

outubro de 2019

revista da freguesia

AREEIRO

primeiro

14

FEIRA MEDIEVAL:
uma viagem
ao passado

REQUALIFICAÇÃO
da escadaria da Rua
Acúrcio das Neves

SAÚDE:
Previna-se da gripe
e das constipações

**Por um Areeiro
mais Verde**

Mensagem do Presidente

Há uma questão que gostaria de partilhar convosco

Nos últimos quatro anos Portugal tem sentido alguma aparente melhoria a nível económico devido à conjuntura Europeia favorável.

Os terríveis anos que sucederem 2008 parecem ter caído no esquecimento, mas não podemos voltar a seguir os mesmos caminhos que nos levaram ao pedido de ajuda externa e acreditar que o destino será diferente.

Eu e o meu executivo somos muitas vezes apelidados de demasiado poupados. Tentam nos atacar falando em contas com "superavit", ou seja, com saldo positivo, como se este não fosse o melhor resultado para todos, contenção, poupança e investimentos com retorno efetivo na qualidade de vida de quem mora, trabalha e visita o Areeiro.

Este desejo de consumir tudo já nos levou a três pedidos de ajuda internacional, levando o nome do nosso país para níveis que não me parecem aceitáveis, infelizmente todos nos lembramos de ser catalogados como "lixo".

As famílias merecem um Santo Natal, principalmente as crianças e os com mais idade que aproveitam esta altura para amenizar as saudades da sua prole, recebendo ou visitando os familiares.

Como autarca e concidadão tenho a consciência tranquila, até hoje, nenhum dos casos que chegou aos nossos serviços deixou de ser acompanhado e apoiado por falta de verba da Junta, situação impossível se o orçamento fosse feito para dar saldo zero, sem uma margem para qualquer contingência.

Em meu nome, do executivo e de todos os trabalhadores da Junta de Freguesia do Areeiro, desejo uma Boas Festas para todos e que 2020 seja um ano de realizações e conquistas, com muita saúde e orgulho na nossa Freguesia.

Bem Hajam,
Fernando Braamcamp

Executivo



FERNANDO D'EÇA BRAAMCAMP

Presidente

PELOUROS

Espaço Público e Equipamento Urbano, Espaços Verdes, Mobilidade, Proteção Civil, Higiene Urbana, Comunicação e Imagem, Área Social e Modernização Administrativa



EURICO PEREIRA DA CONCEIÇÃO

Secretário

PELOUROS

Recursos Humanos e Administrativos, Saúde e Gabinete de Inserção Profissional



AMEETKUMAR SHUBASHANDRA

Tesoureiro

PELOUROS

Tesouraria, Contabilidade, Inventário Atividade Económica



PATRÍCIA BRITO LEITÃO

Vogal

PELOUROS

Educação, Cultura e Dinamização do Espaço Público, Centro Intergeracional do Areeiro e Centro de Desenvolvimento Comunitário



RUDOLFO DE CASTRO PIMENTA

Vogal

PELOUROS

Jurídico, Desporto e Associativismo, Tempos Livres e Lazer, Ambiente e Bem-estar Animal

CONTACTOS:

JUNTA DE FREGUESIA DO AREEIRO | Sede: Rua João Villaret, n.º 9 - 1000-182 Lisboa
Tel: 21 840 02 53 - 91 550 78 81 | E-mail: geral@jf-areeiro.pt | Horário: 09h00 às 18h00

DELEGAÇÃO (ALTO PINA) | Rua Abade Faria, n.º 37 - r/c Dt.º - 1900-004 Lisboa
Tel: 21 848 51 30 | E-mail: geral@jf-areeiro.pt | Horário: 09h00 às 18h00

FICHA TÉCNICA:

AREEIRO primeiro - Ano III - N.º 14 outubro de 2019 • Proprietário: Junta de Freguesia do Areeiro — Rua João Villaret, n.º 9 - 1000-182 Lisboa • NIPC: 510832873; Tel.: 21 840 02 53; geral@jf-areeiro.pt; www.jf-areeiro.pt; www.facebook.com/jfAreeiro • Diretor: Fernando d'Eça Braamcamp • Sede da Redação: Rua João Villaret, 9 1000-182 Lisboa • Projeto gráfico, paginação e produção gráfica: Finepaper, Lda. - Rua do Crucifixo, 32 - 1100-183 Lisboa | info@finepaper.pt • Fotografia: Inês Lamego • Impressão: MX3, Artes Gráficas • Anotado na ERC • Depósito legal: 395931/15 • Tiragem: 13.000 exemplares / Distribuição gratuita • Estatuto editorial: <http://www.jf-areeiro.pt/pt/boletim>



Índice

4 | Agenda

✦ Saiba o que temos reservado para si nos meses de outubro, novembro e dezembro

5 | Espaço Público

- ✦ Requalificação da escadaria da Rua Acúrcio das Neves
- ✦ Instalação de novas máquinas de fitness
- ✦ Substituição de mesas no Jardim Fernando Pessa

7 | Espaço Verde

- ✦ Por um Areeiro mais verde
- ✦ Areeiro livre de herbicidas
- ✦ Limpeza de terreno junto à Rua Margarida de Abreu

9 | Dinamização do Espaço Público

- ✦ Feira Medieval: uma viagem ao passado
- ✦ Alameda acolhe festival de música portuguesa
- ✦ Festa une comunidade das Olaias e Portugal Novo
- ✦ Festival Gandhi
- ✦ Ciclo de verão do Jardim de Encantar termina em festa

12 | Educação

- ✦ Entrega de material escolar aos alunos do 1º ciclo
- ✦ Espaço Jovem: Um Espaço para brincar e aprender

13 | Cultura

- ✦ Cinema ao ar livre
- ✦ Conhecer Portugal de Norte a Sul

14 | Desporto

- ✦ Caminhada Noturna do Areeiro
- ✦ Escolinhas de Futebol do Areeiro

15 | Movimento

- ✦ Torneio de Futebol Comunitário
- ✦ BIP/ZIP: Novo projeto de apoio à comunidade sénior, juvenil e infantil
- ✦ Saúde: formações para diabéticos com grande adesão

17 | Ambiente e Bem-Estar Animal

- ✦ Inaugurado o sexto abrigo para gatos de rua
- ✦ Areeiro distinguido como Eco Freguesia
- ✦ Estamos a recrutar!

18 | Novidade

- ✦ Especialistas franceses visitam as Olaias
- ✦ Nova residência sénior com capacidade para mais de 100 pessoas
- ✦ Wi-fi na sede, delegação e postos clínicos da Junta de Freguesia do Areeiro

19 | Ação Social

- ✦ Ferro de Soldar: como melhorar a vida dos nossos fregueses
- ✦ O Bingo foi ao veterinário

20 | Inserção Profissional

- ✦ Bolsa de emprego ultrapassa as 250 mil visitas em dois anos
- ✦ Como se preparar para uma entrevista de emprego

21 | Lazer

- ✦ Sopa de letras de outono
- ✦ Descubra as 7 diferenças

22 | Saúde

- ✦ Previna-se da gripe e das constipações
- ✦ Novos acordos e consultas mais baratas
- ✦ Tabelas de preços



Freguesia do
Areeiro

Areeiro em Agenda

outubro

30 de outubro | 20H
Halloween Parade

novembro

3 de novembro | 16H
Cinepop | Filme "A Família Adams"
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

10 de novembro | 16H
Cinepop | Filme "Por um Punhado de Dólares"
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

17 de novembro | 16H
Cinepop | Filme "Por Mais Alguns Dólares"
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

20 de novembro
Prazo final de inscrições para o concurso
de montras de Natal Lisboa 2019
+ info: montrasdenatal@gmail.com

24 de novembro | 16H
Cinepop | Filme Surpresa
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

26 de novembro | 9H30 - 17H

Encontro "Fora da Caixa" da Rede EEE
Workshops de Empregabilidade
Hotel Ramada, Av. Eng. Arantes e Oliveira, nº 9

26 de novembro | 16H

Palestra de Entrada Livre
"Missões Cristãs no Oriente
nos Séculos XIII e XIV"
Paulo Catarino Lopes
Auditório da sede da JFA

29 de novembro | 15H - 17H

Sessão Formativa Gratuita para Diabéticos:
"A Diabetes e os Dias de Festa"
Auditório da sede da JFA

dezembro

1 de dezembro | 16H
Cinepop | Filme "O Bom, o Mau e o Vilão"
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

8 de dezembro | 16H
Cinepop | Filme Surpresa
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L

15 de dezembro | 16H
Cinepop | Filme "História Interminável"
Fórum Lisboa - Av. de Roma, nº 14L



Consulte todos os eventos e notícias da sua Freguesia aqui:



www.jf-areeiro.pt/pt



www.facebook.com/jfareeiro



www.instagram.com/jfareeiro



Requalificação da escadaria da Rua Acúrcio das Neves

No início de setembro, a Junta de Freguesia do Areeiro começou a obra de requalificação das escadas da Rua José Acúrcio das Neves, no Bairro dos Actores. A intervenção terá a duração aproximada de 90 dias devido à complexidade da obra e ao facto de se ter de manter a circulação e o acesso dos moradores dos edifícios na zona envolvente. Esta obra é essencial para garantir a segurança dos transeuntes que usam diariamente estas escadas que unem o Bairro dos Actores à zona das Olaias.



Instalação de novas máquinas de fitness

A Junta de Freguesia do Areeiro instalou em setembro, no Jardim Fernando Pessa, novos equipamentos de fitness, reforçando a variedade da oferta e incentivando à prática de

atividade física. De salientar que um dos aparelhos instalados é adequado a pessoas com mobilidade reduzida, estando o acesso garantido para utilizadores de cadeiras de rodas.



Substituição de mesas no Jardim Fernando Pessa

No mês de agosto, a junta de Freguesia do Areeiro substituiu as mesas e as cadeiras de madeira do Jardim Fernando Pessa, junto à Avenida de Roma. O objetivo era melhorar um espaço de lazer que é frequentado diariamente por dezenas de famílias da Freguesia e por pessoas que aqui trabalham. Infelizmente os novos equipamentos foram alvo de vandalismo dias após a sua instalação. A JFA volta a apelar ao civismo dos utilizadores do espaço público no sentido de zelar pela qualidade de vida no Areeiro.



Por um Areiro mais verde

No início de setembro, a Junta de Freguesia do Areiro requalificou a Praça de Londres através da criação de novos canteiros de flores. O objetivo foi tornar este espaço mais agradável e colorido graças à plantação de Pelargonium, vulgarmente conhecidas por sardinheiras.

Além de serem fáceis de tratar, as sardinheiras florescem repetidamente durante longos meses. Estes são possivelmente dois dos motivos que fazem com que as Pelargonium sejam das plantas mais comuns nas varandas e terraços portugueses.

No caso particular da Praça de Londres, as sardinheiras trazem cor e alegria a um espaço central da Freguesia do Areiro por onde passam milhares de pessoas todos os dias.

Areiro livre de herbicidas

Sabia que o Núcleo de Higiene Urbana da Junta de Freguesia do Areiro não usa nenhum tipo de herbicidas no processo de deservagem desde a data em que a sua utilização deixou de ser recomendada? Neste momento, só é realizada a deservagem mecânica, por meio de corte das ervas. O objetivo é zelar pela saúde de todos os nossos fregueses.



Antes

Depois

Deservagem na Rua Capitão Henrique Galvão,
no Bairro dos Actores



Limpeza de terreno junto à Rua Margarida de Abreu

A Junta de Freguesia do Areiro procedeu à desmatação e limpeza de uma zona junto à Rua Margarida de Abreu. O objetivo do corte deste mato e respetiva limpeza deve-se ao reforço da prevenção de incêndios, mas também ao controlo de pragas urbanas que podem representar riscos para a saúde pública, como por exemplo os ratos.

HIGIENE URBANA

SABE O QUE FAZ A SUA JUNTA DE FREGUESIA?



VARREDURA E LAVAGEM MANUAL DAS RUAS E PASSEIOS.



ELIMINAÇÃO DAS ERVAS DANINHAS DOS PASSEIOS (DESERVAGEM).



RECOLHA DE RESÍDUOS AO REDOR DE ECOPONTOS E VIDRÕES.



LIMPEZA DE RECINTOS DE FEIRAS E EM EVENTOS ORGANIZADOS OU COORGANIZADOS PELA JUNTA.



LIMPEZA DE SARJETAS E SUMIDOUROS.



DESPEJO DE PAPELEIRAS. LIMPEZA DE DEJETOS CANINOS.



Feira Medieval: uma viagem ao passado

Durante três dias a Alameda D. Afonso Henriques encheu-se de cores, aromas e sons que nos levaram a embarcar numa verdadeira viagem ao passado com direito a mercado, tavernas e animação medieval.



Nos dias 13, 14 e 15 de setembro, a Feira Medieval da Alameda reuniu milhares de pessoas que não perderam a oportunidade de assistir a torneios a cavalo, espetáculos de fogo, cortejos históricos, danças orientais, saltimbancos, encantadores de serpentes, arruadas musicais, tiro com arco e muito mais. Obrigada a todos os que marcaram presença e que voltaram a fazer desta feira um verdadeiro êxito.



Alameda acolhe festival de música portuguesa

A RTP escolheu a Alameda D. Afonso Henriques para ser o palco de 12 horas de um festival dedicado ao que melhor se faz em Portugal ao nível da música. Com entrada livre, o Festival RTP Andamento reuniu milhares de pessoas que não perderam esta oportunidade para ouvir os êxitos de cantores como Pedro Abrunhosa e Comité Caviar, António Zambujo, Salvador Sobra, Selma Uamusse, Dillaz, BMRNG – La Banda e Xana Toc Toc.



O Presidente da Junta de Freguesia do Areiro, Fernando Braamcamp, participou da emissão em direto da RTP1 destacando a importância deste tipo de iniciativas de divulgação e valorização da música portuguesa e desafiou mesmo o canal de televisão a fazer com que este festival fosse apenas o primeiro de muitos.

A iniciativa foi organizada pela RTP e pela Câmara Municipal de Lisboa e contou com o apoio da Junta de Freguesia do Areiro.



Festa une comunidade das Olaias e Portugal Novo

À semelhança dos anos anteriores, no dia 15 de agosto, a comunidade cabo-verdiana dos bairros das Olaias e Portugal Novo celebrou uma festa e uma missa em honra de Nossa Senhora da Graça, padroeira da Cidade da Praia, em Cabo Verde. A Junta de Freguesia do Areiro apoiou esta iniciativa que incluiu música, dança, gastronomia, convívio, missa, fé e boa disposição. O Presidente da Junta de Freguesia do Areiro, Fernando Braamcamp, o tesoureiro Ameetkumar Subhaschandra, a Vogal responsável pelo Pelouro da Cultura, Patricia Brito Leitão, e o Vogal do Pelouro do Lazer, Rudolfo De Castro Pimenta, marcaram presença nesta iniciativa.

Festival Gandhi

No dia 28 de setembro, a Alameda D. Afonso Henriques foi o local escolhido para o arranque do Festival que presta homenagem ao líder pacifista indiano Mahatma Gandhi.

Das 11H às 22H30, houve uma mostra sobre a Vida e o Legado de Gandhi, palestras, aulas de yoga, gastronomia indiana, workshop de medicina Ayurvédica, tatuagens de henna, massagens, jogos tradicionais indianos e muito mais.

O evento foi organizado pela Casa da Índia, contou com a presença da Embaixadora da Índia em Portugal, Nandini Singla; o Alto Comissariado para as Migrações, Vasco Malta; e membros do Executivo da Junta de Freguesia do Areeiro e da comunidade indiana no País.



Ciclo de Verão do Jardim de Encantar termina em festa



As quatro edições de Verão do Jardim de Encantar do Areeiro voltaram a trazer à rua milhares de famílias que aceitaram o nosso convite para participar deste grande festival infantil. Peças de teatro e de fantoches, aulas de dança para pais e filhos, concertos de música, espetáculos de magia, bolas de sabão e a presença de algumas das figuras de animação preferidas dos miúdos foram algumas das atividades que marcaram o ciclo de Verão do Jardim de Encantar.

A estas iniciativas juntaram-se os já tradicionais insufláveis, trampolins, modelagem de balões, pinturas faciais, jogos tradicionais e as pipocas e algodão doce grátis.

Entrega de material escolar aos alunos do 1º ciclo

Para assinalar o início de mais um ano letivo, o Executivo da Junta de Freguesia do Areeiro esteve na Escola Básica S. João de Deus para proceder à entrega dos kits de material escolar.



Presidente da Junta de Freguesia, Fernando Braamcamp, e os vogais Patrícia Brito Leitão e Rudolfo de Castro Pimenta estiveram na EB1 S. João de Deus para entregar os kits aos alunos do 1º ciclo.



Esta iniciativa permite que todos os alunos do 1º ciclo da freguesia do Areeiro tenham acesso gratuito a material escolar, de forma a minimizar o encargo das famílias, mas também a estimular e motivar os mais jovens no seu percurso escolar. O kit inclui material escolar essencial, como lápis, esferográficas, estojo, régua, canetas de feltro, lápis de cor, tesoura e cadernos.

Espaço Jovem: um Espaço para brincar e aprender

Com o objetivo de reforçar a oferta de atividades de ocupação de tempos livres e de apoio ao estudo das nossas crianças e jovens, a Junta de Freguesia do Areeiro criou o Espaço Jovem no Centro Intergeracional do Areeiro.

Este serviço destina-se a alunos que frequentam entre o 5º e o 9º ano de escolaridade; funciona em dois horários – manhãs das 8H às 13H e tardes das 14H30 às 19H30 –; e a sua frequência tem um custo mensal (por turno) de €15 para residentes e de €30 para não residentes. As inscrições devem ser feitas através do Balcão Virtual do site da Junta de Freguesia do Areeiro: <https://balcaovirtual.jf-areeiro.pt>

O Espaço Jovem funciona no Centro Intergeracional do Areeiro, na Rua Arco do Cego, nº 54



Cinema ao Ar Livre

Este Verão, o Areeiro contou com um ciclo de cinema ao ar livre que se realizou no Jardim Fernando Pessa com filmes para todas as idades e gostos e sempre com entrada livre e puffs, cadeiras e mantas para tornar a experiência mais confortável. Apesar de ser Verão, o tempo nem sempre correspondeu e algumas das sessões tiveram de ser adiadas por causa da chuva.

Para os mais jovens as exibições foram às 18H com filmes como "Cai na Real, Corgi" e "Snow – a Pedra dos Desejos" e para os adultos escolhemos filmes recentes como "Novos Amigos Improváveis", "Submersos" e "A Mulher".



Mostrar o melhor do nosso país a nível cultural, histórico e gastronómico tem sido um dos objetivos que tem levado a Junta de Freguesia do Areeiro a organizar passeios seniores nos últimos anos. Porto, Santarém, Évora, Aveiro, Azeitão, Óbidos e Lousã foram apenas alguns dos destinos visitados.

O último passeio realizou-se em setembro e levou aproximadamente 150 fregueses do Areeiro a conhecerem o Fluviário de Mora que é o maior aquário de água doce da Europa. Além de conhecerem o percurso de um

Conhecer Portugal de Norte a Sul



rio desde a nascente até à foz, os participantes puderam ver algumas das espécies que aqui habitam, como lontras, anfíbios, répteis e moluscos; e experimentaram o melhor da gastronomia da zona, à qual se seguiu uma tarde de convívio e baile.

Caminhada Noturna do Areiro

Depois do sucesso das edições anteriores, a Junta de Freguesia do Areiro organizou no dia 27 de setembro mais uma caminhada noturna nos parques urbanos do Vale da Montanha e da Bela Vista.

Com um percurso de 7km e dificuldade média, voltámos a contar com cerca de 50 participantes que aceitaram o nosso convite de incentivo à prática de atividade física e ao convívio. Recorde-se que esta iniciativa tem ainda um cariz solidário, desafiando os participantes a doarem alimentos para as colónias de gatos silvestres do Areiro.

De salientar que as caminhadas do Areiro são de participação gratuita e aberta ao público em geral, dispensando inscrição.



Escolinhas de Futebol do Areiro

A época 2019/2020 das Escolinhas de Futebol da Junta de Freguesia do Areiro já arrancou com muita procura e dezenas de crianças e jovens com vontade de aprender a jogar futebol numa equipa empenhada e motivada.

Recorde-se que as escolinhas aceitam jogadores entre os 4 e os 10 anos nos escalões de Benjamins (2009/2010), Traquinas (2011/2012) e Petizes (2013/2014/2015).

As inscrições decorrem na sede e no site (Balcão Virtual) da Junta de Freguesia do Areiro; a atividade tem custo mensal de 10€; e os treinos realizam-se às 3ª e 5ª.



Torneio de Futebol Comunitário

No dia 26 de outubro realizou-se na Alameda Dom Afonso Henriques o Torneio de Futebol Comunitário organizado pelo Técnico Futebol Clube e apoiado pela Junta de Freguesia do Areeiro. Dezenas de pessoas participaram nesta iniciativa solidária onde o sentido de comunidade, a união e o fair-play foram os verdadeiros vencedores. No final do torneio houve ainda a oferta de bens para os sem-abrigo que participaram.



BIP/ZIP: novo projeto de apoio à comunidade sénior, juvenil e infantil

No dia 12 de outubro, o bairro do Portugal Novo acolheu a cerimónia de assinatura dos protocolos do BIP/ZIP - Programa dos Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária de Lisboa. No evento, a Vogal do Pelouro da Educação da Junta de Freguesia do Areeiro lembrou a importância deste programa no incentivo às comunidades locais na «dinamização de projetos que respondem às suas reais necessidades». Exemplo disso é precisamente um dos protocolos do qual a JFA é parceira e que foi assinado nesse dia: o projeto Espaço Comunitário Paz, Amizade e Cores. Patrícia Brito Leitão destacou o facto deste projeto ser promovido pela Associação de Moradores Paz, Amizade e Cores com «o objetivo de fomentar a dinamização comunitária e a cidadania através do apoio à comunidade sénior, juvenil e infantil» da zona.

Saúde: formações para diabéticos com grande adesão

A Junta de Freguesia do Areeiro e a Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal (APDP Diabetes) realizaram dia 11 de outubro uma sessão formativa de esclarecimento para diabéticos dedicada aos cuidados a ter com os pés. A iniciativa de participação gratuita, mas exclusiva para residentes no Areeiro, voltou a ter uma elevada adesão e a despertar grande interesse por parte dos nossos fregueses.

Marque na agenda a próxima sessão da APDP Diabetes que é dedicada à alimentação em ocasiões festivas: 29 de novembro | 15h - 17h | "A Diabetes e os Dias de Festa" - Auditório da sede da JFA. Pode inscrever-se tanto na sede como na delegação da Junta de Freguesia do Areeiro ou por telefone (218 400 253).





MELHORAR O AMBIENTE ESTÁ NAS NOSSAS MÃOS!

Os sacos para recolha
de dejetos caninos são
gratuitos no Areeiro e
também biodegradáveis.

Recolha de Sacos:

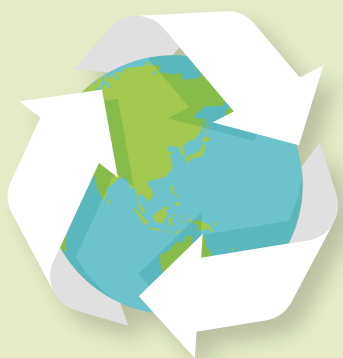
Sede - Rua João Villaret nº9

Delegação - Rua Abade Faria nº37

Posto de limpeza - Rua Jorge Castilho

Centro intergeracional do Areeiro - Rua do Arco do Cego nº54

Areeiro por ti - Rua Wanda Ramos lotes 13 e 17



Faça parte desta mudança,
recicle mais e reduza o uso de plástico.



A inauguração contou com a presença do vogal responsável pelo pelouro do Ambiente e Bem-Estar Animal, Rudolfo De Castro Pimenta, do tesoureiro Ameetkumar Subhaschandra e de algumas voluntárias para as colónias de gatos de rua do Areeiro.

Inaugurado o sexto abrigo para gatos de rua

A Junta de Freguesia do Areeiro inaugurou a 26 de julho um novo abrigo para as colónias de gatos silvestres. A criação destes abrigos de madeira tem por objetivo facilitar o controlo das comunidades de gatos de rua na freguesia do Areeiro e estreitar a sua ligação à população, nomeadamente através do corpo de voluntárias da nossa freguesia.

Neste momento o Areeiro já conta com seis abrigos, em cinco locais diferentes.



Areeiro distinguido como Eco Freguesia

A Freguesia do Areeiro foi distinguida pelo seu «consistente compromisso com a sustentabilidade» e a bandeira das Eco Freguesias XXI encontra-se hasteada na delegação da Junta de Freguesia, no Bairro dos Actores.



Estamos a Recrutar!

Gostava de fazer parte do Corpo de Voluntários para os Animais da Junta de Freguesia do Areeiro? Passear cães de fregueses seniores ou com pouca mobilidade, participar em campanhas solidárias ou de adoção e cuidar dos gatos de rua são algumas das áreas onde pode fazer a diferença. Contacte-nos e faça parte desta causa.

voluntariosbemestaranimal@jf-areeiro.pt



Especialistas franceses visitam as Olaias

O Centro de Desenvolvimento Comunitário do Areeiro, localizado nas Olaias, recebeu no mês de outubro uma visita muito especial. Um grupo de profissionais franceses da Câmara Municipal de Seclin que trabalha em diferentes serviços dedicados aos jovens veio conhecer e “aprender” com o trabalho realizado diariamente por este centro. A iniciativa foi proposta pelo Clube Intercultural Europeu por considerar que este equipamento social da Junta de Freguesia do Areeiro aplica metodologias de intervenção comunitária e social que merecem destaque.

Nova residência sénior com capacidade para mais de 100 pessoas



O grupo espanhol Clece acaba de inaugurar no Areeiro uma residência sénior com capacidade para mais de uma centena de pessoas.

Para a residência que acaba de inaugurar no centro da capital, sob a insígnia Domus Areeiro, a empresa recrutou



Diretor Geral Clece Portugal, Eng. Bruno Moreira; Secretário da Junta de Freguesia do Areeiro, Eurico Pereira da Conceição; e Diretor Regional Clece – Espanha, Vicente Ortega.

30 profissionais na capital portuguesa e tem mais 40 vagas em aberto para várias posições, como auxiliares, cozinheiros, enfermeiros, psicólogos, animadores e fisioterapeutas, segundo conta o Jornal de Negócios.

Wi-fi na sede, delegação e postos clínicos da Junta de Freguesia do Areeiro

A Junta de Freguesia do Areeiro disponibiliza wi-fi gratuito na sua sede (Rua João Villaret, nº9), assim como na Delegação (Rua Abade Faria, nº 37) e nos postos clínicos. Da próxima vez que se for inscrever numa atividade, tratar da emissão de licenças, solicitar declarações ou for a uma consulta médica já pode aceder à internet de forma gratuita.



Ferro de Soldar: como melhorar a vida dos nossos fregueses

Sabia que a Junta de Freguesia do Areeiro tem uma parceria com a Fundação São João de Deus que apoia as pessoas em situação de vulnerabilidade socioeconómica e que necessitam de realizar pequenas intervenções de melhoria nas suas habitações? Em setembro, o programa **"Ferro de Soldar"** conjuntamente com as técnicas do Núcleo de Ação Social da Junta de Freguesia do

Areeiro estiveram em casa de uma idosa para retirar a alcatifa e facilitar a sua circulação e conforto.

Mudar tomadas e interruptores, reparar canalizações, trocar vidros partidos, pintar ou isolar pequenas zonas e arranjar estores partidos são outras das situações em que este programa pode intervir.



O Bingo foi ao veterinário

O Bingo é o grande amigo e a companhia da sua dona que, já idosa, não tem a energia nem a mobilidade que gostaria para o acompanhar em algumas aventuras. Desta vez foram as Técnicas do Núcleo de Ação Social da Junta de Freguesia do Areeiro que levaram o Bingo ao veterinário da Sociedade Protectora dos Animais (SPA).

Recorde-se que a Junta de Freguesia do Areeiro tem um acordo de cooperação com a SPA que reforça a prestação de cuidados médicos veterinários aos animais de rua e aos animais de moradores em situação de carência económica. + info - acaosocial@jf-areeiro.pt | 218 485 130

Bolsa de Emprego ultrapassa as 250 mil visitas em dois anos



Em junho de 2017, a Junta de Freguesia do Areiro lançou a plataforma online de emprego “**O Que Posso Oferecer?**”. Dois anos depois, o site já ultrapassou as 250 mil visitas, sendo os anúncios e as formações os conteúdos que lideraram o ranking de pesquisas. Neste momento, a plataforma regista perto de mil visitas por dia e divulga dezenas de novas ofertas de trabalho e formações todos os meses.

A plataforma “**O Que Posso Oferecer**” permite que fregueses e empreendedores do Areiro entrem em contacto e não podia ser mais simples de utilizar. Para se inscrever, basta consultar o portal no site da Junta de Freguesia do Areiro e responder às ofertas ativas ou publicar a sua própria candidatura.



Mais informações em:

<https://oquepossooferecer.jf-areiro.pt>

Como se preparar para uma Entrevista de Emprego



CARLA SILVA

*Directora Geral
da GreatJob*

*Consultoria, Formação
e Recrutamento*

Falar sobre si, mencionar três defeitos e/ou qualidades, explicar o motivo pelo qual deve ser contratado e o porquê de ter escolhido determinada empresa são algumas das questões que os recrutadores colocam aos candidatos. A questão salarial, assim como a sua forma de trabalhar sob pressão e o que o diferencia dos restantes interessados são outras das perguntas que lhe fazem. No entanto, também surgem questões menos usuais e é para essas que se deve preparar. E se lhe perguntassem se fosse um animal, qual seria e porquê?

Nesta última questão, há muitos candidatos que não sabem o que responder ou não percebem o motivo por trás dessa pergunta, muitos acreditam que se trata de uma forma de colocar o candidato mais descontraído. No entanto, na Área dos Recursos Humanos existem vários animais que classificam a nossa personalidade, assim como a forma como desempenhamos as nossas funções. Por isso, cada indivíduo pode ser “classificado profissionalmente” mediante um animal.

Por exemplo:

a **Formiga** – este animal classifica o candidato como sendo trabalhador e bom a trabalhar em equipa;

a **Águia** – é o oposto do anterior e apresenta como ponto forte a sua visão e capacidade de ataque, sendo, contudo, individualista, o que se pode adequar à área de vendas.

E vocês que animal seriam?

Antes de qualquer entrevista de emprego, faça uma reflexão de si mesmo, empenhe-se com detalhe em cada passo, de forma a estar preparado para saber responder a cada questão e/ou desafio. Adicione confiança, determinação e pensamento positivo e terá todos os ingredientes necessários para ser bem-sucedido.

Sopa de Letras de Outono



Descubra as 14 palavras da lista na vertical, horizontal e diagonal.
Todas as palavras estão relacionadas com a sua Freguesia.

Nível de Dificuldade: Difícil

Palavras:

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Actores | <input type="checkbox"/> Londres |
| <input type="checkbox"/> Alameda | <input type="checkbox"/> Marconi |
| <input type="checkbox"/> Areiro | <input type="checkbox"/> México |
| <input type="checkbox"/> Camões | <input type="checkbox"/> Olaias |
| <input type="checkbox"/> Cervantes | <input type="checkbox"/> Pasteur |
| <input type="checkbox"/> Edison | <input type="checkbox"/> Roma |
| <input type="checkbox"/> Lencastre | <input type="checkbox"/> Técnico |

Descubra as 7 diferenças



Bairro Arco do Cego



© 2015

O **DR. JORGE** aconselha...

Previna-se da Gripe e das Constipações



A gripe é uma doença contagiosa mais frequente no adulto, podendo-se complicar particularmente nas pessoas com doenças crónicas ou com mais de 65 anos de idade.

A vacinação anual é a melhor forma de prevenir eficazmente a gripe e está indicada para a população com idade igual ou superior a 65 anos, iniciando-se em outubro, mas podendo ser administrada durante

todo o Outono e Inverno, sendo gratuita no SNS para pessoas dessa faixa etária.

Está também indicada para grávidas, portadores de doenças crónicas e profissões em contacto próximo com a população mais vulnerável (profissionais de saúde).

Para além disso, estão recomendadas as seguintes medidas na prevenção da Gripe e constipações:

- Evitar contacto próximo com pessoas que apresentam sintomas de gripe ou constipação (febre, tosse, dores musculares, de garganta ou cabeça);
- Lavagem frequente das mãos com água e sabão, particularmente após utilização da casa de banho e depois de tossir ou assoar-se; e depois de contactar com alguém doente;
- Ao tossir ou espirrar proteger a boca e o nariz com um lenço de papel ou com o braço, evitando utilizar as mãos;
- Limpar os objetos sujeitos ao manuseamento por várias pessoas como as maçanetas das portas, telefones e varões de escada;
- Arejar frequentemente os espaços fechados, como a sua casa, local de trabalho ou escola.

DR. JORGE FERNANDES

Médico de Clínica Geral no Posto Clínico da Junta de Freguesia do Areeiro - Av. Óscar Monteiro Torres, nº 19ª

Novos acordos e consultas mais baratas

TABELA DE PREÇOS

Atos e Consultas Médicas	Residentes	Não Residentes
Consulta de Clínica Geral	5€	25€
Consulta de Especialidade	30€	35€
Fisioterapia (por sessão)	30€	—
Osteopatia (por sessão)	30€	—

Atos de Enfermagem	Preço
Tensão Arterial	Grátis
Injeção	1,00€
Vacinas	1,00€
B M Test	1,50€
Tratamentos	2,50€ a 7,50€

ACORDOS

CARDIOLOGIA

Dr. Luís de Lima Faleiro | Tlf.: 217 972 795

CONSULTAS MÉDICAS DOMICILIÁRIAS

Anjos da Noite - 24 H / 7 dias por semana | Tlf.: 217 972 795

DIABETES Assoc. Protectora dos Diabéticos de Portugal | Consultas de especialidade e tratamentos a preços comparticipados. Tlf.: 217 972 795

ENFERMAGEM AO DOMICÍLIO

Enf. Sara Medeiros | Tlf.: 916 369 710 | 14H-18H

FISIOTERAPIA AO DOMICÍLIO

Drª Renata Corradi | Tlf.: 967 697 799

FISIOTERAPIA FISIOPHARMA

Rua Augusto Gil, nº 29ª | Tlf.: 217 972 795

MEDICINA CHINESA

Dr. Jaime Barata | Tlf.: 920 441 702

MASSAGEM TERAPÉUTICA AO DOMICÍLIO

Pazear | Tlf.: 926 695 006 | E-mail: massagemgeriatrica@gmail.com

PSIQUIATRIA

Dr. Fernando Seabra - Dra. Paula Duarte | Tlf.: 217 972 795

REUMATOLOGIA

Dr. Paulo Clemente Coelho | Tlf.: 217 972 795

UROLOGIA

Dr. Almeida Santos | 3ª das 15h30 às 19h00 | Tlf.: 217 972 795

+ informação e marcações: 217 972 795 | 916 127 570
E-mail: posto.clinico.sede@jf-areiro.pt

POSTO MÉDICO – SEDE

Av. Óscar Monteiro Torres, nº 19-A • Horário: 2ªf a 6ªf – 9H às 18H • Contactos: 217 972 795/916 127 570
E-mail: posto.clinico.sede@jf-areeiro.pt



	Médico	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Clínica Geral	Dr. Jorge Fernandes		16:30 às 17:30		16:30 às 17:30	
Dermatologia	Dra. Cândida Fernandes					15:00 às 16:45
Ginecologia	Dra. Bruna Ambrósio					15:00 às 17:20*
Medicina- -Dentária	Dra. Sofia Resendes		13:30 às 17:00	09:00 às 17:00		13:30 às 17:00
	Dra. Maria Gameiro				9:00 às 15:00	
	Dra. Susana Lopes			15:15 às 16:45		
	Dra. Susana Faria			10:30 às 14:00		
Nutrição	Dra. Catarina Peixoto			14:00 às 17:00		
Oftalmologia	Dr. António Folgado					16:30 às 17:15
Otorrino- laringologia	Dra. Susana Correia			15:45 às 17:00		
Psicologia Clínica Adultos / Jovens	Dra. Joana Gonçalves		14:00 às 17:00			
Urologia	Dr. João Almeida Dorés				17:00**	
Ortopedia	Dr. Luís Abreu		16:00 às 17:15*			
Enfermagem	Enfª. Sara Medeiros	12:00 às 14:00	12:00 às 14:00	12:00 às 14:00	12:00 às 14:00	12:00 às 14:00
Fisioterapia	Dra. Renata Corradi				9:00 às 11:00	
Osteopatia	Dr. Bernardo Costa			9:00 às 11:00		

* Consultas realizadas quinzenalmente.

** Consultas realizadas de 3 em 3 semanas.

POSTO MÉDICO – EXTENSÃO-DELEGAÇÃO

Rua Abade Faria, nº 37 • Horário: 2ªf a 6ªf – 9H às 18H • Contacto: 218 485 130



	Médicos	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Clínica Geral	Dra. Conceição Ferreira	14:00 às 18:00			10:30 às 13:00	
Psicologia	Dra. Joana Gonçalves				15:00 às 18:00	
Enfermagem	Enfª. Sara Medeiros	10:00 às 12:00	10:00 às 12:00	10:00 às 12:00	10:00 às 12:00	10:00 às 12:00

Areeiro + Saúde



30% de desconto
para residentes com
mais de 65 anos
em Clínica Geral

Clínica Geral
+ 10 Especialidades

Enfermagem
e Fisioterapia
ao Domicílio

Consultas
ao Domicílio
"Anjos da
Noite"

Preços especiais
para Residentes

Consulta de
Diabetes
"APDP"

Acordos Médicos
Exclusivos:
Psiquiatria,
Urologia,
Cardiologia

Aparelhos
e Próteses
Dentárias

Postos Clínicos

Contactos

Posto Médico (Sede)
Av. Óscar Monteiro Torres, nº 19-A
217 972 795 | 916 127 570

Extensão
Rua Abade Faria, nº37
218 485 130

Especialidades

Clínica Geral	Nutrição
Dermatologia	Oftalmologia
Ginecologia	Ortopedia
Medicina Dentária	Otorrinolaringologia
Fisioterapia	Psicologia
Enfermagem	Urologia