

informação da freguesia

# SÃO MAMEDE

EM REVISTA



dezembro'2011 | n.º15 | distribuição gratuita | periodicidade trimestral

## Junta de Freguesia de São Mamede: Uma autarquia humanizada



**RE/MAX<sup>®</sup> Central**  
Bem perto de si, o seu parceiro  
para compra e venda de imóveis

R. Rodrigo da Fonseca, 51 • 1250-190 LISBOA • Tel: 21 371 43 40

# Opinião

## “Esperança e Solidariedade”

**D**iz o povo que a “esperança é a última a morrer”. É precisamente esta palavra “esperança” que vai fazer toda a diferença no ano de 2012.

Todos estamos cientes das dificuldades que o País atravessa, e temos consciência que é preciso fazer sacrifícios para ultrapassarmos estas dificuldades. A responsabilidade da Junta de Freguesia, enquanto entidade que presta um serviço público, é acrescida.

Não obstante a redução dos recursos financeiros, que nos vai afetar em 2012, concomitantemente com a contenção

das despesas, a Junta de Freguesia vai continuar a remar, como tem vindo a fazer nos últimos anos, pelo caminho da solidariedade, apostando no tributo aos mais desfavorecidos.

Mas nesta missão, não estamos sozinhos. Temos recebido algumas organizações privadas, sem fins lucrativos, que querem participar na nossa “caminhada”, apresentando propostas no âmbito da ação social.

Mais do que nunca, precisamos de todos para ultrapassar esta crise. É por isso, que estamos recetivos a sugestões e a associarmo-nos a novos parceiros.

Termino como comecei, com um ditado popular, “depois da tempestade vem a bonança”. É o que todos esperamos.

Quero, em meu nome pessoal e de todo o Executivo, desejar umas Boas Festas a todos os residentes na Freguesia e também aos que aqui exercem a sua actividade profissional.

Bom Ano de 2012.

Ana Bravo de Campos  
Presidente da Junta de Freguesia  
de São Mamede

(texto escrito segundo o novo acordo ortográfico)

### COMPOSIÇÃO DA JUNTA DE FREGUESIA DE SÃO MAMEDE

**Presidente:** Ana Bravo de Campos (PSD)

**Pelouros:** Recursos Humanos, Acção Social, Espaços Verdes, Espaço Público, Educação, Projectos e Programas, Organização e Funcionamento

**Atendimento:** 5.ª-feira, a partir das 17.30 horas, por marcação e em número limitado



**Tesoureiro:** Maria do Rosário Catarino (CDS/PP)

**Pelouros:** Cultura, Reabilitação Urbana e Património

**Atendimento:** por marcação



**Secretário:** Paulo Bernardes Moreira (PSD)

**Pelouros:** Segurança, Higiene Urbana e Resíduos Sólidos

**Atendimento:** por marcação



**Vogal:** Rodolfo Frederico Knapič (PSD)

**Pelouros:** Comunicação e Relações Públicas, Rede Viária e Transportes, Iluminação Pública

**Atendimento:** por marcação



**Vogal:** Ricardo Filipe Santos (PSD)

**Pelouros:** Juventude e Desporto

**Atendimento:** por marcação



### REUNIÕES PÚBLICAS DO EXECUTIVO:

2.ª segunda-feira de cada mês,  
às 18h30



### JUNTA DE FREGUESIA DE SÃO MAMEDE

Largo de São Mamede, 7  
1250-236 Lisboa

E-mail: info@f-saomamede.pt  
www.f-saomamede.pt

Horário:

10h00 às 13h00

e das 14h00 às 18h00

(todos os dias úteis)

Tel.: 21 392 80 90/98

Fax.: 21 392 80 99

## FICHA TÉCNICA

**São Mamede em revista** – Revista trimestral de informação • **Editor e proprietário:** Visão Rápida, Lda. – Rua de S. Tomé, n.º 60 - 2.º C • 1100-563 Lisboa – Tel.: 21 886 92 57 / 21 887 30 95 – Fax.: 21 886 62 17 • **Director editorial:** Carlos Marques • **Concepção gráfica, maquetagem, pré-impressão e impressão:** Visão Rápida, Lda. • **Tiragem:** 4.500 exemplares • **Distribuição gratuita** • **Capa:** Largo de São Mamede e Junta de Freguesia. Fotografia de Machado dos Santos.

# Boa Vizinhança e Junta de Freguesia promoveram “Limpar São Mamede” ...

**C**onforme foi referido na edição anterior, o Projecto Boa Vizinhança, com o apoio da Junta de Freguesia de São Mamede, promoveu a “Limpar São Mamede”, uma acção que percorreu várias artérias da freguesia e teve como principal objectivo sensibilizar as pessoas para a necessidade de manter limpas as ruas e passeios.

Como a mesma teve lugar no dia 24 de Setembro, data que coincidiu com o fecho da citada edição, não foi possível incluir qualquer imagem. Todavia, pela receptividade que mereceu por parte dos moradores e pela forma como os mesmos interagiram como os voluntários e promotores, aqui ficam algumas fotografias do acontecimento.



# ... e o magusto de São Martinho

**N**o dia 11 de Novembro, nas instalações da Junta de Freguesia, mais de meia centena de idosos e carenciados tiveram oportunidade de conviver durante o magusto em honra de São Martinho, o antigo soldado a quem a igreja reconheceu suprema humanidade ao seu gesto de dividir com um mendigo a capa com que se abrigava, num dia de chuva e frio intensos.

Foi uma tarde diferente, onde se comeram castanhas e bebeu água-pé, que contou com a presença de diversos elementos das entidades envolvidas.



# Cartão do Bom Vizinho na perspectiva dos Vizinhos Apoiados

**D**epois de na última edição termos sabido as motivações que levaram os Vizinhos Apoiantes a aderir ao Cartão do Bom Vizinho, fomos agora saber o que pensam al-

guns dos Vizinhos Apoiados. As questões que lhes colocámos foram as seguintes:

1. Porque aderiu ao Cartão do Bom Vizinho?
2. Tem feito uso do mesmo? Que pensa dos benefícios concedidos?
3. Acha que deveria haver mais comerciantes/prestadores de serviços?
4. Tem participado nos eventos promovidos pela Projecto da Boa Vizinhança?

## Maria da Piedade da Costa Pinto Martins

88 anos

1. Tenho Cartão. Aderi porque acho que, se queremos ter algum benefício, devemos estar em tudo que diga respeito à Junta de Freguesia.
2. Depois de pagar a renda da casa, luz, telefone e gás, pouco ou nada resta da minha reforma de 246,00 euros. Fui a primeira pessoa a receber o bouquet oferecido pela florista (Magdala Flores) no dia dos meus anos e tenho beneficiado de descontos no sr. José (Mercearia Santa Cruz) e no cabeleireiro (Cristina Carvalho).
3. Acho que o que temos chega e todos os descontos são bons. Lembro-me também do oculista (Óptica Brasil) e do dentista.
4. Tenho alguma dificuldade, mas se puder vou.



## Cremilde Dolores Carvalho Rodrigues

82 anos

1. Tenho o Cartão, pois a reforma é pequenina e todas as ajudas são necessárias.
2. Como sou muito doente, mas tenho que comer e não posso cozinhar em casa, a Junta de Freguesia tem-me ajudado, tanto na farmácia como no talho do sr. Fernando. Eu sei que isto não tem nada a ver com o Cartão, mas gostava de aqui agradecer.
3. Eu preciso de uns sapatos e sei que no Largo do Rato fazem desconto, mas ainda lá não fui. Era bom que outras lojas aderissem.
4. Tive pena de não ter vindo ao magusto, mas não soube. E eu que gosto tanto de castanhas e já o ano passado nem as provei...



## Maria Luisa de Oliveira Malaco Pascoal

69 anos

1. Tenho e fiz muitos contactos com estabelecimentos para aderirem à Boa Vizinhança.
2. Utilizo o Cartão algumas vezes. Vou à cabeleireira na Rua de São Bento (Cristina Carvalho), vou à sapataria na mesma rua, à Farmácia São Mamede, tive um ramo de flores da florista da rua Eng. Miguel Pais e também quero ir ao dentista.
3. Acho que o desconto é razoável e há comerciantes que, embora não tenham aderido, também fazem os 10%. Não custa perguntar. Há algumas "casas de roupas" que se queixam de não aparecer lá ninguém com o Cartão!
4. Às festas vou quando posso.



## Maria Isabel Coelho Domingues Barata

63 anos

1. Sou viúva há 24 anos e trabalhei muito. Agora apenas tenho uma pequena reforma por morte do meu marido. Por isso aderi ao Cartão.
2. Faço uso no talho, na farmácia, na mercearia, no cabeleireiro. E não posso deixar de agradecer à Junta de Freguesia o apoio que me dá para o tratamento da diabetes e da hipertensão. A maioria dos comerciantes não deve poder conceder mais descontos, pois as dificuldades tocam a todos. Além disso, as pessoas vão ao Pingo Doce e ao Minipreço, onde compram marcas brancas, mais baratas.
3. Era bom que houvesse mais adesões, mas pelo que sei as pessoas não estão insatisfeitas.
4. Eu vou a todas. Estive no Limpar São Mamede, com um carrinho, e no magusto.





Rua D. Pedro V, 57  
1250-092 Lisboa  
Tel.: 21 011 92 83 • Tm: 93 522 43 52

# PANIFICAÇÃO de SÃO ROQUE



Rua Poço dos Negros, 74  
1200-340 Lisboa  
Tm.: 93 801 98 47/93 522 43 52



Rua Rodrigo da Fonseca, 149-A  
1070-242 Lisboa  
Tm: 93 801 98 53/93 522 43 52



Rua da Rosa, 192  
1200-390 Lisboa  
Tm: 93 801 98 54/93 522 43 52



Rua de São José, 60  
1150-324 Lisboa  
Tm: 93 801 98 51/93 522 43 52



Rua da Boavista, 178  
1200-070 Lisboa  
Tm: 93 563 42 82/93 522 43 52



Rua Conceição da Glória, 47-49  
1250-080 Lisboa  
Tm: 93 801 98 52/93 522 43 52

Se quer bolo-rei e sonhos  
com paladar...  
Só na São Roque pode encontrar

# Os Recursos Humanos na Junta de Freguesia de São Mamede

**A** visibilidade da Freguesia de São Mamede está, por certo, nas atividades que executa. Mas, esse é o resultado final de um processo que envolve todos os que aqui trabalham. Diariamente as tarefas a cumprir pelos funcionários e colaboradores fazem-se em sintonia com o executivo. Como responsável pela gestão dos recursos humanos, procuro envolver todos nas atividades da Junta, de forma a sentirem que a realização das suas tarefas é importante para a concretização dos objetivos. É fundamental, para um bom ambiente de trabalho e para obter bons resultados, existir comunicação entre as partes envolventes. A motivação não se impõe, mas sim partilha-se, por isso, é preciso ouvir os que

trabalham e colaboram connosco. O desempenho de cada um é gerador de valor para a Junta de Freguesia.

Não é fácil gerir recursos humanos, seja qual for a missão da entidade. Mas essa função pode ser atenuada se contarmos com uma equipa coesa e dedicada. É o que acontece com os recursos humanos afetos à Freguesia de São Mamede, sejam funcionários ou colaboradores.

É preciso envolver e energizar as pessoas.

É essencial investir numa equipa para atingir as metas.

A Presidente  
Ana Campos

# Os funcionários são a face humanizada da Junta de Freguesia

**Q**uem habitualmente utiliza os serviços da Junta de Freguesia de São Mamede conhece bem estas pessoas que, em conjunto com outros colaboradores, são o seu rosto.

Queremos, todavia, que esse conhecimento se estenda a todos os moradores.

Por esse motivo, aqui fica uma breve apresentação dos funcionários efectivos de uma entidade reconhecida pela sua idoneidade e forma como trata os assuntos, as sugestões, reclamações ou pedidos de diversa ordem que lhe são colocados.



Sérgio Costa, Fernanda Correia, Maria João Lopes e Ângela Peres

## Sérgio Costa

**Unidade de Apoio à Secretaria**

**4 anos de serviço efectivo**

Do seu trabalho consta, basicamente, a elaboração de atestados e certidões, o registo do expediente, o arquivo da documentação, o balanço do economato e reposição de stocks, a colocação de documentos nos locais de estilo e a entrega de

correspondência protocolada. Em relação aos assuntos que a maioria das pessoas vem tratar à Junta de Freguesia, Sérgio Costa salienta a sua intervenção “nos pedidos de passagem de atestados de residência ou agregado familiar e na marcação de atendimento para apoio no âmbito da acção social”. Quanto à atitude dos fregueses, nota “um certo descontentamento com a conjuntura actual, reclamam melhor infor-

mação sobre os mecanismos de intervenção por parte das entidades oficiais, mas reconhecem e têm consciência das limitações de competências da Junta de Freguesia”.

### Fernanda Correia

**Unidade de Apoio à Tesouraria e Unidade de Apoio às Finanças e Contabilidade**

**5 anos de serviço efectivo.**

É a funcionária responsável pela arrecadação das receitas e pagamento das despesas, pela elaboração dos balancetes diários de tesouraria e guarda de valores monetários dos serviços da Junta. Em regime de rotatividade, são da sua competência e responsabilidade o processamento das remunerações aos funcionários e das remunerações e senhas de presença aos membros do Executivo e Assembleia de Freguesia, a elaboração dos documentos previsionais, a preparação dos orçamentos, a organização dos documentos de prestação de contas e os mapas de execução do plano plurianual de investimentos.

Para além disso, Fernanda Correia salienta ainda “o contacto directo que tem com a população, que procura a Junta de Freguesia na expectativa de ver comparticipados os medicamentos, o pagamento da renda da casa, os recibos da EPAL, EDP e GDP, e a aquisição de bens alimentares”.

### João Lopes

**Unidade de Apoio ao Património e Unidade de Apoio às Finanças e Contabilidade**

**22 anos de serviço efectivo**

Maria João Lopes tem a seu cargo o cadastro dos bens móveis propriedade da Junta de Freguesia de São Mamede, o registo e actualização do portal electrónico, o registo dos procedimentos de aquisição de bens e serviços, empreitadas de obras públicas, bem assim como a reposição de stocks do economato e preparação das propostas de apoio ao Executivo.

Em regime de rotatividade, trata ainda dos registos de contabilidade e verificação e emissão de documentos de receita e despesa. Outras das suas atribuições são o acompanhamento das férias dos fregueses idosos e o tratamento de situações sociais específicas e diferenciadas.


### Ângela Peres

**Unidade de Apoio ao Aprovisionamento**

**22 anos de serviço efectivo**

A esta funcionária estão atribuídos procedimentos referentes à aquisição de bens e serviços, preparação e tramitação dos processos de registo de cães e gatos, recenseamento eleitoral, apoio às reuniões da Junta e da Assembleia de Freguesia, e atendimento público, onde os utentes vêm tratar, nomeadamente, da obtenção de atestados de residência e/ou agregado familiar, bem assim como provas de vida.

Alarga ainda o seu apoio a outras unidades, quando se torna necessário. Ângela Peres salienta o facto dos fregueses que se dirigem à Junta trazerem “a expectativa de ver os seus problemas solucionados e ficam muito gratos, nomeadamente os mais idosos, se lhes conseguimos minorar ou resolver as suas fragilidades. É compensador poder ajudar quem está só e quem vive com grandes dificuldades!”



**Boas Festas**

**GERMANO DE SOUSA**  
CENTRO DE MEDICINA LABORATORIAL


## Laboratório de Análises Clínicas

**CONVENÇÕES E ACORDOS**  
ARS (Caixa), ADSE, ADM, ADMG, PT-ACS, CTT, Médis, Multicare, Advancecare, Caixa Geral de Depósitos, Cruz Vermelha Portuguesa, Gulbenkian, Partex, SAMS, SAMS Quadros, PSP, Fidelidade, Allianz, Espírito Santo, Generali, Vitória, Tranquilidade, Lusitania, Axa Portugal, Mondial Assistance, Saúde Prime, ACP-Saúde Prime

**POSTO DE COLHEITA - RATO**  
Rua Dom João V, 4 - R/C Dto  
1250-090 Lisboa · Tel: 21 386 0564

**HORÁRIO DE COLHEITA**  
Segunda a Sexta 8h30-12h00

**HORÁRIO DO POSTO**  
8h30-13h00 · 14h00-17h30

 **CENTRO DE MEDICINA LABORATORIAL GERMANO DE SOUSA**

R. Alexandre Herculano, 1 - 1º dto  
1150-005 Lisboa · Tel. 21 356 1066

[www.germanodesousa.com](http://www.germanodesousa.com)

LISBOA · PORTO · CASCAIS · VISEU · ÉVORA · VILA REAL · VIANA DO CASTELO  
MIRANDELA · SETÚBAL · TORRES VEDRAS · OLIVEIRA DE AZEMÉIS · BRAGA



**SerHogarsystem**  
LISBOA · Serviços ao Domicílio

## SERVIÇOS AO DOMICÍLIO

- ☒ Apoio a dependentes e idosos
- ☒ Atenção a doentes
- ☒ Serviços domésticos
- ☒ Teleassistência
- ☒ Cuidado de crianças e bebés
- ☒ Ajudas técnicas

**Boas Festas**

213 861 511  
LIGUE JÁ



**DESEJAMOS A TODOS OS NOSSOS CLIENTES**

## BOAS FESTAS



**ABERTO 24 HORAS**  
DIA E NOITE 365 DIAS POR ANO

Av. Uruguai, nº 18 - A · 1500-613 Lisboa  
Tel: 217 111 359 · Fax: 217 151 697 · Tm: 918 676 207

# Associação Espírita de Lisboa

## “O Natal é a festa do Mestre”

**A** Associação Espírita de Lisboa foi fundada em 22 de Março de 1977, conforme consta no *Diário da República* n.º 114, de 17 de Maio, com sede provisória na Rua do Salitre, 149, 1.º Dto.

Neste mesmo local funcionou o Centro Espiritualista Luz e Amor, cuja primeira reunião se realizou nos idos de 1939, tendo mantido as suas portas abertas até 2 de Setembro de 1963, altura em que foi o Presidente da Direcção chamado ao Comando da PSP de Lisboa e informado que, de acordo com entendimento do Supremo Tribunal Administrativo, consideravam-se em situação ilegal todas as Associações Espíritas cujos estatutos não se encontrassem aprovados pelo Ministério da Educação.

Mas... como tudo neste mundo é transitório, também os ventos da política mudaram e em 9 de Junho de 1974 reuniram-se os sócios em Assembleia Geral, deliberando reabrir a Casa mas, desta vez, com o nome de Associação Espírita de Lisboa, conforme escritura lavrada em 22 de Março de 1977.

Em 29 de Janeiro de 1987, a nossa sede provisória passou a Rua Maestro Pedro de Freitas Branco, 24-A r/c, lugar aonde nos encontramos até hoje e onde nos reunimos semanalmente para estudos e atendimento fraterno gratuito.

Em Portugal, muito por conta de certas dificuldades políticas que, de tão sobejamente conhecidas, não vale a pena mencionar, mas também pela própria personalidade do nosso povo, o Espiritismo, para além de relativamente pouco conhecido, ainda tem vindo a ser confundido com certas práticas de cunho menos ortodoxo e com as quais em nada se identifica.

Mas então, o que é o Espiritismo? Como qualquer doutrina espiritualista, o Espiritismo é uma doutrina filosófica de cunho moral e religioso, e, como tal, atingindo as bases fundamentais de todas as religiões e não colidindo com elas: Deus, alma e vida futura.

É uma filosofia de vida, não uma religião, porque não tem nada do que caracteriza as religiões: templos, cultos, baptismos, títulos sacerdotais, ou o que quer que seja. É-se Espírita pelo simples facto de se simpatizar com os seus princípios filosófico-doutrinários e procurar melhorar-se a cada dia procedendo à sua reforma íntima, conforme o Mestre Jesus ensinou. Mas, como diz Kardec, “o Espiritismo também é uma ciência que trata da natureza, origem e destino dos Espíritos, bem como de suas relações com o mundo corporal”.

Para o Espírita, a liberdade de consciência é um direito natural. Logo, a noção de livre arbítrio e a consciência da res-



ponsabilidade dos seus pensamentos, sentimentos e actos, são uma constante em sua vida. Dessa liberdade de consciência, resulta o direito de livre exame em questão de fé. Não temos dogmas, todos os temas estão abertos ao estudo e à pesquisa. Como consequência, para o Espírita a fé cega é algo de impensável, pela sua própria fragilidade, sendo esta uma de nossas máximas: fé inabalável é aquela que pode encarar de frente a razão em todas as épocas da Humanidade.

Assim sendo e por coerência aos seus princípios, o Espiritismo não se impõe a quem quer que seja, não procura afastar pessoa alguma das suas convicções nem se dirige àqueles que estão satisfeitos com a fé que professam. O Espiritismo acolhe os que voluntariamente o procuram em busca de respostas que ainda não obtiveram.

Esta grande liberdade de consciência e de pensamento aliada ao facto de procurarmos a singeleza e pureza dos primeiros tempos do Cristianismo constituem o maior diferencial do Espiritismo.

O Natal aproxima-se e, como qualquer Cristão, passamo-lo em família, mas temos o cuidado de reservar uns breves minutinhos para estar com o Mestre... Afinal, a festa é d’Ele e essa é uma noção que procuramos manter muito presente. Quanto à ajuda aos necessitados, é algo que fazemos o ano todo, quer a título particular, quer entregando as nossas contribuições a entidades dignas do nosso crédito, normalmente em regime de compromisso assumido, já que a caridade, mais do que um dever, acaba tornando-se uma necessidade, uma fonte de bem-estar e satisfação para consigo próprio. Contudo, dentro da Associação, a caridade é praticada meramente a título Espiritual, até como modo de evitar o desconforto dos companheiros de menores posses frente aos mais abastados e que, portanto, contribuirão com algo mais.

Trabalhar sobre si próprio, estudar, servir e amar o seu próximo, é a grande tarefa dos Centros Espíritas, na esperança de que cada um de nós possa vir a ser considerado um discípulo do Mestre.

Um Feliz Natal e que a paz do Mestre esteja com todos!



## Padre José Reis

### “Há festa de Natal, porque Deus veio viver para o meio de nós”

**P**ara o Padre José Reis, o Natal tem um grande significado. A data, que assinala o Nascimento de Jesus é, tradicionalmente, como a festa de qualquer nascimento, uma data festiva. E é entre a religiosidade que sublinha o acto e a cultura popular, nos diversos modos de festejar o dia, que o Natal afinal se traduz.

À pergunta “do que é para si o Natal?” respondeu o Padre José Reis: “O Natal é a Encarnação, o Nascimento, é Deus que se fez homem, que veio viver no meio de nós, que veio ver a nossa condição humana com todas as vicissitudes, alegrias e tristezas; o resto é consequência: o convívio familiar, as festas, as prendas, as ornamentações. Há festa porque Deus veio viver para o meio de nós, porque Deus fez-se igual a mim, fez-se para mim.”

E para melhor nos transmitir esse significado do Natal, de forma mais transcendente, como a poesia o pode fazer, o Padre José Reis escolheu um poema de Miguel Torga, precisamente intitulado “Natal”, datado de 1953:

*“Um Deus à nossa medida... A transcendência à lareira  
A fé sempre apetecida A receber da fogueira  
De ver nascer um menino Calor sobrenatural.”.  
Divino e habitual.*

O Natal é isto, diz-nos com um sorriso.

**Mas não sente que o lado festivo acaba por preencher, para a maioria das pessoas, o significado do Natal? Só se pensa em comida e, sobretudo, em prendas, num cenário de frenesim consumista que se estende por vários dias?**

– A festa do Natal espalhou-se por praticamente todo o Mundo. Mesmo os não católicos, caso dos muçulmanos, que não festejam o Natal, respeitam-no. Por sua vez, no mundo católico, o Natal enraizou-se na cultura popular e acabou por se transformar numa tradição e não um acto apenas religioso. Mas há um aspecto fundamental que perdura, mesmo nas grandes cidades, e aqui na freguesia, que é a celebração da Missa do Galo, da Meia-Noite, ou Missa de Natal. As pessoas vão à missa; vão estar com o Senhor, que veio ter com eles, que se fez pequenino, que se fez criança, que se fez igual a eles. E, assim, o dia de Natal é um dia diferente.

Claro que há quem faça do Natal apenas uma data em que se aproveita para comer até mais não; ou que é apenas entendido como um período de férias. Mas há também um sentido do Natal, que é o da solidariedade para com aqueles que têm menos e, assim, se reforça a aproximação aos outros fora do círculo familiar.

Reconheço que coexistem ambas visões do Natal.

**Está nesta paróquia há trinta anos. Nota transformações significativas quanto aos modos de festejar o Natal?**

– No passado havia mais frequência da igreja, mas a população era mais numerosa: de cerca de 20.000 passou-se para 4 mil moradores e essa foi a mudança mais importante, que se reflecte no resto. Havia também mais jovens, que entretanto saíram para a periferia; ficaram os mais idosos. Mas, apesar disso, continuam a existir escuteiros, aulas de catequese. É evidente que há menos frequência da igreja. Mas também se podem apontar outros motivos: existem quatro capelas abertas ao culto nas redondezas e as pessoas também se distribuem por esses locais.

**Por fim: que “prenda” gostaria de pedir neste Natal?**

– Não sou muito dado a pedir milagres, mas pedia ao Menino Deus que acabasse com esta crise que afecta sobretudo os mais humildes, mas também a classe média. Que viesse mais investimento, para que pudesse haver mais trabalho e que não houvesse tanto desemprego.

*Manuel Paquete*



**PAVILHÃO  
CHIRÊS  
BAR**

**Abertos: 2.ª a Sábado das 18h às 02H  
Domingos das 21h às 02H**

**Boas Festas**

R. D. Pedro V, 89/91 • 1250-093 Lisboa  
Tel.: 21 342 47 29 • Fax: 21 346 34 85

Restaurante  
**A Baiuca**  
Cozinha Portuguesa

Acolher - Decorar com evocações históricas  
Oferece um bom ambiente Francês e Familiar  
Camada Cozida

Rua da Barroca, Lj. 86  
Encarnação 1200-051 LISBOA

Tel. 213 421 388



*Boas Festas*

# Igreja de São Mamede

## Uma visita guiada

**N**inguém melhor do que o Padre José Reis para nos falar sobre a “casa” onde vive e labora há já três décadas: uma casa de oração mas também onde confluíram, ao longo dos anos, outras inquietações, como o auxílio aos mais necessitados. A igreja de São Mamede é também um repositório de arte, não muito rico é certo, mas que testemunha uma história mais antiga do que aquela que transparece enquanto templo de construção posterior ao incêndio, que consumiu o edifício de origem setecentista, em 26 de Maio de 1921. O actual edifício data da reconstrução concluída em 1924, sob projecto do arquitecto Raul Martins.

Por estes dias, que anunciam o Natal, o largo da igreja e a respectiva fachada, estão decorados com iluminações alusivas à quadra: é uma iniciativa da Junta de Freguesia. Esta decoração, sazonal, apenas tem lugar durante a época fes-



Nave central

tiva; mas há outra decoração, perene, em que vale a pena reparar: falamos do empedrado artístico a pedra preta e branca, que atapeta o largo da igreja, um trabalho concluído em Fevereiro de 1909.

Quem pretenda saber como era a igreja antes do incêndio, e aspectos relativos à sua história, pode ler o que sobre ela escreveu Gustavo de Matos Sequeira no livro *Depois do Terramoto* (vol. II). Actualmente, a capela-mor, de invocação de São Mamede, para além da grandiosa pintura do retábulo, já enegrecida pelos anos, apresenta uma imagem do orago e uma imagem em mármore de Nossa Se-



Nossa Senhora Mãe dos Homens



Nossa Senhora de Fátima



São Sebastião



Boas Festas



### CASA DAS HORTÊNSIAS

Residência para idosos

Um edifício inteiro com várias salas e jardim  
Quartos individuais, duplos e triplos  
Assistência médica, de enfermagem e fisioterapia  
Ambiente familiar

Rua Vale do Pereiro, 14 (ao Rato) • 1250-271 Lisboa • Tel.: 21 381 54 10

Boas Festas e um Feliz 2012



FARMÁCIA BRAAMCAMP

Rua Braamcamp, 52 C 1250-051 LISBOA | Tel. 213 863 409



Coro alto

nhora, de cinzel italiano, segundo o Padre José Reis, e proveniente do Convento da Esperança.

Do lado esquerdo, de quem está virado para o altar-mor, encontra-se, ao canto, a imagem de Nossa Senhora Mãe dos Homens, proveniente da antiga Ermida de Nossa Senhora da Mãe de Deus e dos Homens, criada em 1755 na Rua do Abarracamento de Vale do Pereiro, que funcionou como igreja paroquial. Ainda do mesmo lado, situa-se a capela do Santíssimo com uma imagem do Senhor Jesus. Segue-se um altar com uma moderna imagem de Nossa Senhora de Fátima. Ao fundo, já perto da entrada, está alojada uma imagem de Jesus crucificado pertencente à Capela do Rato.

Do outro lado da nave, partindo do altar-mor, encontra-se a capela com a imagem de Senhora da Conceição da Escola, ou dos Estudantes, proveniente do antigo Noviciado jesuíta da Cotovia (futuro Colégio dos Nobres, depois Faculdade de Ciências e hoje complexo museológico da Politécnica); segue-se o altar dedicado a São José, no lugar onde existia a capela dedicada a Nossa Senhora Mãe de Deus e dos Homens, com a imagem já atrás referida e uma outra de São Sebastião, guardada agora noutra dependência e que é a única imagem proveniente da desaparecida igreja de São Mamede, que existiu noutra área da cidade, cuja freguesia foi extinta para dar lugar à actual.

Ao longo das paredes da nave correm os painéis de azulejo figurados a azul e branco, com cenas da vida de São Mamede e os Passos da Paixão de Cristo. No coro, sobre a entrada, para além dum órgão de tubos, encontram-se os vitrais saídos do atelier de Ricardo Leone, que se situou na Rua da Escola Politécnica, no edifício da antiga Real Fábrica das Sedas.

Noutras dependências, estão guardadas pinturas, imagens e alfaias que reúnem um pequeno repositório “museológico”, que testemunha a relação histórica com outros templos ao longo da sua existência e as doações de antigos paroquianos. Noutra sala, repousa uma biblioteca, agora desactivada, que funcionava também como sala de estudo de crianças, e o lugar onde funcionava uma farmácia social aberta aos paroquianos, função que cessou com a abertura do novo Centro Social Paroquial, na Rua Nova de São Mamede.

*Manuel Paquete*

## TELEFONES ÚTEIS

### Junta de Freguesia de São Mamede

Largo de São Mamede, 7 213 928 090

### Bombeiros

(Praça da Alegria) 213 219 400

### Polícia de Segurança Pública

22.ª Esquadra – Largo do Rato 213 858 870

### Centro de Saúde (Enfermagem, vacinação e dentista)

Rua D. João V, n.º 33 213 883 106

### Centro de Saúde de São Mamede / Santa Isabel

Travessa do Noronha, n.º 5 213 947 310

Rua de Santa Quitéria, n.º 37 213 963 287

### CTT – Estação do Rato

Largo do Rato 213 826 270

### Igreja de São Mamede

Rua Nova de São Mamede, n.º 1 213 880 424

### Centro Social e Paroquial

Rua Nova de São Mamede, n.º 76 213 827 210

### Câmara Municipal de Lisboa

(Centro de Atendimento ao Munícipe)

Disponível 24 horas por dia 808 203 232

## FARMÁCIAS DA FREGUESIA

### Farmácia Albano

Rua da Escola Politécnica, 57-59

1250-099 Lisboa 213 426 750

### Farmácia Braamcamp

Rua Braamcamp, 52-C

1250-051 Lisboa 213 863 409

### Farmácia Britânica

Travessa da Légua da Póvoa, 5-B

1250-136 Lisboa 213 866 128

### Farmácia Gomes

Rua Rodrigo da Fonseca, 101-A

1250-190 Lisboa 213 882 333

### Farmácia Nacional

Rua do Salitre, 7

1250-198 Lisboa 213 546 858

### Farmácia Príncipe Real

Rua da Escola Politécnica, 16

1250-102 Lisboa 213 425 455

### Farmácia São Mamede

Rua da Escola Politécnica, 82 B

1250-102 Lisboa 210 468 528

# Protocolo com ginásio possibilita condições especiais aos moradores

“Exercício físico com prazer” é o lema do *Womanfit Artilharia 1*, um ginásio para senhoras, com serviços de excelência, equipamentos e instalações so-



fisticados, que procura aliar actividade física a uma vida saudável.

O ginásio *Womanfit Artilharia 1* é especialista em ajudar mulheres a perder peso e/ou a ficar em forma, com um programa de exercícios de apenas 30 minutos em máquinas que foram especialmente desenhadas para o corpo da mulher.

A oferta do *Womanfit Artilharia 1* é vasta, com aulas de grupo Pilates, Localizada, Stretching, Yoga, Cycle, Dança, Fight, Zumba e A.B.S., o serviço de bar e a marca de equipamento desportivo *Equação do Corpo Lda®*.

As consultas de Nutrição e serviços de Estética completam o leque de serviços que tem para oferecer.

MORADA:  
Rua da Artilharia 1, 3 A – r/c  
1200-036 Lisboa  
Tel.: 210999792  
Email: artilharia1@womanfit.pt

# Junta de Freguesia patrocinou reparação de relógio histórico

Foram muitos os moradores e passeantes que se interrogaram sobre a falta do relógio da Rua da Escola Politécnica durante algum tempo. Não foi roubado – como alguns chegaram a aventar –, mas apenas deslocado para se proceder à sua reparação.

Entretanto, o mesmo já foi reposto no seu local primitivo, embora hoje já não tenha a importância de outrora, quando era a referência dos horários do pessoal operário que trabalhava no perímetro industrializado de Amoreiras/Príncipe Real.

O custo da reparação foi suportado pela Junta de Freguesia de São Mamede.





Travessa do Noronha, 19A 1250-170 Lisboa  
Tel. 213900490 919651104  
geral@perfect-wash.com  
www.perfect-wash.com

**Boas Festas**

- Lavagem Manual
- Aspiração
- Lavagem + Cera
- Limpeza de Estofos
- LAVAGEM E LIMPEZA DE VIATURAS
- Recolha e entrega de viaturas



**FARMÁCIA**  
**ALBANO**

DIRECÇÃO TÉCNICA *Dra. Liliana Machado*

**CUIDE DA SUA SAÚDE**

Fazemos Testes de: • Glicémia • Colesterol • Triglicéridos  
• PSA (Próstata) • Ácido Úrico • Tensão Arterial  
• Peso/Altura (IMC) • Testes de Gravidez

Horário: 8h30 às 20h00 (Seg. a Sex.) e 9h00 às 13h30 (Sáb.)  
Rua da Escola Politécnica, n.º 59 • 1250-099 LISBOA



**Boas Festas**

SERVIÇO DE ENCOMENDAS  
e-mail: encomendas@farmaciaalbano.com

Site: www.farmaciaalbano.com  
Tel.: 213 426 750 • Fax: 213 424 700

# Depois da interrupção de Verão, a BACS retomou a sua actividade

**A** Biblioteca Arquitecto Cosmelli Sant'Anna, da Junta de Freguesia de São Mamede, retomou as exposições em Outubro com a apresentação de Imagens de uma Vida, de Manuela Vidal. A artista expôs a sua colecção particular, os desenhos que foi fazendo ao longo da vida, desde a sua meninice até ao presente. Foi um verdadeiro sucesso, com amigos, familiares e muitos anónimos a visitarem a Biblioteca para ver os desenhos reunidos.

Após a IV Feira do Livro de Outono, que decorreu entre 14 e 18 de Novembro, inaugurou-se a exposição Olhares da Arte, Arte de Autor, de Sílvia Neto. As suas obras rechearam

as paredes da sala e em volta foram apresentadas diversas peças de joalharia portuguesa.

Para o Natal, este ano optou-se pelo Bazar a fim de se poder dar a oportunidade a vários estilos e apresentações de artesanato – desde a gastronomia, a olaria, o design urbano, o pequeno artesanato...

Entre 19 e 22 de Dezembro, das 11h00 às 18h00, vai valer a pena visitar o Bazar para conhecer os nossos artistas.



Boas Festas a todos os Clientes e Amigos

**Optica** optica brasil optica ideal  
Partners legend partners

**Nova Coleção Primavera / Verão 2011**

Oferta exclusiva aos nossos clientes de um cheque de € 35,00, que poderá utilizar numa compra de valor superior a € 125,00 (excepto em lentes de contacto - não acumulativo com outros descontos), bastando para isso que nos apresente este cheque.

Venha descobrir as novas marcas que temos para lhe oferecer e também todas as novidades para 2011.

Esperando ir ao encontro das suas expectativas, ficamos a aguardar a sua amável visita.

Opticas profissionais há mais de 80 anos  
[www.opticabrasileideal.com](http://www.opticabrasileideal.com)

€ 35  
Cheque a ordem de optica brasil optica ideal  
válido até: 31 / 12 / 2011  
trinta e cinco euros

Largo do Rato 12 C  
1250-186 Lisboa  
Tel.: 213 886 018

**REAL**  
*Fábrica*  
CERVEJARIA  
RESTAURANTE

Boas Festas

Um espaço aberto até à meia-noite onde pode encontrar um serviço descontraído.

Os traços e decorações conservam as características antigas. A cozinha bem cuidada, em que se destacam os "Bifes" das melhores qualidades e as "Cataplanas" de peixe e mariscos variados, é de modo a satisfazer os paladares mais apurados. No piso superior, para além do bar, há salas para grupos com a devida privacidade para que possa gozar em conjunto com familiares ou amigos a sua festa de anos, baptizados ou até o mais simples dos acontecimentos.

VENHA CONHECER O NOSSO ESPAÇO E USUFRUA DA NOSSA HOSPITALIDADE E EXCELENTE COZINHA

Tel.: 213 870 456  
Rua da Escola Politécnica, n.º 275 • 1200-101 LISBOA  
[www.realfabrica.pt](http://www.realfabrica.pt) [www.facebook.com/realfabrica](http://www.facebook.com/realfabrica)

# A PSP e o Natal: a segurança começa em cada um de nós

**A**s forças de segurança incumbe tradicionalmente a adoção de medidas destinadas a reduzir ou a contribuir para a redução da criminalidade e do sentimento de insegurança das populações. A criminalidade de massa deve ser entendida como um conjunto de crimes praticados de forma não organizada, que podem ou não envolver violência física e na qual os crimes patrimoniais assumem grande destaque (ex: furtos, furtos de e no interior de viaturas, roubos, etc.). A prevenção dos mesmos começa em cada um de nós, na medida em que os cuidados e as medidas adotadas pelo cidadão comum dificultam a ação de criminosos.

Nesta quadra natalícia, época do ano em que o fluxo de valores monetários e bens transacionados é maior, o presente texto fornece informação e conselhos úteis para que o leitor possa também contribuir para salvaguardar os seus bens e valores patrimoniais:

## Em transportes públicos ou locais com aglomerados de pessoas:

- Seja discreto com os seus pertences. Esconda artigos de joalharia e coloque telemóveis, câmaras fotográficas e outros valores em malas, sacos ou mochilas que possa manter encostados às superfícies do transporte coletivo ou sob a sua vigilância (evite colocar os mesmos nas suas costas, onde a atuação de carteiristas se torna mais fácil);
- Se necessitar de se deslocar planeie o seu percurso com antecedência e evite falar ao telemóvel. Caso necessite mesmo de o fazer seja breve, pois para além de se tornar um alvo também diminui a sua atenção para o que ocorre à sua volta;
- Tenha especial atenção para indivíduos ou grupos que não ingressam nos transportes públicos pela entrada destinada para o efeito, que se aproximam de si sem que o transporte esteja cheio ou que não se sentam quando existem lugares vagos. As entradas e saídas são as alturas mais propícias para os furtos;
- Nunca se separe fisicamente dos seus bens em lugares públicos;
- Nunca coloque o código do seu cartão de crédito junto do mesmo e tenha atenção ao que o(a) rodeia quando efetuar levantamentos no multibanco;
- Mantenha um comprovativo de aquisição dos seus bens e números de identificação dos mesmos (ex: número de



série) que lhe permitam associar o bem furtado à sua propriedade quando efetuar a denúncia em qualquer Esquadra da PSP (no caso dos telemóveis verifique se o seu aparelho possui IMEI através da seguinte marcação e registe-o: \*#06#). Se um objeto valioso não possuir qualquer número de identificação fotografe-o e, se achar viável, marque-o com informações que dificultem a sua revenda.

## No seu veículo:

- Evite deixar objetos no interior; se tiver que o fazer coloque-os no porta-bagagem e nunca no porta-luvas;
- Se utilizar um sistema de navegação portátil (GPS) limpe a marca deixada pela ventosa no para-brisas. Não o guarde no veículo e utilize-o apenas quando prever que lhe irá fazer falta;
- Nunca abandone a sua viatura com a chave na ignição;
- Circule sempre com as portas trancadas e os vidros fechados ou parcialmente abertos;
- Evite estacionar em áreas isoladas e/ou com fraca iluminação, e tenha sempre em atenção o que o rodeia;
- Nunca deixe os documentos da viatura no interior da mesma;
- Participe sempre o furto da sua viatura à Polícia. A taxa de sucesso na recuperação ronda os 70%;

Lembre-se, se for vítima de roubo não resista e chame de imediato a PSP, via 112. A sua vida não tem preço.

**Bruno Jacob (Subcomissário)**

22.ª Esquadra do COMETLIS – Rato

(Texto escrito segundo o novo acordo ortográfico)

# Roteiro Cultural

## TEATRO

### Teatro do Bairro Alto Teatro da Cornucópia

Rua Tenente Raúl Cascais, 1-A  
213 961 515  
Horário da bilheteira:  
De Terça a Sábado: das 14h30 às 20h30

Domingo: das 14h00 às 16h00  
**Os Assassinos (acolhimento)**  
Miguel Castro Caldas  
De 4 de Janeiro a 15 de Janeiro de 2012

**Teatro da Politécnica**  
Rua da Escola Politécnica, 56  
213 420 136  
Quarta: às 19h00

Quinta e Sexta: 21h00  
Sábado: às 16h00 e às 21h00

**A Farsa da Rua W**  
Enda Walsh Até 14 de Janeiro de 2012



### Museu de Ciência da Universidade de Lisboa

Rua da Escola Politécnica 58  
213 921 800

#### Laboratório Chimico

Terça a Sexta: 10h00 - 17h00  
Sábados e Domingos: 11h-18h



### Museu Nacional de História Natural

Rua da Escola Politécnica 58  
213 921 800  
Terça a Sexta-feira: 10h-17h  
Sábados e domingos: 11h-18h

### Galeria Zoologia – Sala Sacarrão

**Aventura pela Terra – Um planeta em evolução**

Até 31 de Dezembro de 2012



#### Sala Bocage

**Piu, um despertar para os sons da natureza**

Até 29 de Abril de 2012

#### Sala da Baleia

**Coleções de Naturalista**

#### Sala Veado

**Portugal**

Miguel Rondon  
Até 31 de Dezembro



#### Jardim Botânico

Info: 21 396 53 88

#### Espaço Geologia

**Allosaurus: um dinossáurio, dois continentes**

Até 17 de Maio de 2012

## OUTROS MUSEUS

### Fundação Arpad Szenes – Vieira da Silva

Antiga Fabrica das Sedas  
Praça das Amoreiras, 56-58  
213 880 044/053

Segunda a Sábado: 11h-19h  
Domingo: 10h-18h

#### Vieira da Silva – Gerardo Rueda.

**Um diálogo convergente**


Até 22 de Janeiro de 2012



### Museu da Água – Reservatório da Mãe d'Água das Amoreiras

Rua das Amoreiras, 10  
218 100 215

Segunda a Sábado: 10h-18h



**Faça compras  
no comércio  
da Freguesia!**



**RESTAURANTE  
PARREIRINHA  
DO RATO**

- . COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA
- . AMBIENTE AGRADÁVEL
- . SALA PARA 135 PESSOAS

**Boas Festas**

**LARGO DO RATO, 11 - PORTA-1  
1250-186 LISBOA • TEL.: 21 3856436**



Farmácia **São Mamede**

**DESEJAMOS A TODOS  
OS NOSSOS CLIENTES  
BOAS FESTAS**



**ABERTO TODOS OS DIAS DO ANO**  
Rua da Escola Politécnica, nº 82 B • 1250-102 Lisboa  
Tel: 213 960 280 • Fax: 213 940 467 • Tm: 918 676 233

## HÁ QUANTO TEMPO NÃO VERIFICA O QUE PAGA PELOS SEUS SEGUROS?

### PROTEGER A SUA FAMÍLIA E O SEU LAR BENEFICIANDO DE MELHORES CONDIÇÕES, ESTÁ NA SUA MÃO

#### SERÁ QUE O QUE PAGA É JUSTO?

#### SAIBA COMO POU PAR NOS SEGUROS

- Redução significativa dos Prémios mensais, protegendo o seu Crédito Habitação: Seguro de Vida e Seguro Multi-Riscos
- Seguro de Vida com protecção completa em caso de morte e invalidez total
- Valor de protecção que acompanha o capital em dívida



#### PEÇA A SUA COTAÇÃO A

Para solicitar uma simulação, basta enviar-nos alguns dados:

- Nome dos Proponentes
- Data de Nascimento dos Proponentes
- Capital em dívida
- Restante Prazo do empréstimo
- PARA**
- Rua Rodrigo da Fonseca N.º 53; 1250-190 Lisboa, ou
- Tel.: 21 384 75 70, ou
- Por E-mail: [central@maxfinance.pt](mailto:central@maxfinance.pt)

## TAMBÉM PODE POU PAR NOUTROS SEGUROS

- Seguro Automóvel
- Seguro de Saúde
- Seguro de Animais
- Seguro de Acidentes Pessoais
- Seguro Acidentes de Trabalho
- Seguro de Condomínio

## E AINDA MELHORAR A SUA PROTECÇÃO E DOS SEUS COM SEGURO DE DOENÇAS GRAVES

- Doenças Graves (Cancro, Enfarte do Miocárdio, Acidente Vascular Cerebral, Insuficiência Renal, Cegueira, Cirurgia das Coronárias e Transplante de Órgãos)
- Esta cobertura permite ter as condições financeiras para assegurar o devido acesso aos melhores médicos e minimizar as dificuldades financeiras.

#### **Exemplo:**

Capital Morte	50.000,00€	
Capital Invalidez Total e Permanente	50.000,00€	
Capital Doenças Graves	25.000,00€	
Prémio Mensal	Masculino	Feminino
31 Anos	9,80€	8,86€
36 Anos	12,88€	12,33€
41 Anos	20,02€	19,89€
46 Anos	31,00€	29,73€
51 Anos	48,85€	45,53€