

#Costurar Uma Ideia Solidária

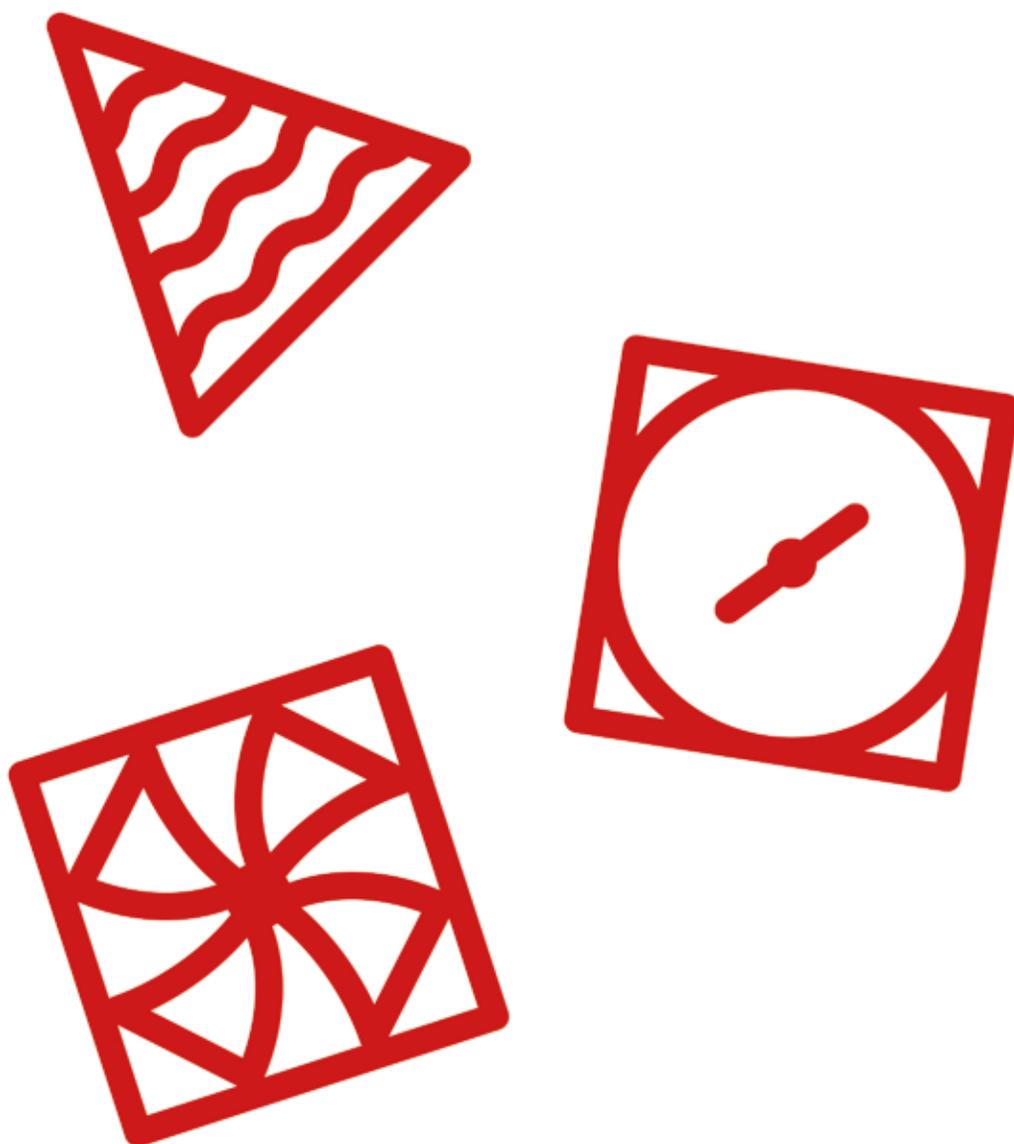
COSTURAR UMA IDEIA SOLIDÁRIA
Número 14 | 2019/20
União das Freguesias
de Caldas da Rainha
Nossa Sra. do Pópulo,
Coto e São Gregório

Boletim Informativo
Publicação Anual
Distribuição Gratuita

ÍNDICE

Informação	2
Mensagem do Presidente	3
Costurar uma Ideia Solidária	5
Testemunhos	9
Eventos	20
Cultura	25
Gabinete de Psicologia	30
Junta de Freguesia	37
Eco-Freguesia	43
Desporto	46
Parque / Mata	49
Requalificações	56
Informações	61

#Costurar Uma Ideia Solidária



Boletim Informativo
Publicação Anual
Distribuição Gratuita

COSTURAR UMA IDEIA SOLIDÁRIA
Número 14 | 2019/20
União das Freguesias
de Caldas da Rainha
Nossa Sra. do Pópulo,
Coto e São Gregório

INFORMAÇÃO

A União das Freguesias de Caldas da Rainha – Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório, resultou da união das freguesias de:

Nossa Senhora do Pópulo A freguesia de Nossa Senhora do Pópulo está situada na sede do concelho de Caldas da Rainha O seu Orago é, como indica o próprio topónimo, Nossa Senhora do Pópulo.

Coto Coto situa-se a 4 quilómetros de cidade termal, no centro do concelho. Do património cultural e edificado, destaca-se a capela de São Jacinto, cuja celebração é em Julho e a Igreja Paroquial, mandada construir em 1610 aquando da criação da paróquia; A igreja é dedicada a Nossa Senhora dos Anjos, Orago de Coto.

São Gregório São Gregório, em tempos também conhecido como São Gregório e Fanadia, pertence ao município de Caldas da Rainha, de cuja sede dista aproximadamente 9 quilómetros. O seu Orago é, como o próprio topónimo indica, são Gregório Magno.

Área 31,69 km²

População População 18 413 (Censos 2011) Eleitores 16 434

Executivo

Presidente Vítor Manuel Calisto Marques (PPD/PSD)

Secretário Maria João Marques da Silva Reis (PPD/PSD)

Tesoureiro Carlos Alberto Garcia Cravide Bernardo (PPD/PSD)

Vogais José Manuel de Oliveira Cardoso e João António Antão dos Reis (PPD/PSD)

Assembleia de Freguesia

Presidente José Fernando de Almeida Silva Pereira (PPD/PSD)

1º Secretário Carlos José Dias Coutinho (PPD/PSD)

2º Secretário Catarina Isabel dos Santos Branco Fialho (PPD/PSD)

Vogais Armindo do Rosário Carvalho, Hugo Filipe Paulo Feliciano, Luís Filipe Cruz Gomes, Mara Manuela de Sousa Marques, Ricardo Daniel Ferreira de Oliveira (PPD/PSD)
Cristina Isabel Quaresma da Silva Serralheiro Sousa,
Fábio Emanuel Jordão de Sousa Serrenho,
Rui Manuel dos Santos Calisto (PS)
Margarida Isabel Tavares Varela Martins de Oliveira (CDS)
Mafalda Sofia Bernardo Pedreira (BE)



MENSAGEM DO PRESIDENTE

Bom dia!

Há sete anos foi criada a nossa União de Freguesias, que engloba três Freguesias distintas, cada uma com um carácter próprio e que procurámos respeitar e valorizar. Neste espaço de tempo triplicámos o nosso orçamento e o nosso quadro de pessoal, as nossas competências e consequentemente triplicámos o trabalho realizado e até fizemos mais. Mas do passado fica o registo que apresentamos neste boletim e o que ficou na memória de cada um.

Começamos agora a trilhar o último ano do nosso mandato e o último do nosso contributo ao nível da Freguesia. Pretendemos consolidar os processos e as actividades, sem descuidar a realização de novos projectos nas diversas áreas em que actuamos.

No Ambiente pretendemos realizar a construção de novos espaços verdes de lazer e usufruto da população, na Fanadia, no Sol Nascente e começar a intervenção no “Novo Parque da Cidade”, situado entre a linha de água do novo hospital do Montepio (antiga EDP) e a ESAD.CR. Dar início à renovação da Mata do Parque (antiga Orbitur), com um projecto em fase final de aprovação pela DGPC e que trará a todo o Parque D. Carlos I a valorização que tanto merece.

E permitam-nos ainda sonhar com a possível integração da Quinta da Boneca na gestão da Autarquia, o que significará ter mais de 60 hectares de pinhal, jardins e espaços verdes entre os quais está a Mata da ESE, a Mata da Rainha D. Leonor passando pelo Parque D Carlos I, tirando assim partido desta enorme e rica biodiversidade, uma conjunto único que devemos salvaguardar e estimar para nós e para as gerações vindouras. Esta preocupação é também uma das razões que nos mantém no compromisso de continuarmos a ser Eco-freguesia.

Na área Social, da Saúde e Educação vamos dar continuidade ao trabalho realizado e reformular os nossos recursos humanos, tirando partido da formação de cada um, para dar um maior apoio aos nossos fregueses. Temos a consciência de que os próximos tempos que iremos atravessar serão difíceis, destacando o possível agravamento dos problemas do foro mental, com as dificuldades no ensino misto: à distância e presencial. Também no campo Social com dificuldades acrescidas provocadas pelo desemprego e pelas dificuldades económicas. Desta forma iremos potenciar os nossos recursos sempre no sentido de ajudar os que mais necessitam, nesta fase tão delicada que todos vivemos.

Na área Cultural, Desportiva e Associativa, além de dar continuidade às diversas actividades que já estão no nosso calendário, das quais destacamos a participação nas Jornadas Europeias do Património, a Casa das Artes, os Ares de Arte no Parque, as Bandas na Praça, os Ranchos no Parque, as Tradições da Vila, os Presépios e o Natal tricotado, assim como a Corrida p’la Vida na vertente de desporto, iremos criar mecanismos de apoio e promoção às associações, de forma a poderem vencer as dificuldades criadas pela pandemia.

Se até aqui tudo parece importante, tão ou mais importante é a manutenção dos espaços, edifícios e equipamentos da nossa responsabilidade, que são uma preocupação constante e que procuramos dentro do nosso tempo e recursos fazer o melhor.



Fotografia da autoria de Nuno Conceição, do projecto (2020) “Somos nós”

Tudo isto nos faz pensar que criámos uma identidade própria muito forte e que a nossa União de Freguesias se identifica com o mote deste boletim que é, “a União Faz a Força”.

Esperamos não ter defraudado as expetativas dos nossos Fregueses.

Importa voltar a destacar as pessoas que fazem parte deste projeto, sejam elas do Executivo ou da Assembleia, dos colaboradores da Junta dos diversos sectores, bem como outras entidades, CEERDL, Estabelecimento Prisional, os diversos Estabelecimentos de Ensino e Câmara Municipal, que nos ajudaram a atingir os nossos objectivos.

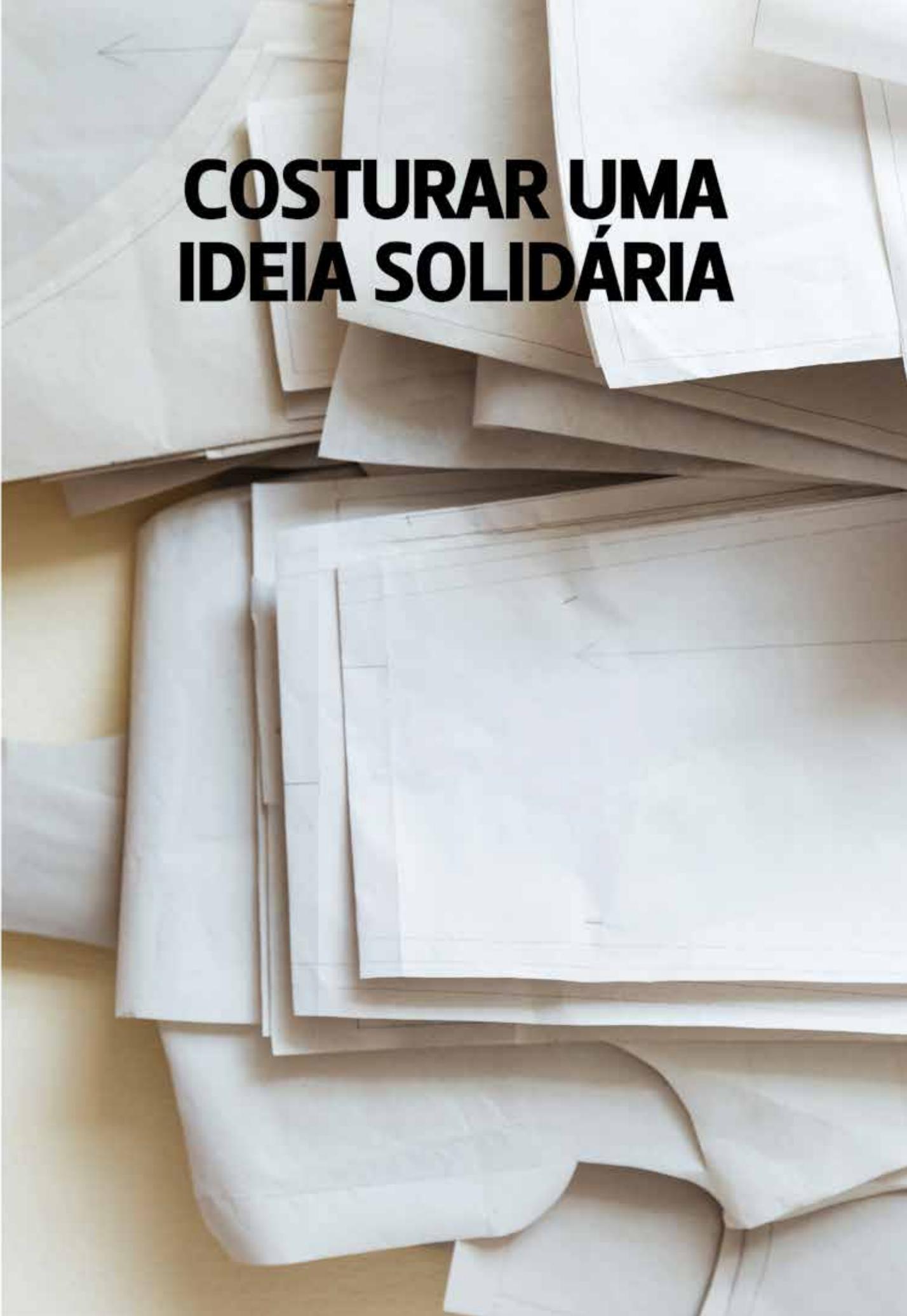
Numa altura difícil como aquela que atravessamos há momentos em que devemos olhar para o horizonte e visualizar o caminho que queremos percorrer, há momentos em que queremos olhar para o lado e saber com quem podemos contar, espero que cada um nós o faça e ultrapasse as dificuldades que agora atravessamos.

Conte connosco.

Contamos consigo

Bem hajam!





COSTURAR UMA IDEIA SOLIDÁRIA

#CosturarUmaIdeiaSolidária

Perante a pandemia que surpreendeu o Mundo, várias foram as medidas que tiveram de ser implementadas pela Junta de Freguesia, com o objectivo primordial de apoiar e proteger a população caldense face a este flagelo.

Apenas foi possível garantir a segurança e o bem-estar da comunidade caldense, com uma união de esforços da nossa junta, sempre privilegiando (e agradecendo) o trabalho em rede, com várias entidades e parceiros locais e sobretudo com o empenho de dezenas de voluntários. A nossa máxima sempre foi “A União faz a força” pois “Juntos venceremos”.

Desta forma, desde o início de tudo, no mês de Março, a Junta de Freguesia criou uma linha de apoio directo, providenciando compras e entregas de produtos alimentares e medicamentos aos seniores da população, ou pessoas em isolamento profiláctico, que não podia deslocar-se de casa por apresentarem mais factores de risco. Foi também organizada uma linha de apoio emocional para quem necessitasse e se encontrasse numa situação de vulnerabilidade e maior fragilidade, criada pelo isolamento imposto pelo Covid-19.

Para melhor actuarmos perante esta situação foi necessária uma adaptação à nova realidade. Assim sendo, foram criadas medidas para assegurar a protecção dos colaboradores, e a Junta teve de alterar as suas normas internas e ainda que de um modo condicionado, mas nunca deixou de atender os fregueses e assegurar os seus serviços. Através de um trabalho incansável dos colaboradores da Junta existiu uma grande preocupação na desinfeção das ruas que foi feita de forma regular e também nos espaços envolventes dos lares locais, fossem estes públicos ou privados, hospitais, prisão, nas zonas de hipermercados e junto dos comércios locais abertos.

Perante o problema, é importante surgirem pessoas que trazem soluções. Assim sendo, inspirados pelo trabalho desenvolvido por Carlos Valeriano, na criação de uma máscara comunitária, a nossa Junta de Freguesia desenvolveu o projecto #MáscarasParaTodos na nossa freguesia, tendo como coordenador, o membro do Executivo José Manuel de Oliveira Cardoso e Rita Olivença, que criou os kits de costura para serem entregues aos voluntários. Assim começaram a surgir as primeiras máscaras que foram entregues em Lares Locais. Simultaneamente, e com apoio de parceiros locais, foram também criados diversos equipamentos de protecção individual, que foram entregues a várias instituições locais, como hospital, centro de saúde, PSP, Bombeiros, GNR, entre outros.

No total foram confeccionadas 18 000 máscaras que foram entregues, inicialmente aos comerciantes cujos estabelecimentos estiveram abertos durante o confinamento, e depois aos nossos fregueses, sendo que a distribuição foi feita em diversos pontos da freguesia, como no Coto, na Lagoa Parreira, na sede da Junta e em São Gregório. Importa acrescentar que a produção das máscaras ainda se continua a desenvolver até considerarmos ser necessário.

A Junta de Freguesia teve ainda a iniciativa de elaborar máscaras pediátricas, com desenhos criados pelos alunos da Academia do Bruno e aplicados pelo próprio Bruno Prates. Essas máscaras foram distribuídas na pediatria do Hospital de Caldas da Rainha e na pediatria do Hospital de Santa Maria. No total e até ao momento foram distribuídas 1500 máscaras.

Fazia todo o sentido o tema deste ano ser #Costurarumaideiasolidária. Esta é uma forma de homenagearmos todos os voluntários que contribuíram neste movimento solidário, dando a esperança necessária para acreditarmos que dias melhores virão e por outro lado, ajudando na protecção e bem-estar de todos perante este momento de adaptação e resiliência.



CARLOS VALERIANO

Carlos Valeriano, o homem que moveu para lá fronteiras voluntárias/os na confecção de máscaras TNT reutilizáveis, em pleno estado de pandemia

Carlos Valeriano formou-se em Design de Moda na Escola de Moda do Porto, a primeira escola do género em Portugal. Foi nesta escola que percebeu que o que o motivava era a dinâmica da formação de equipas, a confecção e o controlo de qualidades das peças desenvolvidas.

Natural de Aveiro, mais precisamente de Águeda, ainda jovem foi no escutismo que desenvolveu o seu senso de colaboração e entreaajuda. Actualmente é professor na Lourinhã e tem uma empresa de animação turística e desportiva.

Em Março de 2020, tal como várias empresas, com a pandemia viu as suas actividades ficarem suspensas. Foi nesse contexto que surgiu o contacto de um profissional de saúde do Hospital de Torres Vedras, para que Carlos pudesse desenvolver uma máscara num tecido adequado, cujo objectivo era chegar aos profissionais de segunda linha, tais como lares, bombeiros, polícia, etc.

Assim, começou a estudar a filtragem e impermeabilidade de vários materiais para chegar a algum que satisfizesse os parâmetros que considerou serem os ideais, sempre acompanhado pelas equipas técnicas do Hospital de Torres Vedras. Desta forma, chegou ao TNT (tecido não tecido), sobre o qual Carlos mencionou “senti que era respirável”. Quer Carlos quer a equipa do hospital consideraram que o material e o modelo seleccionado estava “perfeito, vamos avançar com isto!”.

Desde o momento que lhe foi pedido a colaboração, em três dias começou o grande desenvolvimento na confecção de cerca de 3.000 máscaras, inicialmente com a ajuda de cerca de 80 voluntárias, incluindo as suas alunas e ex-alunas. Todo este volume de trabalho rapidamente alastrou e as chamadas telefónicas começaram a chegar de várias freguesias e municípios de Portugal, também de França e da Suíça...

Surge o primeiro momento de paragem para reflectir e fazer um ponto da situação, “Como vou gerir tudo isto!?”. Não era de todo o rumo do comércio e indústria que se queria tomar, seria sempre no sentido do voluntariado. E assim começou a gerir uma rede de coordenadores dos vários locais, pessoas que tivessem conhecimento ao nível da confecção de têxteis e a proximidade necessária para ajudar os vários voluntários.

Os dois objectivos principais eram: chegar de forma efectiva e completa aos profissionais de segunda linha, nomeadamente aos lares, e desviar o foco do problema, direccionando a atenção para a solução. Estes pequenos momentos de troca de materiais entre coordenadores

Boletim Informativo

e voluntários serviram para não pensar tanto na pandemia, para se abstrair, para darem mais atenção a todo o movimento de voluntariado e sentirem-se parte integrada na ajuda e no apoio ao outro. Nesta gestão de trocas de materiais foi criado um modelo de segurança, de entrega e recolha de kits, de forma a ser feita num local neutro e com tempos de quarentena.

Carlos partilhou que “houve um lar que não recebeu máscaras em número suficiente, assim contactaram-me para ver o que eu podia fazer. Furneci os materiais preparados e os próprios utentes do lar, movimentaram-se na execução das máscaras, alguns recordando a costura, outros experimentando costurar pela primeira vez, todos colaboraram e conseguiram preparar protecções para todos” foi um testemunho de muito valor.

Da Guiné-Bissau foi feito um pedido especial de apoio para os materiais e nas confecções das máscaras, solicitavam “a máscara do Carlos”. Aqui também foi necessário desenvolver um movimento no local, com um coordenador responsável e um grupo voluntários.

Ao longo das semanas e com a compilação de imensos testemunhos, foi possível ter noção do impacto que o movimento teve, assim como da criação de uma verdadeira máscara comunitária, aliás, fazendo as contas, de todos os locais a que o movimento chegou, foram confeccionadas através de voluntariado cerca de 400 mil máscaras.

O maior medo de Carlos (que lhe provocou noites sem dormir), foi causado por ameaças de pessoas mal-intencionadas, colocando em questão a fiabilidade da máscara, embora a delegada da saúde da Lourinhã assegurasse a capacidade das mesmas. Com o tempo todos perceberam que este movimento não só fazia sentido como também era a melhor solução para chegar à população, de forma mais rápida e segura. Ainda em Março, com o movimento em grande evolução e dispersão ao nível nacional, o Município de Arouca perguntou se podia realizar mais testes às máscaras em laboratório e assim voltou a confirmar-se a sua fiabilidade, o que foi um descanso e uma motivação.

Outra situação a ter em conta era a caracterização do TNT, a cor, a gramagem, todos estes aspectos foram novamente analisados, testados e confirmadas as correctas medidas, para continuação da confecção das máscaras.

Existiu também uma acção de confecção de máscaras pediátricas, através da Missão arco-íris de uma Associação de Apoio e Promoção à Inclusão de Crianças com Anafilaxia da Lourinhã, para o Hospital de Santa Maria.

A grande satisfação de Carlos, que enaltece esta máscara, como o próprio referiu “a cereja no topo do bolo”, foi o facto da máscara ser reutilizável, o que permitia através de uma higienização correcta reutilizá-la várias vezes, higienização esta que explicou através de um vídeo que preparou e partilhou.

O sentido de ajuda, voluntariado e união são uma constante na vida de Carlos. Como transmite no seu testemunho, “o meu maior orgulho é de que a união faz a força e que como este acto de solidariedade de cada voluntário foi muito importante”, refere ainda “digo às voluntárias que têm de estar orgulhosas porque salvaram vidas!”

Com a criação da sua máscara comunitária, Carlos Valeriano promove junto da população a consciência de que o uso da máscara é essencial e um sinal de respeito.

TESTEMUNHOS



TESTEMUNHOS

Nome: Ilda Rodrigues

Profissão: Trabalhava num consultório (Desempregada actualmente)

Idade: 49 anos

Zona geográfica: Caldas da Rainha

“Eu fiz tudo com muito gosto, de coração! O que me fez ajudar foi porque me lembrei do meu pai. O meu pai morreu com uma doença pulmonar e eu assisti à sua morte, aos últimos momentos da sua vida.

Associei desde logo o COVID-19 a uma doença pulmonar e a todo este processo tão difícil e horrível... imaginei as pessoas a passarem por tudo isto e realmente quis ajudar para evitar que experienciem algo semelhante ao que vivi com o meu pai.

Todas as máscaras que eu pudesse fazer, iam ajudar pessoas, iam evitar sofrimento!

Dediquei todo o tempo que podia a fazer máscaras e fiz cerca de 1700 máscaras porque sempre pensei que assim estava a proteger alguém e isso era muito importante. E quero dizer que estarei disponível enquanto for necessário”.

Nome: Cristina Reboleira

Profissão: Arquitecta Paisagista e actualmente Artesã

Idade: 55 anos

Zona geográfica: Centro Oeste, Caldas da Rainha

“Fiz-me voluntária para fazer máscaras porque me sentia capaz de fazer algo que estava a ser necessário para protecção da comunidade. O facto de estarmos confinados em casa sem poder trabalhar e poder dispor de todo o meu tempo para fazer algo que eu considerava necessário à comunidade, era uma acção óbvia. Só depois percebi a dimensão deste movimento e o modo como as outras voluntárias partilhavam da mesma vontade em ajudar, participar, ser útil pura e simplesmente.

Até agora costurei 400 máscaras”.

Nome: Bruno Prates

Profissão: Professor de Educação Visual, ilustrador e Cartoonista

Idade: 42 anos

Zona geográfica: São Gregório

“Eu ajudei porque fui desafiado pela Junta, pelo Senhor Presidente Vítor Marques. Este explicou-me o que estavam a dinamizar e pediu a minha ajuda.

Através da Academia do Bruno foi possível colocarmos a ideia de pintar as máscaras em prática - os desenhos foram idealizados pelos alunos e eu só tive o trabalho de os aplicar. Tinha aulas online de desenho e até serviu também para os jovens apoiarem o projecto online.

Já tenho a tradição de trabalhar com a Junta de Freguesia e este projecto foi importante porque quando percebemos que íamos entrar em confinamento eu quis saber como podia ajudar de alguma forma de cariz solidário, e a Junta deu-me essa oportunidade. Por sorte ou coincidência, houve este desafio, para eu contribuir para o bem-estar dos outros e ajudar no combate ao COVID-19, através do desenho, que é o meu trabalho.

Foram desenhadas cerca de 1200 máscaras, e ainda temos mais algumas para desenhar.

O processo de entrega de máscaras foi importante. O Senhor Cardoso ia ter comigo e dava-me as máscaras que ficavam paradas dois dias, depois eu desenhava e ele vinha e voltava a recolhê-las. O Senhor Cardoso foi o único que esteve connosco quando ainda não existia mesmo contacto, logo no início de tudo...chegava e ficava à distância, era ele que trazia as boas novas. Este representou a Junta e a Junta foi o elo de ligação com tudo que se passava e a nossa forma de pudermos ajudar!”



Nome: Eva Duarte

Profissão: Assistente operacional

Idade: 37 anos

Zona geográfica: Santo Onofre

“Costurei cerca de 200 máscaras, mais a minha sogra, todo este movimento de costura solidária fez-me sentir útil e bem porque estava a fazer algo pela comunidade. Voluntariei-me porque queria ajudar, fazer parte deste projecto perante a necessidade de vencer esta pandemia.”

Boletim Informativo

Nome: Maria da Luz Ferreira

Profissão: Assistente técnica

Idade: 54 anos

Zona geográfica: Nossa Senhora do Pópulo

“Colaborei neste movimento através da pintura de cerca de 180 máscaras, nestas aparece o logótipo da União das Freguesias de Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório, um #MascarasParaTodos, um arco-íris, como sinal de esperança e um agradecimento.

No sentido de ajudar, sensibilizar e minimizar o impacto desta pandemia, foi esta a força que senti ao participar e também assim contribuir na transmissão uma mensagem de esperança e de que temos de ser resilientes.”



Nome: António José Monteiro

Profissão: Empresário da Santos Monteiro & Ca. Lda.

Idade: 64 anos

Zona geográfica: Nossa Senhora do Pópulo

“Na Santos Monteiro & Ca. Lda., empresa de confecção de têxteis, as actividades foram de certo modo suspensas, fazendo com que um grupo de costureiras fossem para casa. Senti a responsabilidade de participar e no espírito de colaboração, gestão de recursos e disponibilidade desafiei as nossas colaboradoras costureiras para a confecção de cerca de 1200 máscaras. Senti uma satisfação muito grande com o trabalho desempenhado pelas colaboradoras e também pessoalmente por ter participado neste movimento.

Partilho que, directamente com o hospital das Caldas da Rainha, na segunda quinzena de Março, foram entregues batas e calças para a protecção dos nossos profissionais de saúde.”

Nome: Tina Rebelo

Profissão: Costureira

Idade: 58 anos

Zona geográfica: Santo Onofre

“Confeccionei 200 máscaras para crianças e para adultos, cerca de 400 a 500.

Foi através do contacto de um ex-colega que, neste movimento de aquisição de voluntárias para costurar máscaras, com pessoas que já soubessem costurar, que tive a oportunidade de participar. A emoção e vontade de ajudar era tanta que na primeira volta, a costura ocupava a maior parte do dia e da noite, por vezes perdendo contas às horas e não parava de costurar, dei tudo por tudo. Sou capaz de repetir a participação, contudo de forma mais calma e regrada, pois gosto de trabalhos bem-feitos, e se assim não for não saem. Consigo distinguir quais as máscaras das crianças que costurei, pois consoante a cor das máscaras, fiz as costuras com a mesma cor, um pormenor que faz a diferença e me deixou muito satisfeita.

Para além da costura efectiva dos tecidos e elásticos, este movimento, que para a junta contribuiu com um grande número de máscaras em tempo recorde, foi uma maneira de tentar ultrapassar a primeira fase má, estando com a cabeça ocupada, pois de outra forma seria complicado, toda a gestão emocional e pessoal.

Fiz tudo com muita vontade, gosto e com muito orgulho, até o marido ajudou, fortalecendo o sentido de equipa e companheirismo. Senti-me útil, ao fim de contas, temos de nos proteger e aprender a viver com isto.”

Nome: Eduarda Tabata

Profissão: Administrativa (Reformada)

Idade: 73 anos

Zona geográfica: Nossa Senhora do Pópulo

“A melhor coisa é ajudar alguém. A Doutora Justina, falou-me deste movimento, pois o Sr. Cardoso andava à procura de voluntárias e senti vontade de colaborar, assim costurei cerca de 600 máscaras. Era preciso e fez-me feliz puder ajudar. Todos sabemos que o dinheiro e bens materiais são importantes para vivermos, mas existem bens maiores, com valor incalculável, como a solidariedade, o amor e a partilha.”



Boletim Informativo

Nome: Maria João Guerreiro Branco - AMA - Associação de Moradores e Amigos do Bairro Azul

Profissão: TOC (desempregada)

Idade: 54 anos

Zona geográfica: Caldas da Rainha

“A Pandemia veio e de repente e o Mundo teve de encarar uma nova realidade, onde as “máscaras” (a meu ver) seriam a melhor forma de nós, humanos, nos proteger-nos contra o desconhecido, minúsculo e altamente contagioso Covid 19.

Inserida na AMA - Associação de Moradores e Amigos do Bairro Azul, tomamos a decisão de fazer máscaras para os nossos associados e Moradores do Bairro, juntamente com as mulheres que já tinham participado nos workshops da Costura solidária de vestidinhos para crianças de África.

Abracei e abraçamos esta necessidade de fazer as máscaras para distribuir pela população, numa atitude de podermos ajudar e aliciar outros habitantes da nossa cidade, a fazer esta utilização sadia de “USO DE MÁSCARA” para nos podermos proteger e proteger os outros. Sentimo-nos com uma vontade enorme, de como combatentes, partir voluntariamente para esta guerra, porque estas várias batalhas que se viriam a propor seriam prontamente ripostadas pelas nossas máscaras feitas com muito amor e carinho.

Participei porque senti este dever cívico enorme de poder ajudar as nossas entidades, Câmara Municipal e Junta de Freguesia, nesta oferta aos habitantes da nossa cidade, crente de que este será o melhor passo, para podermos juntos, combater este mau momento que a humanidade está a passar. Eu fiz 350 máscaras e a nossa associação estará a atingir 2.500 máscaras.

Louvamos a vossa iniciativa e agradecemos a oportunidade que nos foi dada. Bem Hajam.

Contem sempre com a minha colaboração para qualquer iniciativa dentro destes parâmetros.”

Chantal Agostinho, São Gregório

“COVID 19, uma palavra que destabilizou o mundo inteiro. Um inimigo invisível que ia colocar muita gente em situação de perigo.

Assim que ouvi falar da operação costura solidária de máscaras para todos, ofereci os meus serviços para ajudar. Uma dinâmica equipa de costureiras voluntárias, meteu logo as mãos à obra para confeccionar milhares de máscaras. Foi uma experiência gratificante, sabendo que a minha pequena ajuda ia fazer uma grande diferença.

Fiz mais de 1700 máscaras e fiquei com a sensação de ter feito o meu dever de cidadã.”

Eugénia Branco, Caldas da Rainha

“Sou Eugénia Branco, mais conhecida como Gena.

Sempre gostei de me sentir útil e por isso mesmo aceitei colaborar na elaboração das máscaras.

Quando vi no Facebook que se estava a formar um movimento solidário, fiquei logo interessada e quando vi o apelo da Junta de Freguesia, na pessoa do Sr. José Cardoso, telefonei logo dizendo que estava disponível.

E sempre estarei quando o intuito é ajudar o próximo.”

O Rancho As Ceifeiras da Fanadia

“O Rancho As Ceifeiras da Fanadia respondeu ao desafio lançado pela Junta de Freguesia para no seu Grupo arranjar elementos que quisessem voluntariar-se para produzir máscaras de proteção individual.

Sete dos nossos elementos aceitaram em função da sua disponibilidade e, motivados não só pelo hábito criado no espírito do Grupo de solidariedade, cidadania, bem-estar com os outros e companheirismo, mas também impulsionados pelo alarme do drama, que na altura eram notícia na comunicação social, da escassez de equipamentos e material de proteção disponíveis. Estas razões, mais a vontade de ser parceira da Junta de Freguesia no projeto da costura solidária, exaltaram o nosso Ego. Foi e ainda é uma colaboração que, para além do aspeto cívico e social, nos deixa até uma certa vaidade por termos sido um dos protagonistas dessa campanha.

Deixo aqui uma palavra especial para o nosso elemento Sérgio Emanuel que coordenou a confeção das máscaras e que costurou mais de mil e quinhentas das cerca de 2.500 produzidas por nós.”

Como diretor do Grupo agradeço a todos a dedicação:

Sérgio Emanuel - Gestor de hotelaria

Luísa Diogo - Professora aposentada

Eduarda Oliveira - Administrativa aposentada

Fátima Rodrigues - Empregada Limpeza

Rute Pestana - Doméstica

Ana Pereira - Artesã

Sérgio Pereira - Engenheiro Técnico

O Agrupamento 337 das Caldas da Rainha

“O Agrupamento 337 das Caldas da Rainha participou na campanha de confecção de máscaras com o intuito de ajudar a nossa população a ter acesso de forma simples às máscaras. Para o fazer o Agrupamento contou com a ajuda preciosa de voluntárias ligadas ao Agrupamento (mães, familiares ou amigas) que cederam o seu tempo e os seus conhecimentos para costurar as máscaras, sendo que o Agrupamento facilitava a entrega e recolha dos tecidos e das máscaras. As voluntárias que costuraram as máscaras foram: Aida Mateus, Maria da Luz Patriarca, Dulce Sousa, Helena Oliveira, Helena Juiz, Perpétua Graça, Ana Frazão, Suzana Filipe, Ana Rita Santos e Paula Sousa.

A experiência de participação nesta campanha foi muito positiva pois permitiu sentir e perceber a união das pessoas quando assim necessário e também a iniciativa e coordenação da nossa União de Freguesias que facilitou todo este processo de forma muito dinâmica. Individualmente todos sentimos uma grande sensação de cumprimento do nosso papel em ajudar num momento muito crítico da nossa história.

Participamos nesta campanha pelo nosso sentido de dever e vontade em ajudar a nossa população num momento bastante crítico e desconhecido para que todos tivessem acesso ao equipamento de segurança básico.”



Rita Olivença

“Faz hoje, dia 14 de Julho, 4 meses que tivemos de nos proteger em casa. Eram duas da madrugada, sentei-me na máquina e costurei uma máscara em TNT. Estive vários dias a pensar em como poderia ajudar a proteger as pessoas. Tinha a motivação e os recursos certos, conhecimentos na área dos têxteis e da modelagem, máquinas e algum espaço para execução. Só não tinha muito tempo.

Passados poucos dias toca o telefone, era José Manuel Cardoso da Junta de Freguesia, a perguntar se eu estaria interessada em colaborar com a Junta na execução de máscaras comunitárias. De imediato aceitei. Surgiram aqui algumas dúvidas, pois a intenção era proteger e havia, na altura, informação contraditória. Através da Junta, falei então com Carlos Valeriano, grande promotor do projecto #costuraestaideiasolidaria e #somos1. Dissipadas as dúvidas, comecei a fazer kits com os materiais necessários que eram depois levados às costureiras: corte em TNT, elásticos e arame. Parecendo pouco material, quando é colocado na ordem das centenas passa a ser bastante o espaço e tempo que ocupa. Dividida entre o desafio do teletrabalho e o estudo em casa em simultâneo, acabei por encontrar tempo para este projecto, quase como uma missão.

Passadas algumas semanas, e muitas noites a fazer kits, calculo que cerca de 15 mil máscaras tenham passado pelo atelier, onde também se imprimiram muitas viseiras de protecção. A capacidade da sociedade se organizar para a sua própria protecção foi notável, houve muitas costureiras a participar com o seu esforço e agora ando na rua e vejo sempre pessoas com máscaras destas que nós fizemos, e sinto, sem modéstia, algum orgulho.

Quando o mercado já oferecia soluções acessíveis para todos deixei o projecto. A missão estava cumprida.

Mas esta nova forma de viver deixa-me preocupada: como irão crescer as crianças, como será a escola, como será envelhecer, como será a cultura e a educação... Por outro lado, esta pandemia baixou os níveis do consumo, da poluição, e penso que nos deixou a todos a pensar em novos e melhores hábitos de saúde.

Não posso deixar de sublinhar a extrema importância de um Sistema Nacional de Saúde forte, ágil e acessível a todos. A luta continua! ”

#MantaSolidária

O Covid19 veio mudar o nosso mundo, a nossa forma de pensar e a nossa maneira de estar!

A Junta de Freguesia, para fazer face à falta de protecção individual e em especial de máscaras lançou a campanha #MascarasParaTodos.

Através das redes sociais fizemos a divulgação do slogan #MascarasParaTodos. A confecção de máscaras teve uma repercussão extraordinária, com a adesão de dezenas de costureiras da nossa Freguesia, Concelho de Caldas da Rainha e de alguns Concelhos limítrofes e iniciámos assim, a confecção de milhares de máscaras.

A ideia de se construir uma Manta Solidária surge da empresa Gentileza Viral Peniche, como forma de homenagem a este movimento de costureiras(os) voluntárias, que confeccionaram milhares de máscaras.

No dia Mundial da Costureira, dia 25 de Maio de 2020, a nossa Manta Solidária foi exposta na fachada da sede do edifício da Junta de Freguesia de Nossa Senhora do Pópulo, Coto e S. Gregório, em Caldas da Rainha.

Posteriormente as Mantas Solidárias elaboradas nos diversos pontos de Portugal, serão expostas na Fundação Calouste Gulbenkian, com a possibilidade de uma futura exposição itinerante por todos locais participantes.

A Manta Solidária é construída com pedaços de tecidos, oferecidos por cada costureira voluntária com quadrados de 25cm que foram costuradas entre si, pela voluntária Cristina Reboleira e unidos à lona de agradecimento.





MDCCL

#MáscarasParaTodos
25 de Maio de 2020 - Dia Mundial da Consciência



O nosso obrigado a todos os que se voluntariaram para ajudar!



A JUNTA DE FREGUESIA



EVENTOS



31 de Agosto de 2019

COMEMORAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DA SOLIDARIEDADE

O que é a solidariedade?

O Dia Internacional da Solidariedade celebra-se a 31 de Agosto, mas a verdade é que a solidariedade deve existir todos os dias... Desta forma, o Executivo da Junta de Freguesia, em conjunto com o Gabinete de Psicologia e o Gabinete dos Espaços Verdes celebrou este dia, visitando os Seniores da Santa Casa da Misericórdia e distribuindo beijinhos e brindes com frases alusivas à solidariedade. Paralelamente houve uma reflexão conjunta sobre o que é a solidariedade, onde os seniores deram as suas opiniões, que foram ensinamentos verdadeiramente enriquecedores para todos. Este foi sem dúvida um dia repleto de partilhas e afectos!



05 de Setembro de 2019

PASSEIO SOCIAL SÉNIOR 2019

Uma tradição a manter!

No dia 5 de Setembro de 2019, realizou-se o tradicional Passeio Social Sénior. 350 fregueses seniores puderam visitar as Salinas de Rio Maior, a nascente do Rio Alviela e o Santuário de Fátima.

O passeio foi do agrado geral e decorreu com calma, tranquilidade e sem qualquer incidente, contando com o habitual apoio da Cruz Vermelha Delegação das Caldas da Rainha.





19 de Setembro de 2019

SEMANA EUROPEIA DA MOBILIDADE

Missão: sensibilizar todos para a importância da adopção de comportamentos sustentáveis e amigos do ambiente!

A Junta de Freguesia em parceria com o Município de Caldas da Rainha e com a Dinâmicas Naturais desenvolveu uma iniciativa integrada na Semana Europeia da Mobilidade 2019. Assim, a Rua Heróis da Grande Guerra foi cortada ao trânsito e as crianças do 4º ano da EB do Avenal e da EB de Nossa Senhora do Pópulo, foram convidadas a usufruir do espaço para participarem activamente em diversas dinâmicas com a temática da mobilidade como base.

As crianças tiveram a oportunidade de participar em estafetas com construção de puzzles com imagens sobre a mobilidade sustentável e num jogo da memória com dicas também sobre o tema. Para além disso, puderam conduzir viaturas não poluentes em percurso com sinais de trânsito, nomeadamente bicicletas e carros a pedais. Também frequentaram o espaço de “Contadores de Histórias”, onde ouviram contos sobre a sustentabilidade.

Simultaneamente, as crianças tiveram ainda

a responsabilidade de distribuir panfletos às pessoas, numa acção de sensibilização com o objectivo de incutir valores de respeito pelo meio ambiente e sobre como podemos adoptar comportamentos mais saudáveis, sendo um bom exemplo para as gerações vindouras.



30 de Janeiro de 2020

DIA INTERNACIONAL DA NÃO VIOLÊNCIA E PAZ NAS ESCOLAS

“Vamos aprender a ser Heróis Anti – Bullying”

No dia 30 de Janeiro assinalámos o Dia Internacional da Não Violência e Paz nas Escolas, com uma sessão informativa sobre o tema, com as crianças da E.B. Lagoa Parceira.

Desta forma, sensibilizámos para os sinais de alerta da violência nas escolas, para que as crianças possam estar mais informadas e conscientes deste flagelo. As crianças foram convidadas a aprender de uma forma lúdica e dinâmica, através do jogo de tabuleiro “Vamos aprender a ser Heróis Anti-Bullying”. Foi um dia de muitas aprendizagens e as crianças mostraram-se muito dedicadas e entusiasmadas.



Não contamos com a
vossa presença.
Fique em casa!



25 de Abril

Vamos assinalar este dia importante de acordo com as exigências actuais. Irá realizar-se o hastear da Bandeira e um lançamento de pombos.

Vamos novamente lutar pela liberdade: a nossa e a dos outros, ficando neste momento em casa.

25 de Abril de 2020

COMEMORAÇÕES DO 25 DE ABRIL

***Uma celebração diferente,
mas sempre importante!***

Este ano o 25 de Abril celebrou-se de uma forma diferente, mas não quisemos deixar de assinalar este dia, numa versão online, assegurando deste modo a segurança e o bem-estar de todos.

Desta forma, a Casa das Artes - versão online, apresentou um conto original sobre o 25 de Abril para as crianças, pela voz de Ana Faro, que foi partilhado nas redes sociais. Também a Banda Comércio e Indústria e o Coral das Caldas se juntaram às comemorações, apresentando a sua música, num pequeno momento musical online, onde foi possível todos estarmos juntos, mas cada um no conforto das suas casas.

Para além disso, as Juntas de Freguesias e o Município de Caldas da Rainha, realizaram o tradicional hastear da Bandeira e um lançamento de pombos.



1 de Junho de 2020

DIA MUNDIAL DA CRIANÇA

Consideramos o dia Mundial da Criança um dia muito importante, porque nos lembra que é essencial sempre lutarmos pelos direitos e pela felicidade das nossas crianças.

No sentido de assinalar de forma simbólica este dia, o Executivo Junta de Freguesia juntou-se aos profissionais de saúde do Serviço de Pediatria do Hospital de Caldas da Rainha, para uma largada de balões coloridos e biodegradáveis.





CULTURA

Setembro e Outubro de 2019

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO

“Artes, Património, Lazer”

A Junta de Freguesia promoveu diversas actividades no âmbito das Jornadas Europeias do Património 2019 nomeadamente, duas aulas de Yoga abertas a toda a comunidade caldensa, com a professora Ina Vasques, e que foram realizadas no espaço envolvente da Biblioteca da Fanadia e na Capela de São Jacinto (Coto). Para esta iniciativa, foram convidados os utentes do Centro de Apoio Social da Freguesia São Gregório e da Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto, que aderiram imenso a este desafio.

Para além disso, organizou-se também uma exposição gratuita e aberta à população, intitulada “Olhar o nosso jardim”, na Casa dos Barcos, cuja inauguração foi no dia 28 de Setembro e que ficou patente até 4 de Outubro. Esta exposição resultou de um workshop com o mesmo nome, que foi dinamizado com famílias, que deixaram a sua imaginação fluir e criaram telas muito criativas que são verdadeiras obras de arte. O workshop foi levado a cabo pelos professores João Carvalho e Célia Bragança. A inspiração para os elementos de serigrafia presentes nas telas, teve por base um trabalho realizado pelos alunos da Escola Rafael Bordalo Pinheiro.



Boletim Informativo



28 de Setembro a 14 de Dezembro de 2019
(1ª versão)

25 de Abril a 30 de Maio de 2020
(2ª versão online)

A CASA DAS ARTES **Arte e Cultura para as** **famílias caldenses**

Foram convidados cinco artistas residentes no concelho, nomeadamente: Nuno Bettencourt, Patrícia Guimarães, José Ramalho, Ana Faro e Inês Fouto. Estes artistas são provenientes de áreas artísticas diversas como as artes plásticas, o teatro, a literatura infantil e a dança e dinamizaram actividades no Parque D. Carlos I, na Casa dos Barcos, como espaço de oficina artística. Nasceu assim a Casa das Artes!



Esta iniciativa procura fomentar o interesse da população por diversas práticas artísticas e culturais, motivando e incentivando a comunidade à participação dessas mesmas actividades, utilizando as infraestruturas já existentes e atribuindo-lhes um novo significado. Cada oficina tem um programa diferente, sendo que as famílias podem optar pelas suas áreas de maior interesse.



Este projecto iniciou-se no dia 28 de Setembro de 2019 e dinamizou-se até 14 de Dezembro de 2019, sendo que todas as oficinas artísticas se realizavam aos sábados às 15 horas.



Face à situação que vivemos perante o COVID - 19, consideramos que as artes e a cultura têm um papel fulcral no apoio e no bem-estar da população em geral, e sobretudo das nossas famílias. Assim sendo, decidiu-se realizar a 2ª edição do projecto Casa das Artes, com a devida adaptação necessária, através de uma versão partilhada online no facebook da Junta. Transformámos o conceito da Casa das Artes mas... Casa das Artes, Sempre!

2019/20

**Comemoração do
Dia Internacional dos
Direitos Humanos**



No dia 16 de Dezembro vem até à
Toca da Onça para um Serão de Poesia
Com a Associação de Estudantes da ESAD CR
Tema: Direitos Humanos | hora: 22h

Organização:



16 de Dezembro de 2020

DIA INTERNACIONAL DOS DIREITOS HUMANOS

***Um dia que importa sempre
relembrar!***

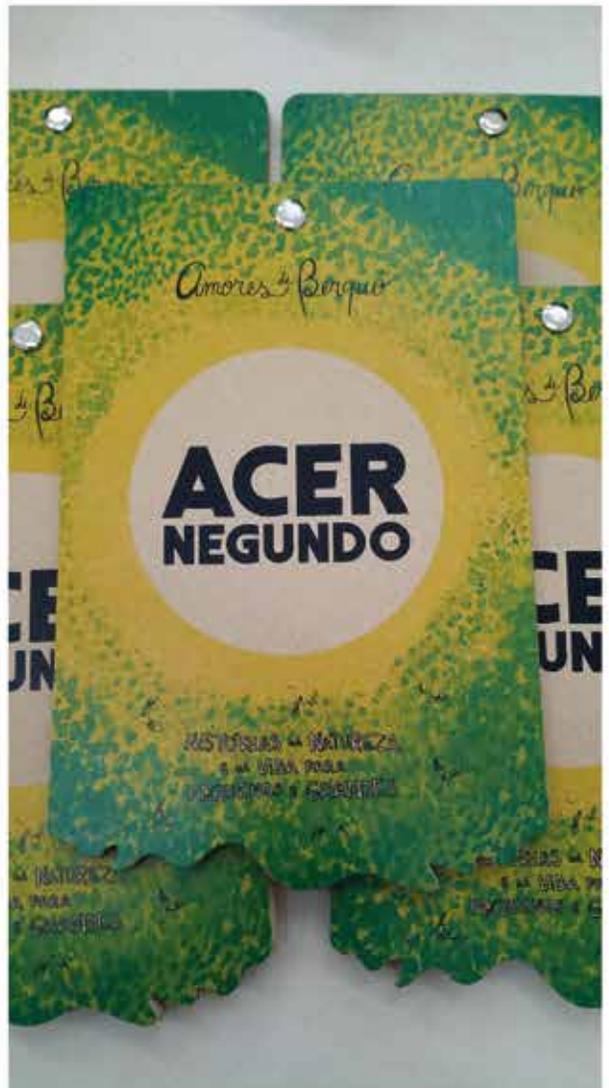
A Junta de Freguesia lançou um desafio à Associação de Estudantes da Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha (AE ESAD.CR), para dinamizar um serão de poesia como forma de comemoração do Dia Internacional dos Direitos Humanos, que se celebra a 10 de Dezembro. Assim, no dia 16 de Dezembro, a AE da ESAD.CR em conjunto com os alunos de Teatro da ESAD .CR surpreenderam e encantaram todos os que estavam presentes na Toca da Onça com o seu talento, numa excelente noite de poesia.

2 de Abril de 2020

DIA INTERNACIONAL DO LIVRO INFANTIL

O livro pode ser um amigo!

Assinalando o Dia Internacional do Livro Infantil entregámos 20 exemplares do livro Acer Negundo, uma colaboração da Junta com diversos artistas, para as crianças da Pediatria do Hospital de Caldas da Rainha. Com esta acção pretendemos que mesmo em tempos difíceis, as crianças tenham um momento de alegria e a possibilidade de terem no livro “um companheiro”, que os ajude um pouco a ultrapassar o tempo que passam no hospital.



Ano lectivo de 2019/2020

ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS NAS ESCOLAS DE 1º CICLO

Cultura e Arte na educação das nossas crianças

Consideramos importante o investimento na cultura, promovendo iguais oportunidades de acesso às artes e a momentos culturais para todas as crianças de 1º ciclo das escolas pertencentes a esta Junta. Neste sentido, realçamos algumas das visitas e actividades de índole cultural e artística desde 2015, desenvolvidas ao nível da comunidade escolar: no presente ano lectivo possibilitámos a ida das crianças ao Teatro da Rainha, para assistirem ao espectáculo “Planeta Vinil”, com a temática da protecção do meio ambiente e visitaram também o Centro Educativo Ecológico de Paul de Tornada, onde descobriram mais sobre a fauna e a flora local. As crianças tiveram a oportunidade de aprender a confeccionar lanches saudáveis com a Biogleba. Algumas turmas visitaram a sede da associação OSSO e participaram em Workshops criativos e lúdicos.

No contexto da sala de aula, as crianças receberam a visita da equipa Alves Bandeira e tiveram a possibilidade de ouvir o projecto Responsabilidade Social, que aborda temas como a origem do Petróleo, a reciclagem e a segurança rodoviária.

Desenvolvemos também uma actividade intergeracional, onde as crianças aprenderam a brincar com os jogos tradicionais de antigamente, através dos sábios ensinamentos dos alunos da Universidade sénior. As crianças receberam ainda a visita da Rede Leonardo, que sensibilizou todos para a adopção consciente de animais e para os cuidados que devemos ter para assegurar o seu bem-estar.

Para além disso, os alunos visitaram a nossa sede, onde aprenderam mais sobre o seu funcionamento, bem como apresentaram as suas ideias para tornar a nossa freguesia mais ecológica e sustentável, num debate muito interessante e rico em partilhas, com o Executivo.

Mantemos o interesse e compromisso de prosseguirmos com estas iniciativas, por considerarmos que contribuem efectivamente para uma educação mais focada na cultura e nas artes e porque os agrupamentos escolares manifestam bastante agrado com as actividades desenvolvidas com parceiros locais.





22 de Abril de 2020

DIA INTERNACIONAL DOS MONUMENTOS E SÍTIOS

Viajámos e descobrimos mais sobre o património caldense, sem sair do sofá!

Dinamizámos um momento de partilha cultural sobre a Cidade de Caldas da Rainha, integrado no Dia Internacional dos Monumentos e Sítios 2020, que se celebra a 18 de Abril. Assim, pedimos a três ilustres convidados locais - Carlos Cravide, Margarida Varela e Sérgio Pereira, que partilhassem connosco os seus conhecimentos sobre o património da Cidade de Caldas da Rainha. Posteriormente, divulgámos nas redes sociais os seus testemunhos, num momento de enriquecimento cultural para toda a comunidade caldense.

Aceder aos vídeos no site da Junta de Freguesia.





Ano lectivo de 2019/2020

CONTINUIDADE DO PROJECTO “RELAXAMENTO E MINDFULNESS: RESPIRAR PARA ACALMAR”

***“Relaxar é bom, senti-me
nas nuvens!”***

O Gabinete de Psicologia da Junta encontra-se a desenvolver um projecto de intervenção nas escolas do 1º ciclo, desde 2015, por considerarmos essencial investir na educação das nossas crianças. Urge a necessidade de ser promovida uma educação emocional mais regular e eficaz, de forma a que escolhas e atitudes das crianças de hoje, possam potenciar o seu desenvolvimento normativo no momento presente e promover uma melhor qualidade de vida nos adultos de amanhã. Desta forma, o *mindfulness* e o relaxamento surgem como estratégias válidas para desenvolver



novas competências nas crianças. Assim, e uma vez que a comunidade escolar de Caldas da Rainha manifestou o seu interesse na continuação do projecto “*Mindfulness* e Relaxamento: respirar para acalmar”, este foi também desenvolvido no ano lectivo 2019/2020. Os professores que participaram no projecto responderam a um questionário onde relataram notar melhorias nas crianças, sobretudo ao nível da gestão emocional, realçando os benefícios dos exercícios de relaxamento e *mindfulness* aplicados nas aulas.

O principal objectivo deste projecto foi promover um espaço de aprendizagens no contexto de sala de aula, onde as crianças foram convidadas a experimentar dinâmicas, jogos e exercícios de relaxamento, respirações e *mindfulness*. Assim, pretendemos potenciar novas estratégias de resolução de problemas, promovendo a auto-regulação emocional nas crianças. Por outro lado, várias dinâmicas abordavam questões importantes como a empatia e a comunicação na relação com os outros.

No início do projecto as crianças receberam um foguetão, que decoraram ao seu gosto de forma a puderem embarcar nesta aventura do relaxamento e a cada “viagem exploravam um planeta novo, diferente e muito tranquilizante”. Em todas as sessões existia um desafio, que colocavam no seu foguetão de aprendizagens, onde também escolhiam sempre um carimbo da “viagem”.

É essencial destacar e agradecer o envolvimento dos professores e das crianças, porque o sucesso do projecto dependeu, sem dúvida, também da aceitação e empenho de todos. E foi extremamente gratificante ver a dedicação em constante evolução das crianças, que viveram esta aventura com entusiasmo. Estas descreveram como se sentiram nas sessões: “Foi muito bom, adorei a

respiração do sapinho”, “fiquei mais calma e mais feliz”, “Adorei tudo, foi fantástico!”, “Agora sei relaxar melhor”...

Infelizmente, devido à situação que vivemos face à pandemia, o projecto não foi possível ser aplicado até ao final do ano lectivo, mas da nossa análise, consideramos essencial retomar os vários projectos nas escolas, logo que as normas de segurança assim o permitam. A Junta de Freguesia mantém o interesse em organizar actividades e projectos no âmbito da educação, porque acreditamos verdadeiramente que deste modo iremos contribuir para uma formação mais completa para as nossas crianças, valorizando a educação emocional e considerando-a prioritária.



Ano lectivo de 2019/2020

SESSÕES INFORMATIVAS “RELAÇÕES INTERPESSOAIS: EU E OS OUTROS”

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia foi convidado pelo Agrupamento D. João II, para dinamizar sessões informativas para as turmas do 5º anos, com o tema “Relações interpessoais: Eu e os outros”, integradas no projecto da Promoção da Educação para a Saúde/ PES.

Estes momentos são uma mais-valia, porque possibilitam um espaço de diálogo e de reflexão com os jovens, permitindo o esclarecimento de dúvidas e partilhas sobre questões fulcrais para o seu desenvolvimento saudável e normativo.

Assim sendo, e porque acreditamos na importância destes projectos, em nome do Gabinete de Psicologia, agradecemos muito o convite e a oportunidade.

“Informar para prevenir”



6 de Julho de 2019

MESA REDONDA SOBRE INCLUSÃO

A partilha de boas práticas, no sentido de podermos sempre fazer um trabalho em rede, melhor e mais eficaz.

A Junta de Freguesia esteve representada pela psicóloga Sara Oliveira, numa Mesa Redonda onde foi debatido o tema da Inclusão. Neste evento foi apresentado o projecto de inclusão com a comunidade “O Cavalo e eu...” e uma exposição com o mesmo tema. Existe uma maior consciencialização para estas temáticas e consideramos essencial participar nestes momentos de partilha de boas práticas e reflexão sobre a inclusão.



Todo o Ano

CALDAS ACOLHE (TE)
1º protocolo celebrado,
onde os participantes
relatam que viveram
uma experiência muito
gratificante

É com uma enorme satisfação que comunicamos que foi celebrado o primeiro protocolo no âmbito do projecto Caldas Acolhe (Te), entre um sénior e uma estudante da Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha e que a experiência foi descrita por ambos como extremamente positiva e gratificante, tendo sido inclusive possível serem criados laços afectivos entre sénior e estudante.

O projecto Caldas Acolhe (Te) é um programa intergeracional onde o sénior disponibiliza um quarto ao estudante, dentro da sua residência e por outro lado o estudante oferece a sua companhia. O principal objectivo da criação do Caldas Acolhe (Te) é contribuir para a qualidade de vida dos seniores, atenuando sentimentos de tristeza e solidão, e em simultâneo, permitir aos estudantes da Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha, condições habitacionais ao longo do seu percurso académico. Irão ser abertas novas inscrições para o Caldas Acolhe (Te) para o próximo ano lectivo.



20 de Novembro de 2019

DIA INTERNACIONAL DOS DIREITOS DAS CRIANÇAS

É importante parar para observar o que as crianças nos querem transmitir

No dia 20 de Novembro celebra-se o Dia Internacional dos Direitos das crianças, de forma a lembrar todos da importância de assegurarmos que estes direitos são cumpridos. Desta forma, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia desafiou os alunos da EB de São Gregório a reflectirem e a ilustrarem os seus direitos através de desenhos. Posteriormente, foi realizada uma exposição na nossa sede com os trabalhos das crianças, durante os meses de Novembro e Dezembro. Toda a comunidade foi convidada a observar e pensar no que as crianças quiseram nos lembrar. Queremos deixar um agradecimento especial à Escola Básica de São Gregório e aos alunos que se dedicaram e fizeram trabalhos fantásticos onde representaram nos seus desenhos o que é realmente mais importante: família, casa, saúde, amizade, condições financeiras asseguradas, educação, nacionalidade, brincar, entre tantos outros direitos que não devem ser esquecidos.



Março a Junho de 2020

CICLO DE PALESTRAS

Formação para toda a comunidade caldense

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia dinamizou um ciclo de palestras de forma a potenciar um espaço de partilha de conhecimentos, aberto a toda a comunidade caldense, com principal destaque para as famílias e a comunidade escolar. Foram seleccionados diversos temas para estas palestras, consoante o levantamento de necessidades relatado pelos agrupamentos escolares e por várias sugestões dadas por participantes de palestras anteriores organizadas pelo Gabinete.

Desta forma, a primeira palestra realizada intitulava-se “*Mindfulness e Educação Consciente*” e decorreu no 5 de Março, no espaço do Centro de Recursos Comunitário da Santa Casa da Misericórdia. A oradora convidada foi a Dra. Andreia Mendes, que encantou o público com os seus vastos conhecimentos do tema, com o seu dinamismo e com a sua simpatia, dando estratégias práticas para serem aplicadas no dia-a-dia das famílias ou no contexto escolar. A palestra contou com a presença de mais de 70 pessoas, que se mostraram muito interessadas e cuja avaliação da pertinência da palestra foi muito positiva.

Seguidamente, realizámos a palestra “As quatro DIS (Dislexia, Disgrafia, Disortografia e Discalculia): compreender para intervir, que foi dinamizada numa plataforma online, por considerarmos que era importante manter a programação das actividades e possibilitar à comunidade caldense o acesso a formação, mas com toda a segurança face à situação actual que vivemos com a pandemia. Muitos foram os participantes que aderiram a esta palestra online, mostrando que o tema era muito do seu interesse, sobretudo ao nível dos professores e educadores. Desta forma, a



palestra realizou-se no dia 21 de Maio e teve como convidada a Dra. Diana Coelho, que apresentou brilhantemente esta temática, com entusiasmo e clareza, superando a distância imposta pelas tecnologias.

Uma vez que a adesão foi tanta que excedeu o limite de inscrições e nem todas as pessoas tiveram a possibilidade de assistir, organizámos uma nova palestra online com a mesma temática e a mesma oradora, no dia 8 de Junho, pelas 18 horas e mais uma vez ultrapassámos o número de inscrições.

O ciclo de conferências está programado para continuar, neste momento algumas datas foram alteradas a pedido dos oradores, perante a situação de COVID-19, e as palestras serão desenvolvidas no próximo mês de Setembro, de forma a pudermos assegurar que são realizadas atendendo a todas as regras que garantem a segurança e o bem-estar de todos.

Consideramos que estes momentos de formação são verdadeiramente uma mais-valia, por dotarem a comunidade caldense de novas ferramentas e conhecimentos importantes.



COMUNIDADES
PRÓ ENVELHECIMENTO
www.comunidadesproenvelhecimento.pt

Ano 2020

SELO COMUNIDADE PRÓ-ENVELHECIMENTO

Candidatura do Município em parceria com a Junta de Freguesia

A Ordem dos Psicólogos Portugueses lançou a campanha “Comunidades Pró-Envelhecimento”, cujo objectivo é “reconhecer e distinguir as comunidades portuguesas, cujas políticas, programas, planos estratégicos e práticas demonstram um compromisso forte e efectivo com a promoção do envelhecimento saudável e bem-sucedido ao longo de todo o ciclo de vida”. Desta forma, o Município e a nossa Junta, convictos do trabalho desenvolvido em prol do bem-estar dos seniores da região, decidiram desenvolver uma candidatura conjunta ao selo Comunidade Pró-Envelhecimento. Neste sentido, pretendemos também identificar quais as áreas que podem ser efectivamente melhoradas, numa perspectiva de constante evolução.





JUNTA DE FREGUESIA

UNIÃO DA EQUIPA!

O apoio e a animação da equipa e momentos de convívio da União das Freguesias.





09 de Agosto de 2019

JANTAR DE HOMENAGEM DE MADALENA LIMA

Uma vida dedicada à sua Freguesia Nossa Senhora do Pópulo, a que nos últimos anos da sua carreira se juntaram o Coto e São Gregório.

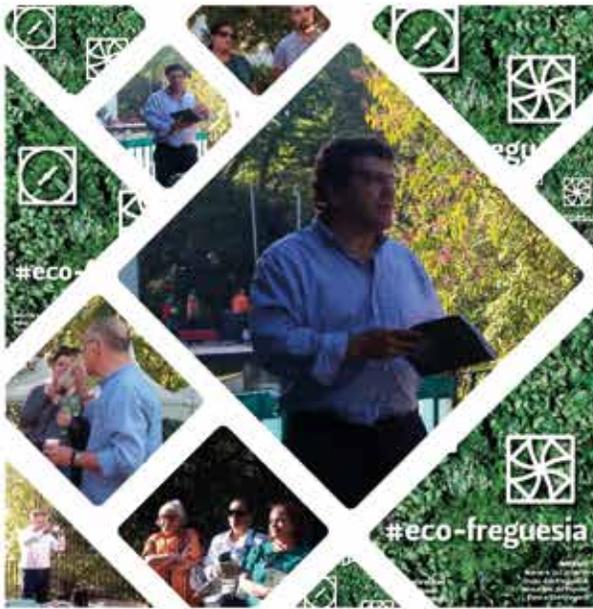
Não foram muitos os Presidentes, mas pelos Executivos e Assembleias de Freguesia muitos passaram, e permitam-me que diga que cada um de nós, sem exceção teve na Madalena uma amiga, uma excelente profissional que desempenhou a sua função com Excelência.

Fez do seu conhecimento o conhecimento dos outros e foi sempre parte da solução e não do problema.



Queremos deixar aqui o reconhecimento e agradecimento por tudo o que fez

Obrigado!



25 de Agosto de 2019

O LANÇAMENTO DO BOLETIM DA JUNTA DE FREGUESIA

O lançamento do Boletim da Junta de Freguesia, edição nº 12., decorreu no dia 25 de Agosto no Parque D. Carlos I.

Segundo o presidente da junta de freguesia Vítor Marques, “O Ambiente, é tema central deste boletim, sobre o qual temos norteado o nosso trabalho ao longo do ano. Candidatámo-nos e recebemos o Galardão de ECO-FREGUESIA XX 2019.

Ao longo do ano promovemos reuniões com a Quercus e comprometemo-nos a deixar de usar glifosato. Desenvolvemos, também, diversas acções de sensibilização nas escolas do primeiro ciclo, plantamos árvores e arbustos no Parque, Mata e em outros espaços da freguesia e colocamos ninhos para chapins. Fazemos a gestão dos nossos espaços verdes, de forma sustentável e autónoma, visando assegurar os percursos pedestres e promover passeios ao ar livre.

Ano 2019/2020

PROGRAMA “abem”

A Junta de Freguesia assinou a 17 de Dezembro de 2018 um protocolo com a Dignidade, uma associação de carácter social preocupada com a dignidade dos cidadãos, em particular daqueles que, estando doentes, não têm dinheiro para comprar os medicamentos de que precisam.

Esse protocolo de cooperação, permitiu o acesso a medicamentos a famílias carenciadas através do programa abem – Rede Solidária do Medicamento. O rendimento familiar per capita inferior a 50 % do Indexante de Apoios Sociais, foi o requisito para a selecção dos inscritos no programa abem. A cada beneficiário foi entregue um cartão para ser usado nas farmácias aderentes ao programa abem.

Ao longo destes dois anos esta ajuda tem vindo a fazer a diferença na vida de várias famílias. Em 2019 a Junta de Freguesia apoiou 20 famílias (num total de 26 pessoas) e em 2020 aumentou o apoio para 31 famílias (num total de 40 pessoas) no programa. Deste modo permitiu que as famílias tenham acesso nas farmácias, aos medicamentos comparticipados que lhes são prescritos.

Com o objectivo de minimizar os impactos socioeconómicos causados pela pandemia COVID-19, a Junta de Freguesia aderiu ao cartão Emergência Abem: COVID-19, reforçando assim o apoio ao acesso a medicamentos gratuitos por 3 meses.



Fevereiro de 2020

FRASES VENCEDORAS DO CONCURSO “LIMPA A TUA FREGUESIA, COM ALEGRIA”

A Junta de Freguesia restaurou diversos abrigos, com materiais reciclados solicitados ao Município de Caldas da Rainha, que acedeu ao pedido.

Estes abrigos foram colocados em São Gregório na Rua de St.º António, na Fanadia na Rua Principal, no Coto na Rua da Bela Vista, na Rua da Escola (junto à ARECO) e nos Casais da Ponte.

Para além disso, a nossa Junta promoveu em colaboração com o Município, as frases vencedoras do concurso “Limpa a tua Freguesia, com alegria”, em diversos abrigos da nossa freguesia. Este concurso foi dinamizado no passado ano lectivo de 2018/2019 e lançou um desafio às crianças do 1º ciclo, que deveriam, em conjunto com as suas famílias, criar uma frase que sensibilizasse para a sustentabilidade e a protecção do bem ambiente.

Os prémios foram um voucher para um cruzeiro no Lago dos Cisnes, no Parque D. Carlos I, também a oportunidade de ver as suas frases expostas nos nossos abrigos.

As frases vencedoras foram:

- “ Sem lixo a natureza ri, a limpeza é a alegria da natureza.” - Maria, família Albano NSPIA
- “ Do acordar ao deitar, vamos todos reciclar, para o planeta poder respirar.” - Dragos, família Dobre, ES1
- “Quem trata bem o ambiente dá um sorriso a toda a gente (e é muito inteligente).” - Matias, família Félix Silva, ES2
- “O Planeta está doente, recicla e assim o verás contente.” - João, família Sousa - SG- 1-4
- “A água vamos poupar para o meio ambiente melhorar.” - Carolina, família Soeima Nunes - ES3

- “ Se o oxigénio com qualidade queres respirar, para poderes alegremente brincar, da limpeza não te podes esquecer e do meio ambiente tens que bem tratar.” - Madalena, família Filipe, NSPIB

Com esta iniciativa a Junta pretende alertar e sensibilizar toda a comunidade para os cuidados a ter na protecção do meio ambiente.



2019/20



24 de Março de 2020

A UNIÃO FAZ A FORÇA!

#AUniãoFazAForça

“Vivemos tempos difíceis e por isso é essencial unirmos esforços, temos de lembrar-nos do mais importante: os afetos, a cooperação, a partilha e a união.

Não nos podemos abraçar, mas estamos cada vez mais próximos.

O nosso dia-a-dia mudou, mas temos mais tempo, para a família e para nós próprios.

Podemos repensar prioridades.

Surge então, o melhor da humanidade: a solidariedade!

E estamos todos juntos, estamos todos no mesmo barco!

Proteja-se a si e aos outros, seja responsável.

A União faz a força!”

Junho de 2020

BALCÃO VIRTUAL

A Secretaria Online é uma área inovadora de atendimento aos nossos fregueses, que disponibilizamos, no nosso Balcão Virtual, diversos serviços da Junta de Freguesia, tais como os pedidos de Atestados de Residência e Licenciamentos de Canídeos.

Para ter acesso a estes serviços, é necessário estar registado no nosso site, devendo efectuar o seu login no nosso site.

<http://balcaovirtual.freguesiacaldasdarainha.pt/>



Todo o Ano

MURAIIS DA NOSSA JUNTA DE FREGUESIA





ECO-FREGUESIA

27 de Janeiro de 2020

SEMINÁRIO ECO-ESCOLAS 2020

Pelo 3.º ano consecutivo a equipa da Junta de Freguesia, fez-se representar com a secretária do executivo Maria João Reis, com a arquitecta paisagista Filipa Oliveira e com a psicóloga Sara Oliveira, no seminário Eco-Escolas 2020 que decorreu na Escola Superior de Tecnologia da Saúde, em Lisboa.

Consideramos que é de extrema importância estarmos presentes nestes eventos, onde existe a partilha de boas práticas e de conhecimentos, muito válidos para podermos aplicar e desenvolver na nossa comunidade, em prol do bem-estar dos nossos fregueses. Desta forma, asseguramos que tentamos fazer a nossa parte a nível da sustentabilidade do nosso planeta.



18 de Fevereiro de 2020

SESSÃO DE ESCLARECIMENTOS ECO-FREGUESIAS XXI

A convite da ABAE – A Associação Bandeira Azul da Europa, a secretária do executivo, Dra. Maria João Reis, representou a Junta de Freguesia, partilhando as boas práticas desenvolvidas pela freguesia, ao nível da sustentabilidade e do ambiente. A sessão de esclarecimento foi realizada no dia 18 de Fevereiro, em Santo Tirso e contou com a presença de várias freguesias a nível nacional.

Boletim Informativo

Maio a Julho de 2020

ECO-FAMÍLIAS XXI Concurso

Pelo segundo ano consecutivo a Junta de Freguesia aderiu ao concurso ECO-FAMÍLIAS XXI.

Este concurso tem como objetivos:

- informar sobre comportamentos e práticas sustentáveis;
- evidenciar a relação entre sustentabilidade ambiental e económica;
- sensibilizar para a responsabilidade individual e coletiva na construção de uma comunidade mais sustentável;
- premiar as famílias mais sustentáveis e promover as suas boas práticas.

Para além do concurso, foi realizada uma formação online com o tema “Práticas mais Sustentáveis” do Eco - Famílias XXI, que teve lugar no dia 16 de Junho pelas 18 hrs, via online, acessível via online no site oficial da ABAE. Nesta sessão pretendeu-se dar a conhecer hábitos e práticas que possam ser usadas no dia-a-dia, de forma a reduzir o impacto, quer no ambiente, quer no orçamento familiar.



27 de Maio de 2020

FORMAÇÃO ONLINE “ECO-FUNCIIONÁRIOS | PRÁTICAS MAIS SUSTENTÁVEIS”

Decorreu no dia 27 de Maio, a Formação Online “Eco-Funcionários - Práticas Mais Sustentáveis” que contou com mais de 80 participantes de freguesias de todo o país. Esta sessão foi realizada a pedido da nossa junta e foi alargada a todos os funcionários e executivos das freguesias candidatas a Eco-Freguesias XXI 2020-2021.

A sessão teve como objectivo principal (in) formar e sensibilizar os participantes para práticas mais sustentáveis em diversos domínios da sua actividade profissional e pessoal.

Enquadrada no Projeto Eco-Freguesias XXI, esta sessão abordou a temática ambiente e sustentabilidade em geral, focando-se em particular na problemática da degradação dos recursos: água e resíduos e no aquecimento global: energia e mobilidade. Contou ainda com um enquadramento e breve explicação sobre a importância, objetivos e como participar no Eco-Funcionários, questionário dirigido ao executivo e funcionários da Junta e parte integrante da candidatura ao Eco-Freguesias XXI.





DESPORTO

28 de Setembro de 2019

GRANDE REGATA NO LAGO DO PARQUE D. CARLOS I

A Gazeta das Caldas em parceria com o Museu do Hospital e das Caldas e com a nossa Junta de Freguesia voltou a organizar a Grande Regata no Lago do Parque D. Carlos I, dia 21 de Setembro às 16H00 com a grande final às 21H00.

Foram realizadas várias actividades desportivas durante todo o dia. Em torno do lago estiveram várias barraquinhas com exposição e venda de artesanato local.

Grande Regata no Lago do Parque D. Carlos I

28
Setembro
2019

A partir das
10h00

Com várias actividades desportivas
durante todo o dia

- 10h00 / 10h00
Futebol (parque do Hospital)
- 11h00 / 11h00
Xadrez, Damas e Cartas (parque do Hospital)
- 12h00 / 12h00
Jogos tradicionais, Pula, Petanca (parque do Hospital)
- 14h00 / 14h00
Corridores (parque do Hospital)
- 16h00 / 16h00
Regata (Lago do Parque do Hospital)

GRANDE REGATA
a partir das
16h00
grande final 21h00

Venha divertir-se connosco!

Gazeta das Caldas





07 de Dezembro de 2019

CORRIDA P'LA VIDA

Em Dezembro de 2010 demos início a um evento designado por “CORRIDA P'LA VIDA” integrada num projecto de sensibilidade social, desportiva e turístico da cidade das Caldas da Rainha.

As instituições que temos ajudado desde 2010 são:

1. 2010 - Associação Portuguesa contra a Leucemia
 2. 2011 - Acreditar- Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro
 3. 2012 - Ajuda de Berço
 4. 2013 - Associação Humanitária Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha
 5. 2014 - Centro de Educação Especial Rainha D. Leonor
 6. 2015 - Associação Olha-te
 7. 2016- O Centro Humanitário Litoral Oeste Norte Cruz Vermelha - Caldas da Rainha
 8. 2017 - O Agrupamento de Escuteiros de Caldas da Rainha
 9. 2018 - Liga Portuguesa Contra o Cancro
- No ano de 2019 a União das Freguesias de Caldas da Rainha - N.ª Sr.ª do Pópulo, Coto e São Gregório apoiou a nobre causa da Liga dos Amigos do Centro Hospitalar de Caldas da Rainha - “Pediatria”.

A Corrida P'la Vida tem um percurso de aproximadamente 10 Km em circuito com duas voltas a percorrer a zona Histórica e Comercial da Cidade, uma Corrida de mais ou menos 1,7km para os Jovens e uma Caminhada de mais ou menos 6,5km. Os padrinhos da corrida de 2019 foram os atletas Sara Carvalho e Guilherme Lourenço.



19 de Fevereiro de 2020

ENTREGA DO DONATIVO

No dia 19 de Fevereiro de 2020, o presidente da União das Freguesias de Caldas da Rainha – N.ª Sr.ª do Pópulo, Coto e São Gregório Vítor Marques, procedeu à entrega do donativo apurado na realização “X CORRIDA P’LA VIDA” no valor de 2.500€, à Liga de Amigos do Centro Hospitalar de Caldas da Rainha, na Urgência da Pediatria do Hospital de Caldas da Rainha.

O Balance Health Club & SPA – Caldas da Rainha, associou-se a esta iniciativa, ao oferecer os seus dois prémios obtidos na prova – a equipa mais representativa e o prémio feminino – no valor de 200€.





PARQUE / MATA

18 de Agosto de 2019

PRODUTOS DA MATA

A Junta de Freguesia em conjunto com o Centro de Educação Especial Rainha Dona Leonor e com a colaboração da Cooagrical, criou os “Produtos da Mata”, em função do aproveitamento dos resíduos das manutenções da Mata Rainha Dona Leonor e Parque D. Carlos I, através da criação de substrato orgânico, provenientes da compostagem e de lenha resultante de podas e abates.

Estes produtos são devidamente ensacados e vendidos, a um preço simbólico de modo a que o CEERDL possa criar novos projectos.



12 de Setembro de 2019

A RAINHA – “DEFENSORA DAS MULHERES”

Homenagem a todas as “mulheres guerreiras” das Caldas da Rainha

A instalação artística, uma obra de Land Arte, de nome A Rainha – “Defensora das Mulheres” é uma criação da equipa de Rita Teresa Silva, Sonja Wendl e Uli Wendl, que representa a Rainha Dona Leonor, a patrona da nossa cidade, foi feita em vime e folhas de palmeira e que esteve no Parque D. Carlos I, junto a Casa dos Barcos.

Outubro de 2019 e Ano 2020

ECONOMIA CIRCULAR – TOCA A APROVEITAR!

A Junta de Freguesia é responsável pela gestão e manutenção da Mata Rainha Dona Leonor e do Parque D. Carlos I, manutenção essa que se traduz num conjunto de resíduos florestais importantes de reintroduzir no sistema, economizando custos e gerando um movimento circular.

Assim, no início do ano 2019, com a parceria da Partnia, fez-se a candidatura ao Fundo Ambiental da República Portuguesa, onde fomos seleccionados de entre as 44 elegíveis das cerca de 100 freguesias candidatas, com o projecto “Economia circular, toca a aproveitar”.

Com a criação de um *fablab* de carpintaria no nosso armazém, reunimos as condições ideais que permitem a reconversão de algum do material resultante da manutenção dos espaços verdes, tal como de árvores abatidas, que foram sinalizadas devido ao seu estado vegetativo e risco de queda. A sua transformação permite a criação de projectos de mobiliário e jogos urbanos, jogos infantis de desenvolvimento de motricidade humana, peças decorativas e artísticas.

Esta plataforma permitiu que o material recolhido fosse utilizado por designers, criativos e artesãos que desenvolvem trabalhos nas escolas da cidade, nomeadamente o CENFIM, o CENCAL, Escola Secundária Rafael Bordalo Pinheiro e a Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha (ESAD.CR), entre outros.

Após a *open call*, realizada nos meses de Dezembro 2019 e Janeiro 2020 foram seleccionados os projectos a realizar e até ao final do ano 2020, serão realizados e reintroduzidos novamente na Mata, fechando o círculo, neste movimento para a sustentabilidade e de aproveitamentos dos resíduos



ECONOMIA CIRCULAR
Toca a Aproveitar

Programa JUNTAr + 2019
gestao.fundoambientalcr@gmail.com



2019/20

9 de Novembro de 2019

ÁRVORE DE NATAL DO PARQUE

No Natal de 2019 o Parque D. Carlos I teve a sua Árvore de Natal especial, um projecto de colaboração entre artistas de Land Arte e a Retrosaria Coolchetes, com o nosso apoio.

Rita Silva, Sónia e Uli Wendl construíram uma árvore de 3 metros, quase só de troncos e galhos provenientes da poda das árvores do parque, num total de 60 horas de trabalho.

A ornamentação da mesma ficou a cargo da Coolchetes Retrosaria workshops, que contou com a entreaduda de várias tricotateiras, que fizeram centenas de bolas para decorar a Árvore de Natal. Para finalizar foi através da iluminação natalícia que esta árvore de Natal revelou todo o seu potencial, o trabalho em equipa permitiu espalhar o espírito natalício e o sentido de união e partilha.



16 de Outubro de 2019 e 25 de Março de 2020

INTERVENÇÕES DE ARBORICULTURA E PLANTAÇÕES

Anualmente a Junta de Freguesia procura garantir uma boa gestão e segurança para os utilizadores dos espaços verdes tais como o Parque D. Carlos I e a Mata Rainha Dona Leonor, parte das intervenções são realizadas por técnicos de arboricultura, através da empresa Árvores & Pessoas, Lda., que para além de ter um conhecimento de vários anos destes espaços, são extremamente profissionais e respeitadores dos seres vivos que estão a tratar. Pode parecer injusto e até prematuro algumas intervenções, contudo a sinalização das árvores prende-se com o seu estado vegetativo, localização e o seu grau de risco de queda, através de diagnósticos e análises técnicas, que por norma são confirmadas após corte.

Não nos faz sentido cortar exemplares de destaque, de dimensões grandes a muito grandes, de características únicas, de espécies exóticas se já estão estabilizadas e não apresentam um comportamento infestante, se estes exemplares não apresentarem risco significativo para a própria espécie, para os exemplares na sua envolvente e para bens e pessoas. Contudo, em último recurso perante um risco real, não visível para todos, temos de agir, caso contrário, podemos ter consequências fatais. O nosso dever é monitorizá-lo e minimizá-lo.

Para que as gerações futuras possam continuar a ter um Parque e uma Mata, hoje temos de intervir pontualmente, e fazemo-lo da melhor forma que sabemos, em função da qualidade dos espaços e promovemos a plantação de novos exemplares. O factor tempo das árvores é muito superior ao tempo do indivíduo humano e assim, estamos a trabalhar para que a identidade do passado permaneça, que possamos usufruir o presente e promover o futuro destes espaços.

As acções de plantação que foram executadas este ano 2020, realizaram-se em duas intensidades distintas e a sua realização foi levada a cabo pelas equipas do CEERDL, que colabora com a Junta de Freguesia na manutenção e gestão de espaços verdes.

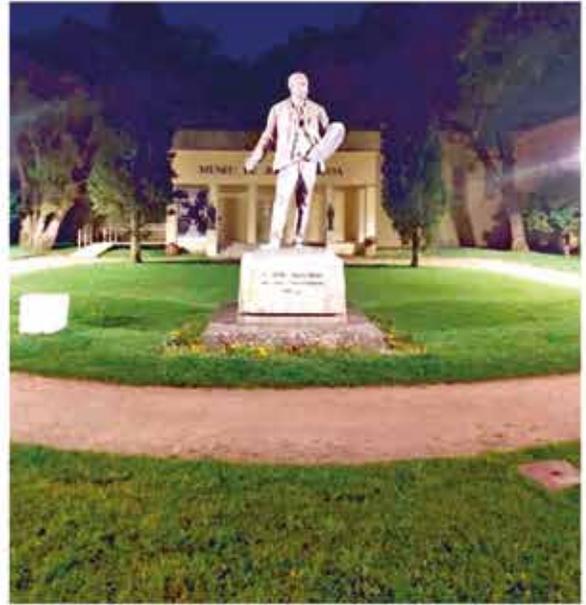
Realizou-se a plantação de cerca de 250 jovens plantas, oferecidas pelos Viveiros do Furadouro, ainda havendo um grande número de jovens plantas para plantar, que estão em fase de engorda. Há semelhança dos anos anteriores, tínhamos programado juntamente com turmas do 1º ciclo das escolas da nossa freguesia, a plantação de 50 árvores já com alguma dimensão, o que não foi possível devido à pandemia mas que acabaram por ser plantadas, de forma a preencher os vazios e tentar recuperar algum do carácter de mata/bosque, que sob entende ser um espaço mais fechado e mais protegido. Assim plantámos espécies como *Acer negundo*, *Acer pseudoplatanus*, *Cupressus lusitanica*, *Quercus faginea*, *Quercus robur*, *Fraxinus angustifolia*, entre outras, de modo a diversificar e valorizar a nossa mata.



Janeiro e Fevereiro de 2020

LIMPEZA DO LAGO

Durante os meses de Janeiro e Fevereiro, realizámos a limpeza e reparação do fundo e paredes do lago, que por norma acontece de dois em dois anos. Existiu, como sempre, a preocupação de dar as condições necessárias especiais para a fauna do parque, a pequena população de peixes que existia na altura foi acondicionada em local próprio e aquando do enchimento do lago foram repostos. Criámos também uma nova dinâmica no lago com a introdução de um sistema repuxo na margem da ilha



14 de Maio de 2020

ILUMINAÇÃO CÉNICA DO PARQUE

Na luz do dia existem vários “quadros” repletos de cor, formas e movimentos que conseguimos ver, proporcionando imagens inesquecíveis e que captam momentos únicos. E de noite, com a iluminação funcional, bastante pontual, permite que o parque mantenha o ser encanto e não esteja massivamente iluminado como um campo de jogos, mas não nos permite ver estes “quadros”.

É através da iluminação cénica, estudada pelo Arq. Alexandre Neto da Visual-Stimuli Lighting Design, que conseguimos recriar mais “quadros” cheios de cor, volumes e movimentos, multiplicando as imagens, uma excelente oportunidade de descobrir mais do Parque. O projecto começou pela zona do Museu Malhoa e a estátua do pintor.

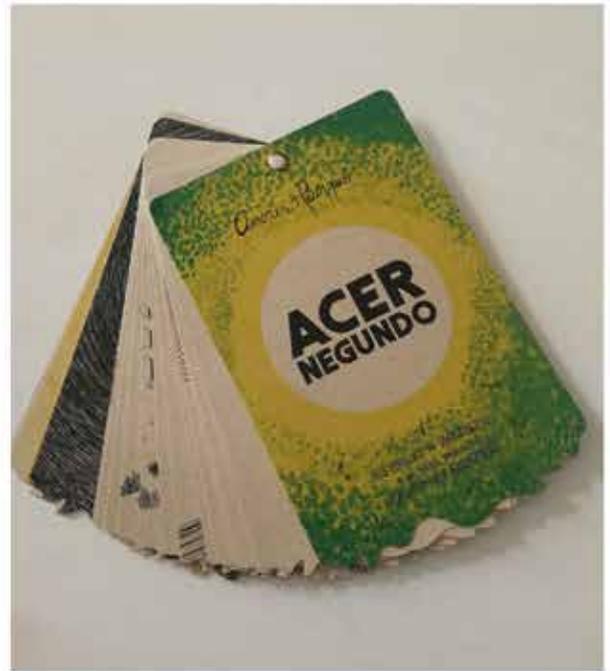
“Segue-se agora a iluminação das árvores na envolvente, naquilo a que o arquitecto chamou um quadro vivo” pretendendo iluminar as peças artísticas e a própria natureza do Parque, durante a noite, o desenvolvimento deste projecto será a longo prazo e realizado por fases.

Maio de 2020

ACER NEGUNDO AMORES DE BERQUÓ

Todas as árvores do Parque D. Carlos I são importantes, mas existem algumas que permitem ir um pouco mais além e entram no campo da fantasia e das histórias. Assim aconteceu com o nosso Acer negundo, um dos exemplares mais antigos do parque e que desafiou e afirmou-se perante um prenúncio que lhe foi traçado, “O que podia ser a história da morte anunciada de uma árvore antiga e cansada, mas esplendorosa, é só o início de um movimento, de um manifesto e da expressão da arte na defesa consciente da natureza”. Esta está sinalizada e devidamente vedada, devido ao facto de ter quebrado na vertical o seu tronco em três partes, que deu azo há criação da história dos Amores de Berquó, inicialmente, as Amantes de Berquó. Com este ponto de partida, desenvolveu-se uma partilha entusiasta de ideias entre Fernando Contreras, Joana Rodrigues, Inês Milagres, e com a colaboração da Junta de Freguesia e Gracal, foi possível a criação de um livro de Histórias de natureza e vida para pequenos e grandes, intitulado “Acer Negundo – Amores de Berquó”.

Apesar de terem sido distribuídos vinte livros às crianças da Pediatria do CHO na comemorar o Dia Internacional do Livro Infantil, este livro ainda não teve a oportunidade de ser apresentado publicamente, será certamente inserido num momento de partilha e exploração do Parque, isto porque o livro transforma-se de várias formas, uma delas como Caderno de Campo.





01 de Agosto de 2020

A FAUNA DO PARQUE ***Rica em biodiversidade, cor e forma, assim se destaca a fauna do Parque D. Carlos I***

A Família do Parque D. Carlos I, na sua maioria habita na ilha do lago, onde dorme, come e procria, mas também nas copas e ramos de várias árvores por todo o parque. Esta é constituída por uma variedade imensa de animais, desde cisnes brancos e negros, a patos-reais, mandarins e carolinos, e ainda gansos comuns e canadianos.

No lago já existem peixes e uma família de cágados, também existem pavões brancos e azuis, e de quando em vez, visitam-nos a garça-real e os corvos marinhos. Para além destes, mais escondidos temos os esquilos nas copas dos pinheiros, assim como confirmamos a presença de chapins, pássaro que ajuda no controlo da lagarta do pinheiro.





21 de julho de 2019 e 12 de Dezembro de 2019

PARQUE CANINO

O parque canino da cidade de Caldas da Rainha foi inaugurado a 21 de Julho e está situado junto ao pinhal da Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha, com cerca de 1000 m² e construído pelos colaboradores da Junta de Freguesia. Este foi o ponto de partida para um espaço bastante necessário na cidade, foi então colocado o desafio de desenvolvimento de mais equipamentos aos alunos da ESAD.CR.

Passado cerca de 5 meses foi feita uma apresentação e demonstração dos referidos novos equipamentos, todos eles desenhados e construídos pelos alunos, com madeiras do Parque e Mata e com o aproveitamento de equipamentos velhos.

Agora com um Parque condigno, os donos já podem libertar e treinar os seus animais, assim como colaborar na boa utilização deste espaço.



Fevereiro de 2020

CASA DOS BARCOS

Com a permanente solicitação da Casa dos Barcos, do Parque D. Carlos I, sentimos a necessidade de investir na qualificação deste equipamento e dotá-lo de melhores condições. No início do ano 2020 iniciámos com a introdução de painéis solares no topo do edifício, a requalificação da sala de exposições e arrumos, a reabilitação das instalações sanitárias, tornando-as acessíveis a mobilidade reduzida, assim como pintámos todo o edifício.



Ano 2019 e 2020

REQUALIFICAÇÃO DE PISOS EM ESCOLAS E ESPAÇOS DE JOGO E RECREIO

Existiu a necessidade de requalificar vários espaços, nomeadamente os pisos dos espaços de recreio e jogo, como na escola de São Gregório, o parque infantil no jardim do Belver, o Campo de Padel, entre outros.

Ano 2019 e 2020

Zero herbicidas a partir de 2020

CUIDAMOS DOS NOSSOS ESPAÇOS!

“Bem-estar e segurança dos nossos fregueses!”

Sentimos diariamente a responsabilidade de manter os nossos espaços, realizar a limpeza dos passeios, caminhos, bermas e valetas, da nossa vasta área de actuação, com o objectivo de melhor servir a população, e ainda adaptar as boas práticas face às exigências dos tempos actuais. Ao longo das semanas executamos estas limpezas, com duas equipas, distribuídas uma na zona urbana de Nossa Senhora do Pópulo (Encosta do Sol, Belver e Crocha; Lagoa Parceira e Avenal) e a outra alternadamente, em toda a área do Coto e toda a área de Fanadia e São Gregório.

No corrente ano 2020 assumimos o desafio da não utilização de herbicidas, que apesar de ter um resultado mais efectivo apresenta altos riscos para a saúde e para o meio ambiente, assim o combate é feito unicamente com mão-de-obra e maquinaria. Fizemos a aquisição de máquinas eléctricas, que nos ajudam nos trabalhos e na responsabilidade ambiental, por isso apelamos à compreensão de todos os Fregueses, que só com a mão-de-obra dos nossos colaboradores e maquinaria, não conseguimos realizar todas as limpezas com a regularidade que gostaríamos, sendo este um momento de transição e adaptação, assim solicitamos a colaboração de todos com boas práticas.



2019/20



Ano 2019 e 2020

PROJECTOS NA NOSSA FREGUESIA

O executivo da Junta de Freguesia sente a intenção de melhor manter os espaços que lhe são atribuídos, mas também de criar novos espaços, assim em 2019 criou o Jardim dos Casais de São Jacinto e em 2020 o espaço verde da Praceta da Rua do Grupo dos Amigos da Biblioteca Municipal, para usufrutos dos seus fregueses.



Março de 2020

REQUALIFICAÇÃO DO CEMITÉRIO DO COTO

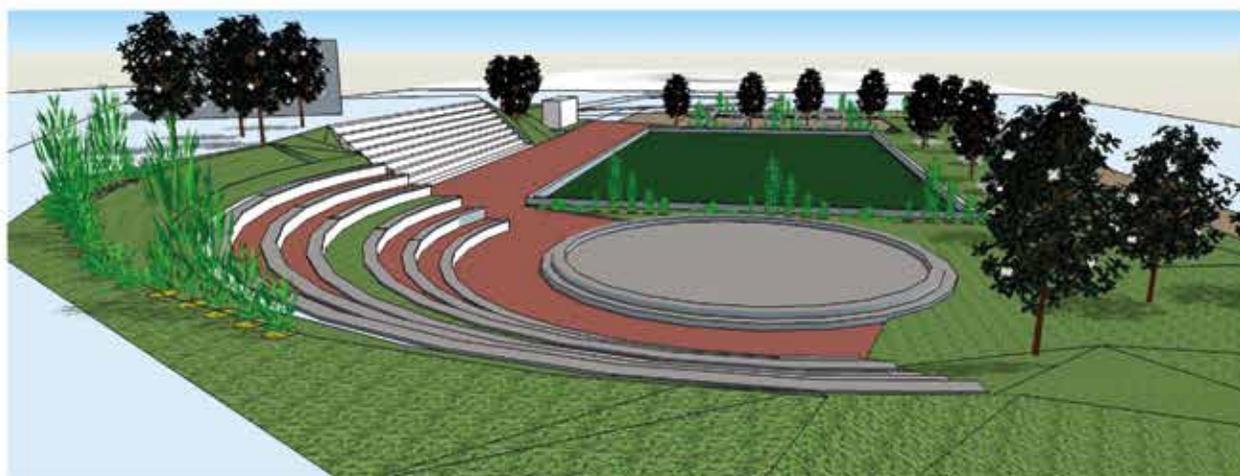
Requalificação e ampliação do cemitério do Coto.



Ano 2020

PROJECTOS FUTUROS

Estão em desenvolvimento projectos para um espaço multiusos na Fanadia, para um espaço sobrance no Sol Nascente e ainda um projecto de requalificação da linha de água e sua envolvente, junto à ESAD CR.



A top-down view of a vast collection of fabric rolls and pieces in various colors and textures, including blues, yellows, pinks, greens, and reds, all set against a solid black background. The fabrics are arranged in a dense, overlapping pattern, with some rolls partially unspooled. A large, light blue fabric roll is positioned horizontally across the lower third of the image, serving as a background for the text.

INFORMAÇÕES

Guia



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**
**N.º Sr. DO PÓPULO
COTO E
S. GREGÓRIO**

Freguesia Serviços

Morada	Rua Almirante Cândido dos Reis, 1, 2500-125 Caldas da Rainha
Website	www.freguesiacaldasdarainha.pt
E-mail	junta.populo@mail.telepac.pt geral@caldasdarainha.pt
Telefone	+351 262 832 729
Horário	Segunda a Sexta das 9h00 às 16h30

Freguesia Serviços

Documentos

A Junta de Freguesia presta vários serviços de emissão de documentos, entre os quais atestados, certidões, declarações e licenças.

Oficina domiciliária

Se é idoso ou deficiente pode solicitar o apoio domiciliário para pequenas reparações em casa.

Transporte

As viaturas da Junta fazem diariamente o transporte da crianças dos jardins-de-infância, ao abrigo de um protocolo com a Câmara Municipal e podem ser disponibilizadas para visitas de estudo ou colónias de férias, a pedido.

Para mais informações, por favor entre em contacto com os serviços administrativos.

Espaços verdes

Serviços de manutenções e requalificações dos espaços verdes e polidesportivos, no espaço geográfico da União das Freguesias.

espacosverdes.ufnspcsg@gmail.com

Espaço Cidadão

Portal do Cidadão, Chave Móvel Digital (CMD), IMT, ADSE e Serviços DGAE

TELF: 262 148 398 / 262 099 568

Consultas

Consultas de Reumatologia

Em protocolo com a Dr.^a Margarida Cruz, proporcionamos consultas de reumatologia a residentes carenciados no concelho de Caldas da Rainha e Óbidos, ao custo simbólico de 2 euros, que revertem a favor de acções humanitárias.

Consultas de Psicologia

Com as psicólogas clínicas, Dra. Sílvia Freitas e Dra. Sara Oliveira, técnicas superiores. As consultas são gratuitas para famílias carenciadas, decorrem nas instalações da sede da Junta de Freguesia, de segunda a sexta. Sujeito a marcação.

Dra. Sílvia Freitas 912 997 423
Dra. Sara Oliveira 910 203 714
gabpsic.ufnrsopulo.coto.sgreg@gmail.com

Para mais informações, por favor entre em contacto com os serviços administrativos.

Mapa de Interesses: Caldas da Rainha



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**
**N.º Sr. DO PÓPULO
COTO E
S. GREGÓRIO**



Serviços Públicos

1. Junta de Freguesia – Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório
2. Câmara Municipal
3. Finanças
4. Tribunal
5. Tribunal do Trabalho
6. Segurança Social
7. IEFP
8. Posto do Turismo

Educação

9. Escola Superior de Artes e Design (ESAD.CR)
10. Escola de Sargentos do Exército (ESE)
11. Escola Secundário Rafael Bordalo Pinheiro
12. Escola D. João II
13. Escola do Avenal
14. Escola da Encosta do Sol
15. Escola de Nossa Senhora do Pópulo
16. Jardim de Infância São Cristóvão

Património e Cultura

17. Museu José Malhoa
18. Museu da Cerâmica
19. Centro de Artes
20. Fábrica das Faianças Rafael Bordalo Pinheiro
21. Praça de Touros
22. Centro Cultural de Congressos
23. Igreja de Nossa Senhora do Pópulo
24. Igreja de Nossa Senhora da Conceição

Saúde

25. Hospital Termal
26. Centro Hospitalar do Oeste Norte (CHON)
27. Montepio Rainha Dona Leonor
28. Centro de Saúde
29. Farmácias

Acção Social

30. Centro Local Apoio Paroquial
31. Montepio Lar

Estacionamento e Transportes

32. Estação de Comboios
33. Rodoviária
34. Estacionamento Gratuito (PSP)

Segurança Pública

35. Bombeiros Voluntários
36. PSP
37. GNR
38. Estabelecimento Prisional

Alojamento

39. Sana Silver Coast Hotel (Hotel Lisbonense)
40. Residencial D. Carlos I
41. Hotel Central
42. Europeia Hotel
43. Residencial dos Olhos Pretos
44. Pensão Irmão Unidos
45. Hotel D. Leonor
46. Caldas Internacional Hotel

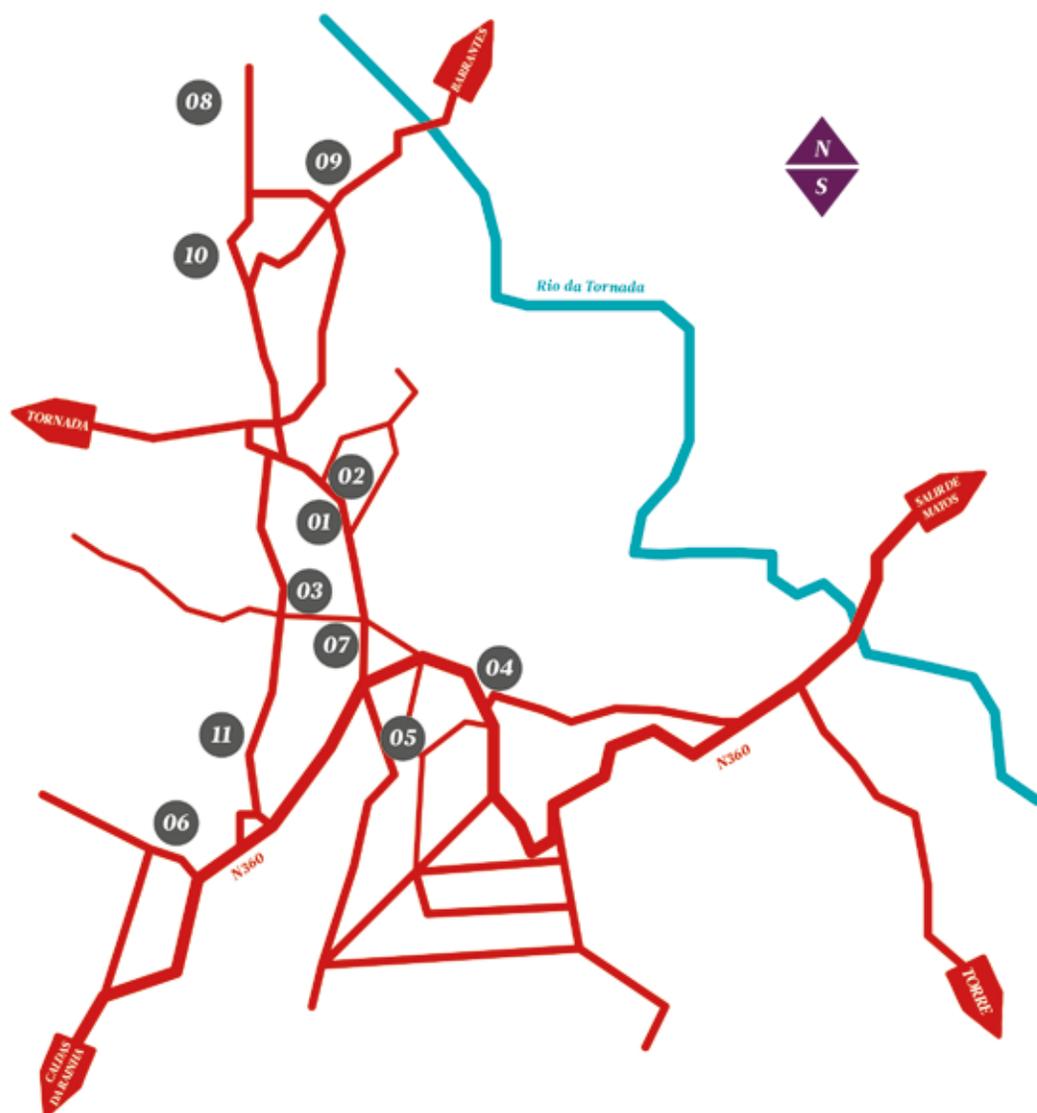
Espaços Verdes

47. Parque D. Carlos I
48. Mata Rainha Dona Leonor

Desporto

49. Pavilhão da Mata
50. Campo de Futebol da Quinta da Boneca
51. Cortes de Ténis

Mapa de Interesses: Coto



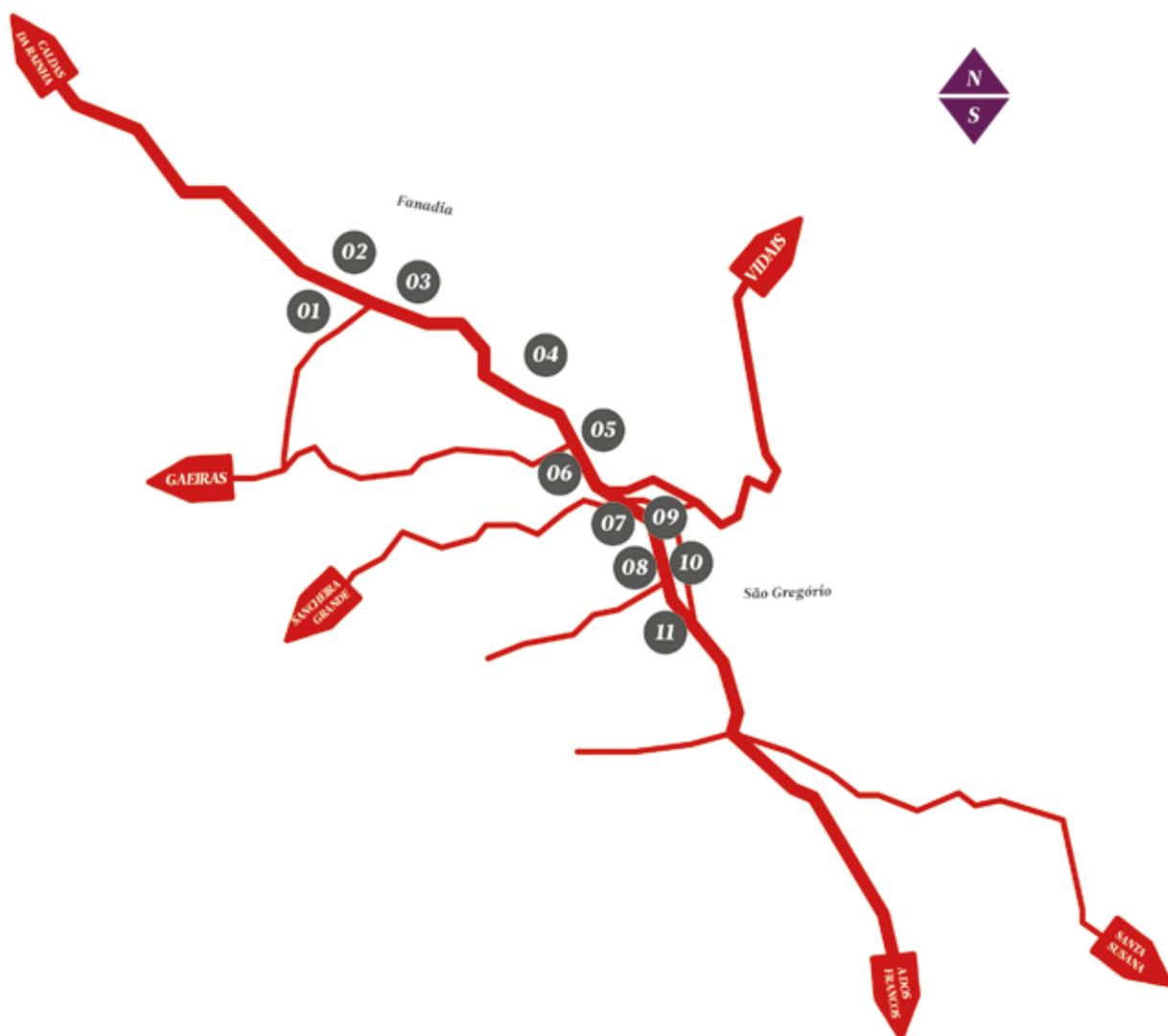
Coto

1. Escola do Coto
2. ARECO
3. Centro de Dia
4. DRAPLVT – Centro do Coto
5. Igreja Nossa Senhora dos Anjos
6. Capela de São Jacinto
7. Edifício da Antiga Junta
8. Hotel Moinho das Carrascas
9. Farm Holidays Silvercoast
10. Alegria aos Molhos
11. Casa de Alma



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**
**N.º Sr.ª DO PÓPULO
COTO E
S. GREGÓRIO**

Mapa de Interesses: São Gregório



São Gregório

1. Jardim da Fanadia
2. Biblioteca Henrique Nunes da Costa
3. Grupo Desportivo da Fanadia
4. Capela da Fanadia
5. Igreja de São Gregório
6. Polidesportivo de São Gregório
7. Escola de São Gregório
8. Centro de Dia
9. São Gregório Ginásio Clube
10. Edifício Antigo da Junta
11. Jardim Filipe Ernesto

Contactos Úteis

Serviços Públicos

Câmara Municipal das Caldas da Rainha	262 240 000
Junta de Freguesia – N.º Sr.ª Pópulo, Coto e São Gregório	262 832 729
Conservatória Registo Civil	262 840 100
Conservatória Registo Comercial	262 870 710
Tribunal do Trabalho	262 837 250
IEFP Centro de Emprego	262 837 450
Finanças	262 832 620
Segurança Social	300 502 502
EDP	808 535 353
EDP (Avarias)	808 506 506
Serviços Municipalizados	262 240 002
CTT	262 840 040
	707 262 626
Posto de Turismo	262 240 005

Emergências

Número Nacional Emergência	112
SOS Incêndios	117
Bombeiros Voluntários	262 840 551
Saúde Pública	808 211 311
Linha Intoxicações	808 250 143
Linha Suade 24 (Linha Dói-Dói, Trim-Trim)	808 24 24 00
Protecção Civil	262 240 038
SMAS (fugas água na via pública)	262 240 002

Serviços de Saúde

CHON Centro Hospitalar	262 830 300
Centro de Saúde	262 870 380
Montepio Rainha Dona Leonor	262 873 100
Hospital Termal	262 240 012

Segurança Pública

GNR	262 830 180
PSP	262 870 360

Transportes

CP (estação)	262 836 633
CP (informações)	707 210 220
Rodoviária Tejo	262 831 067
Rede Expressos	707 22 33 44

Colectividades Socio-culturais

ACCRO	262 832 203
Assoc. Caldense Diabéticos	262 258 199
Assoc. Cultural e Recreativa da Lagoa Parreira	262 842 539
Assoc. Artesãos Caldas da Rainha	262 841 742
Assoc. Dadores Benev. Sangue CR	262 834 062
Assoc. Surdos do Oeste	262 880 372
Banco Alimentar	262 838 224
Liga dos Combatentes Núcleo CR	262 843 142
Orfeão Caldense	966 844 687
Rotary Clube CR	262 835 771
Sociedade Columbófila Caldense	262 823 168
Teatro da Rainha	262 823 302

Cultura

Audatório Municipal	262 839 700
Biblioteca Municipal	262 841 728

Centro da Juventude	262 840 900
Centro de Artes	262 840 540
Centro Cultural de Congressos	262 889 650
Museu da Cerâmica	262 840 280
Museu José Malhoa	262 831 984

Desporto

Complexo Desportivo Municipal	262 845 460
Pavilhão Gimnodesportivo	262 824 027
Pavilhão Rainha Dona Leonor	262 843 300
Piscina Escolar Municipal	262 832 888
Piscina Municipal	262 835 210

Outros

CRAPPA	965 846 298
Universidade Sénior	262 240 900
Táxis Praça República	262 832 455
Táxis Rua Eng.º Duarte Pacheco	262 831 098

Farmácias

Farmácia Maldonado	262 831 484
R. Tem. Sangreman Henriques (próxima do Montepio)	
Farmácia Freitas (perto do McDonald's)	262 839 450
Farmácia Rosa Av. 1.º Maio, 12 R/C (Avenida que liga a Câmara à estação de comboios)	262 831 996
Farmácia Caldense Praça 5 de Outubro, 7	262 832 256
Farmácia Central Praça da República, 15-16	262 831 471

Farmácia Branco Lisboa R. Alm. Cândido dos Reis, 25	262 832 324
--	-------------

Colectividades Desportivas

Escola Académica Futebol	262 832 940
Arco Clube das Caldas	262 842 638
Acrotramp	262 832 697
Caldas Sport Clube	262 832 918
Casa do Benfica CR	262 834 601
Clube de Ténis de Caldas	262 844 099
Escola de Taekwon-do CR	913 538 427
Hóquei Clube das Caldas	910 003 346
Núcleo Sportinguista de CR	262 843 332

Agradecimentos:

Aos testemunhos dados:

Carlos Valeriano, Rita Olivença,
O Rancho – As Ceifeiras da Fanadia,
O Agrupamento 337 das Caldas da Rainha,
Eugénia Branco, Tina Rebelo, Eduarda Tabata,
António José da empresa Santos e Monteiro, Lda.,
Eva Duarte, Maria da Luz Ferreira, Chantal Agostinho,
Cristina Reboleira, Ilda Rodrigues, Maria João Branco – AMA,
Bruno Prates e Nuno Conceição
A todos os que colaboraram para este boletim
Câmara Municipal das Caldas da Rainha,
Todos os fregueses

Design: Fausto Vicente

Tiragem: 1000 Exemplares

Nº Depósito Legal: 444050/19



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**

**N.ª Sr.ª DO PÓPULO
COTO E
S. GREGÓRIO**

