por razões de saúde.

Recordo a experiência com os jovens do Reformatório Central de Lisboa – Padre António de Oliveira, instalado no Convento da Cartuxa, de Laveiras. De tempos a tempos, um grupo de jovens amantes de futebol, nos quais me incluía, promovia a realização de jogos com os rapazes internados na instituição. Os jogos eram notícia no Jornal “A Cartuxa” e, foi em memória desses tempos, que mais tarde recuperaria o título do jornal que registei em meu nome e é hoje o suplemento cultural de “A Voz de Paço de Arcos”.

Sendo necessário renovar a licença desportiva exigível para continuar a jogar futebol, fui submetido a exames médicos cujo resultado foi devastador!

Contraíra uma primoinfecção pulmonar e vi-me forçado a abandonar o Sporting de Linda-a-Pastora; foram tempos difíceis, era muito jovem, tinha vinte e um anos e uma enorme paixão pelo futebol. Por imposição médica, não mais poderia jogar.

Entretanto, na fase da incorporação militar e perante os exames médicos que apresentei e logo ali confirmados pela

micro, fui um dos dez mancebos que baixaram ao HMDIC (Hospital Militar de Doenças Infecto-Contagiosas) e, posteriormente, presente a uma junta médica que me considerou inapto para o serviço militar.

Em criança, com os ares da serra e os cuidados de uma avó, curara-me de uma primeira primoinfecção pulmonar. Recusava a ideia de que, tantos anos depois, a doença reincidira. Em 1967, ocorreram as mortíferas cheias em que morreram centenas de pessoas e foram destruídas largas centenas de casas. Com espírito de ajudar quem precisava, passei dias seguidos rodeado de lama e de água, ao frio, a tentar minorar o acontecido. A doença poderá ter-se espoletado naqueles dias.

AVPA – Muito brevemente, fale-nos da sua diversificada vida profissional.

JM – Trabalhei num escritório de advogados, uma experiência que correu bem e onde fui aconselhado a seguir a área do Direito, o que não aconteceu. Ficaram-me para a vida conhecimentos que ainda hoje me são úteis.

Mais tarde, seguiu-se a Parceria A. M. Pereira, Lda., uma conceituada e antiga Editora/Livraria, responsável pela publicação do único livro de Fernando Pessoa que viu a luz do dia em vida do poeta: “Mensagem”. Fernando Pessoa morreria um ano depois, em 1935.

No período da Guerra Colonial, era difícil arranjar emprego, porque as empresas só recrutavam empregados com a vida militar resolvida.

Por fim, declarado inapto para o serviço militar, chegou o emprego para o futuro: na Banca, mais concretamente

no Banco Borges & Irmão, durante vinte e cinco anos, tendo assumido funções de gerência após quatro anos de serviço, reformando-me depois de ter aceite o convite para integrar os quadros do BCI – Banco do Comércio e Indústria. Foi uma carreira linear e equilibrada.



AVPA – Sabemos da sua amizade com Igrejas Caeiro, uma “estrela” de teatro, do cinema, da rádio. Havia 30 anos a separá-los...

JM – Igrejas Caeiro construiu a sua casa no Bairro do Alto do Lagoal, em Caxias, zona que na época, atraiu muita gente da cultura. O edifício, a “Casa-Museu Igrejas Caeiro”, é hoje pertença da Fundação Marquês de Pombal.

O projecto da casa é da autoria do amigo arquitecto, Francisco Keil do Amaral, um dos expoentes máximos da moderna arquitectura portuguesa. Na cave, ficavam os estúdios da rádio onde Igrejas Caeiro e Irene Velez produziam os programas radiofónicos que seriam emitidos no RCP (Rádio Clube Português), após Igrejas Caeiro ter sido proibido pela ditadura de participar em espectáculos. Só a voz não fora proibida.

O meu trabalho levava-me, aos doze anos de idade, a fazer a entrega das encomendas na residência dos clientes. Ali, apercebi-me da existência de pintura diferente da que conheci na minha infância quando observava o pintor Samora Barros, a pintar. Um mundo novo que se

me apresentava. Naquelas casas, encantava-me a beleza, a arte, os livros, a rádio, o gira-discos a rodar. Uma dessas casas era a de Igrejas Caeiro, onde era muito acarinhado pela sua família, a mulher, Irene Velez, e a sogra, Elvira Velez, sempre interessada em saber do filho do “algarvio” que, entretanto, começara a estudar. Eu cresci,

ele envelheceu e, após a minha passagem à reforma, propôs-me ajudá-lo nas tarefas de organização do seu vasto arquivo, nas funções de Presidente do Conselho de Administração da Fundação Sarah Beirão e de Presidente da Associação de Reformados da Rádio Difusão Portuguesa. Aceitei o desafio e passei a ser o “seu secretário”, que o apoiava em tudo! Assim se aprofundou uma amizade mais profunda que só a morte interromperia.

AVPA – Quer falar-nos da sua experiência na Fundação Sarah Beirão?

JM – Após dois a três anos a acompanhar Igrejas Caeiro a Tábua, e na gestão do Património de Lisboa, os anos finais da sua presidência, aceitei o convite do seu substituto para integrar o novo Conselho de Administração, com o pelouro do Património de Lisboa.

Cumpri três mandatos, doze anos, o que foi para mim uma experiência muito gratificante. Saí em solidariedade com o Presidente, quando este foi afastado por elementos da Administração que contestaram a sua acção.

AVPA – Dirige há anos o Jornal “A Voz de Paço de Arcos”, sem nada pedir em troca. Que paixão é esta? Como começou essa aventura?

JM – Tinha eu quinze anos e acompanhava o meu Pai à Praça da Ribeira, para abastecer a loja. Apanhávamos o comboio das 5h30 da manhã.

Ali conheci o Sr. Joaquim Coutinho que também ia às compras à Ribeira. Tinha uma mercearia e um restaurante, no Cais do Sodré. Destas viagens, recordo as interessantes conversas do mais culto merceiro que conheci...

Mais tarde, já reformado e pensando dedicar-me a actividades culturais, decidi criar um jornal local. Para o efeito, registei em meu nome, o título “A Cartuxa”, em memória dos tempos dos jogos de futebol com os jovens do Reformatório Central de Lisboa – Padre António de Oliveira, instalado no Convento da Cartuxa.

A minha aproximação ao Jornal “A Voz de Paço de Arcos”, fundado em 1979, começara há muito, acompanhando, lendo e sendo amigo de vários colaboradores residentes em Caxias.

Devido à idade, o Sr. Joaquim Coutinho queria afastar-se e ofereceu-me o Jornal “A Voz de Paço de Arcos”. Aceitei e prometi-lhe fazer o que me pediu: que o jornal não acabasse, que arranjasse forma de lhe dar continuidade. Tenho cumprido, lutando contra as dificuldades sobejamente conhecidas e que vão ditando o desaparecimento de jornais irmãos por todo o país.

Não queria ser proprietário do jornal e decidi desafiar os amigos Serrão de Faria,



Lança-Coelho, Maria Aguiar e Jaime Silva para juntos, criarmos a Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos” que é, desde então, a sua proprietária.

AVPA – Há capacidade para captar novos associados?

JM – Sim, a Associação Cultural tem outra vida para além do jornal e continua aberta a receber empreendedores culturais ou desportivos. A sua vertente principal é o acompanhamento de eventos culturais, com foco na poesia, em memória dos seus fundadores que pertenciam maioritariamente ao “Clube de Poetas de Paço de Arcos”. Para além de Joaquim Coutinho, Maria Aguiar, Lança-Coelho, Matta e Silva e António Capela, contámos com diversos poetas presentes, desde o início. Hoje vamos mais longe, temos associados pintores e escultores, estamos abertos a representantes de todas as artes. Promovemos eventos próprios, numa área do Mercado de Paço de Arcos, que queremos transformar num polo cultural. Teremos, também, eventos no Mercado de Oeiras. Com o alargamento do âmbito do Jornal e da Associação, ao sairmos da Vila, realizaremos actividades que abrangem as restantes freguesias do concelho.

AVPA – Por exemplo?

JM – A capa do próximo Jornal será uma fotografia do recém-inaugurado Centro Cultural de Barcarena. Verificou-se uma evolução que decorre da dinâmica, dos tempos e dos actores que contribuem



para a sua realização. Privilegiaremos uma componente literária que contemple poesia, contos, crónicas, artigos de cariz histórico e ficção. Em relação ao futuro, pretendemos angariar mais publicidade e atrair jovens e menos jovens talentos para colaborarem no projecto.

AVPA – Consegue imaginar a sua vida sem o Jornal?

JM – Consgo, mas é difícil! Ao atingir a soma de 4 vintes de idade, a perspectiva de vida vai-se alterando e importa começar a arrumar as primeiras gavetas e abrir caminho para o próximo Director do Jornal e Presidente de Direcção da Associação Cultural, dentro de dois anos. Nessa altura, será o tempo para alguém tomar conta destes dois barcos que agora caminham com grande proximidade, mas no futuro, poderão diferenciar-se um pouco, navegando lado a lado para vencerem as intempéries que, necessariamente, irão aparecer.

O desafio que deixo é que será bem-vindo quem desejar colaborar no processo de desenvolvimento do Jornal e assegurar o futuro, quer da Associação nas suas diversas vertentes, quer do Jornal que deverá ter uma direcção independente e possa integrar um jornalista profissional. Actualmente, o nosso periódico acontece em regime de voluntariado. É este o desafio que deixo para um futuro que se quer sólido.

Estatutariamente, não temos fins lucrativos, todo o trabalho é feito *pro bono* e, se as condições o permitirem, porque não ter um profissional remunerado?

AVPA – Está satisfeito com o patamar de qualidade que o Jornal tem atingido?

JM – Parcialmente satisfeito, precisamos de colaboradores, jovens com o seu olhar diferente, para a concretização das ideias que estão no ar. A visibilidade que o Jornal proporciona pode abrir portas ao mercado de trabalho. Contamos já com alguns casos de sucesso no nosso *portfolio*.

Nestes dois anos, reforçaremos a equipa do marketing digital, com o recurso a empresas no apoio e difusão mais eficaz do Jornal *online* e em suporte de papel.

AVPA – Ao longo de quase meio século de vida, o Jornal “A Voz de Paço de Arcos” registou o que de importante acontecia na história da Vila e nas localidades envolventes. Como preservar e disponibilizar este arquivo precioso?

JM – Esta questão está nos nossos objectivos e será atempadamente resolvida.

AVPA – A Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos” foi agraciada pela Câmara Municipal de Oeiras, com a medalha

de serviços prestados – Grau Prata. O poder local está consciente das dificuldades que a Associação enfrenta?

JM – Os projectos que promovemos, quer ao nível da Câmara, quer ao nível da União de Freguesias, têm sido sempre aprovados.

Acabámos de fazer o contrato com a Câmara Municipal, para dar continuidade às sessões de cinema no Auditório Maestro César Batalha, no Alto da Barra, em Oeiras, e no Centro Cultural José de Castro, em Paço de Arcos.

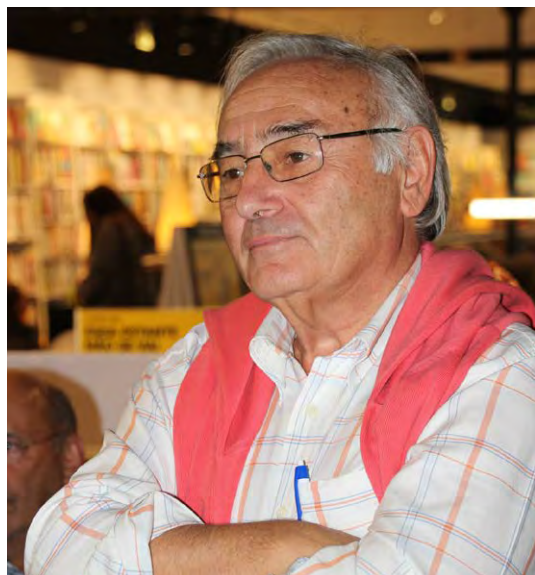
Um grupo de associados propôs-se desenvolver o projecto “Criativos Independentes” (pintores sem galeria, escritores sem editora), com vista à divulgação dos seus trabalhos nas diversas *Mostras de Artes* que decorrem no Mercado de Paço de Arcos e Oeiras.

AVPA – Quer deixar uma mensagem final a quem nos lê?

JM – Ao longo destes onze anos, na qualidade de Presidente da Direcção da Associação proprietária do Jornal e de sete anos como Director do Jornal “A Voz de Paço de Arcos”, gostaria de expressar o compromisso de que tudo faremos para manter a qualidade atingida, por forma a merecer o carinho dos milhares de leitores com quem nos cruzamos diariamente e nos dão um *feedback* muito positivo.

Termino, agradecendo a todos os colaboradores e amigos, os preciosos contributos para o sucesso deste Jornal. Contamos com todos para construirmos o futuro d’“A Voz de Paço de Arcos”.

AVPA – Falámos com o Director que admiramos e respeitamos. José Manuel



Marreiro, o militante de muitas causas, o Humanista, o “Engenheiro” de pontes que unem pessoas.

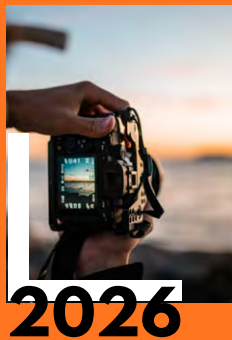
Acreditamos que a chave para compreender a sua estatura humana reside na autenticidade e na coerência de uma vida impoluta. É genuíno e mantém viva a capacidade de se maravilhar. É uma casa acolhedora para os que o procuram, uma porta sempre aberta a novos projectos.

Muito obrigada, Senhor Director! Terminamos com a “Ode” de Ricardo Reis, heterónimo de Fernando Pessoa,

*Para ser grande, sê inteiro:
Nada teu exagera ou exclui.
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és
No mínimo que fazes.
Assim em cada lago a lua toda
Brilha, porque alta vive.*

Margarida Maria Almeida
(escreve de acordo com
a antiga ortografia)

CONCURSO FOTOGRAFIA OEIRAS



INSCRIÇÕES ABERTAS
concursodefotografiaoeiras2026.online

É fácil participar e há prémios para ganhar

ORGANIZAÇÃO



APOIO



Um Estado de Realismo na Arte d'A Caveira da Mártir

Cristina Sobral*

(Continuação do número anterior)

3. Os críticos literários concordam que Camilo nunca aderiu ao realismo de escola «de traça estrangeira», que rejeitou (Martins 2006, 20), mas que a sua escrita cabe numa conceção de «realismo romântico» (Coelho 2001, 299), enquanto modo de narrar que procura «eliminar a fratura entre real e imitação do real que a estética da representação implicava», processo indispensável ao cumprimento do ideal romântico (Ferraz 2011, 137). A novela «Maria Moisés» tem sido analisada nessa perspetiva, chamando-se a atenção para a forma como os sentimentos das personagens são o único meio de dar a ver a ação («tudo o que nos é dado ver aparece através do sentir dos que viram», Ferraz 2011, 138-139) e como, na primeira parte da história, se obtém «um estilo de reportagem» (Coelho 2001, 323), com o «apagamento do narrador e o facto de delegar na ação e nas personagens a condução da narrativa» (Martins 2003b, 178) e com a descrição dos sentimentos do par amoroso como «um amor sensual e de afetos triviais» (Martins 2003b, 178). Este modo de representação realista, porém, não impede a ação de se encaminhar para o efeito romântico, através da condução das personagens para as circunstâncias do amor impossível ou contrariado⁴.

Assim, quando emerge no discurso de Camilo a presença do realismo de escola, a sua atitude é uma de duas: ou fingida adesão que a ironia descredibiliza⁵ ou de-

clarado confronto e reprovação: «Agora somente se pintam as gangrenas com as cores roxas das chagas, e com as cores verdes das podridões modernas. Nos literatos o que predomina é o verde, e nas literaturas é o podre» («Maria Moisés», Castelo Branco 2017, 340)⁶. As *Novelas* são tidas por uma das peças mais conseguidas da obra artística de Camilo, como sublinha J. Cândido de Oliveira Martins: «suma romanesca do universo ficcional de um prosador em inteira posse das suas faculdades artísticas» (Martins 2006, 7). É pacífico entre os camilianistas que o escritor se converteu a «um realismo 'rústico'» (Gomes 2023, 86), uma «estética da naturalidade», que se afirma nas *Novelas do Minho* pela observação de psicologias, paisagens e ambientes (Martins 2006, 20).

Considerando que dispomos do manuscrito autógrafo d'A *Caveira da Mártir*⁷, onde podemos observar, através das emendas feitas no texto, o trabalho do autor na configuração das suas personagens, proponho-me saber se o empenho modificativo do autor é ou não dirigido à questão Romantismo *vs.* Realismo. Analisarei um segmento de discurso do narrador acerca desta questão e alguns aspetos da génese do protagonista (Francisco Xavier) do primeiro par amoroso do romance.

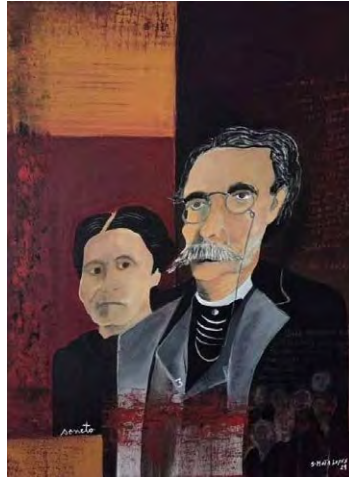
Antes de mais, será necessário ter em conta alguns aspetos da génese d'A *Caveira*



da *Mártir*. Os dois primeiros tomos foram publicados por Matos Moreira no final de 1875 (o terceiro tomo saiu já em 1876), mas sabemos que o romance estava escrito «há muito» em duas partes (e não em três, como saiu). Numa carta ao Visconde de Ouguela, datada de 3 de agosto desse ano, Camilo escreveu:

Vou rever um romance em 2 tomos *A Caveira da Mártir*, continuação da *Filha do Regicida*. Está pronto há muito tempo; mas a segunda e última lima é para mim uma flagelação. Eu queria ser a um tempo escritor e tipógrafo de modo que a ideia saísse logo impressa. (*Camilo Íntimo*, 190)

Não é possível saber qual o tempo que Camilo compreendia em «há muito», mas



“Ana Plácido e Camilo” por Sílvia Mota Lopes
facebook.com/pintopalavras
facebook.com/silvia.motalopes.9

sabemos que em 15 de junho de 1874 (*Camilo Íntimo*, 142) estava ainda a escrever *A Filha do Regicida*, cujo desfecho é resumido nas páginas iniciais da *Caveira*. *A Filha* é publicada por Matos Moreira em 1875 e, nesse mesmo ano, depois de 3 de agosto, saem à luz os dois primeiros tomos da *Caveira*. Assim, o romance terá sido escrito, muito provavelmente, entre o final de 1874 (depois d’*A Filha do Regicida*) e o início de 1875, a meses de distância de agosto que justifiquem a afirmação feita ao amigo

Ramiro («pronta há muito tempo»). Num trabalho anterior (Sobral 2018) procurei mostrar em que consistiu a «última lima» que Camilo anuncia, já que a utilização de cinco tintas diferentes no manuscrito autógrafa deste romance permite, algumas



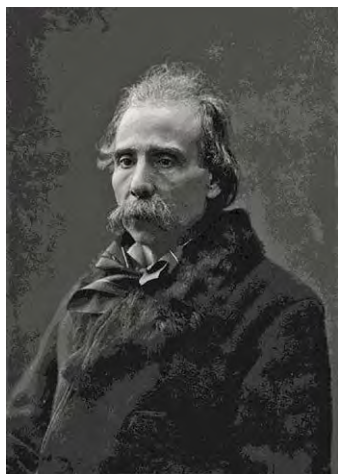
Ofetalópticas

A olhar o futuro.



@ ofetal@ofetal.pt
www.ofetal.pt
facebook/ofetalopticas

Oeiras Vila Rua João Teixeira Simões, 3 2780-254 Oeiras T. +351 214 425 100	Moinho das Antas Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 5A 2780-241 Oeiras T. +351 214 427 944
Oeiras Fórum Rua Dr. José da Cunha, 33B 2780-187 Oeiras T. +351 214 415 916	Paço de Arcos Rua Costa Pinto, 95-97 2780-582 Paço de Arcos T. +351 214 422 717



Camilo Castelo Branco em 1882

vezes com total segurança, identificar quais as emendas que foram feitas nesta revisão de agosto de 1875. A alternância das cinco tintas verifica-se apenas nos primeiros 103 fólios do manuscrito, que compreendem a história de Fernando Luís Guião, o médico autor do manuscrito alegadamente fonte do romance (o «Prefácio», que foi primeiro denominado «Introdução»), a história abreviada dos descendentes do regicida (em três primitivos capítulos reestruturados em «Introdução») e o início da história dos bisnetos do regicida, Paulo e Francisco Xavier, com destaque para o segundo, protagonista de um amor mal sucedido e pai de Antónia Joaquina Xavier, a mártir. A utilização da tinta da última revisão observa-se ao lon-

go de todo o manuscrito, mas o facto de esta ser a tinta mais usada na escrita do romance torna difícil distinguir, entre todas as emendas mediatas feitas com esta tinta, quais as que pertencem à revisão de agosto de 1875 e quais as que pertencem a releituras parciais que já estariam feitas «há muito»⁸. Contudo, nos primeiros 103 fólios, devido à utilização de outras tintas, essa distinção é possível. Temos, assim, emendas com três cronologias diferentes: as emendas imediatas, feitas em curso de escrita, quando o autor tem todo o suporte de escrita em branco à direita da emenda; as emendas mediatas, feitas num processo de releitura parcial do texto, quando o suporte já está ocupado à direita da emenda e que pertence ao período de escrita de final de 1874 a início de 1875; e, finalmente, as emendas também mediatas feitas na revisão global de agosto de 1875.

*Texto publicado em Estados da Arte
sobre Camilo Castelo Branco,
Edição Imprensa Nacional (2024)*

* Universidade de Lisboa — Faculdade de Letras — Centro de Linguística

⁴ «... representação profundamente realista [...] e, finalmente, o encaminhamento da novela para circunstâncias (factuais, discursivas, axiológicas, etc.) tipicamente românticas» (Martins 2003b, 176).

⁵ «A nossa curiosidade, nesta época de escalpelo, vai além dos limites que o teólogo abalizou à sua» (Castelo Branco 2017, 284), v. Martins 2003, 180-181: «Na mira de Camilo está, obviamente, a nova feição que a literatura ‘na época de escalpelo’ ia tomando...»

⁶ V. Martins 2003, 190.

⁷ O manuscrito faz parte da Coleção Camiliana de Sintra, encontrando-se à guarda da Biblioteca Municipal de Sintra (sobre a Coleção, v. Pereira 2023).

⁸ Tal distinção poderia obter contributos importantes de uma análise aprofundada da amplitude das emendas mediatas ao longo de todo o romance.

Mostra de Artes

Mostra de Artes, com Feira do Livro e Galeria de Arte, uma organização da Associação Cultural “A Voz de Paço de Arcos”, com três edições realizadas nos Mercados de Paço de Arcos e Oeiras, em Janeiro e Fevereiro,

onde se incluíram o lançamento do nº 62 do Jornal “A Voz de Paço de Arcos” e a exposição de fotografia “Portas e Janelas”, de Vitor Martinez.



Próxim as edições: 4 a

11 de Abril; 2 a 9 de Maio (Mercado de Paço de Arcos); 21 de Abril (Mercado de Oeiras, em conjunto com a Associação Femina)

*texto e fotos de Luís Amorim
(escreve de acordo com a antiga ortografia)*



CONTABILIDADE E CONSULTORIA

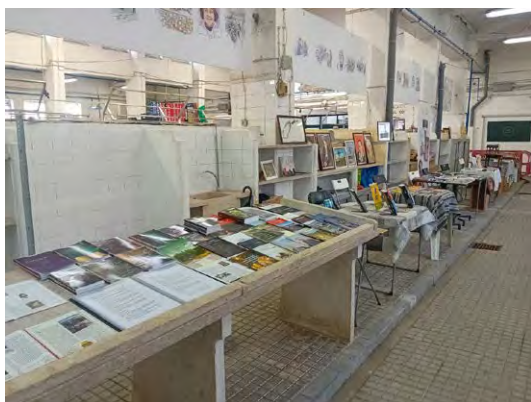
Proximidade, confidencialidade e rigor

☎ 214 420 036

✉ afernandeslopes@sapo.pt

📍 R Alfredo Lopes Vilaverde 7
2760-000 - Paço de Arcos





**Paço
d' Arcos**
Escola de Condução

INVESTIMOS NO FUTURO DOS CONDUTORES

Rua José Moreira Rato, 6A
2770-106 Paço de Arcos
Tel: 21 442 76 28 / 21 442 78 03
Email: esc.cond.pacodarcos@gmail.com • facebook.com/ecpa1 • www.ecpa.pt

Escola Associada ANIECA
Categorias Motociclos e Ligeiros

Parceiros IMT
Revalidações Cartas
e Documentos Veículos e Condutores

Conselheiro Ferreira Lobo

Tiago C. P. dos Reis Miranda

Numa conferência proferida há mais de vinte anos em Tilburg, nos Países Baixos, George Steiner procurou destacar alguns dos aspetos que, para ele, caracterizavam e distinguiam a Europa, mesmo diante do seu grande parceiro ocidental: os Estados Unidos da América. Steiner achava que a Europa era feita de cafés; os Estados Unidos, de bares. Que a cartografia europeia resultava da atividade do homem, e percorria-se a pé; na América, tudo se fazia de carro ou de avião. Se, além disso, em Nova Iorque, em Filadélfia ou em Chicago as vias urbanas tinham nomes relativamente asséticos ou impessoais, as ruas, as avenidas e as praças do velho continente recordavam datas, eventos ou personagens relevantes por razões filosóficas, científicas, literárias, políticas ou artísticas. As decorrências de tais diferenças não seriam necessariamente positivas: viver mergulhado em “lugares de memória” poder-se-ia tornar opressivo, sobretudo quando o passado que assim se lembrava era “negro”... E a veneranda conservação do património dos nossos pais e avós esconderia o perigo de coartar a possibilidade de alternativas mais “autênticas”

ou mais luminosas. Fosse como fosse, sempre estaria ao alcance dos europeus redesenhar um novo equilíbrio futuro, tendo em conta as lições dos seus mestres.

Rememorar os motivos dos nomes das ruas que regularmente atravessamos, que percorremos no nosso quotidiano e onde passamos boa parte das nossas existências, é dar-lhes maior espessura temporal e contribuir para um mais alargado sentimento comunitário. Causa, portanto, impressão serem por vezes precisas tão porfiadas demandas até encontrarmos fios de meadas extraviados... Se calhar, há dimensões culturais europeias de que, em Portugal, insistimos em permanecer demasiado distantes.

O foco do texto desta edição já aqui foi relembrado, a propósito do Padre Feliciano dos Santos, e, n' *A Cartuxa*, com a história das vistas murais da antiga Caxias. Num pequeno artigo do *Diário de Lisboa* de 1962, diz-se ter sido a Ferreira Lobo que se ficaram também a dever as instâncias para “a abertura da estrada entre a Cartuxa e



Av. dos Fundadores, 59-A
12770-072 PAÇO DE ARCOS
Tel. 21 441 02 85

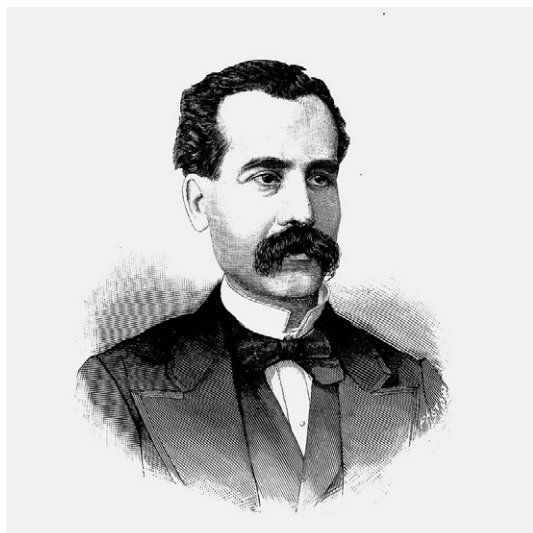
Laveiras” (PT/MOER/MO/CULT-HL/01/ADMPUB/25860). O mesmo se não afirmava com tanta clareza na *Monografia do Reformatório Central Instituto Padre António de Oliveira*, de 1958, onde, porém, se regista que o conselheiro tinha casa de veraneio junto dos Brunos (p. 145). Da combinação desses dados e circunstâncias, chegou-se a inferir que o seu empenho nas obras correspondesse a razões pessoais. Convirá conhecer, no entanto, um pouco melhor, outras das marcas do seu trajeto de vida, antes de secundar um juízo tão cru.

José Joaquim Ferreira Lobo, nascido aos 30.10.1837, foi filho natural do Visconde de São Bartolomeu, que só o legitimou com 31 anos. De facto, em meados de 1863, ao se casar em Lisboa, o jovem José era ainda considerado filho de “pais incógnitos”. Com esse labéu, ingressara nos quadros inferiores do Tribunal de Contas do reino, provavelmente por mão do Visconde, ali então diretor e, depois, presidente. Viu-se

nomeado 3º contador em 1872. Três anos mais tarde, ascenderia um degrau na categoria, subindo, por fim, ao primeiro em 1882. No ano seguinte, foi feito chefe de repartição. E a partir de 1886 acumulou as funções de diretor-geral e secretário (cf. António de Sousa Franco e Judite Cavaleiro Paixão. *Magistrados, dirigentes e contadores do Tribunal de Contas...* Lisboa: Tribunal de contas, 1995, p. 264): percurso gradual, esforçado e desgastante.

Paralelamente, José Joaquim desenvolveu uma notória atividade de beneficência e foi também publicista. Em outubro de 1871 apresentava-se como diretor e principal redator do recém-criado *Diário Nacional* (cf. *Jornal da Noite*, 02-03.10.1871, p. 2). Colaborou com vários outros jornais e com publicações ilustradas de grande prestígio, como *O Occidente* e *Os Dois Mundos*. Livros a solo, contam-se *As confissões dos ministros de Portugal*, de 1871, e *Instrução geral e história dos serviços do Ministerio da Fazenda*, de 1874.

Recebeu louvores oficiais, “pelo excelente serviço (...) prestado, e no qual continuou a dar provas de saber, inteligência, zelo e atividade não vulgares” (cf. *Diário do Governo* de 02.09.1887, p. 1955). Muito semelhantes seriam, em seguida, os diplomas de 1894, 1898, 1899, 1902, 1907 e 1908. Quando da sua ascensão a diretor, *O Economista*, de António Maria Pereira Carrilho, festejou nestes termos: “O Sr. Ferreira Lobo é um dos ornamentos do alto funcionalismo português: inconcussa probidade, inteligência, zelo, tenacidade mesmo, em que as leis da contabilidade pública sejam cumpridas, são os predicados que sempre tem mostrado o nosso ilustre colega”. E ainda: “Felicitamos o governo pela escolha que



Conselheiro Ferreira Lobo (A Ilustração Portuguesa. 5º Ano, Nº II, p. 5).

fez e o país porque viu fazer justiça a um dos seus mais beneméritos servidores. Se as leis da contabilidade pública começam a ser uma realidade na execução, deve-se isto, em grande parte, ao Sr. Ferreira Lobo; e quem escreve estas linhas sabe o muito que tem de agradecer à lição, experiência e indicações de tão notável funcionário” (08.08.1886). O conjunto dos empregados do Tribunal, assinalando o momento, cotizou-se para lhe dar uma escrevaninha de prata, em penhor de amizade (cf. *Commercio de Portugal*, 14.08.1886, p. 2).

Desconhece-se que tenha feito inimigos

de monta ou que algum dia lhe apontassem desmandos. Muitos foram os órgãos ou instituições sociais a que pertenceu. Em 1909, a nota necrológica veiculada pel’*O Occidente* dizia que o Conselheiro Ferreira Lobo figurara entre os fundadores da Sociedade Nacional para as Pensões, da Sociedade Promotora de Creches e da Sociedade do Jardim Zoológico e de Aclimação de Lisboa. Fora, igualmente, sócio da Academia Real das Ciências, da Sociedade de Geografia e da Associação de Jornalistas e Homens de Letras. Assim se justificou a concomitante publicação de um respeitoso busto fotográfico. Nele se vê um aristocrata de meia-idade, farto bigode e severo casaco de duas abotoaduras (20.03.1909, p. 64).

Não muito diversa na composição é o retrato gravado d’*A Illustração Portuguesa*, de novembro de 1888 (figura 1). O artigo que o acompanha reforça, à cabeça, os méritos do personagem, para afastar qualquer veledade de insinuação de favorecimento indevido: “[...] um trabalhador e [...] um forte, que deve exclusivamente a si a elevada posição que ocupa na burocracia” (p. 8).

O seu corpo foi sepultado no jazigo 279, do lado direito da rua 1 do Cemitério do Alto de São João, em Lisboa, sob o título nobiliário do pai (figura 2). Com a passagem dos anos, o único espaço público onde, afinal, ainda subsiste o nome de um funcionário tão celebrado pelas suas virtudes, e de um cidadão que a seu tempo se considerou exemplar, é a avenida da igreja de Nossa Senhora das Dores, em Laveiras. As placas do logradouro mantêm, portanto, a memória de uma vida em que se podem eventualmente redescobrir muitos motivos de inspiração.



Jazigo da família dos viscondes de São Bartolomeu. Fotografia do autor (2026).

CACHIAS e as Fortalezas do Tejo - 5

Forte de S. BRUNO de Caxias

(Continuação do número anterior)

Edficado na Ponta de Laveiras, na foz e a Leste do rio de Cachias, na sua confluência com o rio Tejo, sobre um manto rochoso a 3 m acima do nível do mar e em plena enseada de extenso areal que se prolongava pelos terrenos que viriam a ser conquistados ao Tejo.

Tal como a Bateria N^a Senhora de Porto Salvo (1649), esta também já tinha sido construída em 1647, tendo começado logo que o Conde de Cantanhede tomou posse como Governador de Armas de Cascais em 1643 e seguindo o plano de Defesa já estipulado pelo Conselho de Guerra, do qual ele fazia parte.

A BATERIA

De construção inicial simples, conforme planta quadrangular e erguido sobre um aglomerado de rochedos, bem dentro da beira-rio cujas águas o envolviam, apresentava casamata dividida em 3 divisões, para o pessoal, para a cozinha e mantimentos, para armazenar a pólvora e algum armamento e, à sua frente, uma larga esplanada de tiro com 8 canhoneiras, ocupando uma área suficiente para aquartelar uma Bateria. Com o alçado principal já sobre as areias da enseada, tendo o portal em arco de volta e uma moldura que inclui lápide referente à construção, encimada por Pedra de Armas Real, com a seguinte inscrição:

“DÓ IOÃO 4º REI De PORTVGAL MANDOV FAZER ESTA OBRA SENDO GVº

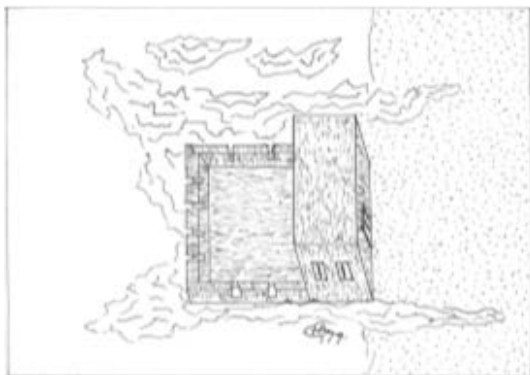
DAS ARMAS DA PRAÇA DE CASCAES O CONDE De CANTANHEDE DOS CONSOS De ESTADO E GUERRA De Sª MGª.VEDOR De SVA FZª A CUIA ORDEM COMETEVO EFEITO DELLA. ANNO 1647”

O objectivo da sua acção seria “cruzar fogos” sobre o invasor, com as Baterias da Ponta do Guincho e do Posto de Cachias, que já estava em construção no próprio Posto Fiscal. Os projectos das construções iniciais destas Baterias têm o mesmo padrão, diferenciando-se em pormenores para adaptação aos terrenos e embora não tenha sido encontrado o autor destes projectos, tudo indica que foi o português João Torriano (1611-1679, Frade e Engenheiro-Mor do Reino, no reinado de D. João IV (filho de Leonardo Torriani, italiano e Engenheiro-Militar ao serviço de Portugal). Esta, porém, devido à sua localização mais avançada dentro das águas do rio, foi sofrendo vários “assaltos” das marés e por isso, obrigavam periodicamente que a sua estrutura e configuração inicial fosse reparada e alterada para uma construção mais robusta, transformando-a num Forte abaluartado.

Referências na planta XXX A Bateria XXX I-Portões XXX

A- a Bateria baixa, primeira implantação a tracejado, com Casamata (2) a três divisões e esplanada de tiro com 4 canhoneiras que apontavam ao largo e outras 4 lateralmente.

B- a Bateria alta, segunda implantação a traço continuo. Esta, sobre a primeira com acesso por escadas (3) constituindo



Planta perspectivada - agora editada

um Fortim, de corpo central com 2 plataformas, 2 guaritas (4) e com mais 10 canhoneiras. O Forte, abaluartado, com 2 semi-baluartes laterais (C), cada um com 4 canhoneiras, 2 apontadas ao largo e outras 2 lateralmente. Também com outros 2 semi-baluartes virados a terra (D) mas só de resguardo.

Nota: - O termo militar, Bataria, escreve-se como; Artilharia, Cavalaria, Infantaria.

O FORTE de S. BRUNO

O seu nome foi atribuído depois do ano 1701, anos em que decorria a construção do novo Mosteiro de S^a Maria Vallis Misericordiae (de S. Bruno, fundador da Ordem Cartusiana), num local hoje chamado Cartuxa. Não confundir com o primeiro Mosteiro edificado 100 anos antes (1598), também pelos Frades Capuchos, mas em terrenos oferecidos por D. Simoa Godinho, na encosta a Poente de Laveiras e dedicado a N^a S^a de Porto Seguro.

Nota: - Faço notar que, fizeram-se obras importantes, introduziram-se alterações e melhoramentos que não encontramos relatados, mas pelas descrições posteriores na Synopse dos Decretos do

Conselho de Guerra é fácil apercebermos-nos delas e assim aqui as deixo descritas.

A **Bataria XXX**: Após a construção da primitiva Bataria (idêntica a todas as outras) e devido à sua localização estar muito dentro do rio, foi por isso sofrendo sucessivos assoreamentos pela facilidade com que o mar revolto e as areias, galgavam os rochedos e invadiam a casamata e a esplanada de tiro. Era impossível manter a Bataria operacional, estando sujeita a estas invasões, tornando-se assim urgente haver intervenção da Engenharia Militar para a resolução deste inesperado problema. Numa 2^o fase, optaram então pelo fecho parcial da “esplanada de tiro”, ou melhor, “plataforma”, resguardando-a destas intempéries com a implantação de uma nova plataforma sobre ela, o que implicou a construção de uma nova casamata com tectos abobadados e que, ao mesmo tempo, proporcionava aumentar o seu poder de fogo de 6 para 16 canhões e, assim, a Bataria tornou-se Fortim. Estes trabalhos deveriam ter ocorrido, tudo o indica, após a nomeação dum Governador (a - com outras competências) em 1701, o Conde D. Rodrigo da Silveira.

Porém, esta intervenção não resultou porque a sua construção estava bastante dentro das correntes do rio, rodeado de água e areias da grande enseada e, principalmente, por altura das “marés vivas” não havia nada para se lhes opor.

Novamente, ano após ano, o assoreamento foi-se acumulando mas como “não estávamos em guerra, não era preciso limpar armas”. Posteriormente, numa rigorosa inspecção, em 1735, fez-se notar o péssimo estado em que se encontrava o Fortim, mesmo inoperacional, com todos

os canhões avariados, alguns desmontados (por precaução) e outros na Bateria baixa, enterrados nas areias invasoras.

Nota: - “a”- Teria sido pelo Decreto de 1701, que o Comando de todas as Baterias, Fortins e Fortes passou a ser entregue a Governadores, porquanto antes eram comandados por um graduado dependente dos Governadores das Fortalezas.

O Forte XXX: A última das opções foi tomada, na certeza que o Forte ficaria mais “forte” e resguardado de vez. Seria esse o pensamento generalizado, mas não pensaram no seu acesso.

Assim, a sua edificação recebeu grandes obras de novas construções seguindo a planta de 1736, sendo construída “uma cerca” ao corpo central mas mantendo o seu formato (que incluía a casamata com as salas da guarnição e o armazém da pólvora, a Bateria baixa e a Bateria alta, agora com 16 canhoneiras) e, em ambas as laterais deste corpo, dois semi-baluartes, com 4 canhoneiras frontais apontadas ao largo e outras 4 lateralmente, podendo ficar equipado com mais 8 canhões... Também na frente para terra, foram construídos dois semi-baluartes, mas apenas de resguardo.

Com esta construção (que demorou 16 anos e assim se justifica ser nesta data)



Planta corrigida e agora editada após verificar erros nas duas anteriores

propositada para o resguardo do Forte à invasão das marés e das areias e não para aumentar o seu poder de fogo, mas melhorando-o também, passando a estar equipado no final das grandes obras por 18 canhões (outra justificação da data) e podendo ainda ser aumentado no futuro e chegar aos 24.

Porém, veio a confirmar-se que o seu acesso continuaria com os mesmos problemas.

(continua no próximo número)

Carlos A. R. Frederico de Albuquerque

CASA JOÃO

DE JOÃO J. NICOLAU A. SANTOS

Reparação de máquinas de costura
de todas as marcas

Fanqueiro, Retroseiro e Têxteis Lar

Rua Costa Pinto, 103 – Tel. 21 443 2256 – Telem. 93 970 4774 — 2780-582 PAÇO DE ARCOS

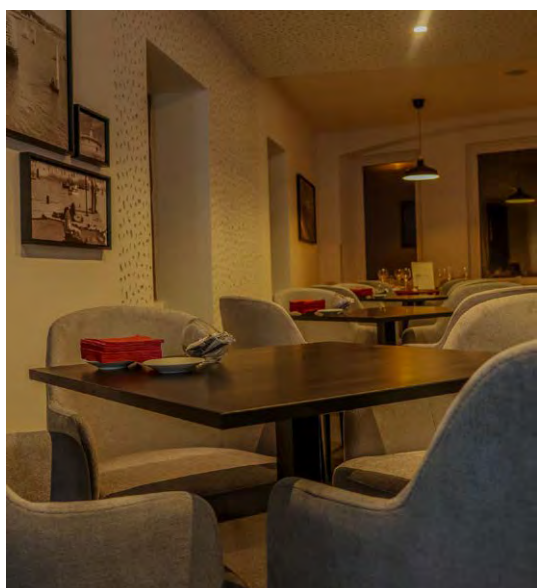
Restaurante Carula com nova cara

Reabriu o histórico restaurante CARULA. Situado na Rua Costa Pinto, 39 – em Paço de Arcos, no Centro Histórico da Vila, com comida portuguesa, e está à sua espera de Terça- feira a Sábado, das 12 às 23 horas e ao Domingo para o almoço das 12 às 16 horas.

Pode entrar em contacto através do número de telemóvel 936 252 761.

Aguarda a sua visita para uma experiência única.

J.M.



Carula



O CARULA NÃO É APENAS UM RESTAURANTE, É HISTÓRIA, SABOR E ALMA, É A EXTENSÃO DA VOSSA CASA. HÁ MAIS DE 60 ANOS, O CARULA COMEÇOU A SERVIR AQUILO QUE DE MELHOR SABEMOS FAZER: COMIDA TÍPICA PORTUGUESA, FEITA COM TEMPO, RESPEITO PELA TRADIÇÃO E O TOQUE DO MAR QUE FAZ PARTE DA NOSSA IDENTIDADE.

AQUI, O PEIXE SEMPRE FOI FRESCO, O MARISCO SEMPRE TEVE LUGAR DE HONRA E OS PRATOS SEMPRE CHEGARAM À MESA COM O SABOR DAS RECEITAS QUE ATRAVESSAM GERAÇÕES.

HOJE, A CARULA RENASCE.

A MESMA ESSÊNCIA, A MESMA TRADIÇÃO. COM UMA NOVA GERÊNCIA, NOVA ENERGIA E UM OLHAR RENOVADO, SEM NUNCA ESQUECER AS RAÍZES QUE NOS TROUXERAM AQUI. QUEREMOS QUE CADA VISITA SEJA MAIS DO QUE UMA REFEIÇÃO, SEJA O REGRESSO AOS SABORES DE SEMPRE, AOS ALMOÇOS DE DOMINGO, ÀS CONVERSAS DEMORADAS, AO VINHO PARTILHADO E AO CONFORTO DA COMIDA FEITA COMO MANDA A TRADIÇÃO.

NO CARULA, O MAR CONTINUA A SER PROTAGONISTA E INTRODUZIMOS OS PETISCOS E O HORÁRIO DE COZINHA ALARGADO PARA VOS SERVIR A QUALQUER HORA DO DIA. O CHEIRO A GRELHA, OS SABORES INTENSOS, OS CLÁSSICOS PORTUGUESES QUE NUNCA FALHAM, TUDO PREPARADO COM DEDICAÇÃO, QUALIDADE E CARINHO POR QUEM SE SENTA À MESA.

ESTAMOS A ABRIR PORTAS PARA UM NOVO CAPÍTULO, E ELE FAZ-SE CONSIGO. PORQUE A NOSSA HISTÓRIA É ANTIGA... MAS OS MELHORES MOMENTOS AINDA ESTÃO POR SERVIR.

**CARULA, TRADIÇÃO PORTUGUESA, SABOR DO MAR,
NOVA VIDA À MESA.**

O Chapéu

Estava no meio do caminho, abandonado, para ali atirado por alguém que se fartou de se cobrir com ele. Ou o chapéu voou tocado pelo vento que nesse dia chegou aos 70 km/h, e o dono, que ainda correu atrás dele, acabou por desistir, porque o chapéu voava. Um caminho longo, ali mesmo ao chegar à entrada da praia vi o chapéu, tipo panamá, em estado razoável, estranhamente abandonado, com a sua barra preta de fidalgo pobre.

Peguei-lhe, mirei-o, e levei-o até ao postelete que está logo na entrada para o areal. E lá o pendurei. Com o telemóvel fixei-o para a posteridade, pensando em como deste objecto decorativo, ou cobridor, sairia mais uma crónica.

Lembrei-me de um conto de Ramalho Ortigão, *Ele e Ela*, em que o Ele se



tomou de admiração pela Ela, “uma alemã que entrevira em Paris, e com quem me encontrei depois a bordo do paquete que nos iria trazer ao Tejo. Era uma senhora de maneiras muito graves, (...) A jovem alemã, que eu tinha defronte de mim, havia tirado o chapéu e recostado para trás a sua bela cabeça... Dá-me licença que a ame... por cinco minutos? Ou por um quarto de hora... daqui até ao pôr-do-sol?”

Chama-se a isto cortejar. Com humor! Mas nunca se sabe como isto vai acabar. Pode acabar bem, num belo romance de amor à primeira vista,

e quem os não teve, ou acabar mal. Vamos ver.

Já no comboio, a caminho do Porto, ambos em coincidência de viagem, e lembrando a Margarida Rebelo Pinto em *Não há Coincidências*, eis “se-

	<h3>Auto Caxiense</h3>	
<p>Mercedes-Benz</p>	<p>R.A. Mercedes</p>	
<p>MECÂNICA PINTURA EM ESTUFA ELECTRICISTA BATE-CHAPA</p>	<p>BANCO DE ENSAIO COMPUTADOR DE TESTES (diagnóstico de avarias)</p>	
<p>Rua João Alves de Carvalho, 6 e 8 2760-126 CAXIAS</p>	<p>autocaxiense@sapo.pt</p>	<p>Tel. 21 443 51 42 21 446 13 36</p>



não quando a corrente do ar cortado pela locomotiva levou-me da cabeça o meu chapéu”. “Aquele chapéu não era para mim somente um chapéu, era um elmo e um arnês. Não me considerava somente coberto quando o punha, considerava-me armado”. “Eu não me teria nunca atrevido a apertar os dedos da minha alemã, nem a beijar-lhe apaixonadamente a luva, se não o trouxesse na cabeça”. Pois ele fez isto, mas apenas isto! Só na luva!

Não vale a pena continuar com o relato desta desgraça, direi só que “ela ria às gargalhadas, as quais me caíam na cabeça... na cabeça, não pelas costas abaixo! - como correntes de água nevada”.

Só conto que o engate de uma bela estrangeira foi por água abaixo, tendo o galã, despenteado, desaparecido como por magia.

Então este chapéu que há-de aparecer no fim deste conto, poderia ter uma história parecida, algum engatatório a acompanhar uma moça em biquíni, a caminho da praia, debitando piropos até que o vento, outra vez o vento, lhe levou o chapéu. E assim acabou a conquista, porque o galã de chapéu não é o mesmo galã sem chapéu. Sem aquele chapéu com aquela barra preta, à maneira!

Em que ficamos, que faço com este chapéu, um conto meu, um conto de outrem, ou fico por aqui porque já escrevi demais sobre o chapéu, que não é de um pobre, nem de um rico e que agora é meu? Perdão, só fiquei com a foto. Ele poderá estar no postalete à entrada daquela praia, se o vento o não levou, ou se alguém por ele não se apaixonou! A história acaba aqui, não sem antes vos mostrar este magnífico exemplar do chapéu, que até está enfeitado com uma barra preta, o que lhe confere um toque especial, ele que vaidoso está de ser motivo de um conto. E, já agora, a capa do livro de bolso de 79 páginas, edição da coleção *120 anos JN*, onde vem o conto *Ele e Ela*, que aqui convoco para compor esta crónica/conto, e outros contos muito interessantes, entre os quais o *Gastão*, um conto que muito me toca.

Jorge Golias

Foto de Jorge Golias

Pintura:

“Man in a Bowler Hat” de René Magritte, de 1964

Cinema do Século XXI

No século XXI, o cinema enfrenta uma profunda e decisiva transformação, impulsionada pela globalização, pela revolução digital e pela redefinição das formas de produção, distribuição e consumo. O ciclo de 2026, “Cinema do Século XXI”, propõe uma reflexão sobre o cinema contemporâneo, explorando as novas linguagens, os novos autores e os desafios colocados pelas plataformas, pela tecnologia e pelas mudanças culturais, procurando compreender que cinema se faz hoje e que futuro se desenha para a arte cinematográfica.

O cinema produzido desde o ano 2000, caracteriza-se por um diálogo intenso entre tradição e inovação, marcado também, pela consolidação das grandes produções globais e pelo fortalecimento de cinematografias autorais em vários países. Neste contexto, muitos realizadores com carreiras iniciadas no final do século XX, afirmaram ou renovaram a sua relevância, enquanto novas vozes ganharam projecção internacional.

Em Hollywood, alguns autores continuaram a moldar o imaginário popular com produções de grande impacto. Steven Spielberg manteve a sua posição central com filmes que combinam espectáculo e reflexão histórica, enquanto Ridley Scott renovou o épico e a ficção científica com obras visualmente marcantes. Robert Zemeckis explorou as possibilidades dos efeitos digitais e da *performance* capturada por

computador, e Ron Howard consolidou um cinema clássico de grande público. Christopher Nolan destacou-se como uma das figuras mais influentes na viragem do século, trabalhando com estruturas narrativas complexas e temáticas existenciais.

Ao mesmo tempo, outros realizadores afirmaram visões autorais muito pessoais. Tim Burton levou adiante o seu universo gótico e fantástico, misturando humor negro e sensibilidade poética. David Fincher explorou o lado mais sombrio da sociedade contemporânea, com um rigor estético singular e M. Night Shyamalan tornou-se conhecido por narrativas que combinam *suspense* e elementos sobrenaturais. Os irmãos Joel e Ethan Coen continuaram a alternar comédia negra, drama e *thriller* com um estilo inconfundível, enquanto Woody Allen seguiu a sua prolífica carreira com histórias marcadas pelo diálogo e pela introspecção urbana.

O início do século XXI também viu a afirmação de realizadores ligados a cinemas nacionais específicos, mas com alcance global. O mexicano Alejandro González Iñárritu ganhou destaque com narrativas fragmentadas e emotivas sobre a condição humana. O espanhol Pedro Almodóvar consolidou o seu lugar no cinema de autor europeu, trabalhando temas de identidade, memória e desejo. O brasileiro Fernando Meirelles projectou internacionalmente o cinema do seu país com uma

linguagem ágil e urbana. O espanhol Alejandro Amenábar uniu o *thriller* psicológico e o fantástico em obras que dialogaram com o grande público.

No campo do cinema britânico e irlandês, nomes como Danny Boyle imprimiram forte energia visual e ritmo acelerado às suas narrativas, enquanto Anthony Minghella e Stephen Frears mantiveram vivo um cinema mais clássico e literário. Baz Luhrmann, da Austrália, destacou-se pelo estilo exuberante, aliado à música e ao melodrama e Steven Soderbergh experimentou formatos, géneros e modos de produção, oscilando entre o cinema independente e grandes produções comerciais.

No panorama europeu mais amplo, Roman Polanski e Terry Gilliam continuaram a desenvolver universos autorais muito próprios, o primeiro com *suspense* psicológico e o segundo com fantasia surreal. Jean-Pierre Jeunet, em França, levou adiante um estilo visualmente inventivo e poético, en-

quanto realizadores italianos como Liana Cavani e Franco Zeffirelli representaram uma ponte entre a tradição e as novas sensibilidades do século.

Finalmente, outros cineastas contribuíram para a diversidade do período, como James Mangold, David Frankel, Lasse Hallström, Rob Marshall ou Barry Levinson, transitando entre drama, comédia, musical e biografia. Mesmo quando ligados a grandes estúdios, muitos desses realizadores mantiveram marcas autorais reconhecíveis.

Assim, o início do século XXI no cinema mundial, pode ser visto como um mosaico de tendências: a força das franquias e *blockbusters*, o prestígio do cinema de autor, o cruzamento entre teatro, literatura e audiovisual, e o impacto das tecnologias digitais. Os realizadores citados, entre muitos outros, ajudaram a definir os contornos estéticos e temáticos de um período em que o cinema se tornou ainda mais global, diverso e interligado.

PROGRAMA

Auditório Municipal Maestro César Batalha, Oeiras (15h30)

10 Março “Chicago” (2002) de Rob Marshall (M12)
108m (musical, comédia dramática, crime)

Com: Renée Zellweger, Catherine Zeta-Jones, Richard Gere, Queen Latifah, Lucy Liu.



17 Março “The Devil wears Prada” – “O Diabo veste Prada” (2006) de David Frankel (M12) 105m (comédia dramática)
Com: Meryl Streep, Anne Hathaway, Emily Blunt, Stanley Tucci, Gisele Bündchen.



24 Março “Catch me if you can” – “Apanha-me se puderes” (2002) de Steven Spielberg (M12) 135m (comédia dramático-biográfica)
Com: Leonardo DiCaprio, Tom Hanks, Christopher Walken, Martin Sheen, Nathalie Baye, Amy Adams, James Brolin, Jennifer Garner.



31 Março “The Phantom of the Opera” – “O Fantasma da Ópera” (2004) de Joel Schumacher (M12) 135m (drama histórico romântico, musical)
Com: Gerard Butler, Emmy Rossum, Patrick Wilson, Miranda Richardson, Minnie Driver.



7 Abril “Bandits” – “Bandidos” (2001) de Barry Levinson (M12) 121m (comédia dramático-romântica, crime)
Com: Bruce Willis, Billy Bob Thornton, Cate Blanchett, Troy Garity, Brian F. O’Byrne.



14 Abril “The Human Stain” – “Culpa Humana” (2003) de Robert Benton (M12) 103m (drama romântico, suspense)
Com: Anthony Hopkins, Nicole Kidman, Gary Sinise, Ed Harris, Jacinda Barrett, Mimi Kuzyk.



21 Abril “Le Fabuleux Destin d’Amélie Poulain” – “O Fabuloso Destino de Amélie” (2001) de Jean-Pierre Jeunet (M12) 117m (comédia romântica)
Com: Audrey Tautou, Mathieu Kassovitz, Rufus, Lorella Crevotta, Serge Merlin, Clotilde Mollet.



28 Abril “The Queen” – “A Rainha” (2006) de Stephen Frears (M12) 98m (drama biográfico, ficção histórica)
Com: Helen Mirren, Michael Sheen, James Cromwell, Helen McCrory, Alex Jennings.



5 Maio “Cold Mountain” (2003) de Anthony Minghella (M12) 148m (drama, romance)
Com: Jude Law, Nicole Kidman, Renée Zellweger, Eileen Atkins, Philip Seymour Hoffman, Natalie Portman, Donald Sutherland.



Auditório Municipal José de Castro, Paço de Arcos (15h30)

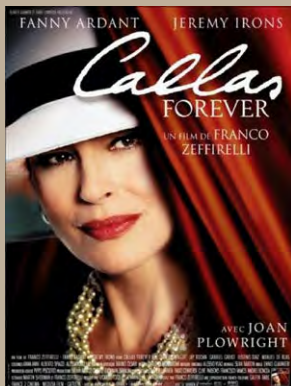
29 Março “Charlie and the Chocolate Factory” – “Charlie e a Fábrica de Chocolate” (2005) de Tim Burton (M6) 111m (fantasia, comédia, aventura)



Com: Johnny Depp, Freddie Highmore, Helena Bonham Carter, James Fox, Christopher Lee.

biográfico, musical)
Com: Fanny Ardant, Jeremy Irons, Joan Plowright, Jay Rodan, Gabriel Garko.

26 Abril “Callas Forever” – “Callas, a Diva” (2002) de Franco Zeffirelli (M12) 105m (drama



10 Maio “Girl with a Pearl Earring” – “Rapariga com Brinco de Pérola” (2003) de Peter Webber (M12) 95m (drama biográfico)



Com: Colin Firth, Scarlett Johansson, Tom Wilkinson, Judy Parfitt, Cillian Murphy.

Exposições sobre Cinema, nas sessões em Paço de Arcos, durante a parte da tarde.

*Luís Amorim
(escreve de acordo com
a antiga ortografia)*

Autocarro para a Esperança

A morrinha insinuava-se nas ruas e nas roupas, naquele Dezembro frio de fim de ano, de fim de tudo. A ideia de se suicidar fervia-lhe no cérebro. Era a única coisa quente naquela tarde de fim de tudo. Estar à espera de autocarro não fazia sentido. Ser mais um da bicha era já um lugar desocupado na cidade. Pensou que seria justamente o próximo autocarro o instrumento do seu fim. Quando chegasse, atirava-se-lhe para debaixo das rodas. E viu-o desenhar a curva do fim da rua, lento, roncando um estertor de morte. Os faróis alinharam-se com a rua, apontaram-se para ele como se lhe adivinhassem a intenção.

– Desculpe... Vai para a Rua da Esperança?

A moça que estava atrás dirigia-lhe uma pergunta. Mas era uma desconhecida... Por que diabo queria saber se ia para a Rua da Esperança?

– É que... Pareceu-me ser meu vizinho... Reparei agora que não trouxe dinheiro e não tenho passe. Se o senhor for para a Esperança, pagava-lhe logo,

que eu moro mesmo ao pé da paragem. Mas se não for, peço a outra pessoa... Que vergonha...

Ficou sem atinar com uma desculpa que o dispensasse de se comprometer fosse com o que fosse nesta vida, já que era para outra que se dirigia. O certo é que o autocarro chegara à paragem e ali estava imóvel, roncando. Os passageiros começavam a entrar. Os olhos da moça saltavam dele para outras pessoas, na ânsia de que alguém tivesse ouvido e viesse em seu socorro, mas qualquer coisa a fazia esperar pela resposta. Pela sua resposta. Nem sequer morava perto. Ia a dizer isso mesmo, mas o que lhe saiu foi:

– Tudo bem, eu empresto-lhe o dinheiro.

Ficaram lado a lado durante a viagem. Calados. Afinal, pensou, ainda alguém precisa de mim. Veio-lhe à ideia que era assim que, nos filmes,



RESTAURANTE PARAÍSO DE CAXIAS

Take-Away

Estrada da Gibalta, N.º 18, C. Comercial, loja 4 CAXIAS

Telef.: 216 015 752 Telem.: 914876 154

começavam grandes romances de amor. Mas era vinte anos mais velho do que a rapariga. Começar um romance de amor...

– A Esperança é aqui... Não sai?

A voz da jovem acordou-o dos começos de todos os seus romances de amor que, entretanto, tinham desfilado pela vidraça do autocarro, enquanto fixava as luzinhas da outra banda.

– Eu vou para mais longe. Mas fique descansada. Tive muito gosto em oferecer-lhe o bilhete.

– Mas dê-me a sua morada... Assim não tem jeito nenhum...

– Despache-se, se não o autocarro arranca. Não se preocupe. Felicidades.

A viagem prosseguiu. Afinal, ia dentro do autocarro que devia tê-lo esmagado para acabar com o pesadelo. Mas seria assim um pesadelo tão definitivo estar desempregado? Aquela rapariga também se vira sem dinheiro e as coisas tinham-se resolvido. Os poucos escudos que lhe dera iriam, talvez, fazer-



-lhe falta. Mas talvez tivesse comprado com eles algo de muito importante.

Saiu na paragem do costume. Meteu a chave à porta. Veio a mulher, como de costume, e os filhos. Os beijos alegres deles. O dela apreensivo.

– Arranjaste alguma coisa?

– Arranjei, sim. Arranjei... esperança.

E abraçou-a com um sabor renovado a romance que começa.

Daniel Gouveia

Farmácia NOVA-CAXIAS

Rua Bernardim Ribeiro, 1-A – 2760-016 CAXIAS – PORTUGAL
Telem. 961523685 email: farmnova-caxias@hotmail.com

O meu avô

Todos sabemos que os mortos não voltam. No entanto, a incapacidade para lidar com a ideia da extinção da vida leva-nos a imaginar os nossos mortos em forma carnal incorrupta, como quando os conhecemos.

Um avô meu morreu em 1950, quando eu tinha dois anos. Uma lembrança que tenho dele é, provavelmente, falsa. Era agricultor e viveu sempre na aldeia - exceto a passagem por França, na Grande Guerra - e cuja informação se fazia nos mercados e nas conversas de vizinhos. O mundo dele era duro, mas calmo e equilibrado. Vivia ao ritmo das estações.

A curiosidade de o conhecer é natural. Como seria se o encontrasse hoje, ele parado nos cinquenta e tal anos da fotografia da parede, bem mais novo do que eu agora? Como nos relacionaríamos, se convivéssemos durante, digamos, um mês? Como camaradas? A sua ascendência prevaleceria, ou a minha maior idade fá-lo-ia reverente, vindo ele de um tempo em que o respeito pelos mais velhos era norma?

Se bem o vislumbrei, melhor o fantaseiei. O meu avô esteve connosco um mês. Acompanhou a minha família em todos os momentos, desde os de lazer caseiro,



Pintura de Rodolfo Bispo
[instagram.com/rodolfo.bispo.77](https://www.instagram.com/rodolfo.bispo.77)

aos da azáfama dos afazeres citadinos. Mostrei-lhe as maravilhas do meu tempo e indaguei-o sobre vários aspetos do dele. Levei-o velozmente pelos lisos tapetes das autoestradas do país, mostrei-lhe a ponte de dezassete quilómetros sobre o Tejo, mergulhámos de metro no ventre da cidade em hora de ponta, guiei-o pelas avenidas dos grandes centros comerciais e outros formigueiros.

Ele parecia um pouco confuso, mas ia-se adaptando. Gostou da televisão por cabo e devorava sobretudo as notícias. Embora se admirasse com os telemóveis, o computador e a Internet, ficava particularmente



LAVANDARIA

OS ARCOS

LIMPEZA A SECO - LAVANDARIA - PELES
CARPETES - CORTINADOS, ETC., ETC.

RUA PATRÃO JOAQUIM LOPES, 15
PAÇO D'ARCOS

TELEF. 214 436 731
2780 OEIRAS

desconfiado com o microondas e divertido com a máquina elétrica de barbear. Apreciei o serviço de aconselhamento médico pelo telefone, a que tive de recorrer. Achava piada às roupas deste tempo e às pessoas nos ginásios. Ver-me a pedalar em seco, levava-o às lágrimas. Gostou de encontrar roupa pronta a vestir e prateleiras carregadas de mil e um produtos alimentares em embalagens ligeiras. Admirava a utilidade de conservação do frigorífico e a frescura das bebidas e da fruta, embora achasse esta insípida e de tamanhos surpreendentes.

Finalmente, chegou o dia em que o prazo planeado acabava. Chamou-me de lado e disse-me:

«Joaquim, meu homónimo, meu velho neto, gostei muito de conhecer a tua família e o teu mundo. É um mundo admirável, mas difícil de compreender para um homem do meu tempo. Custa-me a crer que os homens foram à Lua, que desvendaram as entranhas da vida, que criaram tantas maravilhas tecnológicas. Talvez tenham feito tudo isso, mas parecem-me menos solidários com os próximos e mais ferozes com os estranhos. Continuam as guerras e, em inúmeros pontos do planeta, há milhares de pessoas a morrer de fome - que conceito abominável -, enquanto se

destroem alimentos, para não deixar baixar os preços. Toda a gente tira cursos superiores - ficam os campos ao abandono -, mas poucos conseguem exercer uma profissão na sua área de estudos. As cidades estão atulhadas de carros, cheias de fumo e sobrepovoadas. As pessoas amontoam-se em pequenos espaços, trabalham toda a vida para pagar a casa, quase não veem os filhos.

E, no entanto, nunca trabalhaste de sol a sol, tiveste fins de semana e férias, recibes o suficiente para viver, tens tempo e saúde, podes fazer o que quiseres. E o que fazes tu? Passas demasiado tempo ao computador. Tens mais amigos na Internet do que na “vida real”. As novidades tecnológicas vêm, envolvem-te e passam. Tens centenas de CD e DVD que já não usas, rádios, cento e tal canais de televisão, dos quais vês meia dúzia. A oferta é avassaladora, dispersa-te. Era um mundo assim que idealizavas? Parece-me que estás esquecido dos sonhos da adolescência. Diz-me: és feliz?»

Antes que eu tivesse tempo de responder, deu-me um abraço e foi-se embora. Melodramático, este meu avô, mas perspicaz. Gostava de ter estado mais tempo com ele!

Joaquim Bispo



**Padaria • Pastelaria
Fabrico Artesanal**

Aberto todos os dias das 07:00h às 20:00h

Contacto: 214 420 793

Av. Dr. Francisco de Sá Carneiro 1, Oeiras, Portugal 2780-283



Pneumonias: o que são, como surgem e como prevenir

Entre as doenças respiratórias mais frequentes e potencialmente graves encontram-se as pneumonias. Trata-se de uma condição clínica que continua a representar uma das principais causas de mortalidade por infecções em muitos países.

A pneumonia corresponde a um processo inflamatório e/ou infeccioso que afeta os alvéolos pulmonares — a parte final das vias respiratórias, responsável pelas trocas gasosas. Esta inflamação ocorre quando os alvéolos se enchem de secreções inflamatórias, microrganismos ou exsudado, comprometendo a oxigenação adequada do organismo. Radiologicamente, observa-se uma diminuição da transparência do parênquima pulmonar, compatível com consolidação pulmonar.

As pneumonias podem ser classificadas, não apenas pela presença de consolidação do parênquima pulmonar, mas também pela sua localização anatômica, envolvendo um ou mais lobos pulmonares ou apenas segmentos específicos. As broncopneumonias, caracterizadas por múltiplos focos inflamatórios dispersos, tendem a ter uma evolução mais rápida e, em casos graves, podendo associar-se a elevada mortalidade.

Na maioria dos casos, as pneumonias têm origem infecciosa e podem ser causadas por vírus, bactérias ou fungos. Os agentes patogénicos atingem os espa-

ços alveolares, principalmente por inalação, mas também podendo chegar aos pulmões através

da corrente sanguínea ou por contato com dispositivos médicos, como cateteres ou sondas.

O risco de desenvolver pneumonia é maior em pessoas com o sistema imunitário comprometido. Entre os principais fatores predisponentes, destacam-se as doenças crónicas, estados de imunodeficiência, neoplasias, cirurgias torácicas e infeções virais respiratórias prévias, como constipações, gripe e infeções por vírus respiratórios, incluindo coronavírus, adenovírus, influenza e vírus sincicial respiratório.

A incidência e o tipo de agente causador variam de acordo com a faixa etária. As pneumonias virais são mais frequentes na infância, enquanto nos adultos predominam as pneumonias bacterianas, sobretudo causadas por *Streptococcus pneumoniae*. Nos idosos, observa-se maior prevalência de pneumonias por agentes atípicos e quadros clínicos mais complexos.

De acordo com o contexto de aquisição, as pneumonias classificam-se em:

- pneumonias adquiridas na comunidade;
- pneumonias adquiridas em meio



hospitalar, quando surgem após 48 horas de internamento;

- pneumonias associadas à ventilação mecânica.

A gravidade da pneumonia deve ser cuidadosamente avaliada. Sinais de alarme incluem aumento da frequência respiratória, hipotensão arterial, confusão mental, taquicardia, cianose (coloração azulada das mucosas) e dificuldade em proferir frases completas.

Os sintomas mais comuns incluem cansaço intenso, sonolência, febre elevada, tosse seca ou produtiva com expectoração, dor torácica, dificuldade respiratória, perda de apetite e mal-estar geral. A apresentação clínica pode variar significativamente consoante a idade do doente, o agente causador e as doenças associadas.

Imunização e tratamento

Imunização

A prevenção das pneumonias passa, em grande parte, pela vacinação. A imunização contra *Streptococcus pneumoniae* (pneumococo), o agente bacteriano mais frequentemente associado às pneumonias, é fortemente recomendada para:

- adultos com mais de 65 anos;
- pessoas com doenças crónicas;
- indivíduos imunodeprimidos;
- doentes com diabetes;
- pessoas com doenças cardíacas ou hepáticas.

A vacina contra a gripe deve ser administrada anualmente, sendo particularmente indicada para idosos, doentes crónicos, grávidas e pessoas com maior

risco de exposição ao vírus.

As vacinas contra o SARS-CoV-2 (Covid-19) devem ser atualizadas de acordo com as recomendações das autoridades de saúde, especialmente em períodos epidémicos e em grupos de risco, como pessoas imunodeprimidas, diabéticos e doentes com patologias pulmonares ou cardíacas.

Para além da vacinação, é fundamental evitar contatos de risco e seguir rigorosamente as orientações dos serviços de saúde.

Tratamento

O tratamento da pneumonia depende da sua causa e da gravidade do quadro clínico. Nos casos de origem bacteriana, utilizam-se antibióticos prescritos por um médico. A terapêutica de suporte inclui hidratação adequada, oxigenoterapia quando necessária e medicamentos antipiréticos para controlo da febre.

Nas pneumonias virais, podem ser utilizados antivíricos em situações específicas, sobretudo em doentes pertencentes a grupos de risco, sempre sob orientação médica.

Em casos graves, a hospitalização precoce é essencial para monitorização e tratamento adequados.

O diagnóstico baseia-se na história clínica, no contexto epidemiológico, na radiografia do tórax, em análises laboratoriais e, quando necessário, em exames complementares.

*Prof. Dr. José Lopes Martins
(especialista em Medicina Tropical)*

Mais do mesmo

Com o evoluir histórico das instituições mais ligadas à criatividade, um fenómeno duplo tem vindo a ocorrer, com tranquila cadência: quem garante o crivo de qualidade opta por jogar pelo seguro, e acaba por não conseguir assegurar essa mesma qualidade, apostando muito mais em fórmulas já batidas por outros, algo que assegure boas vendas, num mercado dominado pelo nefasto conceito de “Lucro”. Ora, esta opção cínica não tem em conta a ideia intemporal de Fernando Pessoa:

*“Primeiro estranha-se; depois entranha-se”
- Fernando Pessoa, sobre a Coca-Cola*

Já o lendário produtor de música, Rick Rubin, confessa:

“Eu não tenho em conta o gosto do público: em primeiro e único lugar está o meu gosto pessoal – depois o gosto do público confirma o meu próprio gosto; tudo o resto é comércio, não arte”; mais ao menos o que ele disse.

Vamos então a vários exemplos:

Frank Zappa:

“Nos anos 60, tivemos muita variedade de propostas musicais porque os editores deixavam passar tudo; agora temos uma barreira nas discográficas, porque eles pensam que devem seguir tendências *mainstream*.” - mais uma vez, não é uma citação 100% fidedigna.

O produtor Sam Phi-

lips, da Sun Records, andava à procura de:

“Um músico branco que cante como um negro, pois através dele ficarei milionário”;

- pois bem, quando teve à sua frente esse tal cantor – Elvis Presley – foi incapaz de o reconhecer; só a insistência da sua assistente fez com que ele reparasse num talento mais do que evidente.

“Não se é profeta na sua própria terra”
- Jesus Cristo (Lucas 4:24)

No campo do mercado livreiro, as coisas ainda estão piores; incrivelmente a tão sub-valorizada Chiado editora está - ela sim, a publicar livros de excelente qualidade, uma vez que as editoras tradicionais se recusam a fazer o seu trabalho – o de procura activa de novos talentos na literatura. Autores essenciais como J. K. Rowling ou Charles Bukowski tiveram de *encaixar* imensas *negas* das editoras, antes de finalmente lá conseguirem publicar os seus livros – sendo agora tidos como criadores de verdadeiros clássicos.

Digamos, tal como Sweeney disse sobre a obra de Jackson Pollock:

“É certo que a sua arte é feia, mas toda a arte profundamente original



“Rito tribal” de Francisco Capelo

parece feia a princípio”

Ora, em termos de ciências sociais, este é um fenómeno com duas etapas, ou duas camadas:

. Do lado de quem aconselha, existe aqui uma “sugestão repetitiva de proximidade” – no caso de Sam Philips, foi a sua assistente, Marion Keisker;

. e do lado de quem decide, dá-se uma “aversão intuitiva ao novo”, que tolhe os movimentos, e o faz desconfiar de tudo – até da sua própria sombra...

No Cinema, o caso “Robocop” confirma esta regra: foi necessária bastante insistência de alguém dentro da estrutura, para que o projecto não fosse abandonado à nascença.



“Morte a crédito” de Francisco Capelo



“Back in Black” de Francisco Capelo

E termino este artigo com uma novela gráfica absolutamente genial, e que foi a única banda desenhada até hoje a ganhar o prestigiado prémio Pulitzer – “Maus”, de Art Spiegelman. Teve tanta resistência à publicação (mais de 15 não) antes, como tem agora, por parte de um sistema educativo americano caduco e parcial.

E finalizo com este pensamento de Antonin Artaud (sobre Van Gogh):

“Quando a sociedade não consegue transformar um visionário em louco, mette-o nas suas prisões”

- Neste caso, não é preciso colocar ninguém na prisão: a indiferença e não-publicação torna esse visionário num ser invisível...

*Francisco Capelo
(escreve de acordo com
a antiga ortografia)
Site do autor: 4rt.pt*

A coragem da verdade

Anossa sociedade está muito condicionada ao uso do pretérito perfeito do modo indicativo do verbo *dizer*: Eu disse; Tu não disseste; Ele disse; Nós não dissemos; Vós dissestes; Eles não disseram. Em suma, é o trocadilho entre o que se disse e o que não se disse e o que se disse. Isto origina uma falta de credibilidade nas Instituições, e gera uma grande confusão na cabeça dos cidadãos.

Dito isto, encontramos um bom pretexto para a crónica que proponho sobre a sinceridade.

As redes sociais, os meios de comunicação, as conversas instantâneas, enfim, tudo é veloz, imediato e efémero. No entanto, entre tantas vozes, há uma virtude que nem sempre acompanha esse ritmo: a sinceridade. Ser sincero é muito mais do que dizer a verdade; é um ato de coragem, uma forma de respeito pelo outro e, sobretudo, por nós mesmos.

Quantas vezes nos escondemos atrás de silêncios para não ferir? Quantas vezes optamos pela meia-verdade, para evitar conflitos ou preservar uma aparência? É certo que a sinceridade nem sempre é confortável. Ela pode desagradar, pode gerar tensão, pode até provocar distâncias. Mas negar a verdade é um fardo silencioso que te-



mos de carregar, e que acaba por nos aprisionar. A mentira pode proteger no imediato, mas corrói a longo prazo.

No entanto, convém não confundir sinceridade com violência mental. Há quem use a “verdade” como arma, disparando palavras duras sem qualquer filtro. Isso não é sinceridade, é crueldade. A verdadeira sinceridade é inseparável da empatia, a capacidade de transmitir um pensamento honesto sem ferir, e o de partilhar um sentimento sem se transformar em acusação. A sinceridade autêntica não destrói, constrói. Não humilha, esclarece.

Na vida quotidiana, ela manifesta-se em gestos pequenos. Está no elogio simples, mas genuíno. Está no pedido de desculpa feito sem reservas. Está no “não sei” dito sem vergonha, e no “não posso” que recusa uma promessa impossível. Também se encontra, no silêncio digno de quem prefere não en-

ganar com falsas esperanças. É nestas atitudes discretas que as relações ganham consistência, porque a confiança nasce da verdade, nunca da mentira.

Curioso é perceber, que todos desejamos sinceridade dos outros, mas, tantas vezes, hesitamos em oferecê-la. Queremos amigos que sejam francos, governantes com transparência, companheiros de vida que sejam fiéis. Mas será que começamos por ser sinceros connosco próprios? Esse é o primeiro passo. Olhar-se ao espelho e aceitar, tanto as virtudes como as imperfeições. Reconhecer os limites, assumir os erros e acolher as contradições. Quem não é sincero consigo, dificilmente será com os outros.

A sinceridade também liberta. Viver em constante fingimento é um desgaste. Criar personagens, para agradar a todos pode funcionar por um tempo, mas cedo ou tarde, a máscara cairá, e quando então cai, sobrar o vazio. Já a sinceridade oferece leveza; não preci-

samos inventar narrativas, nem sustentar ilusões. Somos apenas nós, inteiros, transparentes, humanos.

No mundo cada vez mais viciado no uso de filtros e aparências, a sinceridade é quase um ato de resistência; é escolher a clareza em vez de disfarce, a verdade em vez do conforto enganador. Não é o caminho mais fácil, porém, é o único que garante autenticidade e relações duradouras.

Resumindo: a sinceridade é um presente. Quando somos sinceros, oferecemos confiança. Quando recebemos sinceridade, mesmo que doa, recebemos a certeza de que estamos diante de uma pessoa ou Instituição de confiança. A coragem de ser verdadeiro é um tesouro inestimável.

Luís Álvares

grau de **i**novação www.grau.pt

DESIGN	PRODUÇÃO
Gráfico Catalogos, brochuras, flyers Design de embalagens Criação de logótipos Design editorial Merchandising Estacionários	Digital Pequena e grande formato
Web Criação e manutenção de websites	Offset Pequena e grande formato
	Serigráfica
	Têxtil

Alameda do Sabugueiro, 5A, Murgonhal, 2760-128 Caslãs
Telefone e Fax: 214 366 463 | geral@grau.pt

Pequena resenha sobre os antibióticos

(continuação do número anterior)

Consequências e riscos do uso indiscriminado de antibióticos

De uma forma mais sistemática, podemos sumarizar os seguintes pontos relevantes quanto ao uso inadequado dos antibióticos.

1. Resistência bacteriana: O uso excessivo ou inadequado de antibióticos de amplo espectro pode levar ao desenvolvimento de resistência bacteriana. Isso ocorre quando as bactérias se adaptam aos antibióticos, tornando-se mais difícil de tratar a infecção. Isso é particularmente problemático porque as bactérias resistentes podem ser cada vez mais difíceis de erradicar e requererem tratamentos mais intensivos. Esta situação tornou-se preocupante quando se identificou a existência nos hospitais, de uma bactéria, o “Staphylococcus áureos”, que é poliresistente à maioria dos antibióticos disponíveis.

2. Dano à microbiota intestinal: Os antibióticos de amplo espectro não agem apenas sobre as bactérias patogênicas, mas também podem afetar as bactérias benéficas que compõem a microbiota intestinal. Isso pode resultar em desequilíbrios, levando a problemas como diarreia, infecções fúngicas (como candidíase) e, até mesmo, distúrbios digestivos mais sérios.

3. Efeitos colaterais adversos: Embora os antibióticos de amplo espec-

tro sejam eficazes contra uma ampla gama de bactérias, eles podem causar efeitos colaterais como náuseas, vômitos, reações alérgicas, entre outros. Em alguns casos, esses efeitos podem ser graves, exigindo a interrupção do tratamento.

4. Superinfecções: Ao eliminar uma grande variedade de bactérias, os antibióticos de amplo espectro podem criar condições para o crescimento excessivo de outros patógenos, como fungos, que não são afetados pelo antibiótico. Isso pode resultar em infecções secundárias, como a candidíase ou infecções resistentes a outros medicamentos.

5. Impacto em outros tratamentos: O uso de antibióticos de amplo espectro pode interferir no funcionamento de outros medicamentos, prejudicando a eficácia de tratamentos concomitantes.

Agora que se apresentou, de uma forma genérica, o que são e como se devem utilizar os antibióticos, será necessário reforçar a ideia da melhor utilização dos mesmos e das causas devastadoras do seu mau manuseamento. É do conhecimento geral, o uso e abuso da utilização dos antibióticos na prevenção generalizada de doenças em tantas situações, como na agropecuária e nos vários sis-



temas alimentares de viveiro. Esses antibióticos acabam por ser ingeridos pelos consumidores e, gradualmente, vão criando resistências. Essas resistências referem-se à capacidade que os micróbios têm de ficar progressivamente mais resistentes. Deixam, portanto, de ser eliminados ou impedidos de se desenvolver quando em contato com antibióticos administrados para combater a infecção. Se juntarmos a isso o uso inadequado de antibióticos pelo próprio utente, então estamos a criar uma situação em que a dada altura eles deixam mesmo de ser eficazes. Essa situação verifica-se, especialmente no inverno, quando um doente sofre uma constipação, ou tem uma ligeira dor de cabeça, acompanhado de espirros e que vai de imediato tomar antibióticos!

Faz-se seguidamente, de forma muito sumária, uma apresentação das várias famílias de antibióticos, acompanhada de informações sobre a utilização e alguns efeitos colaterais que vêm normalmente referidos nos folhetos informativos dos medicamentos.

Antibióticos mais usados na prática clínica

1. Penicilinas e outros da mesma classe (Penicilina; Penicilina G benzocaína; Amoxicilina; Amoxicilina+clavulanato; Oxaciclina; Ampicilina Carbenicilina; Dicloxacilina; Nafcilina.)

Principais indicações: as penicilinas são a classe de antibiótico mais indicadas por médicos para o tratamento de infeções, como pneumonia, bronquite, amigdalite, sinusite, infeções urinárias ou vaginais, da pele e das mucosas.

Efeitos colaterais: as penicilinas podem causar efeitos colaterais como dor de cabeça, náusea, vômito, diarreia, candidíase oral e na região genital, ou provocar uma reação alérgica grave ou choque anafilático com riscos de morte (edema da glote). Sempre que se proponha a sua utilização, será necessária uma certeza relativamente ao grau de alergicidade do paciente. Em princípio, as pessoas visadas são conhecedoras dessa particularidade e existem meios de fazer constar essa situação, seja nos cartões de saúde, seja por meios externos visíveis.

2. Tetraciclinas (Tetraciclina; Minociclina; Doxiciclina.)

Principais indicações: as tetraciclinas são geralmente indicadas para o tratamento de infeções causadas por organismos sensíveis à tetraciclina, como brucelose, gengivite, doença de Lyme, gonorreia ou sífilis, por exemplo.

Efeitos colaterais: os mais comuns das tetraciclinas são inflamação no esófago, diarreia, náuseas, vômitos, má digestão, dor de estômago, dor de cabeça ou sensibilidade à luz.

As tetraciclinas não devem ser tomadas junto com leite ou produtos lácteos, pois podem diminuir a eficácia do tratamento, sendo recomendado esperar, pelo menos 1 a 2 horas, antes ou depois do uso da tetraciclina, para consumir produtos lácteos. Além disso, as tetraciclinas também não devem ser tomadas junto com antiácidos ou medicamentos ou suplementos que contenham cálcio, magnésio, alumínio

ou ferro, pois podem diminuir a eficácia do antibiótico, sendo recomendado aguardar pelo menos 2 horas antes ou depois do uso das tetraciclinas para utilizar esses suplementos ou medicamentos.

3. Sulfonamidas (Sulfametoxazol; Sulfametoxazol+trimetoprima; Sulfasalazina; Sulfacetamida.)

As sulfamidas são, geralmente, indicadas para infecções nos ouvidos, infecções urinárias, bronquite, diarreia do viajante, pneumonia, úlceras venosas, doenças reumáticas, etc. As sulfonamidas podem causar efeitos colaterais, como dor de cabeça, perda do apetite, náuseas, vômitos, dor ou desconforto no estômago, candidíase, ou até, icterícia em bebês.

4. Anfenicóis (Cloranfenicol)

Indicações: grande representante da classe dos Anfenicóis, o cloranfenicol é um antibiótico produzido pelo “*Streptomyces venezuelae*”, que foi introduzido na prática clínica, em 1948. Com a disseminação do uso, tomou-se evidente que o fármaco podia provocar discrasias sanguíneas graves e fatais. Foi graças a ele que ultrapassei uma “febre tifoide” durante o serviço militar, mas ficaram as sequelas como surdez, e descontrolo intestinal...

5. Fluorquinolonas (Ciprofloxacina; Norfloxacina; Ofloxacina; Levofloxacina.)

As fluorquinolonas são normalmente indicadas para o tratamento de infecções respiratórias, no ouvido, olhos,

rins, sistema urinário, pele, ossos ou órgãos reprodutores, assim como para o tratamento de infecções generalizadas.

Efeitos colaterais: esses antibióticos podem causar efeitos colaterais como rutura do tendão de Aquiles, agitação, alterações nos rins, sendo contraindicados durante a gravidez ou amamentação.

6. Macrolídeos (Eritromicina; Claritromicina; Azitromicina; Roxitromixina.)

Os macrólidos ou macrólídeos são bacteriostáticos ou bactericidas consoante a dose em que são geralmente usados. Aplicados nas infecções da pele ou infecções sexualmente transmissíveis, como a gonorreia ou a clamídia, etc.

Efeitos colaterais: podem surgir, por exemplo, ânsia de vômito, dor abdominal, náuseas, flatulência, cólicas, diarreia. Não são recomendados a pessoas com doenças hepáticas, renais ou do sistema.

7. Cefalosporinas (Cefalexina; Cefuroxima; Ceftriaxona.)

Indicações: As cefalosporinas são antibióticos da classe betalactâmicos, indicados para o tratamento de infecções, como pneumonia, otite média, meningite ou infecções urinárias, na pele ou nos ossos.

Efeitos colaterais mais comuns: náusea, vômitos, diarreia, dor.

8. Aminoglicosídeos (Gentamicina; Neomicina; Estreptomicina; Paromo-

micina; Amicacina.)

Os aminoglicosídeos são ativos, apenas contra as bactérias Gram negativo, em particular, em relação às enterobactérias, a *Pseudomona aeruginosa*. A estreptomomicina é utilizada no tratamento da tuberculose, no tratamento da gonorreia, e a paromomicina, no tratamento específico de algumas amibas e nas *leishamanias*.

Efeitos colaterais: diminuição da função renal, diminuição da audição, vertigem, zumbido, perda do equilíbrio, sonolência, dor de cabeça e alterações em exames de sangue.

9. Nitroimidazólicos (Metronidazol; Tinidazol.)

Os nitroimidazólicos são indicados para tratamento da rosácea, giardíase, amebíase, tricomoníase, vaginite causada por *Gardnerella vaginalis* e outras infecções causadas por bactérias e protozoários sensíveis a esta substância.

Efeitos colaterais: os mais comuns são náusea, vômito, diarreia, dor no estômago, sensação de gosto metálico na boca, perda do apetite, dor de cabeça, cansaço excessivo, tontura, prurido vaginal.

10. Nitrofuranos (Nitrofurantoína; Nitrofurazona; Furazolidona.)

Principais indicações: esses antibióticos, normalmente são indicados para o tratamento de infecções urinárias, giardíase, diarreias infecciosas, gastrite ou úlceras no estômago, por exemplo.

Efeitos colaterais: náusea, vômito, perda do apetite, diarreia ou dor no estômago.

11. Derivados do ácido fosfônico (Fosfomicina)

Principais indicações: a fosfomicina trometamol é indicada, principalmente para infecções urinárias, como cistite, uretrite não específica.

Efeitos colaterais: dor de cabeça, tonturas, infecções vaginais, náusea, dor no estômago, diarreia ou reações na pele, incluindo prurido e vermelhidão.

Considerações gerais: Pretendeu-se fazer um pequeno apanhado sobre o contexto dos antibióticos e do seu uso racional. O uso de antibióticos deve ser feito sob orientação médica e com base em diagnósticos específicos, com incidência para o antibiograma. Deve ser evitado o uso indiscriminado ou autoadministração de antibióticos, ajudando desta forma, a preservar a sua eficácia. É recomendado usar antibióticos de amplo espectro, apenas quando absolutamente necessário e, sempre que possível, realizar testes para identificar o agente patógeno e usar antibióticos mais direcionados, que atuam apenas contra bactérias específicas, de forma eficaz.

A conscientização sobre os efeitos e riscos do uso de antibióticos é essencial para garantir a eficácia do tratamento e prevenir consequências a longo prazo.

Referências:

MSD Manuals

<https://www.msdmanuals.com/home>

Eduardo Barata

(professor auxiliar FFUL, aposentado)

Feitiço

Quando eu vi que não estavas, senti que o
amanhã
não seria igual.
Era como aquele retrato, que estava no
quarto,
por trás dum jornal.
Não pude fazer um feitiço, porque sobre
isso,
não tinha poder.
Mas vi que estava na hora, pois já nada
agora
eu tinha a perder.
Esconde-me os teus segredos, e eu esqueço
os meus medos, para te agradar.
Farto de enredos acesos, eu sei que há dois
pesos,
nas estórias de amar.
Podes rir-te de mim, por eu ser assim,
mas não me faz mal.
Pois, se tu não me queres, estar vivo ou es-
tar morto,
p'ra mim é igual.

Paulo Ferreira

Ponte entre terra e céus

A Poesia nasce no peito, pura
como a água brota na nascente.
Rio sublime de permanente doçura,
como o sol é aurora no horizonte.

Poeta é ponte entre terra e céus.
com sentimentos na alma guardados.
Um poema é um recado de Deus,
com metáforas e rimas consagrados.

As palavras devem ser muito pensa-
das,
forjam-se silêncios para se ouvirem.
As nossas almas serão beneficiadas!

Se na íntegra os poetas se exprimirem,
as poesias deixam-nos arrepiados,
se os leitores a extasia atingirem.

Virgínia Branco

**FUNERÁRIA CENTRAL
DE PAÇO DE ARCOS**



R. José Pedro Silva, n.º 2-B, 2770-107 Paço de Arcos - Tel.: 214 418 291

Aristides Deixoto
Telem.: 919 711 023



E-mail: gestifunebre.pacodearcos@gmail.com

A Mulher e a Harpa

Eu toco a leveza e a sensibilidade
Na harpa dos tempos faraônicos
Assim como a Mulher, sua realidade
Venha ela das áfricas ou dos trópicos.

A destreza das damas do renascimento
Em tons suaves, geniais delírios
Até hoje, seu suave encantamento
Passando por paixões e por martírios.

Tanger uma harpa, sua ressonância
Esbelta coluna de cordas, sentimental
Mulher e harpa: sua elegância
Concerto, inserido num recital.

Mulher vibrando a cada momento
Entrega dos tempos que extasia
Harpa humana, harmonia, lamento
Feito de realidade ou de fantasia.

No templo do Amor, inda fabulado
Dedilhavam nas cordas, dedos de poesia
Num cântico de leveza, em tom renova-
do
Por noites aladas, por vezes sombrias.

Um maestro frenético e sua batuta
Na boca de cena, entre dourados panos
Clamorosa plateia que vibra, que escuta
Óperas solenes, seus atos soberanos.

Descer à Babilónia, entoar nos astros
Na cúpula celeste, azul a desvanecer
Hinos entre esculturas e alabastros
E o abraço meigo de cada mulher.

Mário Matta e Silva

Companheiros

É companheiros!...
Irmãos nascemos
Porque lutar
Se não queremos?

Juntos paridos
Depois afastamos
Porquê partidos
Assim apostados?

Porque lutar
Luta sem tréguas
Não antes amar
Apagar mágoas...?

Deus e Homem
Alá ou Zeus
Jesus e alguém
Todos são teus!

É companheiros!...
Irmãos nascemos
Porque lutar
Se não queremos?

Joaquim Coutinho

Alma terra

Tu, que de alma elevada
Dobras as costas ao sol
Que viras o peito para o solo
E lá depositas o tempo.
Tu que com gotas espessas de suor
Fertilizas o chão que pisas
Fazendo dele brotar
Flores, sementes e frutos
Tu... Que de ti dás em silêncio
E cultuas o respeito à Mãe
E com paciência devota
Aguardas o seu retorno
Serenos, confiante e calado
Que de baixo de sol
Preparas futuros
Para gentes que vêm
Em luas futuras!
Safras a terra, certeza profunda
Que os frutos virão
Em tempo oportuno.
À terra te dás
A terra te aceita
Bendito o teu esforço
A cada colheita.

Ruth Collaço

Desbotam-se as cores

Desbotam-se as cores
Recordam-se amores
Com alguma sorte...
Pintam-se cataratas
Pra poupar o desaforo
Da fuga do colagénio...
De pouco servem as pratas
Exibidas nos louceiros
E se passeiam baratas
Não há gritos estridentes,
Queremos é conservar os dentes,
Controlar a diabetes,
No mais, espalhar confetis,
Cantar muitos parabéns,
reconhecer os amigos
Que se pintam de brancura
e às vezes de lonjura...
Mas esta, do colagénio
Nem com botox lá vai!...
Cai como as bolsas na crise...
Não quero falar do resto!...
oh, não, não, não... please!!!!...

Adelaide Muge de Oliveira

"Não se pode voar com asas alheias"
Provérbio árabe, *in* "Provérbios do Mundo"

Tempos de Oeiras

(continuação do número anterior)

Caminhar pelos Jardins do Palácio do Marquês de Pombal é uma viagem no tempo, onde os jardins formais convivem com hortas e lagares. Nestes recantos ajardinados, tem-se uma visão abrangente de quase todo o espaço, marcado pela água como elemento de agradável ornamentação. A estatuária e o azulejo vão acompanhando o nosso percurso, desde anterior crónica, ainda como agradável recordação e belo relance ao Terraço das Araucárias, Jardim de Buxo e Jardim das Flores. Agora, junto ao Terreiro dos Jogos, avistamos a ponte que faz a travessia sob a Ribeira da Laje.

Ficamos bem enquadrados com o espaço cénico do jardim de influência italiana, a Gruta Nobre ou Cascata dos Poetas, um lugar de contemplação, apresentando duas varandas a um nível superior. Integra



Foto de António Passaporte (1950). A Cascata dos Poetas, também intitulada Cascata Nobre ou Gruta Nobre, situa-se no extremo sul dos jardins. A figura central da gruta é um Deus-Rio, que tem na sua mão direita um leme simbolizando o Tejo. De cada lado da cascata, nas varandas, encontram-se bustos dos épicos Homero, Virgílio, Camões e Tasso. Os bustos são da autoria de Machado de Castro. Ref.: [PT/MOER/MO/NF/002/000102]

quatro bustos dos famosos poetas épicos, Homero, Virgílio, Camões e Tasso, esculpidos em mármore, por Machado de Castro. A figura central, na parte de baixo, é o Deus-Rio (alegórica ao rio Tejo), inspirada nas que existem pelos Jardins Renascentistas do Belvedere, no Vaticano. Ainda entramos na Gruta Nobre, para ter uma perspectiva menos habitual dos jardins, contornando a estátua em posição central e subindo mesmo a uma das varandas para termos longínquas vistas.

Descemos e logo a seguir temos, numa zona de transição, a horta ajardinada em talhões onde pontificam os citrinos e as roseiras. Seguimos o nosso percurso até dar chegada a um espaço grandioso, de nome Fonte das Quatro Estações, um dos que causa mais impacto nestes bonitos jardins. Mais uma vez, o elemento água pontifica na decoração e organização da Quinta e como nota de curioso apontamento, esta possui um complexo sistema hidráulico, construído para funcionar por gravidade.



Fonte das quatro estações





Adega-Celeiro

Na zona central do Jardim da “Água”, destaca-se a elegante escultura dedicada às Quatro Estações, tema muito recorrente nestes lugares bem ajardinados. Uma encomenda de produção italiana, tendo os seguintes deuses aqui representados: Flora, deusa que simboliza a Primavera; Ceres, deusa que representa o Verão; Hades, deus que indica o Inverno e, por fim, Baco como o símbolo do Outono.



Terraço das Merendas

Adjacente ao Jardim da Fonte das Quatro Estações, temos o Terraço das Merendas, na cota mais elevada, com acesso por escadaria semi-circular, de cinco degraus. Esta área é limitada por gradeamento e colunas de mármore, encimadas por vasos e nela se dispendo, simetricamente, duas grandes mesas de pedra e dois lagos retangulares.

Rodeando as duas mesas de pedra, imaginar podemos, neste terraço, a hora do chá em tempos idos, talvez posterior a um descanso em nome de sesta, bem amenizada pela sombra da adega-celeiro, a qual ainda hoje é decorada com bustos de imperadores romanos, ouvindo-se música reconfortante e mais o som da água nos dois lagos, onde nadariam diversos peixes. Ao longe, contemplava-se a vila, iluminada pelo sol poente e dominada pela Igreja de Nossa Senhora da Purificação, mais o que já então existia do centro histórico.



Pérgola. Foto de “Viver com gosto”

Tempo de regresso ao presente, saindo de tão agradável zona, atravessando uma outra ponte, em direcção ao longo relvado mais próximo do Palácio, avistando afamada Pérgola e, com a saída em mente, rumo a nova crónica, já anotada pela agenda primaveril.

*Luís Amorim
(escreve de acordo com a antiga ortografia)*

*Fotos do Autor excepto onde indicado,
sendo a restante imagem cedida
pelo Serviço do Arquivo Municipal de Oeiras*

A Idealização do Amor

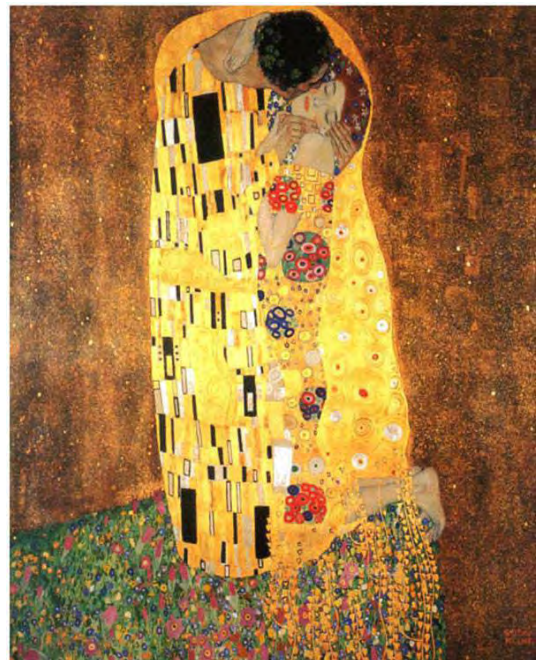
Eu estava a pensar na forma como se poderá entender o amor, à luz da minha formação. Da minha perspectiva, depende daquilo que o outro representa, se o outro é um prolongamento nosso, é uma parte nossa, como acontece muitas vezes, ou é uma idealização do eu de que falaria o Freud. No sentido psicanalítico poder-se-ia dizer que o amor corresponde ao eu ideal e, portanto, à procura de qualquer coisa de ideal que nós colocamos através de um mecanismo de identificação projectiva no outro.

Portanto, à luz de uma perspectiva científica, como é apesar de tudo a psicanalítica, o problema começa a pôr-se de uma forma um bocado diferente. Nesse sentido e na medida em que o objecto amado é sempre idealizado e nunca é um objectivo real, a gente, de facto, nunca se está a relacionar com pessoas reais, estamos sempre a relacionarmo-nos com pessoas ideais e com fantasmas. A gente vive, de facto, num mundo de fantasmas: os amigos são fantasmas que têm para nós determinada configuração, ou os pais, ou os filhos, etc.

(...) O amor é uma coisa que tem que ver de tal forma com todo um mundo de fantasmas, com todo um mundo irreal, com todo um mundo inventado que nós carregamos connosco desde a infância, que até poderá haver, eventualmente, amor sem objecto. O amor não será, assim, necessariamente, uma luta corpo a corpo, ou uma luta corporal, mas pode ter que ver realmente com outras coisas,

uma idealização, um desejo de encontrar qualquer coisa de perdido, nosso, que é normalmente isso que se passa, no amor neurótico, ou mesmo não neurótico. Quer dizer, é a procura de encontrarmos qualquer coisa que a nós nos falta e que tentamos encontrar no outro e nesse caso tem muito mais que ver connosco do que com a outra pessoa. Normalmente, isso passa-se assim e também não vejo que seja mau que, de facto, se passe assim.

António Lobo Antunes, “Diário Popular” (1979)



“O Beijo” - Gustav Klimt

Sabedoria com taxímetro ligado

Chegado ao Cais do Sodré, fiz o clássico ritual: braço no ar, táxi encostado, bom dia trocado com o motorista.

— Aeroporto, se faz favor.

O motorista assentiu com um gesto breve e arrancámos em silêncio.

Eu, ainda meio preso ao dia que me esperava, abri a pasta para confirmar — mais uma vez — os documentos da apresentação da proposta de campanha publicitária que ia defender no Porto, à Administração de um prestigiado e exigente cliente, nacional... e daí, aquela adrenalina boa que mistura responsabilidade com entusiasmo.

Já a passar Santa Apolónia (3 kms depois), confiante e descontraído, decidi quebrar o mutismo.

— Então, tudo bem? Sabe... gosto muito de falar com motoristas de táxi. São os melhores psicossociólogos da cidade. Entra de tudo num táxi. Deve ser uma experiência, notável e que, muito poucos, reconhecem, esse lado oculto, na experiência vivida de um taxista!

E, para puxar conversa, acrescentei:

— Há um ditado antigo que diz que aquilo que não contamos ao pai ou à mulher, contamos ao primeiro desconhecido que encontrarmos na estalagem!

Nesse momento, o motorista levantou o queixo, espreitou pelo retrovisor e perguntou, desconfiado:

— Está a falar comigo?

— Sim, estou.

Ele encolheu os ombros, como quem aceita um destino inevitável.

— Então fale para aí, amigo.

— O problema — confessei — é que hoje nem sei por onde começar. Acha que podemos começar pelo princípio?

Já íamos perto da Expo quando ele decidiu entrar no jogo.



RESTAURANTE
Borges

Rua Curry Cabral, 4 (Traseiras)
B.º Comendador Joaquim Matias | 2780-049 Paço de Arcos

TAKE-AWAY
ENCOMENDAS 214432659/938499790
Taxa de entrega 3,50€, gratuita a partir de 25€
Horário: 12/15h - 18/21h Seg. a Sáb | 11/15h Domingo



MARISCOS E PEIXES SEMPRE FRESCOS

— Então vá lá. Vamos começar.

— Bom dia, senhor motorista. Tudo bem consigo?

A resposta saiu pronta, lapidar, como se tivesse sido ensaiada durante anos:

— Ó meu amigo... um homem com saúde e sem dinheiro é pior do que uma doença!

Fiquei a olhar pela janela, a digerir a frase. Há pensamentos que não precisam de explicação; bastam-se a si próprios. Aquele era um deles. Sabedoria urbana, destilada em cinco segundos.

A conversa embalou. E, já à porta do aeroporto, eu já com um pé fora do táxi, o homem ainda me ofereceu uma última lição — desta vez sobre negociação.

— Sabe, tinha um patrão que negociava gado bovino e com quem muito aprendi. Quando chegávamos a uma herdade que vendia gado, ele perguntava sempre: “Não tem cabras para vender?”

Sabe, ele era único! Fazia sempre

bons negócios, porque os vendedores ficavam tão baralhados que faziam tudo para lhe venderem gado bovino.

Agradei-lhe, apertei-lhe a mão e despedi-me.

— Amigo, tenho mesmo de ir ou ainda perco o avião. Obrigado pelas lições. Oxalá a vida nos cruze outra vez.

Ele sorriu, levantou o polegar e concluiu:

— Vá descansado. E lembre-se: quem pergunta por cabras, nunca paga preço de vaca.

Até sempre.

Na sala de embarque, com os olhos pousados nas pistas de aterragem, saboreava... a sensação de que, naquele táxi, tinha recebido a melhor consultoria do dia — a experiência oculta de quem passa a vida a conduzir histórias alheias!

José Maria Dias Costa

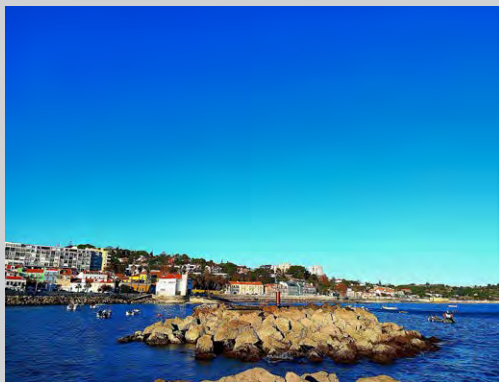
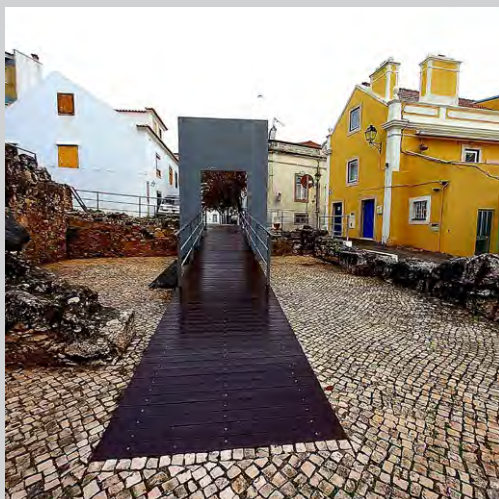


MANLOC
OFICINA AUTOMÓVEL e MOTO

Tel.: +351 216 072 206
Estrada da Cartuxa, 10 - 2760-022 Caxias
e-mail: geral@manloc.pt www.manloc.pt

Oeiras por quem a vê

Fotos de Keiko Kamoza
facebook.com/kamoza.keiko
instagram.com/portugal_menina



Arte Urbana de Nark
facebook.com/Nark.CPK
instagram.com/nark.cpk.graffiti



“A Estrela Titó” no Auditório Municipal José de Castro

A peça “A Estrela Titó”, uma criação de Marco Medeiros estará em cena até 26 de abril, aos sábados, às 16h, e aos domingos, às 11h, no Auditório Municipal José de Castro, em Paço de Arcos, Oeiras.

Com um tom íntimo e profundamente humano, “A Estrela Titó” aborda um dos temas mais delicados da vida familiar: o luto na infância. Muitos pais sentem-se perdidos perante a inevitabilidade da perda, entre o pragmatismo e a tentativa de proteger as crianças da dor. A peça procura abrir espaço à conversa, desmistificando o tema e oferecendo palavras e imagens que respondam às perguntas silenciosas que tantas crianças carregam.

Uma história sobre perda, memória e amor

Agora adultos, Maria e João enfrentam a dor da perda (física) de um familiar. No meio desta dor, João recorda como foi difícil para Maria superar a ausência da avó, Titó. Para suavizar o sofrimento da filha, a mãe prometeu-lhe que, no dia em que conseguisse desenhar uma estrela tão perfeita quanto a avó, esta voltaria para a abraçar.

Desde então, Maria lançou-se num desafio aparentemente impossível: desenhar a estrela perfeita. Cresceu rodeada de estrelas, tantas que a sua vida parecia um planetário, mas nenhuma era perfeita. Até perceber que o verdadeiro desafio talvez não fosse alcançar a perfeição, mas sim manter viva a memória.

Uma reflexão poética para todas as idades.

Com interpretações de Rita Tristão da Silva e Romeu Vala, “A Estrela Titó” é uma peça que dialoga, tanto com crianças como



com adultos. A peça propõe uma reflexão poética sobre a impossibilidade da imortalidade física e a força da memória afetiva.

Num tempo em que o luto continua a ser um tema evitado por muitas famílias, esta criação assume-se como um convite à partilha, à escuta e à construção de laços emocionais entre gerações.

Informações ao Público

Espectáculo: “A Estrela Titó”

Criação: Marco Medeiros

Elenco: Rita Tristão da Silva e Romeu Vala

Em cena até: 26 de abril

Horários: Sábados às 16h | Domingos às 11h

Local: Auditório Municipal José de Castro, Paço de Arcos, Oeiras

Para mais informações:

pedro.mesquita@quartel41.com

Pedro Mesquita

Tertúlia Cultural de Oeiras

Foi no dia 28 de Janeiro pelas 15 horas, na Livraria-Galeria Municipal Verney, Oeiras, que decorreu a Tertúlia com o tema: **Médico num Serviço de Urgências, “O sentir e agir do lado médico, num Serviço de Urgências”**,

Com o palestrante convidado: **Professor Doutor José Lopes Martins** (ex-Diretor do Serviço de Urgências do Hospital de São José)

Com grande satisfação, tivemos uma sessão da Tertúlia Cultural de

Oeiras, em sala cheia, ouvindo com atenção, interesse e carinho, o Professor Doutor José Lopes Martins. Foi um momento alto da nossa Tertúlia ouvir falar alguém de como é ser médico num Serviço de Urgências, não só no Hospital de São José, onde começou e terminou a sua carreira, mas também, em África (Angola, Moçambique, São Tomé e Príncipe). Ser médico é ser um técnico e um humanista. É tratar amando.

Fátima Pissarra

TEATRO POLITEAMA

La Fera

HÉRCULES
◇ MUSICAL HEROICO

PARA TODA A FAMÍLIA

3ª a 6ª feira às 10h, 11h e 14h (para Escolas)
e Sábados e Domingos às 11h e às 15h (para toda a Família)

Reservas: 213 405 700 - 964 409 036 - politeama.bol.pt

(Chamada para rede fixa nacional - Chamada para rede móvel nacional)

MB

Prato Principal *Coentrada de Atum com Natas e Creme*

Ingredientes:

- 400 gr. de Atum em conserva
- 2 Cebolas
- 3 Dentes de alho
- Azeite q.b.
- 250 gr. de Batata Palha
- 1 Molho grande de Coentros
- 2 Pães para ralar

Para o Molho de Coentros:

- 250 ml de Leite
- 50 gr. de Natas e 50 gr. de Creme
- 30 gr. de Margarina
- 30 gr. de Farinha
- Pimenta, Noz-moscada e Sal q.b.

Preparação:

Para um tacho com azeite, corte a cebola em rodellas, pique dois dentes de alho e refogue;

Por outro lado o refogado e faça o mo-

lho branco: num tacho derreta a manteiga e vá acrescentando farinha, o leite e as natas até ficar um creme, tempere com pimenta, sal e noz-moscada;

Num processador, triture o pão seco com um dente de alho e metade do molho de Coentros;

Junte ao refogado, o atum em conserva. Acrescente os coentros picados e a batata palha: de seguida, adicione o molho branco, envolva todo o preparado e retire do lume;

Coloque este preparado num recipiente de ir ao forno, por cima, espalhe a mistura do pão, do alho e dos coentros triturados; Leve ao forno, o preparado final, a 180 graus, durante 20 minutos.



Sobremesa *Lemon Curd com Gin*

Ingredientes:

- Sumo e Raspa de 3 limões
- 250 gr. de açúcar, de preferência amarelo
- 70 gr. de manteiga sem sal
- 3 Ovos
- 10 ml de Gin

Preparação:

Coloque num tacho ao lume o açúcar, o sumo, a raspa de limão e a manteiga e deixe ferver;

Parta os ovos para um recipiente e bata-os bem com uma vara de arames;

Aos poucos, e batendo sempre, junte a calda de açúcar aos ovos batidos;

Coloque o creme de ovos ao tacho e

deixe cozinhar em lume brando sem parar de mexer até engrossar; Acrescente o Gin e deixe cozinhar por cinco minutos;

Retire do lume, deixe arrefecer e divida por copos pequenos de shots.

Se quiser dar um toque pessoal, pode servir fruta a seu gosto e nozes picadas.



Catulina Guerreiro



OEIRAS **EDUCATION'**

FORUM **CNN** PORTUGAL

**Educação Pública,
Transformação Social e
Desenvolvimento Económico**

**NÚCLEO CENTRAL - TAGUSPARK
8 E 9 ABR'26**

Inscrições Abertas

Confirme a sua presença

Programa disponível em **oeiras.pt**

COORGANIZAÇÃO



HOSPITALITY PARTNER

