

EXE CUTI VO.



Ana Gaspar.
Presidente
Pelouros: Associativismo;
Comunicação; Cultura; Educação;
Gabinete Jurídico; Saúde;
Transparência.



Dora Albuquerque. Vogal Pelouros: Ambiente; Espaço Público; Mobilidade; Urbanismo.



Gonçalo Moita. Vogal **Pelouros:** Intervenção Social.



Jorge d'Almeida. Vogal Pelouros: Desporto; Participação Cidadã



José Athayde. Secretário



José Escarameia. Tesoureiro Pelouros: Aprovisionamento e Contratação Pública; Finanças; Património; Recursos Humanos; Secretaria-Geral



Vogal
Pelouros: Higiene Urbana;
Equipamentos; Licenciamentos;
Protecão Civil.

ÍNDICE.

- **03.** Editorial
- **04.** Junta apoia os mais desfavorecidos
- 07. Caixa Solidária
- **08.** Passear com... Bárbara Guimarães
- 11. Junta de Freguesia prolonga isenção de taxas
- 12. Sabores das Avenidas
- 13. Cartão Freguês
- 14. Junta oferece cinzeiros de rua aos comerciantes
- 15. Entrevista ao presidente da EMEL
- 16. A Voz da Vizinha: Professora Tereza Matias
- 18. Junta quer mais segurança
- 20. Entrevista à vogal Dora Albuquerque
- 23. Novas das Avenidas
- **24.** Empreendedores: nova livraria nas Avenidas Novas
- 26. Entrevista ao Chef Vítor Sobral
- **30.** Memória das Avenidas
- 31. Gente com História: Joaquim Pinto



É expressamente proibida a reprodução dos presentes conteúdos sem a autorização da Junta de Freguesia de Avenidas Novas. Todos os direitos reservados.



EDI TO RIAL.

Neste Natal cada gesto faz a diferença

Estamos a viver tempos que marcarão a história das nossas vidas. Enfrentamos uma crise inédita que exige o melhor de todos nós. Este ano, mais do que nunca, devemos assumir o genuíno espírito do Natal. E "solidariedade" é a palavra de ordem. Não queremos uma "nova normalidade", queremos, isso sim, contribuir para mudar a realidade atual.

Enquanto os profissionais de saúde continuam o seu trabalho incansável, compete ao resto da sociedade cumprir os requisitos para travar a epidemia. Mas, a par da crise sanitária, avoluma-se a crise socioeconómica. A Junta de Freguesia de Avenidas Novas tem, desde o início da crise, e em articulação com o Município, tomado medidas para colmatar as carências dos cidadãos mais desfavorecidos, distribuindo refeições gratuitas. Temos também prestado apoio a seniores isolados, bem como a pessoas com doenças crónicas ou dificuldades de mobilidade.

A vida não para e nas outras áreas de ação da Junta o trabalho também não parou. Reforçámos o departamento de higiene urbana com pessoal e equipamento, lançámos campanhas para mantermos a Freguesia limpa e continuámos a intervir para melhorar o espaço público, aumentando a segurança de quem tem mobilidade reduzida. Não esquecendo o ambiente e o bem-estar, tratámos os espaços verdes da Freguesia com o cuidado de sempre. E ainda apoiámos iniciativas dos vizinhos nesse âmbito.

Quando nos virmos livres do vírus, ainda nos veremos a braços com uma grave crise económico-financeira. Os vizinhos já me conhecem: eu ando



a pé na Freguesia, falo com as pessoas, vejo as lojas que fecham, as famílias em dificuldades. Por isso, temos aconselhado os Fregueses a apoiarem o comércio local e a restauração. Do nosso lado, prolongámos até ao final de 2021 a isenção de taxas da ocupação do espaço público, para que a restauração possa sobreviver. Recorrer ao comércio e aos serviços de proximidade é não só um ato de solidariedade, como um contributo para o fortalecimento de uma comunidade que se quer dinâmica e sustentável.

O sentimento de pertença à Freguesia de Avenidas Novas é muito forte e nesta edição apresentamos alguns testemunhos desse vínculo, bem como da generosidade entre vizinhos. Assinalamos ainda gente empreendedora que encontrou na crise uma oportunidade, investindo nas Avenidas Novas. E pensamos também nas novas gerações, especialmente nos alunos das nossas escolas, que veem a sua infância afetada de modo tão complexo. E, claro, não esquecemos as crianças, os idosos e as famílias vulneráveis. Estaremos sempre aqui, perto do coração das Avenidas Novas e dos nossos Fregueses.

AMA GASPAR



****** JUNTA APOIA OS MAIS VULNERÁVEIS *****

Num Natal especial, o melhor presente é a solidariedade

Todos os dias, a Junta e Freguesia de Avenidas Novas distribui gratuitamente 1500 refeições por vizinhos mais carenciados. E este mês voltam a ser distribuídos os tradicionais cabazes de Natal. Tudo para dar mais conforto a quem tem menos.

É uma triste ironia do destino, é verdade, mas provavelmente este é o ano em que, mais do que nunca, se cumpre o espírito do Natal, aquele em que reforçaremos a solidariedade, a preocupação com o próximo, com os pequenos gestos, em detrimento das grandes prendas.

A pandemia, que entrou de mansinho e deixou de pantanas as nossas vidas em 2020 tem sido um duro golpe para muitos, um teste à capacidade de resistência de outros tantos, e um empurrão para o toca a reunir da sociedade civil e das organizações.

Os lisboetas têm levado a cabo iniciativas de apoio espontâneas. Um exemplo são as caixas solidárias (ver página 6). Abastecidas de alimentos por anónimos, permitem a pessoas em dificuldades económicas recolhê-los, salvaguardando também o anonimato. Não podemos esquecer o impacto inédito que a crise está a ter em muitos lares - houve quem sofresse uma reviravolta na sua vida, encontrando-se numa situação que nunca imaginou para si e para os seus.

"Há uma pobreza envergonhada que nos deve indignar a todos. A mim, pelo menos, indigna-me, e sei que não sou a única. Todos conhecemos gente, sejam amigos ou simples conhecidos, que foram tocados por esta crise. Ou ficaram doentes, ou perderam parte do ordenado, ou vieram trabalhar para casa, ou viram os seus negócios ruir", lamenta a presidente da Junta de Freguesia de Avenidas Novas.

Ana Gaspar vai mais longe. "O Natal não vai ser diferente só porque não vamos estar fisicamente

tão próximos como é habitual. O Natal vai ser diferente porque quero acreditar que estamos todos diferentes, porque não podemos deixar de nos preocupar com os vizinhos que temos ao lado".

Mais do que os cidadãos, as autarquias têm a responsabilidade de combater a pobreza e dispõem das estruturas para o fazer. Há casos de carência comprovada, assinalados atempadamente pela Junta de Freguesia e pela Câmara Municipal de Lisboa. Estas duas entidades têm vindo a articular esforços para colmatar as deficiências alimentares desses cidadãos. Na Freguesia de Avenidas Novas são distribuídas, diariamente, 1500 refeições para que 500 pessoas possam alimentar-se condignamente. Há três locais de recolha e faz-se a entrega ao domicílio a fregueses com mobilidade reduzida.

Um grupo especialmente afetado por esta dupla crise é o das crianças em idade escolar. Há alunos dos escalões A, B e NEE do Apoio Social Escolar que dependem diariamente da escola para uma alimentação nutritiva e variada. Naturalmente, eles representam uma grande preocupação da Junta de Freguesia de Avenidas Novas. Quando as escolas encerraram a 15 de março, as juntas de freguesia, em articulação com o Município, colocaram de imediato em prática um plano alimentar para os alunos dos jardins de infância e das escolas básicas. Na escola Mestre Arnaldo Louro de Almeida, passou a ser disponibilizado diariamente um pacote de refeições, contemplando pequeno-almoço, almoço e lanche, a cada aluno nas condições acima referidas, incluindo os da outra escola do agrupamento Marquesa de Alorna que pertence à nossa Freguesia, a EB1 São Sebastião da Pedreira.

A partir do momento em que, em março, o Governo e as autoridades de saúde deram o alerta de pandemia, a Junta Freguesia de Avenidas Novas respondeu às necessidades básicas e urgentes de quem mais precisava, nomeadamente auxiliando pessoas em situação de isolamento com mais de 65 anos ou com doença crónica ou, ainda, aquelas que se encontravam em quarentena, e que não podiam fazer as suas compras. Mais recentemente, em colaboração com a Administração Regional de Saúde, a Junta agilizou o processo de vacinação gratuita contra a gripe, mobilizando pessoal e





instalações, num esforço fundamental para evitar sobrecarregar ainda mais os hospitais.

Porém, a sua Junta não esqueceu outras necessidades dos Fregueses que, pela sua natureza, são menos visíveis, mas não menos importantes, nomeadamente as da vertente psicológica. Tem sido amplamente referido o impacto mental da pandemia, designadamente com o confinamento, a distância dos entes mais queridos, a falta daquele contacto físico tão português como o abraço, o aperto de mão ou os beijinhos. E, acima de tudo, a incerteza permanente que se instalou nas nossas vidas. Para fazer face a tudo isto, e com a colaboração da psicóloga Madelon Schamarella, a Junta disponibilizou uma linha de apoio psicológico e divulgou vídeos sobre o tema, bem como textos emanados da Ordem dos Psicólogos sobre as várias formas de ultrapassar os obstáculos mentais levantados pela pandemia. E, seguindo o adágio "mente sã em corpo são", os nossos professores, gravaram vídeos caseiros que a Junta divulgou nas suas redes sociais para que os fregueses, de todos os níveis de mobilidade, pudessem fazer exercício em casa.

Na época do Natal, as carências que certas pessoas enfrentam tornam-se ainda mais evidentes. Para amenizar um pouco as suas privações, e como já é tradição, a Junta de Avenidas Novas distribui neste mês de dezembro um Cabaz de Natal a fregueses e famílias que se encontram nas referidas situações de carência. "Apesar de tudo o que já disse, o Natal tem de continuar a ser a festa da família por excelência e, com este cabaz, a Junta quer levar a lares vulneráveis um pouco do que devia ser o Natal em todas as casas, com aqueles extras que enriquecem a ceia e alegram a alma." E conclui: "Queremos que a inclusão seja cada vez mais uma realidade na nossa cidade. Queremos uma Freguesia de todos e para todos."





***** CAIXA SOLIDÁRIA *****

"Se todos ajudarmos não custa quase nada"

É apenas um gesto, mas conta. As caixas solidárias alimentadas por cidadãos anónimos são uma forma de contrariar a pobreza envergonhada que a pandemia veio destapar. Felizmente, por cá, também há quem estenda a mão ao próximo.

Maria Emília tem 67 anos. Mora na Avenida 5 de Outubro "há mais de 30 anos" e diz que "nunca como hoje" viu tanta gente "a precisar de ajuda e com vergonha de pedir". Frequenta a igreja com uma amiga e ajuda sempre que pode, com roupas, cobertores e comida. Por isso, quando viu aparecer uma Caixa Solidária no cruzamento da 5 de Outubro com a Elias Garcia, não hesitou.

"Não sei quem pôs aqui a caixa. Mas sei que é uma ajuda importante", conta-nos, enquanto dobra em quatro um saco de plástico, agora vazio. "Fui ali ao Pingo Doce fazer umas compras e também trouxe

um saco para aqui", explica. "Não é muito, é o que posso dar, mas se todos ajudarmos um pouco, não custa quase nada", sentencia.

Esparguete, arroz, feijão, leite, quatro carcaças, um cacho de bananas e três latas de atum ocupam a Caixa Solidária. "Se passarmos daqui a uma hora, já não resta nada", alvitra Maria Emília. "Eu não sei quem são as pessoas que aqui vêm recolher a comida, mas já encontrei aqui vizinhos a abastecerem a caixa". "Eu tenho a minha reforma, a pensão do meu marido e ainda limpo dois escritórios, tenho o suficiente para comer". "Mas a minha filha está desempregada, porque a empresa dela fechou por causa da Covid. Há muita gente assim, é preciso ajudarmo-nos uns aos outros. Eu sei que a igreja ajuda, sei que a Junta ajuda, mas todos temos de fazer alguma coisa", diz enquanto se despede.

Emília parte e nós com ela. Duas horas depois, fomos verificar a sua previsão: a Caixa Solidária estava de novo vazia. Oxalá tenha ajudado a tornar mais calorosos os dias seguintes de quem ali se abasteceu...



***** PASSEAR COM... BÁRBARA GUIMARÃES *****

"Viver aqui é ótimo. Tenho ao pé de casa tudo o que preciso."

Tem casa nas Avenidas Novas há quase 20 anos. É cá que vive, na Defensores de Chaves, "perto de tudo, num bairro amigável" onde se sente "protegida". Fomos às compras com Bárbara Guimarães no comércio local. A apresentadora fez-nos a visita guiada pelas lojas da sua vida no "bairro dos afetos".

"Às dez e quarenta e cinco no cabeleireiro da Nela, ok?", pede-nos Bárbara Guimarães ao telefone, cinco dias antes, quando combinámos a reportagem. À hora indicada lá surge ao virar da esquina, de blusão rosa, óculos escuros e mala na mão. Um sorriso, uma cotovelada e estão feitos os cumprimentos. "Vamos lá a esta visita guiada", afirma a apresentadora da SIC, 47 anos, e residente na Freguesia de Avenidas Novas. "Este bairro é o meu porto de

abrigo, é um bairro dos afetos", explica, enquanto vamos andando. "Aqui há de tudo, e existem lojas onde eu venho desde que era solteira. Esta gente conhece-me a mim e aos meus filhos e isso é uma grande segurança".

Do quiosque onde compra o jornal, aos "melhores croquetes" da pastelaria Sophia, passando pelo cabeleireiro da Nela, "os amigos da Flor das Avenidas", a Farmácia Leonel Pinheiro, as roupas da Casa Xangai ou "as perdições" da Pérola do Chaimite. Bárbara vai percorrendo a pé, qual guia-turística, as ruas. Vai olhando para os lados, gesticulando, fitando a câmara com a destreza de quem faz televisão há mais de 25 anos. "Viver aqui é ótimo. Tenho uma paz e uma serenidade e estou no centro de Lisboa". Talvez por isso seja por aqui que Bárbara aproveita para fazer grande parte das prendas de Natal. "Não são todos, mas para o Natal deste ano há muitos presentes que foram comprados aqui. É importante comprar local, apoiar o comércio tradicional. Mais ainda num ano como este", recomenda Bárbara Guimarães.



Rodrigues Cabeleireiro

Está na esquina da Visconde de Valmor com a Defensores de Chaves. "Chama-se Rodrigues Cabeleireiro, mas toda a gente conhece como a Nela", explica Bárbara. Nela é Manuela e é ela, orgulhosa, que há muitos anos dá um jeito ao cabelo da apresentadora. "Foi assim de repente. Um dia passei, entrei e gostei. Nunca mais deixei de vir cá. E a família também vem". Nela vai acenando com a cabeça, enquanto com a escova vai trabalhando o cabelo da cliente. "É um luxo ser tratada assim à porta de casa. É prático, é familiar e é de confiança".



Flor das Avenidas

Sentada na esplanada, Bárbara Guimarães mexe com a colher a chávena de café cheia. O pacote de açúcar está intacto. "Não me esqueci", diz sem nada perguntarmos, talvez percebendo o nosso olhar. "Não uso açúcar no café, mas não o bebo sem mexer", diz entre gargalhadas. Estamos sentados na Flor das Avenidas. "Este é um dos meus cafés. Venho aqui todos os dias. Ou aqui ou ali no Sophia, que é dos mesmos donos e que tem os melhores croquetes do mundo". Fernando Ferreira, proprietário, aproxima-se da mesa. "Sr. Fernando, há quantos anos nos conhecemos?", pergunta Bárbara.

Uma pausa e a resposta. "Ui, há 25 anos ou mais. A menina Bárbara é como se fosse família", conta o empresário, que acrescenta que a Flor das Avenidas "já está enraizada no bairro há mais de 40 anos". O segredo do sucesso é "a qualidade da matéria prima". "Somos conhecidos pelas nossas empadas, mas toda a comida é muito boa". Bárbara interrompe. "É, sim senhor. Às vezes também almoçamos, que a minha filha adora os croquetes com arroz. E eu a Feijoada à Transmontana. Sou uma boa boca", ri-se.



Casa Xangai

"Bom dia, quero ver roupões quentinhos, por favor", pede Bárbara. Estamos na Casa Xangai, em plena Avenida da República, bem ao lado da Versalhes, "Venho aqui há anos, tem sempre coisas de boa qualidade numa loja que é um oásis com um toque clássico", justifica a apresentadora, que quer "despachar as prendas de Natal o quanto antes". "Este ano quero comprar muita coisa por aqui, pelo comércio de bairro. É uma forma de ajudar gente que precisa de ser apoiada e que nos acarinha há tanto tempo". Os roupões expostos não são tão quentinhos como Bárbara quer. Vê outras peças de que gosta. "Não tenho é o tamanho que quer, mas arranjo-lhe", promete Rita Mega, a proprietária da Casa Xangai. "Ah, isso é bom. Quer ficar com o meu número de telefone e avisa-me quando chegar?", pergunta Bárbara. "Eu acho que tenho. Se ainda for o mesmo...", riposta a funcionária, vasculhando um caderninho. Dez segundos depois, mostra-lhe uma folha com o nome da apresentadora. "É este o número, não é?". "É esse mesmo, está perfeito". Rita sorri com a resposta. Vê-se que está orgulhosa e feliz com a casa que está na família desde 1953.



Quiosque da Rita

"Apresento-vos a Rita, a mais nova aquisição do bairro". Em jeito de brincadeira, Bárbara aponta para a jovem que estás atrás do balcão do quiosque metálico, que tem jornais e revistas em exposição. "Abrimos há pouco tempo, mas sou eu que guardo o jornal todos os dias à Bárbara", explica com um sorriso franco e nada envergonhado. "Ao fim de semana, o Expresso esgota aqui. Mas felizmente a Rita guarda-me sempre um exemplar", diz o rosto da SIC. "Isto não se paga. É esse conforto, é essa proximidade que eu gosto aqui no bairro. No fundo, toda esta gente, mesmo aquela que chegou há pouco tempo, como a Rita, é uma espécie de extensão da família".



Farmácia Leonel Pinheiro e Jardim Arco do Cego

Bárbara Guimarães está a jogar em casa. Domina os caminhos. A meio da Defensores de Chaves, bem ao lado da pastelaria Londrina, entra por um beco. "Vamos por aqui até à farmácia. Parece que estamos no campo. Não há carros, há árvores de fruto, respira-se uma grande tranquilidade". O "corta-mato" há de levar-nos à Farmácia "do senhor Leonel", na Rua D. Filipa de Vilhena, nos limites da Freguesia de Avenidas Novas. "Há anos que são os

mesmos empregados e habituei-me a telefonar, a dar o número da receita e os códigos, fica tudo preparado e pago, e depois eu passo só para levantar". Na farmácia não há autorização para filmar e fotografar, seguimos viagem. "Vamos ali à Duque d'Ávila, que eu quero falar-vos da feirinha". A "feirinha" é a Feira d'Ávila, que se realiza às quintas e sextas-feiras e que é a perdição de Bárbara Guimarães. "Adoro. Já conheço as bancas e os comerciantes. As Antiguidades do Tiago, os pães e queijos caseiros, as bancas de roupa. Adoro passear por aqui, por esta avenida larga, que ficou muito bonita e junto aqui ao Parque do Arco do Cego".



Pérola do Chaimite

"O que faz desta casa tão linda, tão linda?", pergunta Bárbara à entrada, "Talvez a idade, A idade representa algum peso. Estamos aqui desde 1938". Luís Freitas, sócio-gerente da Pérola do Chaimite, na Duque d' Ávila, dá as boas-vindas à apresentadora e vai-lhe satisfazendo a curiosidade. "Tentámos manter o design clássico, porque é isso que nos torna diferentes. E toda a maquinaria e mobiliário também". O empresário reconhece que "o negócio foi afetado pela pandemia: menos clientes, algum receio, mas a casa adaptou-se às normas de segurança". Bárbara parece uma criança numa loja de rebuçados. A metáfora não é despropositada. "Vejo que continua a ter aqui tudo o que é mais tentador: o café, que dá fama à casa, bombons, chocolates, os licores, as compotas e os doces. Ainda têm aquele doce de tomate fantástico? É o meu preferido". A apresentadora está com sorte. Enquanto paga, Bárbara explica: "As pessoas só falam do doce de abóbora com o requeijão, mas experimentem o doce de tomate. É ótimo!".



***** JUNTA DE FREGUESIA PROLONGA ISENÇÃO DE TAXAS *****

Apoio à restauração até ao fim de 2021

Negócios encerrados, restaurantes em take away e com lotação diminuída, o medo dos recintos fechados, os horários reduzidos. 2020 vai ficar na memória dos pequenos comerciantes como o ano em que as faturações caíram a pique.

Com o crescimento da pandemia, a restauração voltou a ser um dos sectores mais afetados. A redução da faturação chega a 60% e "só o alargamento das esplanadas é que impediu que a queda fosse maior". Pedro Caseiro, um dos gerentes da pastelaria Tim-Tim, no cruzamento da 5 de Outubro com a Elias Garcia, sabe os números de cor. "Em novembro faturámos menos 60% do que no mesmo mês em 2019". Pior foi o primeiro semestre. "A seguir ao confinamento foi um desastre. Faturámos 10% do habitual no verão". Contas feitas, o gerente da pastelaria, que "dá de comer a 14 famílias", conta que a faturação anual vai cair 50%.

A situação levou a Junta de Freguesia de Avenidas Novas, em colaboração com a Câmara, a isentar temporariamente as taxas de ocupação do espaço urbano para a instalação ou alargamento de esplanadas. "Tínhamos de fazer alguma coisa. Os decisores políticos têm de agir para resolver problemas", explica a presidente da Junta. Ana Gaspar acrescenta "que há sempre quem se queixe, mas felizmente tivemos muito mais compreensão do que críticas. As pessoas entendem que precisamos de ser solidários nesta fase".

A medida do Executivo foi bem aceite pelos comerciantes. "Foi a nossa sorte. Uma benesse fabulosa da Junta, que nos permitiu resistir", afirma o gerente da Tim-Tim, que acrescenta que "70% da faturação é feita cá fora, porque as pessoas têm medo de entrar". "A esplanada permitiu-me ter o dobro dos lugares sentados. Se eu, com o dobro dos lugares, mesmo assim só faturo 40% do que faturava, acho que é fácil tirar conclusões".

Ana Gaspar já decidiu: "com o prolongar da pandemia e da situação económica, vamos manter esta medida de isenção de taxas até dezembro do próximo ano".



***** SABORES DAS AVENIDAS *****

Comes e bebes para todos os gostos

Sabores das Avenidas: na nossa Freguesia, em todos os Bairros, há restauração e pratos para todos os gostos.

Casas históricas ou novas apostas da restauração. Comida típica portuguesa ou gastronomia internacional. Refeições rápidas ao balcão, ou jantares sofisticados em cadeiras almofadadas. A riqueza desta freguesia mede-se também pela quantidade e variedade de restaurantes no seu território.

A Junta de Freguesia valoriza a restauração local e a diversidade de sabores que é possível encontrar nas Avenidas Novas. Por isso, lançou um repto a restaurantes, snack-bares, pastelarias, quiosques e outros estabelecimentos que servem refeições: mostrarem o que têm de melhor no seu cardápio.

O objetivo é intensificar o consumo na restauração local, motivando residentes e trabalhadores das Avenidas Novas a consumir localmente - uma

forma de dinamizarmos a economia da nossa freguesia. Do menu de degustação ao bitoque, das refeições rápidas à slow-food, tudo vale se é para alimentar bem, a custos também diversificados.

Como é natural, esta proposta teve bom acolhimento junto dos comerciantes, cuja faturação baixou significativamente em 2020, por causa da pandemia. Já são oito dezenas de estabelecimentos e a lista de inscritos não para de crescer. Procure as casas com o selo "Sabores das Avenidas". Dos restaurantes mais faustosos ao pequeno café de esquina, todos têm as suas especialidades, os seus sabores e o seu ambiente. Bom apetite!

NOTA: Pode encontrar a lista completa dos estabelecimentos aderentes no sítio da Junta de Freguesia de Avenidas Novas.

As Avenidas Novas têm muito bons cafés e restaurantes. Aproveite-os. Consuma na nossa Freguesia.



***** VAMOS APOIAR O COMÉRCIO LOCAL *****

Cartão Freguês dá cada vez mais descontos

São várias dezenas de estabelecimentos e serviços locais onde pode apresentar o seu Cartão Freguês e fazer poupanças. Não perca tempo.

O Cartão Freguês, emitido pela sua Junta de Freguesia, oferece aos titulares o acesso a bens e serviços em condições vantajosas nas Avenidas Novas. Com um vasto conjunto de parcerias, o cartão proporciona aos fregueses, bem como a quem trabalha na Freguesia, descontos em áreas tão variadas como a restauração, a cultura, o desporto, o vestuário e os serviços, entre outras. E há descontos que podem variar entre os 10 e os 50%.

Esta iniciativa da sua Junta de Freguesia visa dinamizar a economia local, promovendo a preferência da população pelos bens e serviços

oferecidos pelos estabelecimentos ou entidades das Avenidas Novas. Agora, mais do que nunca, o comércio local precisa de si. É no comércio tradicional que conhece quem está ao balcão e a qualidade dos seus produtos, é na loja da esquina que troca dois dedos de conversa e sabe as notícias do bairro, é no café da sua rua que é bem recebido e nem precisa de dizer o que vai tomar.

Se já tem o Cartão Freguês, use-o sempre que possível e faça economias. Se ainda não o tem, de que está à espera? Custa apenas 1 euro. Adira já!

Até ao momento, são estes os estabelecimentos aderentes, mas a lista está a crescer diariamente. Consulte a lista completa, os contactos e os descontos no site da Junta de Freguesia, no botão Cartão Freguês, no topo da página.

Neste Natal compre local. Ao fazer as suas compras no comércio tradicional está a dinamizar a economia da Freguesia.



***** JUNTA OFERECE CINZEIROS DE RUA AOS COMERCIANTES *****

Beatas no chão, não!

A nova campanha da sua Junta de Freguesia tem como objetivo acabar com os passeios cobertos de beatas à porta dos estabelecimentos comerciais.

As Avenidas Novas, sobretudo o seu eixo central, são uma das zonas mais movimentadas de Lisboa. Pelas muitas pessoas que aqui vivem e trabalham, numa área cosmopolita, cheia de comércio e de serviços. Mais gente significa, normalmente, mais lixo. E se é certo que o esforço tem de ser de todos, também é verdade que cabe às autarquias zelar pela higiene urbana. É por isso que a sua Junta de Freguesia tem feito um grande investimento para manter o espaço público mais limpo. Desde o início da pandemia, contratou e formou mais pessoal e adquiriu novo equipamento de higiene urbana, tanto para responder às restrições de trabalho com as equipas a trabalharem em espelho - como para reforçar a segurança sanitária. Porém, a limpeza da nossa Freguesia reguer a participação de todos.

Um dos maiores flagelos em matéria de higiene no nosso território - e por toda a cidade - são as beatas atiradas para o chão. Desde que é proibido fumar no interior dos estabelecimentos comerciais, alguns clientes passaram a fumar no exterior, cobrindo, em variadíssimos casos, o passeio de beatas. Com o objetivo de promover o civismo dos fumadores mais distraídos, a Junta desenvolveu mais uma ação para melhorar a salubridade do nosso espaço público: começou a distribuir gratuitamente cinzeiros de rua pelos comerciantes da Freguesia. Com um cinzeiro à porta, mais facilmente os fregueses e visitantes fumadores deitarão a beata no sítio certo. Márcia Cruz, da pastelaria "A Presidente", que foi das primeiras comerciantes a receber o cinzeiro, testemunha: "O cinzeiro é muito importante para manter o nosso espaço limpo e espero que todos colaborem."

Assim, se é comerciante, tem um estabelecimento na Freguesia de Avenidas Novas e os seus clientes fumam no exterior, a Junta tem um cinzeiro de rua gratuito para si. Não hesite. Significa menos trabalho de limpeza para si e um estabelecimento mais atrativo para os clientes. Peça o seu através do email comunicacao@jf-avenidasnovas.pt



PRESIDENTE DA EMEL

**** DÁ GARANTIA A RESIDENTES ****

"Dísticos são válidos para duas zonas, independentemente da cor."

Entrevista a Luís Natal Marques coloca fim à polémica: os residentes podem estacionar sem limitações nas suas duas zonas. Mesmo nas vermelhas...

Porque é que a EMEL decidiu criar novas zonas de estacionamento com novos tarifários?

A EMEL atua no interesse da cidade de Lisboa e dos seus residentes, mas as decisões finais cabem à Câmara e à Assembleia Municipal. Somos meros executores dos regulamentos aprovados no Município. Foi aberta discussão pública e todas as associações de moradores tiveram oportunidade de contestar ou propor alterações. Nada disto foi feito repentinamente ou pela calada da noite.

Qual é então a lógica subjacente a estas alterações? Agimos em defesa dos residentes. Os problemas de estacionamento em Lisboa não são especialmente provocados pelos residentes, mas por quem vem de fora. A existência de tarifas mais altas serve para obrigar os carros a circular. E isso tem a ver com a necessidade de moralizar a utilização do espaço público e de, com uma maior rotação, haver mais lugares para os moradores.

Quando entram em funcionamento as novas zonas castanhas e pretas? Quais as zonas de Lisboa que vão ter o estacionamento mais caro? Até agora, o estacionamento em Lisboa tinha três zonas: verde, amarela e vermelha. A criação das novas zonas está prevista para arruamentos e bairros de especial sobrecarga, identificados pelo Município – zonas comerciais e com grande atividade económica, como a Avenida da Liberdade ou o Chiado, em que a rotação tem de aumentar. Aí o preço é mais elevado para dissuadir o estacionamento prolongado.

Com a passagem das zonas amarelas a vermelhas nas Avenidas Novas, os residentes receavam não poder estacionar na sua segunda zona, nos casos em que esta passou a vermelha.

O regulamento está em alteração e deverá ser aprovado em Assembleia Municipal até ao fim do ano. Os dísticos de residente continuam válidos. Cada residente com dístico pode estacionar em duas zonas: na sua e noutra, contígua, à sua escolha.

Mas até lá, se alguém estacionar na sua segunda zona, tendo esta passado a vermelha, não será multado?

Não, cada dístico serve duas zonas, independentemente da cor.

Nas redes sociais há moradores que dizem ter sido multados por terem estacionado em zona vermelha...

Não há uma única pessoa nas Avenidas Novas que tenha sido multada por essa razão. E se houve algum erro, será corrigido. Basta fazerem-nos chegar a prova de que foram indevidamente multadas. Repito: os dísticos são válidos para duas zonas, independentemente de serem vermelhas. Quando o fiscal chega ao carro estacionado, verifica o dístico e a zona onde se encontra. Insere a matrícula do carro no seu telefone e confirma que aquele carro pode estar ali estacionado.



s vizinhos estão próximos, sabem ver e escutar. Os bons vizinhos partilham, comunicam, envolvem-se e cooperam no sentido de todos contribuírem para a construção de um Mundo melhor. Ao longo da minha vida pessoal e profissional tive e tenho excelentes vizinhos. Com os vizinhos da Escola, têm-se vivido experiências e mudanças no ensino/aprendizagem que exigem novos desempenhos, novas competências, melhores práticas educativas, a melhoria do ensino e da aprendizagem e o desenvolvimento pessoal e profissional de todos.

A mudança educacional depende dos professores, da transformação das práticas pedagógicas na sala de aula, no sentido de responder às características individuais dos seus alunos. A heterogeneidade social e cultural da Escola implica também uma mudança educacional, que promova uma relação positiva dos alunos com a mesma, a melhoria das aprendizagens e o desenvolvimento das competências pessoais e sociais. A necessidade de todos adequarem as práticas pedagógicas na sala de aula, no sentido de responder às características individuais dos seus Alunos, tornou-se pertinente. Esta consciência influencia a qualidade do ensino e promove mudanças. Os "vizinhos" têm vontade de melhorar e iniciam a interação colaborativa e reflexiva com a orientação pedagógica. "O que" os alunos aprendem está necessariamente relacionado com o modo "como" aprendem.

Os alunos são todos diferentes! A diversidade e o pluralismo exigem o desenvolvimento de um "percurso" pedagógico adequado à sua aprendizagem, que impulsione uma relação positiva com a Escola e a confiança nas suas capacidades pessoais para trabalharem o seu percurso escolar. O conhecimento deve ser construído pelos alunos e com os alunos. A Assembleia de Turma semanal é um momento que serve de reflexão e avaliação, de aceitação de opiniões diferentes para o relacionamento interpessoal, social e cultural.

Na resolução de conflitos comportamentais que se verifiquem na sala de aula/escola, a envolvência dos alunos através de reflexão oral e escrita melhora o relacionamento interpessoal (comunicação, diálogo), a apreensão para atitudes ponderadas e torna-o capaz de resolver problemas. A partilha do

professor com os alunos, na planificação das atividades, revela-se benéfica e envolve-os com responsabilidade na gestão, autorregulação e avaliação das aprendizagens. Os alunos precisam de identificar as aprendizagens fundamentais, avaliar os seus conhecimentos e identificar as dificuldades. O aproveitamento dos "saberes" dos alunos deve ser valorizado e considerado. A existência de uma boa comunicação com as famílias no esclarecimento de dúvidas e acompanhamento das aprendizagens dos educandos e planeamento conjunto de estratégias são fatores a privilegiar, pois favorecem o respeito e a interação.

As tecnologias vieram provocar mudanças no ensino e aprendizagem, mas infelizmente, a maioria das Escolas não dispõe de computadores na sala de aula. A situação pandémica revelou muitas carências (televisão, computadores, internet...) e em tempo de confinamento a comunicação foi dificultada até se encontrarem soluções. Na necessidade do ensino a distância e do trabalho a realizar em cada escola, cada professor atribuiu tarefas de aprendizagem semelhantes ao das respetivas aulas, utilizando diferentes formas de comunicação, enquadradas na plataforma de ensino e aprendizagem que cada escola estabeleceu.

Nos tempos difíceis que vivemos, os vizinhos têm um papel importante e essencial. Entre instituições também se pode viver com este sentido de proximidade. A Escola de São Sebastião da Pedreira, o Agrupamento Marquesa de Alorna e a Junta de Freguesia estabeleceram uma boa relação de vizinhança. A Comunidade Educativa reconhece a relação próxima e cuidada, e a disponibilidade para que a colaboração aconteça, num ambiente de bem-fazer. A ação educativa e social deve contribuir para desenvolver cidadãos conscientes e responsáveis, capazes de convergir na construção de um futuro mais justo, tolerante e sustentável.

Queremos continuar em boa vizinhança!

^{*} Coordenadora da Escola Básica de São Sebastião da Pedreira



***** JUNTA QUER MAIS SEGURANÇA *****

Mais policiamento nas Avenidas Novas para uma Freguesia mais segura

A segurança da Freguesia de Avenidas Novas é uma preocupação dos Fregueses e uma prioridade da Junta. O Executivo tem trabalhado ativamente para melhorar o policiamento no nosso território.

A ausência de uma esquadra na Freguesia é uma das queixas mais habituais dos cidadãos de Avenidas Novas. As pessoas sentem que uma esquadra da Polícia de Segurança Pública (PSP) seria um garante de mais segurança. O Comando Metropolitano da PSP, por seu lado, tem defendido que para repor a esquadra teria de tirar agentes da rua, uma vez que os recursos são limitados. A 31ª Esquadra, que servia a nossa área, localizada na Avenida Santos Dumont, foi encerrada no final de 2016. Os seus efetivos foram distribuídos por outras subuni-

dades policiais do Comando Metropolitano, nomeadamente a 21ª Esquadra, cuja área de intervenção abrange hoje a nossa Freguesia.

Naturalmente, o presente Executivo tem atribuído prioridade a esta matéria e tem encontrando, tanto na PSP como na Polícia Municipal, interlocutores interessados e empenhados em encontrar soluções para aumentar a segurança dos cidadãos e dos seus bens. A Junta mantém um diálogo constante com estas forças policiais, a fim de reforçar a segurança de uma freguesia que tem cerca de 22 mil habitantes, designadamente através do aumento da visibilidade do policiamento.

No Bairro Santos ao Rego, por exemplo, optou-se por um modelo de policiamento com provas dadas noutros territórios da cidade de Lisboa. Referimo-nos ao policiamento comunitário, ou de proximidade. Trata-se de uma estratégia que aposta na criação de uma relação estreita entre as populações e as forças de segurança, com o objetivo de prevenir a criminalidade.

A Polícia Municipal, em articulação com a PSP, constitui com os cidadãos o Grupo de Segurança



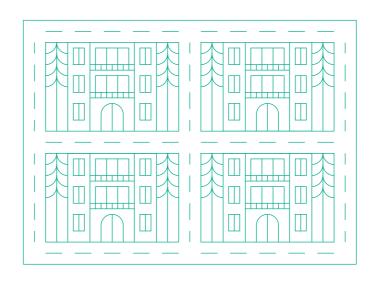
do Bairro Santos ao Rego, que conta ainda com a colaboração da Escola Básica Mestre Arnaldo Louro de Almeida, das associações ANADIC, Passa Sabi e ADAS e ainda da Gebalis, da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas. Com a participação de todos, através de uma tomada de conhecimento e de uma atuação in loco, este policiamento visa uma redução das incivilidades e um aumento do sentimento de segurança, rentabilizando os recursos. Os agentes, em patrulhamento apeado, mantêm um diálogo constante e frutífero com os residentes e com os comerciantes, o que humaniza inclusivamente o trabalho policial. Os agentes das forças da ordem, afinal, são pessoas como nós, que servem a comunidade.

Numa outra iniciativa para reforçar a segurança na Freguesia, resultante dum trabalho com a Polícia de Segurança Pública, a Junta adquiriu uma viatura elétrica que patrulhará o nosso território dia e noite, com turnos de dois agentes. A presidente Ana Gaspar fez notar que "a escolha de um carro elétrico pretende reduzir ao mínimo a pegada carbónica deste serviço, que vai aumentar a segurança e a dissuasão do crime e das incivilidades."

O Executivo, contudo, não desistiu de tentar en-

contrar uma solução com aquela polícia para o regresso da 31ª Esquadra à Freguesia de Avenidas Novas. Complementarmente, na calha encontra-se também um projeto-piloto que prevê a presença de agentes da PSP em local a designar pela Junta.

A crónica ausência de meios das autoridades policiais é um obstáculo difícil de contornar, mas Ana Gaspar garante que "há uma vontade forte de ambas as partes de corresponder aos anseios dos Fregueses de Avenidas Novas em matéria de segurança." E acrescenta: "Continuamos a trabalhar nesse sentido."





***** ENTREVISTA À VOGAL DORA ALBUQUERQUE *****

"A política é uma missão nobre. Estamos cá para fazer coisas úteis."

Dora Albuquerque trabalhou com Gonçalo Ribeiro Telles e nele se inspirou para fazer o seu caminho. Vogal do Ambiente, Espaço Público, Mobilidade e Urbanismo da Junta de Freguesia em discurso direto.

Como tem sido este desafio?

Está a correr muito bem. No princípio tínhamos uma estratégia muito bem delineada, mas confesso-lhe que no início, em 2017, tinha algum receio de que não pudéssemos concretizar todos os objetivos.

O que é que a deixava apreensiva?

A questão financeira, naturalmente. Havia projetos que nós sabíamos que seriam fáceis de concretizar, mas outros já implicavam alterações estruturais muito grandes e o correspondente investimento financeiro.

O que mudou, então?

Em 2019 a Câmara Municipal de Lisboa lançou os Contratos de Delegação de Competências (CDC) para as juntas de freguesia. Com os CDC, os projetos que nós já tínhamos pensado acabaram por ser viabilizados com o investimento do Município. De repente, em maio de 2019, a nossa utopia tornou-se realidade, porque no fundo foi viabilizar as ideias que em 2017 já tínhamos anunciado que queríamos concretizar.

O primeiro projeto a avançar no âmbito dos Contratos de Delegação de Competências foi a remoção dos pilaretes de cimento.

Sim, foram ao todo 2 300 pilaretes de cimento que foram removidos. Era uma coisa terrível, e que provocava quedas. Não se pode admitir que numa cidade como Lisboa, em pleno 2020, haja obstáculos no chão que façam as pessoas cair. Ainda por cima, numa freguesia em que há pessoas com mais idade e com uma mobilidade reduzida.

A acessibilidade pedonal é, aliás, uma das preocupações deste Executivo...

Um dos nossos programas tem a ver com requalificação dos passeios "invadidos" pelas raízes das árvores, que são uma armadilha perigosa para os transeuntes. Era o caso, por exemplo, da Avenida Marquês de Tomar, que foi objeto de uma requalificação no âmbito destes CDC. Não só removemos os pilaretes, como aumentámos as caldeiras das árvores, e mudámos o pavimento. Foi uma operação integrada que ficou muito bem e melhorou de forma clara a mobilidade urbana.

E esse trabalho é para continuar...

Temos muito trabalho pela frente e ficamos muito satisfeitos quando vemos o resultado final. É preciso estudar o problema e perceber de que forma a árvore, as pessoas e os passeios conseguem conviver pacificamente [risos]. Na maior parte dos casos, a solução será aumentar as caldeiras das árvores quando os passeios o permitem.

Tem havido também um esforço da Junta por requalificar mobiliário urbano, como os bancos da via pública.

Sim, é verdade. Já agora, convém explicar que, desde o início do mandato, a Junta tem três planos no que ao Espaço Público diz respeito: o plano de podas, o plano de mobiliário urbano e o plano de requalificação de pequenos jardins. No âmbito desta planificação, identificámos os bancos que estavam em mau estado e estamos a intervencionar esse mobiliário. Ao todo, vamos melhorar quase 200 bancos na Freguesia. E esse é o caminho que estamos a fazer: proporcionar às pessoas um ambiente confortável e seguro nas Avenidas Novas.

Falemos então dos jardins, que são uma área nevrálgica da sua ação, enquanto vogal do Espaço Público e do Ambiente. Que trabalho é que tem sido feito nesse âmbito?

A Freguesia de Avenidas Novas tem grandes jardins que não estão debaixo da nossa alçada, como o Parque Eduardo VII e o Jardim Gulbenkian, onde estamos agora. Os outros são os chamados jardins de proximidade. Estão integrados na malha urbana e cabe-nos a sua gestão e manutenção. E estamos atentos às novas dinâmicas sociais. Por exemplo, uma das alterações que temos vindo a registar nos

últimos anos é o aumento do número de famílias com cães. E isso muda também os hábitos e as vivências do espaco público.

Em muitos desses espaços o convívio social é em grande parte resultante do convívio entre as pessoas que passeiam os seus cães...

Exatamente. E eu acho isso ótimo, porque é o cimento que faz aglomerar aquelas pessoas.

E de que forma é que a nova realidade vai impactar os nossos jardins?

Nos jardins que vamos intervencionar vamos incluir um espaço para os cães, onde estarão em maior segurança. Ou seja, vamos ter parques caninos no Jardim Amélia Carvalheira, junto à Igreja de Nossa Senhora de Fátima – e esse já vai para obra. Vamos ter também um parque canino no Campo Pequeno – nesse só falta a aprovação da Câmara para avançarmos. E há um terceiro parque canino, previsto para o Bairro Santos ao Rego, no jardim da Rua Filipe da Mata, que está mais atrasado porque houve um constrangimento técnico – os pilares do viaduto necessitam de ser reforçados. A segurança está em primeiro lugar. Vamos ver como conseguiremos conciliar o projeto de requalificação do jardim com esta nova realidade.

Estas requalificações vão permitir que a freguesia se torne mais verde, mais bonita...

[interrompe]... mais humana. Essa é a palavra. É isso que se pretende, tornar a freguesia mais humana. Temos, aliás, feito algo que considero muito importante, que é ouvir a população. Fizemos isso com dois projetos, o da praça Nuno Gonçalves e do jardim da Filipe da Mata. O espaço é para os vizinhos. Não faz sentido colocar lá um equipamento que eu goste muito se depois a população não o utilizar.

O jardim comunitário Aurora Verde, no Bairro Santos, é um magnífico exemplo disso...

Sim, é um fantástico exemplo. Quando fomos alertados para o que estava a acontecer, a nossa equipa foi imediatamente ter com o mentor do projeto, o Tó Romano, e conseguimos trabalhar em conjunto. Mas o jardim Aurora Verde não é o único. Ali em frente ao centro comercial Gemini, há meia dúzia de vizinhos que também cuidam dos jardins. Mas como não tinham a visibilidade do Tó Romano,



não se soube [risos]. Agora já vai haver um grande projeto de recuperação de toda aquela zona no Gemini. E se tudo correr bem, estará pronto no final deste ano, início do próximo.

Essa proximidade entre eleitores e eleitos, essa capacidade de gerir ouvindo as preocupações das pessoas, é muito importante.

Sim, se não for assim, não vale a pena estarmos cá. Não estamos cá a fazer coisas para mostrar. Estamos cá para fazer coisas úteis. A política é uma missão nobre, é um serviço.

Por falar em missão, quis o destino que esta entrevista, que os leitores só terão oportunidade de ler em dezembro, fosse feita no dia seguinte à morte do Arquiteto Gonçalo Ribeiro Telles. E estamos a ter esta conversa no Centro Interpretativo Gonçalo Ribeiro Telles, no Jardim Gulbenkian, concebido por ele. Foi a Dora que escolheu este espaço para a entrevista.

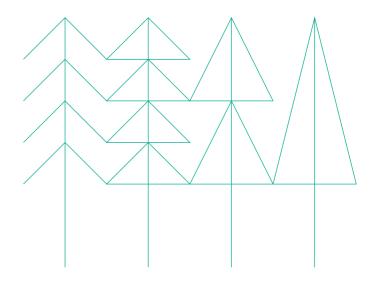
Sim, é verdade. Eu trabalhei com o professor na Câmara de Lisboa, durante sete anos. E também fiz parte da equipa para a segunda parte da intervenção aqui no Jardim Gulbenkian. E é com alguma emoção que estou aqui hoje neste sítio que me faz lembrar tanto o Professor. Para exer-

cermos bem, temos de ter boas referências e este jardim é um manual de boas referências e de inspiração.

A Dora é vogal com os pelouros do Espaço Público, Mobilidade, Urbanismo e Ambiente. De que forma é que estas áreas se integram entre si? Interligam-se entre si, é um facto, mas cada uma tem as suas especificidades. E em cada uma foram feitos grandes progressos. No Ambiente, fizemos um Plano de Gestão Ambiental, que incidia principalmente na Água, na Energia e nos Resíduos. Como não havia nada feito nesta área, foi fácil conseguir poupanças na ordem dos 20%, tornando a gestão mais racional.

Como é que isso foi possível?

Na gestão da Água aderimos a um programa da EPAL que nos permite controlar qualquer fuga de água. Com a empresa de Espaços Verdes também criámos algumas regras e formas de agir que facilitam a identificação de alguma perda de água que possa ocorrer nos sistemas de regas. Por outro lado, mudámos para torneiras economizadoras em todos os edifícios da Junta. A nível de energia, por exemplo, candidatámo-nos ao programa da EDP e conseguimos um protocolo em que todas as luminárias do edifício da Junta foram substituídas por Led, Entretanto, alterou-se a bomba de condensação da piscina, havendo com isso uma grande redução de consumos. Queremos continuar a apostar nestas questões, porque estamos a falar de dinheiros públicos, dos contribuintes. Há que ter uma grande exigência com isto, porque o dinheiro é de todos.



NOVAS DAS AVENIDAS

Subscreva a newsletter semanal da sua Junta de Freguesia em: jf-avenidasnovas.pt > Contactos > Newsletter



ORDEM DOS PSICÓLOGOS ELOGIA TRABALHO DA JUNTA

A sua Junta de Freguesia foi distinguida pela Ordem dos Psicólogos Portugueses com o selo "Comunidades Pró-Envelhecimento 2020-2021", que reconhece comunidades "que demonstram um compromisso forte e efetivo com a promoção do envelhecimento saudável", contribuindo para "uma sociedade coesa, equitativa, inclusiva e segura, que promova o bem-estar e a contribuição cívica de todos os cidadãos, durante todos os momentos do ciclo de vida." Assim vamos continuar.



DESTE JARDIM BROTOU UM NOVO SENTIMENTO COMUNITÁRIO

Quando, em plena pandemia, Tó Romano começou a plantar flores junto ao edifício Bruxelas, no Bairro Santos, gerou uma onda de boa-vontade entre os vizinhos, que deu origem ao Jardim Aurora Verde. A Junta, valorizando os bons exemplos dados pelos Fregueses, aliou-se à iniciativa: reorientou a rega automática, renovou o tapete de relva adjacente, refloriu os canteiros contíguos e criou um caminho em brita, para facilitar a aproximação a quem o quer admirar. Vá admirá-lo também!



ENCANTOS DE LISBOA PARA DESCOBRIR EM SEGURANÇA

Perante as restrições impostas pela pandemia, o pelouro da Intervenção Social, não querendo deixar de proporcionar aos Fregueses de Avenidas Novas o contacto com as histórias dos cantos e recantos da nossa cidade, deu um novo formato aos "EnCantos de Lisboa". Assim, poderá continuar a seguir as visitas guiadas do investigador Joel Moedas-Miguel, mas agora através de vídeos publicados nas redes sociais da sua Junta de Freguesia. Boas visitas virtuais!



CULTURA NAS AVENIDAS PARA VIVER O FIM-DE-SEMANA

A Freguesia de Avenidas Novas é dinâmica também ao nível cultural. Por isso, todas as quintas no Facebook e às sextas nas Novas das Avenidas, temos para si sugestões culturais na nossa Freguesia. A Cultura nas Avenidas traz-lhe propostas de todos os tipos. São coisas para fazer, ver, ouvir, sentir, pensar ou sonhar. Do cinema e do teatro aos passeios guiados pelos jardins, passando pela música, pela literatura e pelas artes plásticas, há todo um mundo que queremos que descubra!



***** EMPREENDEDORES: NOVA LIVRARIA NAS AVENIDAS NOVAS *****

"A nossa alma está aqui na Livraria Tantos Livros"

Abriu as portas a 15 de junho, em pleno desconfinamento, no local onde durante anos funcionou a Livraria Europa-América. Frederica Santos e Almira Vila Nova foram funcionárias da editora durante três décadas. Agora cumpriram o seu próprio sonho e investiram num espaço em que todos são bem-vindos. Até os cães...

A entrada, no número 1B da Avenida Marquês de Tomar, é uma espécie de postal ilustrado: uma mesa redonda com cadeiras, uma caixa com livros e um bebedouro de água para amigos de quatro patas. Está dado o mote para a Tantos Livros, a nova livraria das Avenidas Novas, que abriu em plena pandemia, no espaço que durante anos foi da Publicações Europa-América.

"Nós sempre trabalhámos na Europa-América, sentíamos a empresa um bocadinho nossa. E, quando nos disseram que a editora ia acabar, pensámos então em fazer a proposta, negociar as rendas, ficar com as duas lojas [a das Avenidas Novas e uma outra, na Parede] e com uma parte do catálogo", conta Frederica Santos, 60 anos.

Frederica e Almira Vila Nova, dez anos mais nova, conheceram-se há 30 e são amigas. Sempre adoraram livros e viveram no meio deles e no final do ano passado decidiram abrir o seu próprio espaço. "Somos umas mulheres de coragem. Trabalhamos muito, mas estamos a trabalhar por gosto. É evidente que manter uma casa destas não é fácil, mas acreditamos que os vizinhos das Avenidas Novas vão continuar a vir ter connosco, a serem clientes e a aprovar este conceito", afirma Almira.

E que conceito é esse, afinal? Frederica Santos responde. "A Tantos Livros não tem só livros. Tem papelaria, tem galeria, há livros em segunda mão, há sempre um cafezinho ou um chá e um bolo para os nossos clientes. Fazemos tudo para que as pessoas se sintam bem aqui. Como se estivessem nas suas casas".



Pessoas e animais, uma vez que a livraria é "pet friendly". "É um conceito que lá fora se vê muito e que aqui é pouco explorado", adianta Almira Vila Nova. Sem parar, Frederica completa: "Eu e a Mira gostamos muito de animais e para nós só fazia sentido um negócio destes se os animais pudessem entrar", conta Frederica, que tem seis animais em casa. "São os meus flhos, quase", brinca.

As proprietárias querem que a casa seja "um local de convívio". "Não queremos um sítio em que as pessoas entram e saiam, mas que possam estar tranquilas com os livros, os seus cães e as suas crianças. O espaço é muito grande e muito convidativo. Criámos um ambiente próprio das nossas casas. É isso que pretendemos, que as pessoas se sintam aqui como em casa", contam. Por alguma razão, muito do mobiliário que decora o espaço de dois andares foi trazido das suas próprias casas.

"A nossa alma está aqui. O que nós somos está bem presente na Tantos Livros", afirma Almira Vila Nova, dando um exemplo: "Temos uma galeria de arte e não cobramos a ninguém para expor. Estamos a dar oportunidade aos jovens. Já estamos a trabalhar na programação do próximo ano e vamos ter exposições de muitos artistas novos que não têm oportunidade de expor em qualquer outra

galeria, porque provavelmente não têm possibilidades de pagar". Da programação para 2021 contam-se ainda eventos vários ao sábado. "Vamos ter tertúlias de leitura, de música e de outro tipo. Queremos que este seja um espaço multicultural", remata Francisca Santos.





***** ENTREVISTA AO CHEF VÍTOR SOBRAL *****

"Sou um sortudo. Nunca pensei ser o que sou a fazer o que gosto."

Em plena pandemia, abriu um restaurante nas Avenidas Novas e não está arrependido, apesar de recear pelo futuro da restauração. Diz que em Lisboa nunca se comeu tão bem, mas acha que "há muita coisa ruim", feita "para gringos". Entrevista a um dos mais conceituados chefs portugueses, embaixador da cozinha e dos produtos nacionais. Uma conversa à mesa em que se fala da inspiração alentejana, do Cozido à Portuguesa e, claro, de... dietas.

Entrevista: Nuno Azinheira

Permita-me que comece com uma brincadeira: eu estava à espera que este seu novo restaurante se chamasse "Dom Roger à Esquina" ou "A Esquina do Dom Roger"...

[gargalhada] Pois, todos os meus projetos têm Esquina no nome, não é? Mas este não e tem a ver com a forma como vim para aqui parar. Quem me lançou o desafio foi o meu amigo Rogério Pereira, hoje meu sócio. E o nome já estava escolhido. Eu disse-lhe "olha, aceito não mudar o nome, mas vamos mudar o conceito".

Qual era o conceito?

Isto parecia um restaurante italiano. E eu disse-lhe que até poderia fazer um restaurante italiano, mas que, em minha opinião, o que está a faltar mesmo em Lisboa são restaurantes sustentáveis. Se a pessoa quiser comer umas línguas, pode comer. Se quiser comer um fígado, pode comer. Se quiser comer umas caras de bacalhau, pode comer. E se quiser comer um bife, também come. Há para todos os gostos.

E até contrariando a ideia de que restaurantes de autor e de chefs afamados não são para qualquer bolsa...

Sim, mas como viu, não é assim. É verdade que temos polvo a 20 euros, porque o bom polvo é caro, ou o bife do lombo porque o lombo é caro. Mas também temos aqui a "sandocha" e tem uma lista de petiscos muito diversificada. Mesmo num restaurante de elite, que eu já fiz no passado e posso voltar a fazer no futuro, tenho sempre um propósito: quem quiser gastar 10 euros, gasta. Quem quiser gastar 20, gasta. E quem quiser gastar 100, também gasta. Aqui no Dom Roger, gastar 100 vai ser difícil, porque o propósito não é esse.

Qual é?

É fazer um bom restaurante, com boa comida, saborosa, diversificada, que as pessoas sintam confiança em vir, comer, voltar e acima de tudo recomendar aos amigos. E tem de ser genuíno. Um restaurante português, um italiano ou um japonês. Tudo tem de ser genuíno, não pode ser fake. Eu acho que os lisboetas não querem coisas fakes. Deixe-me ser sincero consigo: eu estou muito feliz por estar nesta avenida. É a primeira vez que eu cá estou e se soubesse que as Avenidas Novas têm esta dinâmica, já teria vindo para cá há muito tempo. Estamos aqui a conversar os dois, tranquilamente na esplanada, e já viu a quantidade de gente que passa aqui? É maravilhoso.

Fazia falta um restaurante deste tipo nas Avenidas Novas?

Bem, seria pretensão da minha parte dizer que fazia falta um restaurante destes nas Avenidas Novas. A questão é outra: faltam em Lisboa espaços autênticos, de comida autêntica, de raízes portuguesas.

Porquê? Porque andámos nos últimos dez anos a trazer turistas, a mostrar uma outra Lisboa e cozinha internacional e agora está na altura de voltar a casa, ao conforto da comida caseira, da comida "da mamã"?

[sorriso] Também, também. As nossas origens já têm esse lado cosmopolita, esse lado de descoberta do Mundo. Julgo ter alguma autoridade nessa matéria porque conheço bem todos os países de língua portuguesa e todos os que tiveram a nossa influência. Nós sempre fomos capazes de nos misturar, de influenciarmos e de nos deixarmos influenciar.

Não acha que nos deslumbrámos um pouco com a ideia do turismo e da cozinha internacional e a nossa restauração perdeu alguma da nossa identidade?

Deslumbrámos, sim, tem toda a razão. Eu ia chegar aí precisamente. O que aconteceu é que em Lisboa abriram muitos restaurantes para gringo, para turista. Nós vamos a um restaurante para comer bem. ponto.

Não pode ser só a emulsão e o risotto de lima...

Isso. É isso mesmo. Nós vamos a um restaurante para comer bem. Seja o que for. Se for couratos, é couratos. Mas bons couratos. Para quem goste. O que eu acho é que muita restauração em Lisboa não está a fazer bom serviço. Atenção, Lisboa nunca teve restaurantes tão bons. Portugal nunca teve cozinheiros tão competentes. Nunca houve um produto tão bom.

Então por que razão a restauração em Lisboa não estava a fazer um bom serviço?

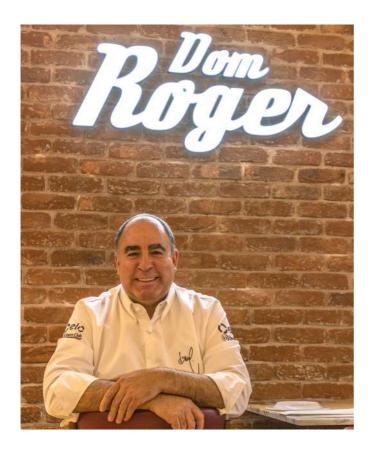
Porque no meio deste burburinho todo com o turismo, havia muita coisa ruim. Até me arrisco a dizer que havia mais coisas ruins do que boas. Infelizmente, esta pandemia vai acabar com algumas coisas boas e vão manter-se muitas coisas ruins, porque é mais fácil fugir aos impostos, é mais fácil pagar pouco por má qualidade, enfim, mas as pessoas sabem do que falo.

Falou da pandemia e é inevitável não falarmos dela, apesar de estarmos fartos da Covid-19. A restauração tem sido muito afetada e os empresários da área têm vindo a fazer ouvir a sua voz de descontentamento.

Eu ainda tenho algumas balas para combater esta guerra, mas as balas estão a ficar quase no fim. Eu não sei o que vai acontecer.

O que quer dizer com isso?

Quer dizer que não tenho uma almofada financeira interminável. Tem sido muito, muito difícil. Tive o privilégio de usar todos os apoios que o Estado deu porque pago todos os impostos, tenho tudo em dia com a Segurança Social dos meus empregados. Mas eu vou ter de pagar esses apoios mais tarde. Tenho de assumir que ainda tenho balas por algum tempo, mas não sei até quando. Isto não é um poço sem fundo.



Quando se ouve um empresário como o Vítor Sobral a mostrar o seu receio por não saber quanto mais tempo durarão as balas, é caso para perguntar como estão os outros pequenos empresários da restauração ou o pequeno comércio.

Sim, mas eu sou pequeno comércio, não tenho qualquer grupo financeiro por trás...

... sim, mas tem uma estrutura maior, tem outro arcaboiço financeiro.

Pior, muito pior, há muito mais custo. Tudo se multiplica. Mas eu não quero passar a ideia do coitadinho, que isso fique bem claro. Há gente em muito piores condições do que eu, sei disso. Mas é bom que as pessoas percebam a dimensão dos custos que eu tenho e, portanto, com honestidade, por isso é que lhe disse o que disse. Eu tenho quatro padarias (Alvalade, Campo de Ourique, Restelo e no CCB), uma oficina onde se faz o pão, e mais quatro restaurantes, incluindo este. Efetivamente, já tenho uma estrutura de média dimensão, com muitos funcionários. Há muita gente que me diz que eu sou louco porque abri dois restaurantes na pandemia.

E não é?

[risos] Eu abri os dois restaurantes porque eles

estavam prontos para abrir. Foram pensados e projetados antes de tudo isto. Eles estavam prontos. la mantê-los fechados? Não, decidimos abrir e navegar à vista. Nunca imaginei que toda esta pandemia fosse tão penalizadora para a restauração e se prolongasse tanto. Mas a minha preocupação já é o amanhã. O depois. Como vai ser? Tenho pensado muito nisso.

E a que conclusões chegou?

Eu sou um patriota e acho que quem sobreviver vai ter de tomar conta de alguns destes espaços que não sobreviverem. Porque se não, quem vai servir as pessoas que moram cá e os turistas que, entretanto, voltarem?

O que é isso de tomar conta? O que está a pensar? Como é que isso se faria?

Quem sempre cumpriu com as suas obrigações fiscais, e isso é fácil provar, deve ser ajudado no day after. Porque se todos os hotéis e restaurantes fecharem, o que vai acontecer à nossa economia, ao nosso turismo? Tem de se fazer alguma coisa. Se me perguntar o quê, eu não sei. Uma coisa sei: não deve ser fácil ser governo nestas alturas. E por isso fico revoltado quando se diz que não se tomaram todas as medidas para evitar esta segunda vaga. Como assim? A segunda vaga atacou em força em todo o lado. A Espanha, a França, a Inglaterra, a Alemanha, os Estados Unidos... estamos todos no mesmo barco. Se calhar é porque não era possível fazer mais.

Muito bem, mudemos de tema e olhemos para si. Tem memória do momento em que percebeu que queria viver da cozinha?

[pausa] Eu nasci com isso. Nasci numa terra chamada Cavadas, no concelho do Seixal, mas a minha família é toda alentejana e a minha inspiração também. Comecei a cozinhar com a minha mãe e o meu pai. Mais com ela, evidentemente, mas muito cedo. Aos três, quatro anos, eu já cozinhava, ou pelo menos ajudava nas tarefas de cozinha. Tenho um filho hoje que faz a mesma coisa. Ele parte ovos como se fosse um adulto.

Nunca quis ser outra coisa? Futebolista, astronauta, essas coisas que os miúdos querem ser...

[sorriso] Não, havia duas coisas que eu queria ser: ou juiz ou cozinheiro.



Não têm muito a ver, convenhamos...

[gargalhada] Tenho a mania da justiça. Uma coisa horrível: um cozinheiro com a mania da justiça, já viu isto?

Quando estava na cozinha em criança, com os seus pais, pensou chegar aqui?

Nunca, nunca. Nunca pensei ser o que sou.

Estou perante um Comendador da Ordem do Infante. O Vítor tem, pelo seu trabalho e pela defesa da cozinha e dos produtos portugueses, uma Comenda que Ihe foi concedida pela Presidência da República.

Sou um sortudo. Nunca pensei ser o que sou, nem conhecer os países que conheço. Nunca pensei que podia ganhar dinheiro a fazer aquilo que eu gosto, que é cozinhar, e representar o meu país. Tento ser um embaixador dos nossos produtos. Das nossas técnicas, dos nossos pratos.

Ora, nem a propósito, quais são os seus pratos favoritos?

Tenho aqui no Dom Roger muita coisa de que gosto de comer. Ainda hoje, antes de vocês chegarem, comi um Arroz de Polvo de entrada e uma Carne de Porco à Alentejana. E estavam os dois maravilhosos.

É difícil um tipo que gosta de comer não ter barriga, não é? E repare que eu sou o melhor tipo para falar disso consigo!

[gargalhada] O Henrique Sá Pessoa, meu amigo, é magro. Mas ele liga muito à questão visual, e trabalha muito, esforça-se muito. E deve ser da natureza dele. Da minha não é. Sempre que tenho de emagrecer, tenho de sofrer. Ainda há pouco tempo perdi 20 e poucos quilos. Consegui, mas foi com sofrimento. Um destes dias, vou ter de fazer a segunda fase desse sacrifício, mas é uma coisa que custa. Eu gosto muito de comer, sabe?

Sei, sei... [gargalhada]

Pois, mas o nosso problema, o de nós os dois, não é o que comemos, mas sim o que não gastamos. Porque se depois de comermos, fôssemos andar 20 quilómetros, podíamos comer três Cozidos à Portuguesa. Mas agora, olhos nos olhos, aqui entre nós, diga-me lá: para quem gosta de comer é duro fazer dieta, não é?



MEMÓRIA DAS AVENIDAS





Antes e... Depois

O **PALACETE DA AVENIDA DE BERNA**, onde está instalada a Junta de Freguesia de Avenidas Novas, está classificado como Imóvel de Interesse Público. Projetado pelo arquiteto Norte Júnior, foi construído

entre 1908 e 1909 para Amélia Pereira Leite. Foi considerado então "a mais importante obra" que se tinha edificado até à altura. Antes da Junta de Freguesia, ali estiveram a EMEL e a Inspeção-Geral das Indústrias e Comércio Agrícolas. Lisboa já não tem a pacatez do início do século XX, mas o palacete, que esteve devoluto e foi restaurado em 1999, permanece um testemunho vivo de outra eras.



Tem 78 anos. Está no Apolo 70 há 44. "Vim para aqui no dia 1 de junho de 1976. É uma vida". Conversa com o homem que penteou quatro primeiros-ministros, dois Presidentes da República, desportistas, gente da TV e dos negócios.

Foi o primeiro centro comercial a abrir em Portugal, em maio de 1971. Era à época "o maior da Europa". Tinha porteiros, "era alcatifado e o ambiente selecionado". À beira de completar 50 anos, o Apolo 70, ao Campo Pequeno, está bem vivo. "Apesar da pandemia, continua a trabalhar-se bem aqui. Tenho um grande carinho por este centro comercial, como se ele fosse meu". Quem o diz é Joaquim Pinto, um dos barbeiros mais conhecidos de Lisboa, e que está no Apolo 70 desde 1976. Faz parte da mobília da casa e, portanto, é natural que mal se pergunte à entrada pelo nome do salão Pinto's, todos indiquem o caminho.

No piso -1 são já três as lojas que pertencem a Joaquim Pinto: a 45 (o salão), a 34 (espaço de massagens masculinas) e a 52, o Museu do Barbeiro e Cabeleireiro, que orgulhosamente Joaquim Pinto fez nascer em 2014, e que ostenta a navalha que fez a barba ao Rei D. Carlos. "O museu é uma forma de

homenagear os nossos colegas e de preservar os utensílios da profissão", conta Joaquim Pinto, acrescentando que andou "muitos anos pelas feiras a comprar e a recuperar material".

Joaquim Pinto foi barbeiro na tropa, mas nesse tempo estava longe de imaginar que viria a ser "O Barbeiro do Poder", título da sua biografia. "Cortei o cabelo a quatro primeiros-ministros (Sá Carneiro, Mário Soares, Mota Pinto e Cavaco Silva) e dois presidentes da República. A Cavaco, que ainda é cliente da casa, deixa elogios. "É nosso cliente há 40 anos, e sempre foi muito simpático comigo". O mérito da fama do salão não é seu, garante. "O prestígio não é meu, é dos clientes. E nós aqui estamos para humildemente os servirmos", justifica. Quando olha para trás, sorri. "Sou muito feliz. Desempenhei uma profissão com carinho, profissionalismo, humildade e tenho uma clientela que me estima", afirma.

O segredo? "Ter uma profissão, amá-la, abraçá-la e nunca a largar". Nunca faltou. "Sou o primeiro a chegar. Estou cá às oito da manhã. E sou sempre o último a sair". E quando for altura de parar? Pinto nem quer ouvir falar disso. "Vai ser a coisa mais difícil de fazer. Enquanto puder, quero continuar por cá. Parar é morrer".



TIRE PARTIDO DOS GABINETES DE ENFERMAGEM DA SUA JUNTA DE FREGUESIA

MERCADO DO BAIRRO SANTOS PISO 1 CONSULTAS: Segundas e sextas 16H - 18H

AV. MARQUÊS DE TOMAR 106 A **CONSULTAS:** Quartas 16H - 18H

MARCAÇÕES: 932 242 149. Dias úteis 10H30 - 12H30