



JUNTA DE FREGUESIA  
AVENIDAS NOVAS

JUNTA DE FREGUESIA

# Avenidas Novas



**Júlio Isidro**

Os 55 anos de carreira  
do Senhor Televisão

*É Natal  
na freguesia*

**DESPORTO**  
Novo ginásio

**ESPAÇO PÚBLICO**  
Pontes que nos unem



### EXECUTIVO



**DANIEL DA CONCEIÇÃO GONÇALVES DA SILVA** | *Presidente*

Recursos Humanos, Proteção Civil, Ação Social, Gabinete de Comunicação, Informática e Telecomunicações



**MARIA LEONOR MATOSO TEIXEIRA DE MELO BAPTISTA DE SOUSA** | *Tesoureira*

Tesouraria, Saúde e Educação



**JOSÉ MANUEL GOMES MENDES SOARES** | *Secretário*

Expediente e Recenseamento Eleitoral



**PEDRO MANUEL CUNHA DA SILVA RIBEIRO** | *Vogal*

Substituição Legal do Presidente, Aprovisionamento, Financeira, Atividades Económicas, Higiene e Salubridade, Ambiente, Requalificação do Espaço Público



**ANTÓNIO MANUEL DE SOUSA PARENTE** | *Vogal*

Cultura, Juventude e Desporto



**CRISTINA MARIA FERNANDES DUARTE MARTINS** | *Vogal*

Instalações e Equipamentos da Freguesia e Atendimento



**ABEL MANUEL EUSÉBIO SIMÕES** | *Vogal*

Contraordenações e Património

### PUBLICAÇÃO

#### AVENIDAS NOVAS

Ano II • N.º 11 • 1 série • Dezembro de 2016 • Periodicidade Trimestral • Distribuição gratuita • Depósito legal N.º 407 151/16

#### PROPRIETÁRIO E EDITOR

Junta de Freguesia de Avenidas Novas  
Avenida de Berna, 1, 1050-036 Lisboa • Tel. 219 363 060 (geral)  
• Email - geral@jf-avenidasnovas.pt • Diretor - Daniel Gonçalves

#### PROJETO GRÁFICO E PAGINAÇÃO

Til design • www.tildesign.pt

#### COORDENAÇÃO E GESTÃO DE CONTEÚDOS

Junta de Freguesia de Avenidas Novas

#### PUBLICIDADE

Junta de Freguesia de Avenidas Novas

#### IMPRESSÃO

Nobre Brindes, Lda.  
Praça Eduardo Rosa Mendes, Loja 10/12, 2005-174 Santarém  
• Tiragem 18.000 exemplares



*“Todas as inovações eficazes são surpreendentemente simples.”*

PETER DRUCKER

O código QR ou QR code trata-se de um código de barras em 2D e tem como principal objetivo apresentar informação. Ao longo da revista irá encontrar diversos códigos QR que o irão redirecionar para informações complementares. **Instruções de uso:** 1) Ter um tablet ou smartphone; 2) Instalar uma aplicação de leitura de QR Code (grátis).



<b>EDITORIAL</b>	<b>03</b>	<b>SAÚDE</b>	<b>12</b>
<b>FREGUESIA</b>	<b>04</b>	<b>EDUCAÇÃO</b>	<b>13</b>
<b>ESPAÇO PÚBLICO</b>	<b>05</b>	<b>BREVES</b>	<b>14</b>
<b>AÇÃO SOCIAL</b>	<b>06</b>	<b>EM AGENDA</b>	<b>14</b>
<b>CULTURA</b>	<b>08</b>	<b>NEGÓCIOS</b>	<b>15</b>
<b>DESPORTO</b>	<b>09</b>	<b>EM FOCO</b>	<b>16</b>
<b>À CONVERSA</b>	<b>10</b>	<b>FANTÁSTICOS DOS 8 AOS 80</b>	<b>18</b>

### ONDE ESTAMOS NA WEB

**SITE**  
<http://www.jf-avenidasnovas.pt>

**FACEBOOK**  
<https://www.facebook.com/JFAvenidasNovas/>

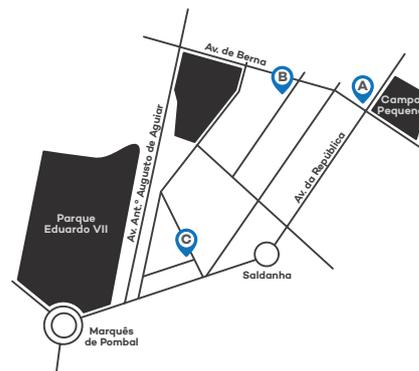
**INSTAGRAM**  
<https://www.instagram.com/jfavenidasnovas/>

### ONDE ESTAMOS

**SEDE**  
Avenida de Berna, n.º 1, 1050-036 Lisboa  
Tel.: 219 363 060  
Email: geral@jf-avenidasnovas.pt  
Horário: Dias úteis das 9h00 às 17h30

**DELEGAÇÕES**  
Avenida Marquês de Tomar, 106 A, 1050-158 Lisboa  
Tel.: 217 978 881  
Email: geral@jf-avenidasnovas.pt  
Horário: Dias úteis das 9h00 às 18h00

Picoas Plaza, Rua Tomás Ribeiro, 65,  
Leja C1.15, 1050-227 Lisboa  
Tel.: 219 363 062  
Email: geral@jf-avenidasnovas.pt



# Uma freguesia para si

**DANIEL GONÇALVES**

Presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas

Eis-nos chegados, de novo, ao Natal. Uma época que a todos toca, independentemente das convicções e crenças de cada um. Este é, por excelência, o período do ano em que valores como a solidariedade e a fraternidade mais são recordados. E em que as campanhas e iniciativas a favor dos mais carenciados e marginalizados se multiplicam. É verdade que nunca são demais!

Nas Avenidas Novas esforçamo-nos por dar atenção às pessoas 365 dias por ano. É certo que as ruas estão mais iluminadas e mais bonitas neste período. O investimento feito nas iluminações natalícias é-nos particularmente grato e, como dizemos na capa desta edição, “É Natal na freguesia”. Mas o trabalho em prol da melhoria das condições de vida e do incremento do bem-estar dos nossos fregueses é permanente. Desde a primeira hora, temos apontado para um triplo objetivo: contribuir para o crescimento saudável e integrado das crianças e jovens da freguesia, proporcionar o bem-estar das famílias e acompanhar o envelhecimento digno e ativo dos mais seniores. Não se estranhará, por isso, que a área da intervenção social esteja entre as que mobiliza mais meios e recursos nesta autarquia.

A aproximação do fim do ano é igualmente propícia a balanços. Em 2016, houve um conjunto significativo de projetos executados e concluídos. Pela sua dimensão e impacto na freguesia cito apenas alguns dos mais relevantes: a construção dos parques infantis da Avenida Duque D’Ávila e do Largo José Luís Champalimaud, a requalificação do Jardim do Arco do Cego e do Jardim Julieta Ferrão, a remodelação do Posto de Higiene Urbana de São Sebastião, a recuperação da Piscina de Avenidas Novas e a criação de um moderno ginásio aberto a todos os fregueses.

Outra importante infraestrutura herdada por esta autarquia em condições muito degradadas, e até agora gerida pelo município, vai entrar, de imediato, em obras. Trata-se da requalificação da passagem pedonal e dos elevadores do Bairro de Santos ao Rego. Um passo só possível no quadro do protocolo de delegação de competências celebrado entre a Junta de Freguesia e a Câmara de Lisboa. A barreira física que isolava parte da população da freguesia cairá finalmente. Para trás ficarão as queixas diárias dos muitos fregueses, descontentes com as constantes avarias dos elevadores e com as deficientes condições de segurança deste equipamento.

2016 foi igualmente o ano de consolidação de várias inicia-

tivas e serviços promovidos pela Junta de Freguesia em áreas tão relevantes como a educação, saúde, desporto, juventude e apoio aos mais seniores. Recordo, a título de exemplo, a atribuição de material escolar a todas as crianças da freguesia que frequentam o ensino pré-escolar ou o primeiro ciclo do ensino básico, abrangendo centenas de crianças entre os 3 e os 10 anos de idade. Ou a crescente afluência de fregueses aos gabinetes de enfermagem criados pela autarquia, bem como aos rastreios regulares de saúde para despiste de várias patologias. Ou ainda o sucesso de iniciativas como o projeto “Vá Connosco”, um serviço de transporte gratuito para deslocações a hospitais e centros de saúde, e do serviço “Porta a Porta”, um transporte gratuito que percorre toda a freguesia nos dias úteis.

São exemplos como estes que nos impelem a querer fazer ainda mais em 2017. Sempre tendo como lema providenciar soluções para os problemas e antecipar necessidades. Partilhemos uma freguesia em que uma população mais jovem e dinâmica se cruza diariamente e convive em harmonia com outra mais sénior. O nosso trabalho é feito a pensar em todos. Para que todos possam condignamente viver as Avenidas Novas!

Desejo a todos um Feliz Natal e um Novo Ano cheio de paz, saúde e alegria.





# UM JARDIM PARA TODOS

A 13 de outubro, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas, em parceria com a Associação de Estudantes do Instituto Superior Técnico, promoveu a iniciativa “Um Jardim para Todos” que resultou numa ação de limpeza conjunta do Jardim Arco do Cego.

Este jardim é um maravilhoso espaço verde da freguesia de Avenidas Novas, o qual devido à sua utilização massiva, sobretudo por parte da população universitária que ali se junta diariamente, requer uma manutenção e cuidados mais acentuados. Todos os dias, o jardim é limpo por uma equipa reforçada da Higiene Urbana da Junta de Freguesia.

A iniciativa “Um Jardim para Todos” reuniu cerca de 30 alunos, dos diferentes cursos do Instituto Superior Técnico, juntamente com o Presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, o vogal do executivo, Pedro Ribeiro, e uma equipa destacada dos serviços de Higiene Urbana, que arregaçaram as mangas e colocaram mãos ao trabalho!

O principal objetivo desta ação foi o de sensibilizar e mudar consciências. Para o Presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, “esta ação de sensibilização é um alerta para que os bons hábitos de conservação e usufruto façam parte do dia-a-dia de todos aqueles que gostam de conviver no Jardim Arco do Cego”.



A propósito da participação nesta iniciativa, cada estudante foi presenteado com uma lembrança simbólica, tal como a Associação de Moradores do Arco do Cego que também marcou presença no jardim.

**“Esta ação de sensibilização é um alerta para que os bons hábitos de conservação e usufruto façam parte do dia-a-dia de todos aqueles que gostam de conviver no Jardim Arco do Cego”**



## PONTES QUE NOS UNEM

Na freguesia de Avenidas Novas  
não há linhas que nos separam...  
Há pontes que nos unem!



No âmbito do protocolo de delegação de competências celebrado com a Câmara Municipal de Lisboa, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas vai dar início aos trabalhos de requalificação da passagem pedonal e dos elevadores do Bairro de Santos ao Rego.

Desde a sua tomada de posse, em 2013, que o executivo da Junta de Freguesia de Avenidas Novas tem ouvido, diariamente, o descontentamento dos fregueses pelas constantes avarias dos elevadores, bem como as poucas condições de segurança existentes, que os dotava ao quase total isolamento no Bairro. Ao longo destes três anos, foram várias as diligências que a Junta de Freguesia fez junto da Câmara Municipal, entidade responsável pela manutenção do equipamento, com vista a resolução deste problema.

O projeto que agora ganha forma visa além da requalificação da estrutura, assegurar a correta manutenção e vigilância dos equipamentos e a substituição dos elevadores.

## MAIS ESPAÇOS VERDES

No âmbito da atenção prestada ao espaço público, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas procedeu às podas de manutenção do arvoredo na Av. Júlio Dinis, bem como requalificou os canteiros existentes, junto ao espaço de esplanadas.

Para esta requalificação foi utilizada uma estrutura metálica e seixos coloridos fixos, além de terem sido plantadas espécies vegetais adequadas às características do local. De forma a manter as plantas com as necessidades hídricas adequadas, foi instalado um sistema de rega por micro-aspersão.

Esta intervenção foi da responsabilidade da empresa Lx Garden e contou com as ideias da Creative Garden.



ANTES



DEPOIS

## III JORNADAS DE CIDADANIA

A Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa (FCSH-UNL) promoveu, nos dias 16 e 17 de novembro, as III Jornadas de Cidadania, as quais pretendem contribuir para a divulgação do trabalho social realizado por várias instituições de solidariedade social, em particular na freguesia de Avenidas Novas, bem como reforçar uma reflexão crítica sobre o combate às desigualdades e exclusão social, e a importância do voluntariado.



A abertura oficial das III Jornadas de Cidadania foi conduzida pelo subdiretor da faculdade, João Soeiro de Carvalho, que salientou a preocupação com a formação cívica dos alunos, o que motivou a FCSH-UNL a criar a unidade curricular “Voluntariado”. Para aquele responsável é importante que os jovens se tornem atentos e assumam a responsabilidade de cuidar da cidadania e, mais do que isso, terem a capacidade de olhar para e pelos outros. Ao longo da sua intervenção, João Soeiro de Carvalho louvou os variados projetos que têm sido implementados no âmbito da solidariedade social, sublinhando o trabalho desenvolvido em colaboração com a Junta de Freguesia de Avenidas Novas.

Também o professor José Lúcio, da FCSH-UNL, salientou a importância do voluntariado, frisando que este deve ser encarado como uma prática inerente à condição de cidadão, ou seja, é fundamental estar atento e interventivo perante as necessidades da comunidade envolvente. O académico adiantou ainda que este tipo de prática possibilita um conhecimento mútuo, sendo por isso defensor de que é fundamental as entidades conhecerem-se e criarem redes de trabalho. Além dos professores da FCSH-UNL, esteve também presente o presidente da Associação de Estudantes, Hugo Silva, que referiu o papel da própria associação de estudantes a nível social, bem como as atividades que realiza em parceria com a Junta de Freguesia.

Esta terceira edição contou ainda com a presença do Presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, Daniel Gonçalves, que explicou as áreas de intervenção do trabalho desenvolvido e implementado pela autarquia juntamente com a Comissão Social de Freguesia de Avenidas Novas. Para Daniel Gonçalves, o trabalho realizado pela comissão é fundamental para “manter atualizado o Diagnóstico Social de Freguesia, de forma a conseguir adequar os seus planos de ação às necessidades prementes na freguesia”.

Para fechar a sessão, o professor João Soeiro de Carvalho entregou um cheque à Associação Putos Traquinas, representada por Filipe Moura Ferreira, antigo aluno da faculdade. O donativo entregue à associação foi angariado através da venda de livros editados pelas unidades de investigação da própria faculdade.

À semelhança das edições anteriores, as III Jornadas de Cidadania contaram com a presença de bancas de diversas instituições de solidariedade social no pátio da FCSH-UNL.

## DOÇURA OU TRAVESSURA?

A 31 de outubro, a tradição americana do célebre Halloween ou Dia das Bruxas foi vivida com grande animação nas Avenidas Novas.

Neste dia, pequenos e graúdos trajaram-se a rigor para celebrar esta data. Nas instalações da UNANTI – Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade, os alunos contaram com a presença do Presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, Daniel Gonçalves, para um delicioso lanche convívio, onde houve tempo para uma atuação dos alunos de Cante Alentejano.

Do outro lado da freguesia, os mais novos também fizeram a festa. No Espaço Jovem, no âmbito da atividade Rota das Artes, os participantes do projeto Rotas do Bairro E6G elaboraram algumas máscaras e descodificaram a origem e o significado do Halloween e do Dia de Todos os Santos, bem como as várias formas de comemoração pelo mundo.

Enquanto isso, no FAN Clube as crianças tiveram a oportunidade de decorar o espaço para uma verdadeira festa de Halloween e ainda fizeram pinturas faciais “assustadoras”. Mas nesta festa não houve travessuras e as nossas crianças levaram para casa um saquinho de doces.



### A TERCEIRA IDADE É OURO

A propósito das comemorações do Dia Internacional do Idoso, a Polícia Segurança Pública (PSP) promoveu, no dia 30 de setembro, a iniciativa "A Terceira Idade é Ouro", que contou com o apoio da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, que esteve representada pelo seu Presidente, Daniel Gonçalves.

Esta iniciativa teve lugar no anfiteatro da Fundação Calouste Gulbenkian e contou com a presença de dezenas de idosos, oriundos de diferentes zonas da Grande Lisboa.

Conduzida pelo subcomissário da 31.ª esquadra da PSP, André Vieira, "A Terceira Idade é Ouro" contou com a atuação do coro da UNANTI – Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade, orientado pelo maestro Carlos Moreno, e do Grupo de Adufos da Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego. Neste evento, também os alunos de canto alentejano da UNANTI, orientados pelo professor Venâncio Lança, subiram ao palco do anfiteatro.

O momento alto do evento foi a apresentação da Banda Sinfónica da Polícia de Segurança Pública, orientada pelo comissário Ferreira Brito. Para surpresa e entusiasmo da plateia, houve lugar para ouvir a espetacular voz do tenor Pedro Tavares.



### O NATAL É PARA TODOS

Com o objetivo de proporcionar uma ceia de Natal mais alegre e digna às famílias carenciadas da autarquia, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas promoveu, pelo terceiro ano consecutivo, a entrega de cabazes de Natal.

A iniciativa, realizada pelos serviços de Ação Social da autarquia juntamente com o seu Presidente, Daniel Gonçalves, teve lugar no dia 13 de dezembro, em três pontos diferentes da freguesia: nas delegações da Junta de Freguesia e no FAN Clube, no Bairro de Santos ao Rego.

Os cabazes oferecidos incluíam géneros alimentares típicos da quadra natalícia, como o bolo-rei e o bacalhau, entre outros bens alimentares não perecíveis.

As mais de 350 famílias que receberam esta oferta realizaram uma candidatura, entre 7 de novembro e 2 de dezembro, onde comprovaram a sua situação de vulnerabilidade económico-social.



## HÁ MODA NAS AVENIDAS NOVAS



Na noite de 23 de novembro, a freguesia de Avenidas Novas, mais precisamente a Praça do Campo Pequeno, transformou-se numa verdadeira *passerelle* “gigante”, com a realização da 33.ª edição do Elite Model Look World Final.

Numa noite onde o *glamour* e os brilhos foram uma constante, subiram ao palco 62 aspirantes a manequins, de 36 países diferentes, com um só sonho e um só objetivo: ser o grande vencedor do concurso.

Entre os desfiles, houve lugar para atuações musicais de artistas nacionais e internacionais. O primeiro momento musical da

noite foi da responsabilidade do produtor e DJ francês Breakbot, que interpretou “Baby I’m Yours”. Já o português David Carreira brindou a plateia com a música “Primeira Dama” e exibiu um espetacular conjunto de dançarinos numa coreografia muito animada. Também a banda portuguesa D.A.M.A se juntou a esta grande festa. E pouco antes de serem anunciados os vencedores da noite, o internacional DJ Kungs subiu ao palco com o tema “The Girl”, interpretado por Kylie Auldis.

Durante a cerimónia, o júri, composto por Andres Velencoso, Vick Mihaci, Isabeli Fontana e Alex Lundqvist, selecionou dez raparigas e cinco rapazes que foram premiados com um contrato de dois anos com a rede mundial de agências de modelo Elite. Dentro deste grupo, ficou a portuguesa Zara Bicha, de 16 anos.

A noite terminou com o anúncio dos dois grandes vencedores, que foram selecionados do grupo de 15 finalistas. Os grandes vencedores, Jana Tvrdikova, da República Checa, e Davidson Obennebo, da Nigéria, ganharam contratos no valor de 150 mil euros e 50 mil euros, respetivamente.

O Elite Model realiza-se desde 1983 e ao longo dos anos permitiu “descobrir” manequins como as norte-americanas Cindy Crawford e Stephanie Seymour, as brasileiras Gisele Bündchen, Isabeli Fontana e Alessandra Ambrosio ou a espanhola Inés Sastre.

A edição deste ano do Elite Model Look World Final, pela primeira vez realizada em Portugal, contou com o apoio da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, que esteve representada pelos vogais Leonor Sousa e António Parente.

## UM NATAL FANTÁSTICO

A 6 de dezembro, o Centro Social e Paroquial de São Sebastião da Pedreira foi palco da iniciativa “Um Natal FANTástico”.

Esta grande festa, promovida pela Junta de Freguesia de Avenidas Novas, contou com a participação dos alunos da UNANTI – Universidade das Avenidas Novas para a Terceira Idade, bem como um momento musical surpresa.

A abertura da festa esteve a cargo da Coordenadora Pedagógica da UNANTI, Emília Noronha, do Presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, e do Vogal da Cultura, António Parente. Para o Presidente, o “Natal é união, partilha, família! E é em família que hoje aqui nos encontramos. Costuma-se dizer que o Natal é quando o homem quiser, mas nas Avenidas Novas, pretendemos que o Natal, e o seu espírito de solidariedade, união, reconhecimento e interajuda, se prolonguem pelos 12 meses do ano”.

Feitas as honras, o Centro Social e Paroquial de São Sebastião da Pedreira transformou-se numa verdadeira sala de espetáculos, onde os alunos da universidade subiram ao palco e mostraram o seu talento nas mais variadas artes, como o teatro, a música, a dança e a poesia.



O momento alto da tarde aconteceu quando Tiago Rodrigues, para surpresa da plateia, subiu ao palco para interpretar alguns temas bem conhecidos.

Depois de todas as atuações, a festa terminou com um delicioso lanche convívio entre todos.

Mas mais do que uma festa convívio, “Um Natal FANTástico” teve também uma componente solidária, que levou diversas pessoas a doarem bens alimentares, os quais foram entregues pelo Presidente Daniel Gonçalves ao Centro Social e Paroquial de São Sebastião da Pedreira, que os fará chegar a famílias carenciadas da freguesia.



# EM FORMA NAS AVENIDAS NOVAS

## HORÁRIOS

### Um ginásio à sua medida

Na freguesia de Avenidas Novas o exercício físico não tem limites, por isso o ginásio funciona de 2ª a 6ª feira entre as 8h e as 21h e aos sábados das 8h45 às 13h15. As instalações encontram-se encerradas aos domingos e feriados.

### Treinar com as crianças?

Não ter com quem deixar os mais novos não tem de ser um entrave às suas idas ao Ginásio! Com o intuito de proporcionar uma melhor experiência aos utentes, foi criado o Espaço Criança, onde pode deixar as crianças enquanto treina.

O Espaço Criança funciona de 2ª a 6ª feira (excepto feriados), entre as 17h30 e as 20h30.

No âmbito das comemorações do seu 3.º aniversário, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas inaugurou mais uma importante infraestrutura desportiva: um ginásio que se junta, assim, a outros espaços que já servem os fregueses e todos aqueles que usufruem regularmente dos equipamentos da autarquia.

Localizado no Complexo Desportivo da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, sito na Rua Cardeal Mercier, onde também se encontra a piscina, o ginásio apresenta dois espaços diferentes de treino: uma área de cardio e musculação, totalmente equipada e sempre com profissionais disponíveis para acompanhar e esclarecer o utilizador, bem como um estúdio para aulas de grupo, onde decorrem várias modalidades para gostos diversificados, como a zumba, pilates, cycle ou pump.

No Ginásio da Junta de Freguesia de Avenidas Novas é possível escolher entre diversas opções consoante os objetivos pretendidos: treino cardiovascular, atividades indicadas para a perda de gordura, treino localizado para tonificação ou treino cardiorrespiratório com vista ao aumento da força e da resistência.

Em pouco menos de três meses  
de funcionamento, o ginásio tem já  
mais de 100 inscrições.





## Júlio Isidro

É, para muitos, o Senhor Televisão. Mas a sua atividade na área da comunicação estende-se à rádio, à imprensa, à publicidade, à música e à literatura infantil. Tudo somado, são mais de 55 anos de uma carreira ímpar.

**Nasceu nas Avenidas Novas e aqui passou várias fases da sua vida, da infância à vida adulta. Como era viver então nas Avenidas Novas?**

Eram mesmo as Avenidas Novas. Prédios de traça elegante, três quatro andares, a minha rua ainda em basalto, placas centrais com árvores frondosas e o comércio todo ao pé da porta. A escola a cinco minutos, brincávamos na rua e juntávamo-nos aos sábados no Clube Valbom para festas e convívios. Tranquilidade numa cidade que crescia.

**O que mudou de lá para cá na cidade e na freguesia?**

Nem sempre crescer é saudável, mas a minha freguesia tem-se sabido adaptar aos novos tempos. As Avenidas Novas continuam ainda a preservar um certo espírito de bairro, ainda há muito comércio local, mas os meninos já não brincam na rua. O mal de uma grande cidade é o trânsito automóvel, a poluição e a insegurança. Neste meu bairro, há muitos carros, mas vive-se de forma segura, as crianças têm projetos para elas, os mais idosos são cuidados e estimulados para viverem melhor, e ainda se respira um ar de solidariedade.

**Foi um dos homenageados pela Junta de Freguesia nas recentes comemorações do 3.º aniversário da freguesia. Que significado atribui a esta distinção?**

O maior possível. A minha freguesia não se esqueceu de mim e quis agradecer-me o que tenho feito ao longo dos anos pela cultura e bem-estar dos meus concidadãos. Tive muito orgulho com o prémio que me atribuíram.

**Acaba de lançar a autobiografia “O programa segue dentro de momentos”. Quais são os momentos que considera mais marcantes na sua carreira que já leva mais de 55 anos?**

No que respeita à minha vida pessoal consagro muitas páginas ao menino Julinho da João Crisóstomo. Na parte profissional, o que dizer? Tantos programas, tantas entrevistas a celebridades e cidadãos comuns, tantas reportagens, tantas músicas, tantas emoções e sobretudo, tanto trabalho.

**A rádio e a televisão aconteceram na sua vida por acaso ou desde cedo que sabia muito bem o que queria fazer?**

Sonhei ser tantas coisas e a comunicação aconteceu-me, foi-me acontecendo. Mesmo ao longo daquilo a que nem chamo carreira, nunca planeei nada, nunca estabeleci estratégias a médio ou longo prazo. Fui fazendo o melhor que sabia perante os desafios que me eram propostos. Há que dizer que o apresentador Júlio Isidro é apenas uma parte do profissional. Dou mais importância aquilo que inventei, de que sou autor, do que às vezes que pinto a cara para entrar NO AR.



Aos 10 anos, com o seu primeiro avião, na placa central da Av. João Crisóstomo



Com a mulher, Sandra, na cerimónia do 3º aniversário da Freguesia, onde foi homenageado

**Como tem sido lidar com a fama e a popularidade numa carreira tão longa?**

Esses são os efeitos colaterais da minha profissão. A fama é uma paixão passageira. Só os idiotas se imaginam diferentes e eternos. Eu sou eu, e nunca a imagem que têm de mim. A minha autenticidade tem sido um garante da minha longevidade.

**Continuamos a vê-lo na televisão, agora na RTP Memória. A reforma não está no seu horizonte?**

No meu horizonte estão sonhos que vou tentar concretizar até que as minhas qualidades físicas e mentais me permitam. A reforma é a morte... do artista.

---

## **SE FOSSE PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA POR UM DIA...**

Pedia a demissão por incompetência. Prezo e admiro demais os atores do poder local para me meter naquilo para que não estou habilitado.

---

## AUDIÇÃO EM RASTREIO

Nos dias 22 e 24 de novembro, a delegação da Junta de Freguesia de Avenidas Novas em Picoas foi palco de uma iniciativa conjunta entre a autarquia e a Multiacústica.

Atendendo à existência de alguns sinais que podem indiciar audição reduzida, sem que o próprio paciente se aperceba, a Junta de Freguesia e a Multiacústica proporcionaram aos fregueses de Avenidas Novas um rastreio auditivo e um *test drive* de mobilidade. Recorde-se que segundo a Organização Mundial da Saúde, cerca de 400 milhões de pessoas no mundo sofrem de perda auditiva, sendo que aproximadamente 38% têm mais de 65 anos e 8% são crianças e adolescentes até aos 15 anos de idade.

No interior da delegação teve lugar o rastreio auditivo, onde um técnico especializado realizou, a cada freguês, alguns despistes com o auxílio de um audiómetro, que permite efetuar um rápido diagnóstico da capacidade auditiva humana através de estímulos acústicos e vibracionais, bem como uma otoscopia que consiste num exame visual do canal auditivo externo e do tímpano, utilizado para diagnosticar várias patologias (inflamações, infeções, corpos estranhos, tampões de cerúmen).

Já no espaço exterior da delegação, teve lugar a realização de um *test drive* de mobilidade, com uma *scooter* sénior de mobilidade, a qual alia o conforto e design à tecnologia.

Esta iniciativa contou com a presença e participação do Presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, e da vogal da Saúde, Leonor Sousa.



Cerca de 400 milhões de pessoas no mundo sofrem de perda auditiva, sendo que aproximadamente

**38%** têm mais de 65 anos e

**8%** são crianças e adolescentes até aos 15 anos de idade.



## QUENTES E BOAS



A Escola Básica e Jardim de Infância Mestre Arnaldo Louro de Almeida assinalou o Dia de São Martinho com um Festival de Outono e um saboroso magusto, onde estiveram presentes o Presidente da Junta de Freguesia, Daniel Gonçalves, a vogal da Educação, Leonor Sousa, e o presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação daquela instituição de ensino, Ricardo Quaresma.

Durante o festival, as crianças fizeram apresentações musicais e teatrais, além de contarem histórias acerca da origem do São Martinho. Mas as “estrelas” do Festival de Outono não foram apenas as crianças, tendo também atuado duas associações do Bairro de Santos ao Rego, designadamente a Associação de Serviço e Apoio Social e a Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego.

Do outro lado da freguesia, também a Escola Básica de São Sebastião da Pedreira assinalou esta efeméride com um tradicional magusto, oferecido pela Junta de Freguesia.

## ACP KIDS NAS ESCOLAS

No dia 20 de outubro, as escolas do 1.º Ciclo do ensino básico da rede pública da freguesia receberam a visita do Presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, Daniel Gonçalves, da vogal da Educação, Leonor Sousa, e do presidente do Automóvel Club de Portugal, Carlos Barbosa.

O objetivo da visita foi sensibilizar as crianças para o tema da educação rodoviária, pelo que durante a visita foi entregue a cada aluno um *kit* ACP Kids. Cada *kit* é composto por uma carta dirigida aos pais e encarregados de educação, o livro “João no Rally de Portugal”, integrante do Plano Nacional de Leitura, um calendário escolar e um conjunto de atividades lúdico-pedagógicas.

Mais do que ensinar regras do Código da Estrada, o programa ACP Kids pretende inculcar regras de segurança rodoviárias nos mais novos, tornando-os “embaixadores” das boas práticas junto dos pais e amigos. Como atravessar a rua, com e sem passeadeira, como circular de bicicleta na via pública, como andar num automóvel em segurança ou como respeitar a sinalética na estrada são algumas das questões que as crianças trabalham na sala de aula.



Mais do que ensinar regras do Código da Estrada, o programa ACP Kids pretende inculcar regras de segurança rodoviárias nos mais novos.



# Breves

## CABAZES SOLIDÁRIOS

No decorrer deste trimestre, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas, no âmbito de um protocolo com o Rotary Club de Lisboa Oeste, tem prestado um apoio continuado às famílias mais carenciadas da freguesia.

Este acordo prevê, durante um período de 11 meses, a oferta de cabazes alimentares a duas famílias residentes na freguesia. Através dos serviços sociais da Junta de Freguesia são identificados dois agregados familiares que apresentem uma situação económica e social elegível para o efeito.

## ÁGUA ESSENCIAL

A 19 de outubro, na sequência da rutura da conduta da EPAL, no cruzamento da Avenida Defensores de Chaves com o Campo Pequeno, que impediu o abastecimento de água nas habitações envolventes, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas forneceu aos vários fregueses, afetados por esta adversidade, garrafões de água para as necessidades prementes do dia-a-dia.

## AUTARQUIA DE PORTAS ABERTAS

A 11 de novembro, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas abriu as portas a uma delegação da Junta de Freguesia do Parque das Nações para apresentar as soluções de software utilizadas pela nossa autarquia no dia a dia. Durante a visita, a comitiva da autarquia do Parque das Nações teve oportunidade de ver a aplicação prática destas ferramentas nos diferentes gabinetes, desde o programa utilizado na gestão documental, passando pelo sistema de contabilidade autárquica, bem como as aplicações utilizadas pelo gabinete de Recursos Humanos e pela Tesouraria.

## PSICOLOGIA 55+

Através do Gabinete de Apoio Psicosocial, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas disponibiliza o serviço "Psicologia 55+", dirigido a utentes com 55 ou mais anos.

O atendimento está sujeito a marcação e tem lugar às sextas-feiras, em Picoas, nomeadamente na Delegação da Junta de Freguesia (Picoas Plaza, Rua Tomás Ribeiro, 65, Loja C1.15).

## Em agenda

### #AQUECERCORAÇÕES

06/01 SEXTA-FEIRA

Pelo segundo ano consecutivo, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas promove, na noite do Dia de Reis (6 de janeiro), a iniciativa #AquecerCorações, que resulta na entrega de agasalhos, sopa e bolo-rei aos sem-abrigo da freguesia. Esta ação conta com o apoio da Remax4Ever e do Restaurante Maracanã.

Pode participar nesta ação solidária através da entrega de agasalhos nos pontos de recolha:

- Delegações da Junta de Freguesia (Av. Marquês de Tomar, 106 A; Picoas Plaza, Rua Tomás Ribeiro, 65, Loja C1.15)
- Piscina da Junta de Freguesia de Avenidas Novas (Rua Cardeal Mercier)
- Remax4Ever (Av. António Augusto de Aguiar, 25 B/C)

### O SENHOR DOS ANÉIS

DE 06/01 A 08/01

O Coro e a Orquestra Gulbenkian, juntamente com o Coro Infanto-Juvenil da Universidade de Lisboa, interpretam o repertório musical do filme "O Senhor dos Anéis: As Duas Torres", entre 6 e 8 de janeiro, no Grande Auditório da Fundação Calouste Gulbenkian.

Orientada pelo maestro Ludwig Wicki, esta apresentação ao vivo terá como fundo a projeção do filme de Peter Jackson.

## O CHOCOLATE EM LISBOA

DE 09/02 A 12/02

De 9 a 12 fevereiro, "O Chocolate em Lisboa" regressa à Praça do Campo Pequeno, onde estarão reunidos os melhores projetos artesanais de chocolate, marcas nacionais e internacionais de prestígio e alguns dos mais renomados chefes e mestres chocolateiros.

Num total de mais de 80 expositores será possível encontrar chocolates de países e proveniências tão diferentes como Portugal, Bélgica, Suíça, Espanha, França, Itália, Inglaterra, São Tomé e Príncipe, Gana, Perú, México, EUA, Vietname e Venezuela.

## PAVILHÃO CARLOS LOPES

18/02 DOMINGO

A 18 de fevereiro, vai reerguer-se na freguesia de Avenidas Novas um dos mais emblemáticos elementos do património histórico e cultural de Lisboa, o Pavilhão Carlos Lopes, destinado a eventos culturais e desportivos.

Depois de ter estado encerrado durante mais de uma década, o pavilhão volta a abrir as portas no dia em que o ex-atleta e campeão olímpico Carlos Lopes comemora 70 anos.

## MERCADO GOURMET

DE 03/03 A 05/03

Em 2017, a Praça do Campo Pequeno vai recriar, uma vez mais, o espírito dos mercados antigos portugueses, adaptando-o à temática gourmet, e aproximando os produtores nacionais de maior qualidade do público em geral. O Mercado Gourmet apresentará, entre 3 e 5 de março, uma montra de produtos nacionais de excelência na área alimentar.

# O imobiliário nas Avenidas Novas

O mercado imobiliário em Lisboa vive uma situação curiosa, em que de um lado se verifica falta de oferta de produto e do outro se assiste a uma procura significativa por parte de clientes estrangeiros, de investidores e no segmento da habitação própria. É neste contexto que importa situar as Avenidas Novas.

Tendo em conta que zonas da capital como a Baixa-Chiado e o Príncipe Real registaram uma subida fortíssima de valores, que já oscilam entre os 5 mil e os 8 mil euros/m<sup>2</sup>, as Avenidas Novas são hoje uma alternativa real, oferecendo uma margem de crescimento mais atrativa dos preços dos imóveis. Nesta freguesia, os valores variam atualmente entre os 4 mil e os 7 mil euros/m<sup>2</sup> entre imóveis novos ou reabilitados. E, embora escassas, ainda existem oportunidades para remodelação de prédios com valores na ordem dos 2 mil euros/m<sup>2</sup> e de apartamentos com preços a rondar os 2.500 euros/m<sup>2</sup>.

Não admira, por isso, que as Avenidas Novas sejam, cada vez mais, uma opção natural para quem quer investir numa perspectiva de mais-valia a médio e longo prazo. É o caso, designadamente, dos requerentes dos chamados vistos “gold” onde obrigatoriamente a permanência do investimento é de cinco anos.

Atualmente, a obtenção de um visto “gold” obriga a um investimento mínimo de 500 mil euros. Contudo, em zonas de reabilitação urbana, como é o caso das Avenidas Novas, o investimento inicial pode ser reduzido a 350 mil euros. A freguesia oferece ainda a vantagem de os investidores poderem aqui encontrar uma ampla variedade de estilos arquitetónicos, ao contrário de outras zonas da cidade, como Telheiras ou o Parque das Nações, onde prevalece unicamente a arquitetura moderna.

A procura de um visto “gold” tem, por regra, como principais razões o acesso a educação, segurança e trabalho que são possíveis no espaço Schengen e acessíveis a países como a China, Rússia, Angola ou Brasil, entre outros, que vivem momentos conturbados em termos económicos ou de indefinição quanto ao futuro. A nossa perceção é que as aquisições destes investidores estrangeiros não visam apenas o investimento de curto prazo, mas, sim, a criação de condições para que os seus filhos e netos possam ter acesso a uma realidade diferente. Nesta perspetiva, acreditamos que serão sempre bem-vindos às Avenidas Novas.

Acresce que Lisboa ainda representa uma grande oportunidade de investimento na Europa, comparativamente com outras capitais, como Londres, Paris ou Madrid, onde os valores do imobiliário já não permitem ganhos no médio/longo prazo. Por outro lado, Lisboa tem tido uma procura turística significativa, sendo que os imóveis localizados em zonas centrais, como é o caso das Avenidas Novas, têm um potencial de exploração turística com uma rentabilidade acima da média – onde além do ganho na valorização do imóvel, o investidor pode retirar uma rentabilidade considerável.

Para 2017, e à semelhança de 2016, perspetivamos um ano de crescimento, com o imobiliário a manter-se como uma boa oportunidade de investimento.

*Artigo escrito por Ana Gomes, David Gomes e José Quinteiro, brokers da Re/max 4Ever.*



# Pelas pessoas, de alma e coração

A Fundação São João de Deus (FSJD) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sediada na freguesia de Avenidas Novas, nomeadamente na Av. Júlio Dinis, n.º 23, 1.º esquerdo.

Criada em 2006, pela Província Portuguesa da Ordem Hospitaleira de São João de Deus, a FSJD apoia pessoas em situação de vulnerabilidade, de forma inovadora e sustentada, promovendo a saúde mental e o envelhecimento ativo, ao estilo de São João de Deus, a sua figura inspiradora.

Promover, coordenar e patrocinar a investigação, a formação, a assistência, o empreendedorismo e a cooperação nas áreas da saúde, da integração social e comunitária, do desenvolvimento humano e do melhoramento da prevenção, assistência e reabilitação dos doentes são as premissas que regem a missão desta fundação. O seu trabalho assenta sobretudo na hospitalidade, onde a qualidade, o respeito e a responsabilidade estão sempre em primeiro lugar.

Cada dia na fundação é dia de olhar para e pelos outros, razão mais do que suficiente para levar a instituição a pôr em marcha um conjunto diversificado de projetos. Através da iniciativa “Ferro de Soldar”, a FSJD realiza pequenas reparações domésticas, com vista à melhoria das condições de habitabilidade e de segurança de adultos com mais de 50 anos.

Noutro âmbito, nasceu o programa “Somos Por Si”, o qual visa ajudar os idosos que se encontram em situação de isola-



mento social e sem apoio familiar. No quadro deste programa, é realizada previamente uma avaliação das necessidades da pessoa e é definido o plano de intervenção. O “Somos Por Si” prevê, por exemplo, o acompanhamento das tarefas quotidianas, como consultas médicas, a organização de atividades sociais e culturais, bem como o estímulo das funções cognitivas.

“Mantinhas solidárias” é mais um projeto desenvolvido pela Fundação que consiste na elaboração de mantas e agasalhos em lã que são doados a instituições sociais que apoiam crianças e bebés.

Outro dos projetos inovadores da instituição é o “Space4U – Cowork Solidário” que consiste num espaço de tra-

balho partilhado com outras pessoas, a custos reduzidos, que possibilita a troca de ideias e a partilha de conhecimentos, potenciando assim a criação de sinergias. Por outro lado, o recurso a este serviço garante a sustentabilidade dos projetos sociais da fundação.

Além da sua atuação no território nacional, onde possui delegações na Guarda, Évora, Porto, Braga e Vila Nova de Gaia, a Fundação São João de Deus exerce um papel ativo em vários países em vias de desenvolvimento ou subdesenvolvidos, sobretudo ao nível da ajuda humanitária de emergência ou de calamidade pública, de reabilitação e de desenvolvimento social e comunitário.



# Uma tacada certeira



A Academia de Bilhar de Lisboa – Bola Branca é uma associação sem fins lucrativos, sediada na Rua Pinheiro Chagas, 19 A. Fundada em 2014, a associação tem como principal objetivo a promoção da prática do bilhar enquanto modalidade desportiva.

Neste sentido, a coletividade apoia diversas atividades e promove, por exemplo, a compatibilização entre o percurso desportivo e a frequência universitária, através da concessão de uma bolsa de estudo.

Neste clube, e apesar da sua juventude, estão reunidas as condições para proporcionar uma agradável prática de bilhar a todos os amantes da modalidade, sejam jovens, adultos ou idosos. E se é certo que o bilhar vem sempre em primeiro lugar, a verdade é que possível encontrar uma panóplia de atividades para todos os gostos, incluindo a carambola, pool, snooker, ping-pong e até os mais tradicionais xadrez e damas.

Com o objetivo de proporcionar a todos os praticantes de bilhar uma experiência competitiva e formativa, a Academia de Bilhar de Lisboa aposta no desenvolvimento de programas de formação, lazer e competição, ajustados às necessidades dos seus utilizadores.

## UM CARTÃO CHEIO DE VANTAGENS

A Academia de Bilhar de Lisboa é um estabelecimento aderente do Cartão FAN - Freguês Avenidas Novas. Assim, todos os portadores do Cartão Freguês, mediante a apresentação do mesmo neste estabelecimento, beneficiam de:

- 20% de desconto na tarifa horária de utilização de mesas;
- 50% de desconto na tarifa de sessões de aprendizagem;
- 10% de desconto na tarifa anual dos cacifos para tacos.

Se ainda não aderiu ao Cartão FAN, informe-se numa Delegação da Junta de Freguesia.



SODOKU

4		9			8			5
	7				9	2	8	
		3		4	7		9	
	6		7		5	4		
	8	1	6			3	7	
		4		9			2	
	5		1	8		9		
	4	6	9				5	
3			4			1		7

PALAVRAS CRUZADAS



Horizontal

1. Nome da Biblioteca-Museu situada na Rua Alberto de Sousa.
2. Casa dedicada ao comércio de chá e café, desde o início da década de 40.
3. Restaurante com longa tradição familiar, localizado na Rua da Beneficência.

Vertical

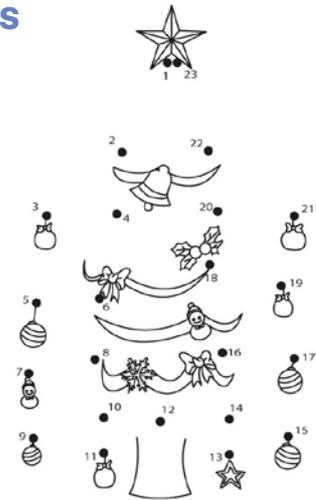
4. Nome de uma das principais avenidas da freguesia.
5. A Casa Artur Prat recebeu, em 1913, uma Menção Honrosa de que prêmio.
6. Nome do jardim junto à Praça do Campo Pequeno.
7. Casa-Museu situada na Av. 5 de Outubro, 6-8, projetada pelo Arquiteto Norte Júnior.

SOPA DE LETRAS

I	K	S	U	S	E	J	U	I	P
N	A	T	A	L	V	E	L	T	R
X	I	Y	A	L	E	R	T	S	E
O	L	J	R	T	N	O	P	O	S
Z	I	F	L	Ç	X	V	E	Q	E
N	M	N	Q	H	J	R	R	Ç	N
B	A	C	A	L	H	A	U	Z	T
O	F	E	E	G	P	V	M	K	E
L	A	A	Z	X	L	Ç	E	O	U
O	C	O	N	S	O	A	D	A	R

- NATAL
- ÁRVORE
- ESTRELA
- PRESENTE
- NEVE
- JESUS
- FAMÍLIA
- AMOR
- CONSOADA
- PERU
- BACALHAU
- BOLO

UNIR PONTOS



SOLUÇÕES:

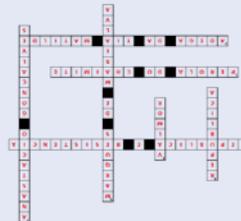
SODOKU

4	1	9	2	8	7	3	5	
6	7	5	3	1	9	2	8	4
8	2	3	5	4	7	6	9	1
9	6	2	7	3	5	4	1	8
5	8	1	6	2	4	3	7	9
7	3	4	8	9	1	5	2	6
2	5	7	1	8	6	9	4	3
1	4	6	9	7	3	8	5	2
3	9	8	4	5	2	1	6	7

SOPA DE LETRAS

I	K	S	U	S	E	J	U	I	P
N	A	T	A	L	V	E	L	T	R
X	I	Y	A	L	E	R	T	S	E
O	L	J	R	T	N	O	P	O	S
Z	I	F	L	Ç	X	V	E	Q	E
N	M	N	Q	H	J	R	R	Ç	N
B	A	C	A	L	H	A	U	Z	T
O	F	E	E	G	P	V	M	K	E
L	A	A	Z	X	L	Ç	E	O	U
O	C	O	N	S	O	A	D	A	R

PALAVRAS CRUZADAS



UNIR PONTOS



# Ginásio

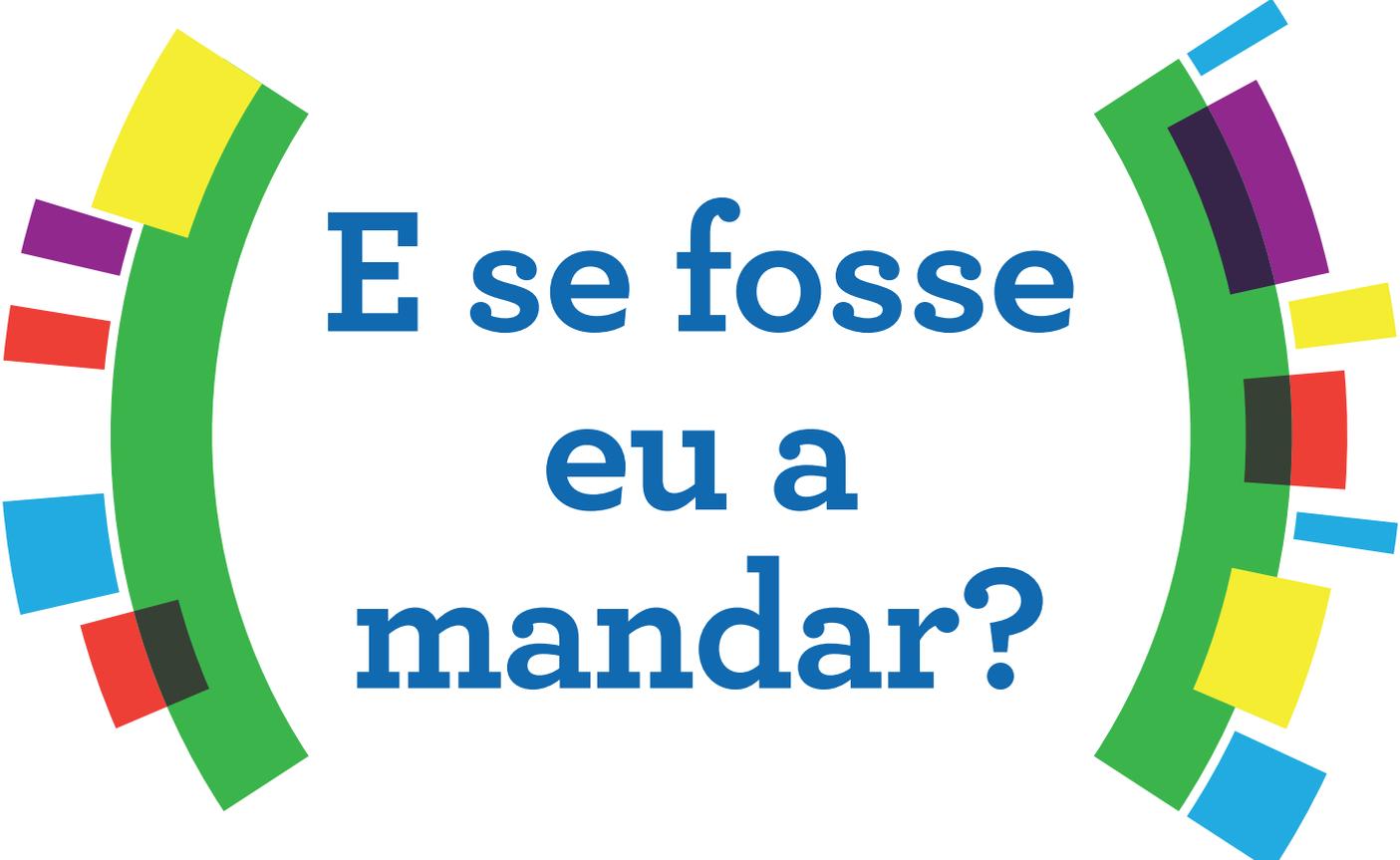
da Junta de Freguesia de Avenidas Novas



Desde

**20** €  
mês

**Visite-nos na Rua Cardeal Mercier e faça um treino experimental grátis, sem compromisso!**



**E se fosse  
eu a  
mandar?**



JUNTA DE FREGUESIA  
**AVENIDAS NOVAS**

*[www.jf-avenidasnovas.pt](http://www.jf-avenidasnovas.pt)*