



AVENIDAS NOVAS

JUNTA de FREGUESIA

Edição: #02 - Trimestral.....

Fevereiro 2020.....

Distribuição gratuita.....



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 Escarameia.
Tesoureiro

Pelouros: Aproveitamento e
Contratação Pública; Finanças;
Património; Recursos Humanos;
Secretaria-Geral.



José Athayde.
Secretário



Venâncio Rosa.
Vogal

Pelouros: Higiene Urbana;
Equipamentos; Licenciamentos;
Proteção Civil.

ÍNDICE.

- 03.** Editorial
- 04.** À Conversa com... Samuel Niza
- 08.** Praça de Espanha
- 10.** Poupança de Água e de Energia
- 12.** Espaços Verdes
- 13.** Mobilidade Suave / Faça do Desporto um Modo de Vida
- 14.** Freguesia sem Herbicidas
- 15.** Mercado do Bairro Santos
- 16.** Policiamento Comunitário no Bairro Santos
- 18.** Community Champions League
- 19.** Reduzir a Pegada Carbónica Digital
- 20.** Contactos Úteis
- 21.** Cartão Freguês
- 22.** A Voz do Vizinho: Nuno Ribeiro
- 24.** Apoio a Pessoas com Deficiência / FAN Clube não é Fã de Lixo
- 25.** JFAN e Comando da PSP em Sintonia / Basta Carregar num Botão
- 26.** Relojoaria Mendes / Rua da Beneficência
- 27.** Novas das Avenidas



DIREÇÃO e COORDENAÇÃO: **Ana Gaspar.**
PROPRIEDADE: **Junta de Freguesia de Avenidas Novas.**
FOTOS: **Fábio Tirapicos.**

www.jf-avenidasnovas.pt
geral@jf-avenidasnovas.pt
219 363 060
Av de Berna 1, 1050-036 Lisboa

EDIÇÃO Nº 02 - **FEVEREIRO 2020**
TIRAGEM: **20.000 exemplares**
PERIODICIDADE TRIMESTRAL
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
DEPÓSITO LEGAL: **373515/14**

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



JUNTA de
FREGUESIA
**AVENIDAS
NOVAS**



EDITORIAL



É com gosto que fazemos chegar até si o segundo número da Revista das Avenidas Novas, cujo tema central é a sustentabilidade. Damos-lhe a conhecer o trabalho que temos feito nesta e noutras áreas, bem como os projetos que temos em marcha para a nossa Freguesia.

Pretendemos construir uma Freguesia com futuro e isso inclui satisfazermos as necessidades das gerações atuais sem comprometer a capacidade de as próximas gerações satisfazerem as suas próprias necessidades. A sustentabilidade é, incontestavelmente, um imperativo civilizacional, com implicações locais, nacionais e planetárias. O nosso lema “Um Futuro com Memória” refere-se simultaneamente ao respeito pelo passado e ao respeito pelo futuro. No presente, trabalhamos também para que os nossos filhos e netos possam sentir que este foi um tempo em que preparámos um amanhã de bem-estar e de oportunidades, que lhes permita projetar a sua vida com otimismo, tanto do ponto de vista ambiental como na ótica da coesão e da integração sociais. A este propósito, vale a pena ler o relato na primeira pessoa de Nuno Ribeiro, nosso vizinho do Bairro Santos, sobre o convívio de culturas e a tolerância.

Decorrida a quadra natalícia, época de comunhão com a família, os amigos e os vizinhos, mas ainda

um período de grande consumismo, é importante refletirmos sobre o que cada um de nós pode fazer para preservar o planeta. É nos pequenos gestos diários – reduzir, reciclar e reutilizar – que podemos produzir um grande impacto, que afetará de modo positivo a nossa cidade, o nosso país e o nosso planeta, como aponta Samuel Niza numa relevante conversa sobre a sustentabilidade urbana.

2020 ficará marcado por um grande acontecimento ambiental – Lisboa Capital Verde Europeia. A distinção, atribuída pela Comissão Europeia, premeia os esforços e os resultados alcançados em áreas como a ecologia, a eficiência energética, a política de resíduos ou a sustentabilidade social. Lisboa quer ser uma cidade mais amiga das pessoas, com destaque para a pedonalização de amplas zonas do seu território e o forte crescimento das áreas verdes, bem como os avanços conseguidos em áreas como a eficiência energética e a boa gestão da água. A Junta de Freguesia de Avenidas Novas quer estar na linha da frente deste desenvolvimento da cidade.

Feliz 2020, com sustentabilidade e boas práticas ambientais!

Ana Gaspar



À CONVERSA COM... SAMUEL NIZA

A CIDADE E A SUSTENTABILIDADE

Foi aqui mesmo na Freguesia de Avenidas Novas, na Fundação Calouste Gulbenkian, mais concretamente no Centro Interpretativo Gonçalo Ribeiro Telles – um visionário em matéria de sustentabilidade da cidade – que nos encontramos com o nosso vizinho Samuel Niza para uma conversa sobre este tema incontornável. Niza foi investigador no Instituto Superior Técnico, colabora no IN+, é doutorado em engenharia do ambiente e, com a sua empresa Circular, faz consultoria em sustentabilidade.

Junta de Freguesia de Avenidas Novas: De acordo com certas previsões, temos dez anos para reverter o mal que criámos no planeta e reduzir para metade a nossa pegada ecológica. Isto é verdade?

Samuel Niza: Acho que não é possível calcular. Além do que, se essa previsão considerar que cada um de nós tem de reduzir para metade a sua pegada ecológica, significa que nós em Portugal tínhamos de a reduzir aí 20 vezes, porque não

podemos dizer a um agricultor em África: “Reduza a sua pegada ecológica”. Portanto, nós, que consumimos mais, que temos acesso a mais recursos e os usamos de uma maneira mais displicente, temos de fazer um esforço maior. Esse esforço tem de partir de cada um, mas, ao mesmo tempo, alguma tecnologia tem sido desenvolvida no sentido de facilitar essa redução da nossa pegada ecológica e, portanto, **terá de haver uma conjugação entre as nossas atitudes diárias para com o consumo e as tecnologias que nos apoiam nessas decisões.**

JFAN: Acabámos de passar o Natal e o consumismo é imenso. As pessoas andam cansadas das festas e há muito pouca disponibilidade mental e física para fazer a reciclagem. Mas a reciclagem é daquelas práticas que deve estar permanentemente connosco, não é?

SN: Sim e a evolução tem sido feita com a atitude das pessoas de separar, mas também com o facto de ser mais fácil hoje separar porque não temos de nos deslocar tão longe. Temos vários bairros na cidade, inclusivamente aqui na Freguesia, nos quais as pessoas em diferentes dias colocam o contentor relativo a diferentes tipos de resíduos e isso obviamente ajuda as pessoas a separarem corretamente os seus resíduos. **Portanto, aqui tem de haver um**

encontro entre as estruturas que estão montadas e a atitude das pessoas.

JFAN: Falou há pouco da tecnologia que nos vai ajudar. Por exemplo, na área da reciclagem...

SN: Os equipamentos dos centros de receção de resíduos têm vindo a ser desenvolvidos de maneira a conseguirem detetar melhor os diferentes tipos de materiais e a separarem-nos mecanicamente. Mas quando eu dizia que a tecnologia nos vai ajudar a reduzir a nossa pegada carbónica estou a referir-me, por exemplo, à questão dos carros autónomos. Há um potencial grande de os carros autónomos virem a reduzir a necessidade de as pessoas terem o seu carro próprio. Vamos carregar no telemóvel e vamos ter o carro à nossa porta para nos levar onde quisermos e depois vai servir outra pessoa. Nesse sentido, há um potencial de redução da pegada de cada um de nós apoiado pela tecnologia. O que é que tem de acontecer da nossa parte? Conseguirmos abdicar do nosso carro. A lógica de ter o carro parado à porta 90% do tempo vai deixar de fazer sentido.

JFAN: Há um bem que é cada vez mais raro e já se fala em conflitos por causa dele: a água. Uma gestão rigorosa da água tem de ser uma realidade, não só em matéria de captação e distribuição, mas também a nível individual.

SN: Naturalmente. Tornou-se tão fácil usar a água que não nos apercebemos do que gastamos e do que consumimos. Tenho estado a trabalhar com a Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve no desenvolvimento da sua agenda regional para a economia circular e organizamos workshops com atores da região, nomeadamente empresas e entidades públicas, e uma preocupação grande das pessoas no Algarve é a água, porque já é um bem que escasseia na região e que muitas vezes é muito mal usado. Como tem de garantir-se certos serviços – turismo, golfe, etc. – o consumo da água é muito superior à água que está a ser armazenada e, portanto, há a preocupação de certas entidades em que haja um reaproveitamento das águas tratadas para diversos fins. Só que isso envolve infraestrutura, que é cara. Mas é necessário criar formas de fazer recircular a água e fazê-la ser útil mais tempo na economia, em vez de pura e simplesmente deixá-la ir e esperar que ela um dia volte. Temos de ser muito mais racionais no seu uso. E, uma vez mais, tem de haver uma conjugação da tecnologia com a atitude.

JFAN: Mas há uma dimensão política – tem de haver produção de legislação que obrigue a que todos os prédios sejam equipados com a regeneração da água.

SN: Sim, naturalmente todas estas questões na sociedade funcionam muito na lógica do “chicote” e da “cenoura”. Temos de dar alguns incentivos para as pessoas mudarem, mas há certas mudanças que também se fazem por obrigatoriedade legal. Já existe tecnologia que permite que a água dos nossos banhos possa ser reutilizada para os autoclismos. Se formos racionais, só o facto da água e da energia ainda serem muito baratas é que permite que estejamos a usar água potável para descarregar os nossos autoclismos. Mas não pode aparecer de repente uma lei que determine que isso seja assim, porque há matérias relacionadas com as questões construtivas que criam outros problemas. Há coisas para as quais tem de ir-se criando incentivos e depois, quando já estão comprovadamente a funcionar, entrar-se com a lei e obrigar a que todos adotem a mesma atitude.

JFAN: Depois também há esta questão: qual é a solução que menos impacto poderá ter na sua construção e na sua aplicação, tanto do ponto de vista do consumo de energia, como do tipo de materiais a usar.

SN: Não há uma solução “chave na mão” para tudo. Numa mesma cidade temos diferentes formas urbanas, diferentes organizações e até diferentes conformações e tipologias dos prédios e, portanto, não é possível adotar a mesma solução em todos os casos. Há diferentes soluções para diferentes situações e o conjunto é que pode reduzir os nossos impactos, porque no seu conjunto as soluções trabalham todas no mesmo sentido.

JFAN: Estamos na Freguesia de Avenidas Novas, que é um pedaço de Lisboa, cidade que tem os seus limites junto ao rio. A subida do nível das águas parece ser uma realidade e um problema com que todos temos de confrontar-nos, porque daqui a 30 anos, dizem alguns cientistas, isso vai acontecer duma maneira muito séria. Como vamos lidar com isso?

SN: Há zonas da cidade que vão ter de sofrer transformações, naturalmente. Por isso, faz-me alguma confusão – eu percebo a tentação – continuarmos a fazer projetos para certas zonas da cidade como se faziam há 30 anos, quando já se falava das

alterações climáticas, mas não numa ótica já assumida de crise e urgência climática e quando o próprio governo já assume isso como uma bandeira. Mas o dizer-se que se está nessa situação implicava a adoção de outro tipo de lógicas para a construção da cidade, principalmente nas zonas mais junto ao Tejo. Nas Avenidas Novas estamos cá mais em cima, portanto a água não chegará aqui, mas naturalmente nas zonas junto ao Tejo continuar a construir-se como se constrói, por exemplo, o novo hospital da CUF junto a Alcântara...

JFAN: Ou o aeroporto do Montijo...

SN: Ou o aeroporto do Montijo, que não sei como vai ser construído. Mas falando dum exemplo concreto, que é o hospital, que é uma infraestrutura grande junto ao rio, muito provavelmente daqui a 30 anos vai ter problemas grandes. E depois vão ter de criar-se infraestruturas gigantes para proteger essas estruturas, porque foram feitas de uma maneira pouco flexível e pouco modular. Já há soluções, mesmo em termos arquitetónicos, para se construir de uma forma que acompanhe quer as necessidades, quer as situações e que permitem desconstruir e eventualmente até montar noutra local. Mas poder desconstruir-se facilmente é uma coisa que ainda não se assumiu, como é exemplo o caso do aeroporto do Montijo. De facto, é incrível como se vai construir numa zona que vai ser, em boa parte, alagada, o que vai implicar obviamente que depois tenhamos que investir montantes enormes para criar barreiras à subida das águas. Estamos cientes de um problema, mas continuarmos a funcionar da forma como criámos o problema. Isso é que me deixa um bocadinho preocupado. Os nossos projetos têm de pensar eles próprios no seu tempo de vida e não só na lógica da construção. Em relação aos resíduos, já temos uma figura que se chama a responsabilidade alargada do produtor. Até há umas dezenas de anos, um fabricante colocava o seu produto no mercado e quando era vendido deixava de ter responsabilidade sobre esse produto. Atualmente, há uma série de produtos que quando são colocados no mercado o produtor continua a ser responsável pelo fim de vida desse produto.

JFAN: O chamado ciclo de vida do produto.

SN: Exatamente. Ou seja, é responsável pelo tratamento desse produto no seu fim de vida. Quando um veículo nosso vai para abate, a empresa que nos vendeu o veículo faz parte de uma organização

que é responsável por tratar esse resíduo. Em determinado tipo de projetos devia acontecer o mesmo. Ou seja, quem constrói determinado projeto tem de ser responsável por esse projeto, aconteça o que acontecer no futuro. Portanto, se uma entidade que vai construir um aeroporto for responsável por criar soluções para a tal subida do nível das águas, ela vai pensar o projeto de maneira diferente. Vai pensá-lo de maneira a que se isto começar a alagar por aqui, vou ter de criar outra solução ali. O que vai acontecer é que vamos começar por construir o aeroporto e, quando começar a subir o nível das águas, vão voltar-se para o governo da altura e dizer: “E agora? Vocês têm de tratar disto.” Os donos do projeto deixam de ser responsáveis pelo projeto depois de ele estar construído, em vez de preverem uma série de problemas e de o próprio projeto já ter isso em consideração. Isso devia ser obrigatório, mas não é.

JFAN: Isso leva-nos à questão do ciclo de vida dos produtos – um aeroporto não deixa de ser um produto. O ciclo de vida dos produtos devia ser como o ciclo de vida das pessoas. Nós somos criados com energia limpa e voltamos ao pó e os produtos também deveriam ser criados com energia limpa e voltarem ao pó como nós.

SN: Ou não. Há uma figura agora muito interessante para descrever o que deve ser a economia circular. A Fundação Ellen MacArthur, que se dedica só à divulgação e ao estudo de como devemos caminhar para uma economia circular, tem uma figura que tem dois ciclos: um ciclo dos produtos biológicos e um ciclo dos produtos não biológicos. Os produtos biológicos são aqueles que podem retornar ao ambiente e podem voltar a transformar-se em nutrientes e depois gerar novos produtos. Os outros materiais, os materiais técnicos, esses não devem voltar para o ambiente. Devem permanecer na economia o máximo de tempo possível. Portanto, não podemos olhar os materiais técnicos da maneira que olhamos para os materiais biológicos. Temos de construir os nossos produtos para durarem, para poderem ser remodelados, para poderem ser consertados, para poderem ser mantidos o maior período possível. Os produtos devem ser pensados para serem facilmente reintegrados no círculo de vida.

JFAN: A transformação das tampas de plástico em cadeiras de rodas ou em bicicletas...

SN: O plástico deve ter uma utilização mais prolongada.

gada. Mas, por exemplo, os metais, que se chamam tecnicamente materiais permanentes, conseguimos reutilizá-los permanentemente. Mas aqui estamos a falar de materiais e eu estou a falar dos produtos mesmo, ou seja, os nossos produtos têm de ser feitos de maneira a sofrerem facilmente *upgrades*. A tecnologia vai evoluindo, vai tornando-se mais eficiente e nós, em vez de descartarmos esse produto, podemos mantê-lo fazendo esse *upgrade*. Os produtos devem ser mais modulares, mais facilmente desmontados e montados, com peças facilmente substituíveis, etc. Muitos produtos continuam a ser feitos de uma maneira estanque e alguns são mesmo feitos para durar determinado período e tornarem-se obsoletos, para as pessoas adquirirem novos. Isso tem de mudar. E é algo que é responsável por grande parte da nossa pegada carbónica.

JFAN: Voltemos à questão da cidade. Falámos da subida do nível das águas. A Freguesia de Avenidas Novas está bastante acima do nível do mar, mas é um pedaço da cidade que vai inevitavelmente sofrer algum impacto das alterações climáticas, por isso se fala hoje muito da resiliência que é necessária numa cidade. Mas o que é a resiliência da cidade relativamente às alterações climáticas?

SN: Pela própria definição, resiliência tem que ver com uma certa capacidade de adaptação, de sofrer um determinado efeito e voltar ao estado anterior ou a um estado diferente, mas que mantenha as características essenciais. Como é que uma zona da cidade mantém a sua resiliência? Conseguindo adaptar-se a fenómenos que são cada vez mais extremos, quer seja de pluviosidade, quer seja de seca e, portanto, tem de ter a capacidade de conseguir algum armazenamento de água. Por acaso, Lisboa está numa situação muito feliz porque está situada numa zona com diferentes lençóis freáticos e, portanto, tem bastante água no solo. Mas, no polo oposto, temos a questão dos fenómenos de pluviosidade extrema, em que boas partes da cidade estão completamente impermeabilizadas e que têm o efeito de provocar alagamentos. A resiliência neste caso faz-se por criar zonas permeáveis e que facilmente retenham a água, evitando que ela se espalhe dessa maneira.

JFAN: Tal como defende o professor Gonçalo Ribeiro Telles, que sempre falou da importância da permeabilização dos solos...

SN: Exato. Mas a questão da permeabilidade dos

solos costuma ser encarada assim: “Nós temos uns jardins e tal...” Não chega, porque devíamos ter essa capacidade de permeabilidade do solo em toda a cidade e ao longo das próprias estradas e ruas. Devia haver sempre uma zona com capacidade para reter a água.

JFAN: Aqui na Freguesia de Avenidas Novas, o projeto da Praça de Espanha é extremamente positivo no sentido da permeabilização desta zona.

SN: É como se fosse um prolongamento deste jardim da Gulbenkian. Sem dúvida, isso é muito importante. Mas eu referia-me mesmo a mais. Por exemplo, todas estas avenidas deviam ter zonas permeáveis, em que poderia haver plantas. Devia haver permeabilidade ao longo de todas as vias para haver uma maior capacidade de retenção da água. Mas de facto este projeto vai ser muito importante nesse sentido.

JFAN: Quer manifestar um desejo para 2020 relativamente à sustentabilidade do nosso planeta, do nosso país, da nossa cidade e da nossa freguesia?

SN: Sobretudo que as opções e as decisões sejam tomadas cada vez menos de uma forma imediatista, apenas para o dia de hoje, e pensar que qualquer decisão tomada hoje vai ter consequências. Adotar a lógica de que tudo o que nós fazemos e todos os nossos projetos têm um determinado período e, portanto, as suas consequências têm de ser medidas e pesadas. Referimos aqui vários exemplos. E os políticos têm de ter cada vez mais uma lógica de que, independentemente dos votos que possam ter hoje para serem eleitos, as decisões que tomarem hoje vão ter efeitos no futuro e se as decisões não forem tomadas duma maneira que permita alguma flexibilidade e adaptação e resiliência, esses políticos serão vistos mais tarde como inconscientes.

JFAN: Samuel, muito obrigado por esta conversa e até uma próxima oportunidade.

SN: Foi um prazer.





PRAÇA DE ESPANHA

Caminhos da água e da sustentabilidade

O projeto vai contribuir para uma atmosfera mais limpa, uma cidade mais fresca e bonita e, acima de tudo, mais resiliente e adaptada às alterações climáticas

O Parque Urbano da Praça de Espanha, atualmente em desenvolvimento e com uma dimensão comparável à do Jardim da Estrela, vai devolver natureza a Lisboa, na linha de uma cidade sustentável. Aquela zona localiza-se sobre a maior bacia de drenagem da cidade e por ali se escoavam uma boa parte das águas pluviais dos planaltos das Avenidas Novas para o Vale de Alcântara. Em meados do século XX, a linha de água foi entubada e os seus cursos desviados, mas este projeto vem restituir à água o seu caminho natural com a recuperação da ribeira do Rego, promovendo a instalação de um ecossistema húmido, sustentável e pleno de biodiversidade, que vai contribuir para uma atmosfera mais limpa, uma cidade mais fresca e bonita e, acima de tudo, mais resiliente e adapta-

da às alterações climáticas.

Um novo esquema viário vai unir num cruzamento as avenidas de Berna, dos Combatentes, Calouste Gulbenkian e António Augusto Aguiar, permitindo que a Praça de Espanha se torne um lugar de encontro e de ligação. Este espaço coletivo, que também visa melhorar a qualidade de vida da população, terá um anfiteatro com capacidade para 300 pessoas, café com esplanada, parque infantil e uma praça com acesso ao Metro. A nova configuração vai promover uma continuidade entre bairros, bem como restabelecer a mobilidade pedonal há muito perdida entre a Gulbenkian e Sete Rios e criar acessos cicláveis, fomentando nesta vertente a ligação à Avenida Duque d'Ávila.

Este espaço coletivo, que também visa melhorar a qualidade de vida da população, terá um anfiteatro com capacidade para 300 pessoas, café com esplanada, parque infantil e uma praça com acesso ao Metro

Tirando partido da presença da água, um recurso finito que devemos valorizar, o projeto para a Praça



de Espanha vai promover o potencial ambiental e produtivo do solo. A plantação de mais de 600 árvores, designadamente exemplares de carvalho português, zambujeiro, sobreiro, choupo, tília, plátano e ameixoeira, entre outros, criará vastas áreas de sombra. Em complementaridade com este projeto, a Fundação Calouste Gulbenkian já anunciou a extensão dos seus jardins até à Av. Duque d'Ávila, o que ampliará ainda mais a mancha verde, ficando os dois parques ligados por uma ponte pedonal.

A plantação de mais de 600 árvores criará vastas áreas de sombra

O projeto, com uma função importante de redução da pegada carbónica da cidade, tem conclusão prevista para este ano, durante o qual Lisboa é

Capital Verde Europeia, prémio atribuído graças aos esforços na adoção de políticas e estratégias que visam melhorar os padrões ambientais e promover um desenvolvimento sustentável. É precisamente isso que se pretende com o Parque Urbano da Praça de Espanha, repondo os Caminhos da Água, os caminhos de uma cidade sustentável nas Avenidas Novas.





POUPANÇA DE ÁGUA E DE ENERGIA

Um dos eixos da estratégia da Junta de Freguesia de Avenidas Novas para a sustentabilidade é a poupança de água e de energia. Estes recursos são limitados e a sua economia é determinante para a preservação do ambiente, bem como para a redução da fatura energética. Seguem-se alguns exemplos do que está a ser feito nesta matéria.

Estima-se que uma melhor utilização das tecnologias disponíveis nos edifícios públicos geridos pelos municípios poderá proporcionar 30 a 35% de poupança total de energia

Estima-se que uma melhor utilização das tecnologias disponíveis nos edifícios públicos geridos pelos municípios poderá proporcionar 30 a 35% de poupança total de energia. Com este fim, há várias iniciativas em marcha na JFAN, nomeadamente a substituição de todas as lâmpadas de todos os edifícios da Junta por tecnologia LED, medida financiada no âmbito do Plano de Promoção da Eficiência no Consumo de Energia Elétrica. Além disso, está a proceder-se à instalação de sistemas de controlo de fluxo luminoso, com detetores de presença, nas várias estruturas e equipamentos da

Junta, nomeadamente na sede, no armazém da Brigada de Intervenção Rápida, no Posto de Higiene Urbana, na Escola Básica Mestre Arnaldo Louro de Almeida e nos equipamentos desportivos.

Substituição de todas as lâmpadas de todos os edifícios da Junta por tecnologia LED

Ainda no âmbito do referido Plano vai realizar-se a substituição dos sistemas de climatização individualizados por sistemas centralizados, tanto na sede da Junta como na Escola Básica Mestre Arnaldo Louro de Almeida.

Está prevista ainda a instalação de contadores de eletricidade automáticos, bem como a utilização de energia solar para aquecer a água da Piscina das Avenidas Novas. Neste equipamento desportivo, prepara-se também a instalação de baterias de condensadores para eliminar o custo da energia reativa, que representou um valor significativo no orçamento de 2018.

Com vista à poupança de água, um bem cada vez



mais precioso, implementámos na rega dos jardins e espaços ajardinados da Freguesia o sistema WaterBeep, que permite otimizar o seu uso e que, entre 2018 e 2019, resultou numa redução média dos consumos de 24%. Esta diminuição do consumo será ainda mais marcada uma vez reparadas as fugas na rede.

O sistema WaterBeep, que permite otimizar o uso da água na rega, resultou, entre 2018 e 2019, numa redução média dos consumos de 24%

Outro exemplo nesta área é a instalação de contadores de água mistos com alertas na Escola Básica Mestre Arnaldo Louro de Almeida e na Piscina das Avenidas Novas. Estes contadores permitem detetar roturas em 24 horas. Por outro lado, as faturas deixam de ser por estimativa e passam a

ter o valor do consumo real.

Promover a adoção de práticas de consumo responsável e uso sustentável da água em ambiente escolar

Ainda com vista à poupança do consumo de água nas escolas da Freguesia, no âmbito do projeto ECH2O-Água, com o objetivo de promover a adoção de práticas de consumo responsável e uso sustentável da água em ambiente escolar, será instalado um redutor em todas as torneiras. Esta medida vem ao encontro das ações dos alunos da EB Mestre Arnaldo Louro de Almeida para poupar água, nomeadamente zelando para que não haja torneiras abertas. A escola e as nossas crianças dão o exemplo – vamos todos segui-lo.



ESPAÇOS VERDES

Uma requalificação sustentável

Os espaços verdes cumprem um papel fundamental na cidade. Não só contribuem para o nosso bem-estar, como desempenham um papel decisivo na adaptação às alterações climáticas.

A Junta de Avenidas Novas procede, com regularidade, à requalificação de espaços verdes na Freguesia. Recentemente, foram melhorados mais quatro espaços ajardinados, sempre com base em princípios de sustentabilidade.

Assim, nos espaços ajardinados da Rua Julieta Ferrão, o sistema de rega foi completamente revisito, com resultante substituição da tubagem principal, para solucionar definitivamente roturas frequentes que originavam desperdício de água. Foram efetuadas fertilizações e novas plantações. Os prados regados que se encontravam com fraca cobertura foram reforçados com semente.

Na rotunda do túnel do Rego também foram executados trabalhos numa lógica de sustentabili-

dade, designadamente o melhoramento do sistema de rega, assim como a incorporação de matéria orgânica no terreno, preparando-o para as novas plantações com plantas de floração intensa e baixa necessidade em água e manutenção.

Seguiram-se intervenções na mesma linha nos espaços ajardinados do logradouro do quarteirão da Rua Eiffel, onde o sistema de rega foi completamente revisto, tendo sido efetuadas novas plantações.

Nos canteiros elevados da Rua Laura Alves – espaços de pequena dimensão – realizaram-se plantações com espécies adaptadas ao local e cobriu-se o solo com casca de pinheiro o que, para além de diminuir o aparecimento de ervas espontâneas, mantém a humidade do solo.

Por fim, nos canteiros perto do edifício Gemini, e numa ação que contou com a participação dos moradores, foi espalhada estilha de madeira proveniente das podas de árvores, também para conservar a humidade do solo, em mais um exemplo das práticas sustentáveis adotadas pela Junta de Freguesia de Avenidas Novas.



MOBILIDADE SUAVE

A mobilidade suave é um elemento fundamental do desenvolvimento urbano sustentável e da manutenção de um ambiente de qualidade.

Em 2020, ano em que Lisboa é Capital Verde Europeia, temos uma cidade cada vez mais amiga das pessoas, de que é exemplo a devolução de espaço público aos peões. Esta tendência é notória em vastas zonas da Freguesia de Avenidas Novas, com os seus passeios largos de piso seguro e confortável, facilitando, nomeadamente, a locomoção de pessoas com mobilidade reduzida ou com carrinho de bebé.

Outro dos pilares da mobilidade sustentável com grande impacto na nossa Freguesia é a rede ciclável de Lisboa. Esta estrutura com quase 100 km deverá duplicar até 2021, ano em que Lisboa será a Capital da Bicicleta. As Avenidas Novas constituem um grande centro desta rede e daqui é possível pedalar para os quatro cantos da cidade. Aproveite as condições de mobilidade que a sua Freguesia lhe oferece, contribua para reduzir a pegada carbónica da cidade e sinta os benefícios da prática de exercício diário na sua saúde e no seu bem-estar.



FAÇA DO DESPORTO UM MODO DE VIDA

A Junta de Freguesia de Avenidas Novas promove o desporto e a atividade física como práticas fundamentais para o bem-estar humano.

A Junta de Freguesia tem feito um avultado investimento na manutenção e no melhoramento dos quatro equipamentos desportivos das Avenidas Novas – nomeadamente o pavilhão desportivo, o campo polidesportivo, a piscina e o ginásio. Em cada um desses equipamentos de qualidade colocamos à sua disposição um leque diversificado de modalidades – dos desportos com bola às atividades aquáticas, passando por pilates, ginástica localizada, cycle e muitas outras.

A par do fomento do desporto para crianças e jovens, com vista a levar mais vizinhas e vizinhos a optarem por um estilo de vida ativo, a JFAN promove regularmente ações gratuitas como a Semana do Desporto ou a Mega-Aula de Hidroginástica, bem como aulas multidisciplinares ou consultas de nutrição.

Opte por um estilo de vida ativo. Usufrua dos equipamentos desportivos que a Junta de Freguesia de Avenidas Novas põe à sua disposição.

Saiba mais em jf-avenidasnovas.pt



FREGUESIA SEM HERBICIDAS

As Avenidas Novas são uma freguesia sem herbicidas. Uma das decisões iniciais do presente executivo da sua Junta de Freguesia em matéria de sustentabilidade foi a eliminação do uso de herbicidas – incluindo o glifosato – em todas as tarefas de manutenção dos espaços verdes, bem como na deservagem de passeios.

Formalizando uma prática assumida desde cedo, em novembro de 2019 a sua Junta foi uma das freguesias de Lisboa a assinar o manifesto da Quercus “Autarquias sem Glifosato/Herbicidas”

Formalizando uma prática assumida desde cedo, em novembro de 2019 a sua Junta foi uma das freguesias de Lisboa a assinar o manifesto da Quercus “Autarquias sem Glifosato/Herbicidas”, que visa alterar a prática generalizada do uso dos herbicidas para controlo de plantas infestantes, optando por alternativas que colocam em primeiro lugar o ambiente e a saúde pública, inclusivamente a saúde dos nossos colaboradores, dado que a Organização Mundial de Saúde classificou o glifosato – substância química presente na maioria dos herbicidas – como “provavelmente cancerígeno para os humanos”.

Assim, a deservagem dos passeios é executada com roçadoras e através de monda térmica, que por meio da emissão de vapores de água a altas temperaturas queima a raiz das plantas. Os canteiros e zonas de inertes são mondados manualmente ou com roçadoras e os tratamentos fitossanitários do arvoredo são realizados com produtos biológicos por endoterapia. A lavagem das ruas e dos pavimentos sintéticos dos parques infantis é realizada apenas com água à pressão.

Esta medida faz parte de um conjunto de ações da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, paradigmáticas de uma mudança face a práticas anteriores, que visa contribuir para que todos vivamos numa cidade ambientalmente mais saudável e sustentável.

A deservagem é executada com roçadoras e através de monda térmica, que por meio da emissão de vapores de água a altas temperaturas queima as plantas



MERCADO DO BAIRRO SANTOS

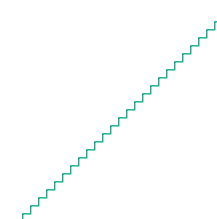
Mercado com história, Pessoas com histórias

O Mercado do Bairro Santos, situado no quarteirão delimitado pelas ruas Cardeal Mercier, Portugal Durão e Soeiro Pereira Gomes, é herdeiro de uma longa prática de comércio naquele local. Desde as primeiras décadas do século XX que ali tinha lugar um mercado espontâneo. A tradição do mercado de levante manteve-se com a inauguração, em 1963, do Mercado do Bairro Santos ao Rego, ainda a céu aberto, que ficaria conhecido como “mercado dos chapéus-de-sol”. Finalmente, nos anos 80, foi erigido um edifício para albergar os comerciantes, mas que acabaria por cair em declínio, com perda de oferta e de procura.

O Plano Municipal dos Mercados de Lisboa veio revitalizar 25 mercados municipais, entre eles o Mercado do Bairro Santos. Inaugurado em julho de 2018, com uma nova configuração, o mercado atual veio ao encontro dos novos hábitos de consumo, não só oferecendo melhores condições aos comerciantes, mas também criando melhores condições de acesso, segurança e salubridade. Com uma

praça exterior coberta, que protege da chuva no inverno e do sol no verão, e um elevador panorâmico que dá acesso à galeria comercial do primeiro piso, onde também se encontra a delegação da sua Junta de Freguesia, o mercado é um local de encontro, com quiosque, bancos, árvores e esplanadas. É um polo dinamizador da vida do bairro, que corresponde ao gosto dos lisboetas pela tradição, pela proximidade, e com objetivos estratégicos tão importantes como a preservação do emprego local e do ambiente.

Mas o mercado é feito sobretudo de pessoas. São essas pessoas que queremos dar-lhe a conhecer no jornal que incluímos neste segundo número da Revista das Avenidas Novas: Mercado do Bairro Santos – Mercado com História, Pessoas com Histórias. Conheça melhor os lojistas que estão lá para o receber de braços abertos e tire partido do comércio de proximidade. Visite o Mercado do Bairro Santos.





POLICIAMENTO COMUNITÁRIO NO BAIRRO SANTOS

No dia 12 de setembro teve lugar, no Mercado do Bairro Santos ao Rego, a apresentação pública do projeto de Policiamento Comunitário para aquele território, com boa afluência e grande interesse dos residentes. No início da sessão, a presidente Ana Gaspar considerou que era um dia particularmente feliz para a Freguesia de Avenidas Novas, pois passa a contar com o notável trabalho da Polícia Municipal de Lisboa, que, em estreita articulação com a Polícia de Segurança Pública e com a contribuição da Escola Básica Mestre Arnaldo Louro de Almeida, das associações ANADIC e Passa Sabi e ainda da Gebalis, da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, formará com os cidadãos o Grupo de Segurança do Bairro Santos ao Rego.

O Policiamento Comunitário visa uma redução das incivildades e um aumento do sentimento de segurança, rentabilizando os recursos

O chefe Gordicho, representando a Polícia Municipal de Lisboa, começou por explicar que o objetivo do Policiamento Comunitário é a prevenção. Com a participação de todos, através de uma tomada de

conhecimento e de uma atuação in loco, visa uma redução das incivildades e um aumento do sentimento de segurança, rentabilizando os recursos.

O Grupo de Segurança vai identificar os problemas de segurança e definir o perfil dos agentes que atuarão no Bairro Santos ao Rego

O Grupo de Segurança agora criado, que pode incluir atores que vão das associações de moradores às associações de comerciantes, passando pela Junta de Freguesia, pelas IPSS, pelas ONG, pelos serviços municipais e pelos próprios cidadãos, entre outros, vai identificar os problemas de segurança e definir o perfil dos agentes que atuarão no Bairro Santos ao Rego, em patrulhamento apeado, num diálogo diário e constante com os residentes e com os comerciantes. Uma parte importante do processo é a realização de reuniões mensais com os parceiros, a fim de identificar e compreender melhor a origem dos riscos e definir linhas de atuação. Por outro lado, serão efetuadas ações regulares de sensibilização junto da população local.



O Policiamento Comunitário tem várias provas dadas em Lisboa, nomeadamente, na Baixa-Chiado, em Alvalade, na Alta de Lisboa, na Mouraria, na Ameixoeira e no Bairro Padre Cruz.

O Policiamento Comunitário tem provas dadas noutros territórios da cidade de Lisboa

Nesta sessão, os residentes deram voz às suas ansiedades em matéria de segurança, higiene e civilidade, entre outras preocupações, que mereceram esclarecimentos por parte da presidente Ana Gaspar, bem como dos representantes da Polícia Municipal de Lisboa, da PSP, da ANADIC, da Passa Sabi e da Gebalis.

Estão dados os primeiros passos para um novo e frutuoso tipo de policiamento neste bairro da nossa Freguesia

No final, formaram-se grupos de trabalho com técnicos e residentes, com o objetivo de definir os problemas e prioridades de segurança do Bairro Santos, bem como de traçar o perfil dos agentes que atuarão no Policiamento Comunitário. Estavam dados os primeiros passos para um novo tipo de policiamento neste bairro da nossa Freguesia.

Novos passos foram dados no dia 29 de novembro, com a realização, na Associação para o Desenvolvimento e Apoio Social do Bairro do Rego (ADAS-BR) de nova sessão de apresentação do projeto, desta vez aos associados daquela instituição.

Numa reunião em que estiveram representados vários dos intervenientes que constituem o Grupo de Segurança – ADAS-BR, ANADIC, Câmara Municipal de Lisboa, Gebalis, Junta de Freguesia de Avenidas Novas, Polícia Municipal de Lisboa, PSP, Rotas do Bairro E7G, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e Universidade Nova de Lisboa –, os associados da ADAS-BR tomaram contacto com a realidade do Policiamento Comunitário.

Durante a sessão, os associados da ADAS, uma população sénior, apontaram problemas e prioridades de segurança no Bairro Santos ao Rego, traçaram o perfil ideal dos agentes para este policiamento de proximidade e trocaram ideias com os representantes das entidades presentes, num exemplo do diálogo que está na base do Policiamento Comunitário e que se pretende venha a ser frutuoso para aquele bairro da nossa Freguesia, no campo da segurança e da cooperação em rede, que privilegiamos.



COMMUNITY CHAMPIONS LEAGUE

Craques das Avenidas ganham em solidariedade

A Community Champions League é um projeto europeu da EFDN – Rede do Futebol Europeu para o Desenvolvimento – promovido em Portugal pela Fundação Benfica, a Gebalis e 12 Juntas de Freguesia de Lisboa, entre as quais a de Avenidas Novas, representada na competição pelos Craques das Avenidas.

A Community Champions League fortalece os laços comunitários e promove uma cidadania ativa em pessoas de diferentes origens

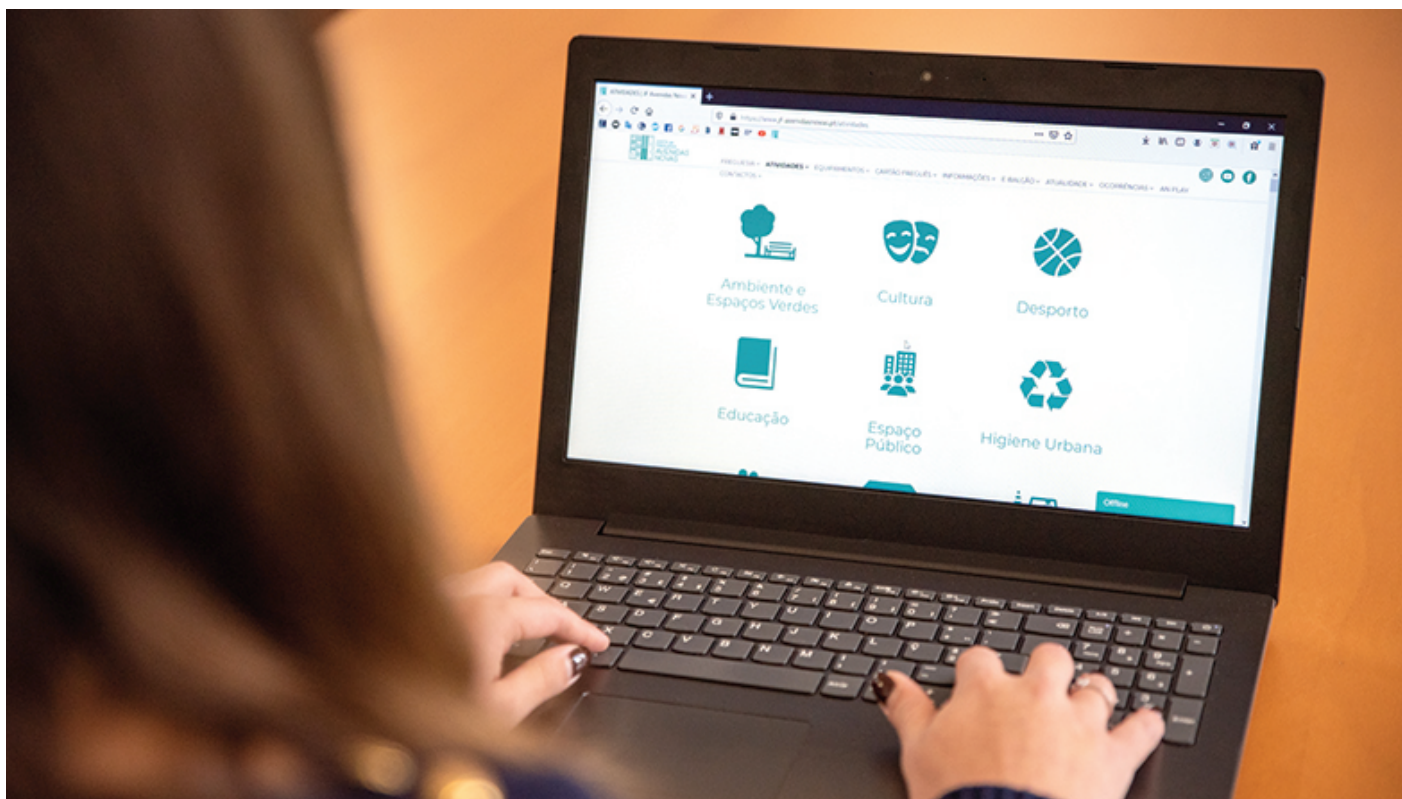
Através de um torneio de futebol para crianças nascidas entre 2004 e 2008, a Community Champions League fortalece os laços comunitários e promove uma cidadania ativa em pessoas de diferentes origens. Para além de somarem pontos nos jogos disputados, os participantes ganham pontos através da conduta ética e do *fair-play*, bem como do voluntariado em atividades comunitárias e iniciativas de sustentabilidade ambiental.

Os nossos Craques promoveram ações solidárias, como a angariação de alimentos, roupa e brinquedos

Assim, a par da competição, os nossos Craques promoveram já ações solidárias, nomeadamente a angariação de alimentos, roupa e brinquedos, para o Centro Social da Paróquia de São Sebastião da Pedreira, a fim de serem distribuídos a quem mais necessita. Noutra ocasião, estiveram na Abraço (Associação de Apoio a Pessoas com VIH/SIDA) a ajudar na entrega de cabazes a pessoas carenciadas. A ação foi também importante para os nossos jovens por tomarem contacto com o funcionamento de uma instituição de solidariedade social e conhecerem o trabalho ali desenvolvido.

As contribuições comunitárias vão continuar no contexto da Community Champions League, fomentando o sentido de cidadania dos nossos jovens Craques.

www.efdn.org
www.efdn.org/blog/project/community-champions-league/
<https://fundacao.slbenfica.pt/>
www.gebalis.pt



REDUZIR A PEGADA CARBÓNICA DIGITAL

A internet é geralmente associada a uma economia mais verde. A digitalização trouxe vantagens para o ambiente, nomeadamente através da diminuição do consumo de papel, da redução das viagens aéreas graças à utilização de videoconferências ou da economia de energia através de redes inteligentes.

Mas a nossa vida hiperconectada transformou o setor digital num grande consumidor de energia e de materiais, bem como num produtor de gases de efeito de estufa, contribuindo para o aquecimento global.

Aqui ficam algumas medidas que podemos tomar com o fim de reduzirmos a nossa pegada digital:

- prolongar a vida dos nossos dispositivos digitais
- desligar o computador quando não o estamos a usar
- desligar o wi-fi quando não estamos em casa – um *router* consome tanta energia como um pequeno frigorífico
- usar motores de busca amigos do ambiente como o Ecosia.org ou o Lilo.org, que funcionam com energias renováveis e compensam a sua pegada de

carbono através da plantação de árvores

- usar os Favoritos ou o Histórico em vez de novas pesquisas – uma pesquisa pode consumir tanta eletricidade como ferver um litro de água
- realizar pesquisas em sites e motores de pesquisa relevantes e mais específicos como a Wikipédia, em vez de toda a *web*
- limpar a caixa de correio frequentemente
- enviar *links* em vez de anexos
- enviar anexos grandes através de plataformas de transferência de arquivos e não por email
- limitar o *streaming* e os jogos *online*
- ao fazer *streaming*, usar wi-fi em vez de 4G e evitar a visualização em HD – representa uma poupança de energia de 4 a 10 vezes
- armazenar arquivos grandes em discos rígidos externos e não na nuvem
- eliminar imagens recebidas pelo WhatsApp de que não precisamos – ou desativar o download automático do WhatsApp



CONTACTOS ÚTEIS

Escolas

Escola EB1/JI Mestre Arnaldo Louro de Almeida

Praça Nuno Gonçalves
217 960 352
Email: eb1mestrearnaldolourodealmeida@gmail.com

Escola EB1 S. Sebastião da Pedreira

Rua Doutor Júlio Dantas
(instalações da EB Marquesa de Alorna)
967 472 707
Email: eb1sebastiaodapedreira@gmail.com

Escola Secundária D. Pedro V

Estrada das Laranjeiras 122
217 246 060
Email: direcao@ael.edu.pt

Escola Sec. Maria Amália Vaz de Carvalho

Rua Rodrigo da Fonseca 115
213 841 910/8
Email: esmavc@mail.telepac.pt

Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna

Rua Doutor Júlio Dantas
213 870 992/3
Email: agrupamentomarquesaalorna@gmail.com

Desporto

Pavilhão Desportivo das Avenidas Novas

Rua Sousa Lopes
912 583 417
Email: pavilhao@jf-avenidasnovas.pt

Polidesportivo das Avenidas Novas

Rua Filipe da Mata
910 530 502
Email: pavilhao@jf-avenidasnovas.pt

Piscina das Avenidas Novas

Rua Cardeal Mercier
219 363 086
Email: piscina@jf-avenidasnovas.pt

Ginásio das Avenidas Novas

Rua Cardeal Mercier
219 363 086
Email: ginasio@jf-avenidasnovas.pt

Saúde

Maternidade Dr. Alfredo da Costa

Rua Viriato 1
213 184 000

Hospital Curry Cabral

Rua da Beneficência 8
217 924 200
Email: cadm@hccabral.min-saude.pt

Centro de Saúde de Sete Rios

Largo Prof. Arnaldo Sampaio
217 211 800

Segurança

Bombeiros Sapadores de Lisboa

808 215 215

Polícia de Segurança Pública

217 654 242

Serviços

CTT Correios

- Av. 5 de Outubro 158
- Av. António Augusto Aguiar (El Corte Inglés)
- Rua Filipe Folque 10 G

707 262 626
reclamacoes@ctt.pt

IEFP - Centro de Emprego de Picoas

Av. 5 de Outubro 24
213 566 900
Email: cte.picoas@iefp.pt

Rádio Táxis de Lisboa

218 119 000
Email: geral@retalis.pt

Repartição de Finanças

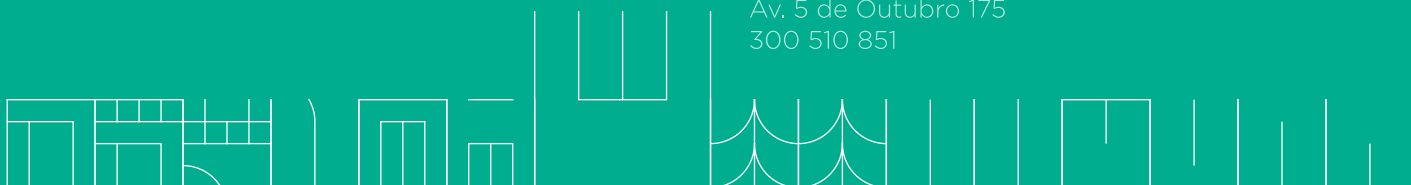
Av. Fontes Pereira de Melo 30 B
213 584 340
Email: sf32552at.gov.pt

Segurança Social

Av. 5 de Outubro 175
300 502 502

Centro Nacional de Pensões

Av. 5 de Outubro 175
300 510 851





CARTÃO FREQUÊS: É FÁCIL, É BARATO E DÁ DESCONTOS

Faça poupanças na sua Freguesia

A fim de promover o comércio local e permitir que os Fregueses usufruam de descontos, protegendo o orçamento familiar, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas criou o Cartão Freguês de Avenidas Novas, que oferece aos seus titulares o acesso a bens e serviços em condições vantajosas. Com um vasto conjunto de parcerias, o cartão proporciona aos fregueses de Avenidas Novas descontos nas seguintes áreas: beleza, cultura, desporto, direito, educação, imobiliária, lazer, restauração, saúde, serviços e vestuário. Esta iniciativa da Junta de Freguesia tem o objetivo de dinamizar a economia local, promovendo a preferência da população pelos bens e serviços oferecidos pelos estabelecimentos ou entidades da sua Freguesia, o que origina também importantes benefícios ambientais, dado que neste caso as deslocações se fazem a pé. O Cartão Freguês é válido tanto para residentes como para quem trabalha na freguesia.

Como posso aderir?

O Cartão Freguês custa apenas 1€ e pode ser adquirido na sede e na delegação da Junta de Freguesia de Avenidas Novas no Mercado do Bairro Santos. Encontrará as fichas de inscrição para freguês/trabalhador ou para comerciante nestes mesmos locais e ainda no *website*. Para a emissão do cartão é necessária a seguinte documentação: fotocópia do cartão de cidadão, do bilhete de identidade ou de título de residência; fotografia tipo passe.

Como sei se posso utilizar o Cartão Freguês?

Os estabelecimentos aderentes encontram-se devidamente identificados, exibindo em local visível o símbolo do Cartão Freguês.

Onde posso utilizar o Cartão Freguês?

Já pode utilizar o Cartão Freguês em mais de 60 estabelecimentos. Saiba quais aqui:

www.jf-avenidasnovas.pt/cartao-fan-2



A VOZ DO VIZINHO

NUNO RIBEIRO

Ainda sobre o racismo...

Cresci no Rego, um bairro de alentejanos, cabo-verdianos, beirões, angolanos, transmontanos, guineenses, algarvios, santomenses, minhotos, ciganos, lisboetas, brasileiros, indianos, de primeira, segunda e terceira geração.

Portanto, talvez possa dizer que é dos bairros mais cosmopolitas de Lisboa. Dos mais típicos e diferentes, isso é de certeza, como talvez seja uma das últimas "ilhas" que Lisboa ainda tem.

Comi cachupa, carapaus alimados, moamba, feijoada à transmontana, kalulu, cozido à portuguesa, peixe seco, ouriço (sim, ouriços, leram bem, tentem informar-se do que se trata), caril, sardinhas assadas, etc., muito antes da cozinha internacional se tornar moda nos restaurantes em Lisboa, e tudo isto em barracas, nas muitas oficinas que o Rego tinha ou nas casas de alvenaria tradicional (não estamos a falar de mansões, pois o Rego sempre foi um bairro da classe operária, e cada um vivia onde e como podia).

Ia ao Sr. Fausto comprar café com a minha avó – daquele moído no momento e embrulhado naqueles canudos de papel – para ela fazer no pote de ferro, que ainda existe lá por casa, e de onde emanava todas as manhãs aquele cheirinho soberbo, e lá cravava um daqueles biscoitos de canela absolutamente bestiais. Depois ia-se ao Lopes das Bananas comprar fruta – a Tia Alzira lá me dava sempre qualquer coisita, nem que fosse um rebuçado. Compravam-se linhas de costura à mulher do Madu (o que eu adorava ver aquelas cores todas!) e ainda se ia reparar as botas ao pai da Bhartiben (sim, porque as botas caneleiras tinham de durar uma vida).

Cresci a ouvir, muito antes de Gipsy Kings na rádio, o som das cordas de uma guitarra flamenca pelas mãos de um cigano, no terraço do saudoso Eduardo, brilhante jornalista, tradutor, etc., um homem da Cultura que muito me ensinou – a mim e a muitos. Ouvi pela primeira vez Bossa Nova (da boa, ouviram bem?) da voz do Zé Americano, melhor do que toda essa nouvelle musique que agora aparece vinda do nosso país irmão! Ouvi sembas, mornas, marrabentas, muito antes de ouvir esta nova geração de músicos africanos, extraordinários, por

sinai. Aprendi a dançar kizomba com as minhas amigas – e se gosto! Dancei muito El Chato e todas aquelas pimbalhadas (que muito divertem a malta) no velhinho e único clube do bairro, o Grupo Excursionista os Económicos.

Portanto, o motivo de nunca ter sido xenófobo foi este!

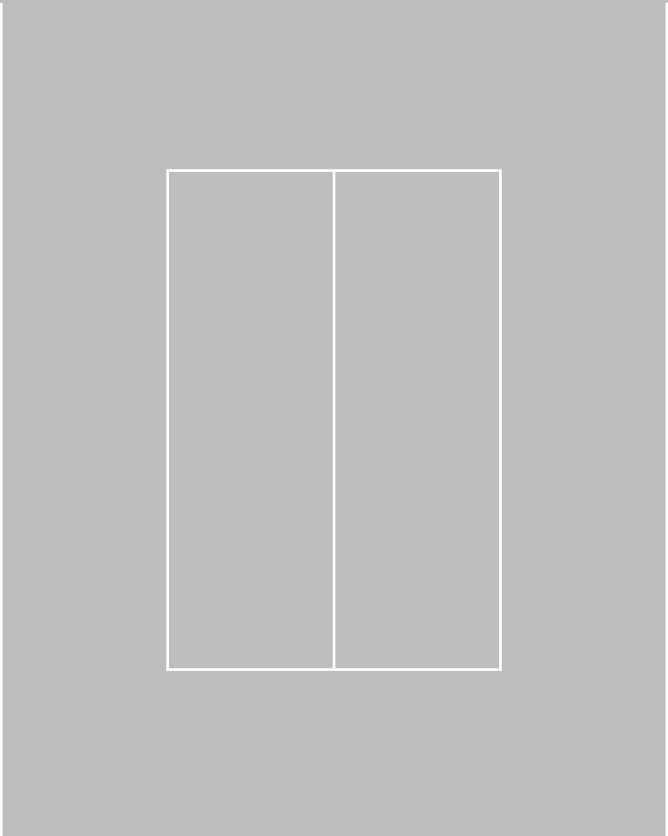
A minha realidade, que é igual à de tantos outros... Infelizmente alguns esquecem-se onde nasceram, onde foram criados...

Diferentes todos somos, o que temos é de respeitar as diferenças, só assim é que conseguimos viver de uma forma sã, honesta e verdadeira!

Utilizando uma expressão que alguns, mais velhos que eu, diziam: "Se Lisboa fosse Portugal, então o Rego era a capital!"

E de facto podemos ser mesmo a capital, um verdadeiro lugar de tolerância e de proximidade. Em suma, podemos ser uma referência nesta confusão que se anda a passar na cabeça de algumas (felizmente poucas) pessoas.

Nuno Ribeiro



Apoios a

Pessoas com Deficiência

ABERTURA DE CANDIDATURAS

Para cidadãos recenseados na freguesia há pelo menos dois anos e que detenham um grau de incapacidade igual ou superior a 60%.

No âmbito de saúde, ensino, formação profissional, qualidade de vida e mobilidade.

➔ Saiba mais em www.jf-avenidasnovas.pt



APOIO A PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

As pessoas portadoras de deficiência debatem-se com desvantagens e constrangimentos vários no seu quotidiano. Constitui atribuição das Juntas de Freguesia a promoção e salvaguarda dos interesses próprios das respetivas populações no domínio da ação social. Neste contexto, a Junta de Freguesia de Avenidas Novas atribui apoios financeiros a pessoas portadoras de deficiência. Os presentes apoios destinam-se a suprir necessidades próprias dos seus beneficiários no âmbito da saúde, do ensino, da formação profissional, da qualidade de vida e da mobilidade. No decurso de 2019, dez vizinhos beneficiaram destes apoios, nomeadamente para terapias, aquisição de cadeiras de rodas ou materiais de apoio a atividade profissional independente.

Podem candidatar-se aos apoios os cidadãos recenseados na freguesia há pelo menos dois anos e que detenham um grau de incapacidade, devidamente atestado, igual ou superior a 60%.

Informações e inscrições na sede da Junta e na delegação no Mercado do Bairro Santos ou pelo email geral@jf-avenidasnovas.pt
[Regulamento em www.jf-avenidasnovas.pt](http://www.jf-avenidasnovas.pt)



FAN CLUBE NÃO É FÃ DE LIXO

O Fan Clube, um dos equipamentos afetos à Intervenção Social da Junta de Freguesia de Avenidas Novas para o acompanhamento de crianças e jovens no bairro do Rego, procura ser muito mais que um mero serviço de ocupação de tempos livres.

Nesse sentido, e à semelhança de muitos outros temas, organiza frequentemente ações de sensibilização ambiental dirigidas às crianças. Trata-se de iniciativas que se inserem num vasto conjunto de atos de promoção da cidadania responsável, que aqui se procura que seja apreendida e assimilada desde cedo.

Uma destas iniciativas consistiu na organização de uma tertúlia sobre a produção de resíduos e a importância do seu tratamento em todas as fases do respetivo ciclo. A seguir, as crianças participantes saíram para as ruas do bairro e, enquanto iam recolhendo lixo que encontraram na rua, chamaram a atenção de quem passava para a importância de todos cuidarmos do espaço público e do ambiente, que são de todos.



JFAN E COMANDO DA PSP EM SINTONIA

No passado mês de dezembro, em representação da Junta de Freguesia de Avenidas Novas, a presidente Ana Gaspar teve uma reunião de trabalho com o superintendente-chefe Jorge Maurício, comandante da PSP de Lisboa.

Num encontro profícuo, os responsáveis das duas entidades trataram temas relacionados com o policiamento do nosso território. Após o encerramento das esquadras da Freguesia no âmbito da reorganização operacional realizada pela PSP, a Junta tem envidado esforços para garantir a segurança de pessoas e bens, nomeadamente através do aumento do policiamento, fator dissuasor da criminalidade e da incivilidade. Neste contexto, está prevista para breve uma viatura elétrica de policiamento da Freguesia, em linha com os objetivos deste Executivo, tanto em matéria de segurança como de sustentabilidade ambiental.

Ana Gaspar congratulou-se com os resultados da reunião, agradecendo a disponibilidade do superintendente-chefe Jorge Maurício para corresponder aos anseios da população da Freguesia, e declarou que a Junta vai prosseguir o trabalho frutífero com o Comando da PSP de Lisboa.

SERVIÇO DE TELEASSISTÊNCIA A SENIORES E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Resposta imediata em situação de emergência e apoio na solidão 24 horas por dia



BASTA CARREGAR NUM BOTÃO

Com o objetivo de manter a autonomia no domicílio de seniores e pessoas com deficiência, a Câmara Municipal de Lisboa disponibiliza o Serviço de Teleassistência. Destinado a munícipes com mais de 65 anos ou portadores de deficiência ou doença crónica incapacitante, o serviço é gratuito e tem duas vertentes: a resposta imediata em situação de emergência; e o apoio na solidão.

Quando é dado o sinal de emergência – através de um pendente com botão de emergência ou de um telefone simplificado – a chamada é encaminhada para a Proteção Civil, numa sala de operações conjunta com os Bombeiros e a Polícia Municipal, que opera 24 horas por dia. O serviço liga para o utente e, se não obtiver resposta, contacta a rede informal, composta por familiares e vizinhos, e envia uma viatura de emergência para o local.

Pode preencher o pedido de adesão na CML (Campo Grande, 25), na sede da JFAN (Av. de Berna, 1) ou na delegação da JFAN no Mercado do Bairro Santos.



RELOJOARIA MENDES

A Relojoaria Mendes, na Avenida Ressano Garcia, acerta as horas desde 1966. O proprietário, António Maria Mendes, abre as portas a uma clientela fiel diariamente há mais de 50 anos.

A decoração desta preciosa loja da nossa Freguesia é feita de ornados relógios de parede e pequenos despertadores. Atrás de uma janela, António Mendes trabalha na sua bancada com uma sabedoria aprendida com o pai, rodeado da parafernália de relógios e das extraordinárias ferramentas deste ofício de precisão.

António Mendes vive com a mulher, D. Virgúlina, ali mesmo na Avenida Ressano Garcia, que com a Rua Fialho de Almeida e a Rua Ramalho Ortigão compõe o Bairro Azul, primeiro a ser classificado como conjunto urbano de interesse municipal. Mudou-se para cá quando abriu a loja. Ela já morava desde 1956 no local onde começaram a namorar. Casaram na Igreja de S. Sebastião da Pedreira, tiveram filhos na Maternidade Alfredo da Costa e lembram com saudade os anos em que passeavam com eles pelo Parque Eduardo VII, lugares emblemáticos das Avenidas Novas que são marcos numa longa vida de partilha.



RUA DA BENEFICÊNCIA

Em 1903, a Rua de Sousa Holstein, que ia do Largo do Rego à Palma de Cima, passou a chamar-se Rua da Beneficência, numa homenagem de Lisboa a uma grande benemérita do período final da monarquia, D. Maria Luísa de Sousa Holstein. A 3ª Duquesa de Palmela, que nasceu em Lisboa em 1841 e faleceu em Sintra em 1909, foi uma importante filantropa, tendo fundado, entre outras instituições, as Cozinhas Económicas de Lisboa.

A Rua da Beneficência é o grande eixo do Bairro Santos e, cortada pela linha férrea, chega até à Avenida de Berna, junto ao Hospital Curry Cabral. É rica em comércio e serviços, destacando-se os restaurantes que ainda hoje são uma referência. Foi também aqui que na década de 80, no número 175 – o antigo cinema Universal – brilhou com luz intensa um lugar mítico da música em Portugal – o Rock Rendez Vous. Inaugurado em 1980 com um concerto de Rui Veloso, o clube constituiu um rito de passagem para grandes bandas nacionais como os Xutos e Pontapés e trouxe a Lisboa a vanguarda da música britânica, em tempos que certamente muitos de vós recordam com saudades.

NOVAS DAS AVENIDAS

Já conhece as Novas das Avenidas, a newsletter semanal da sua Junta de Freguesia?
Subscreva em: jf-avenidasnovas.pt > **Contactos** > **Newsletter**



LISBOA CAPITAL VERDE EUROPEIA

A Freguesia de Avenidas Novas acolheu, no dia 11 de janeiro, o lançamento da iniciativa Lisboa Capital Verde Europeia 2020. A cerimónia teve lugar no Alto do Parque Eduardo VII, com a participação do Pres. da República, Marcelo Rebelo de Sousa, do Sec.-Geral da ONU, António Guterres, do Primeiro-Ministro, António Costa, do Pres. da CML, Fernando Medina, e do Vice-Pres. da Comissão Europeia, Frans Timmermans. Por um ano, Lisboa é a capital europeia da sustentabilidade ambiental, social e económica. Sigamos o mote da iniciativa lisboeta: escolhamos evoluir!



REUNIÃO DESCENTRALIZADA

A fim de ouvir de perto o que os cidadãos têm para dizer sobre as zonas da cidade onde vivem, a Câmara de Lisboa organiza, mensalmente, reuniões públicas descentralizadas. No dia 8 de janeiro, na Esc. D. Pedro V, teve lugar uma reunião dedicada às freguesias de Avenidas Novas e Arroios. Numa sessão muito concorrida, as 20 intervenções previstas abordaram temas como as alterações ao trânsito na Praça de Espanha, o policiamento, o estacionamento ou a higiene urbana. Todas as questões colocadas foram respondidas pela vereação e pelas presidentes Ana Gaspar e Margarida Martins.



EQUIPAMENTO ELÉTRICO

Tradicionalmente, as máquinas de limpeza urbana produzem poluição sonora e atmosférica, com efeitos nocivos para a saúde. A JFAN tem a vindo a renovar o equipamento da Higiene Urbana, optando por aparelhos elétricos, que são mais silenciosos e não emitem gases com efeito de estufa, reduzindo também o consumo energético. Viaturas de recolha de lixo, aspiradores de resíduos, sopradores, roçadoras ou a máquina de monda térmica desempenham um importante papel no desenvolvimento sustentável da nossa Freguesia.

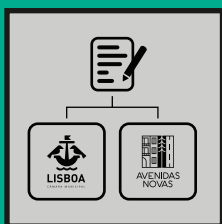


VIERAM CANTAR AS JANEIRAS

Neste início de ano, as Janeiras ecoaram na sede da Junta de Freguesia de Avenidas Novas em duas ocasiões. Na primeira, foram os alunos da Escola Mestre Arnaldo Louro de Almeida que trouxeram desejos de um ano feliz ao Executivo com as suas vozes afinadas e a alegria dos seus tenros anos. Na segunda, o coro da Academia Sénior das Avenidas Novas mostrou como tem evoluído no seu trabalho com o professor Jorge Rivotti, com uma belíssima apresentação que mereceu os elogios da presidente Ana Gaspar.

PROBLEMAS NO ESPAÇO PÚBLICO?

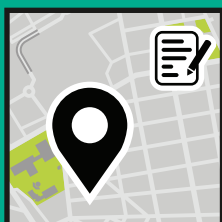
SAIBA COMO PROCEDER PARA COMUNICAR
SITUAÇÕES QUE NECESSITEM DA ATENÇÃO
DA CÂMARA OU DA JUNTA



Divisão de competências

Compete a todos os cidadãos preservar o espaço público.
Para a resolução de problemas, há competências próprias
da Câmara Municipal e da Junta de Freguesia.

www.jf-avenidasnovas.pt/ocorrencias



Como reportar uma ocorrência

Reporte a ocorrência no portal **NA MINHA RUA LX**.
A questão será encaminhada para a entidade responsável.
Através do portal, poderá acompanhar todo o processo.
Em alternativa, contacte diretamente a **CML** ou a **JFAN**.



PORTAL / APP
NA MINHA RUA LX



naminharualx.cm-lisboa.pt



Disponível na
App Store

DISPONÍVEL NO
Google Play



LISBOA
CÂMARA MUNICIPAL



808 20 32 32 • 218 17 05 52



Presencialmente
Loja de Atendimento Municipal



**AVENIDAS
NOVAS**



jf-avenidasnovas.pt/ocorrencias



ocorrencias@jf-avenidasnovas.pt



219 363 060



facebook (JFAvenidasNovas)



Presencialmente
Sede — Avenida de Berna 1