

#jf_populo_coto_sgregorio

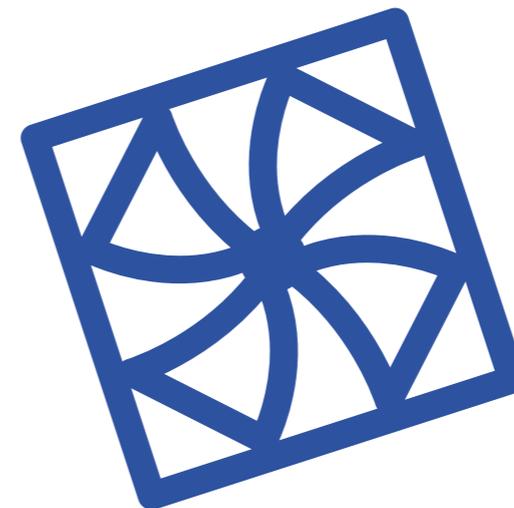
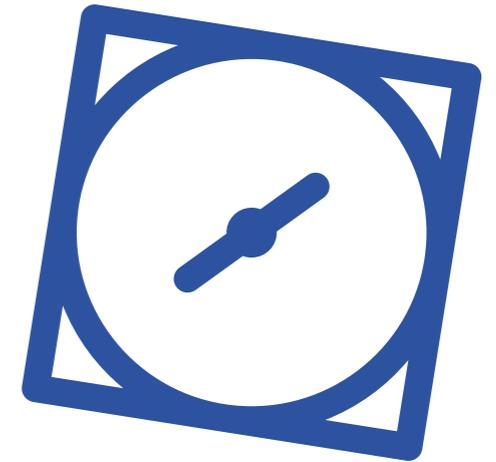
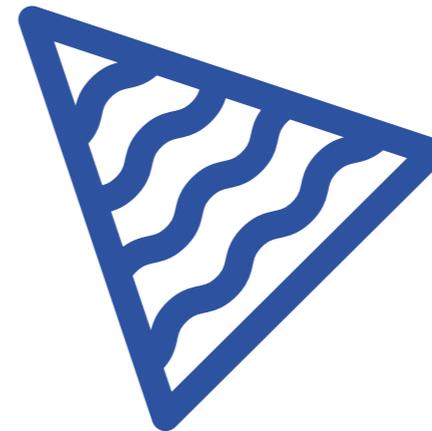
**Boletim Informativo
Online
Distribuição Gratuita**

**jf_populo_coto_sgregorio
Número 15 | 2020/21
União das Freguesias
de Caldas da Rainha
Nossa Sra. do Pópulo,
Coto e São Gregório**

#jf_populo_coto_sgregorio

INDÍCE

Informação	2
Mensagem do Presidente	3
Eventos	7
Cultura	15
Gabinete de Psicologia	24
Em prol da comunidade	38
Eco - Freguesia	49
Desporto	51
Parque / Mata	54
Requalificações	68
Informações	77



**Boletim Informativo
Online
Publicação Anual**

**jf_populo_coto_sgregorio
Número 15 | 2020/21
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 km ²
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” será sempre a minha forma de saudar todos.

Esta é a minha última mensagem enquanto Presidente da União das Freguesias de Caldas da Rainha - Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório. No total, foram dois mandatos, que se traduzem em oito anos de dedicação em prol de bem-servir a população das freguesias de Nossa Senhora do Pópulo, do Coto e de São Gregório, com equidade e respeito pelas idiosincrasias de cada localidade.

No balanço desta experiência enquanto autarca e no momento em que se encerra um ciclo, considero importante agradecer.

“Nenhum homem é uma ilha”...e por isso mesmo, não poderia deixar de realçar todo o trabalho de uma equipa de excelência que me acompanhou ao longo de oito anos, destacando os vários Executivos, os colaboradores da Junta e também todos os parceiros que fui desafiando para muitos projectos e que muitas das vezes também a nós nos lançaram novos desafios. Sempre foi esta a nossa forma de estar e de trabalhar - em rede, e acredito que é assim que faz sentido pautar a nossa intervenção.

Agradeço, por último, mas não sendo menos importante, a todos os fregueses, pelo voto de confiança e pela sua participação e envolvimento, que tantas vezes nos elucidaram das necessidades da população, para trilharmos o caminho da intervenção eficaz.

Por fim, felicito o novo Executivo que irá começar em breve as suas funções e faço votos de um excelente mandato.

Bem hajam.
O Presidente
Vitor Marques



A JUNTA DE FREGUESIA

EVENTOS



Agosto de 2020

DIA INTERNACIONAL DA SOLIDARIEDADE

A Junta de Freguesia assinala todos os anos o Dia Internacional da Solidariedade, com o propósito de relembrar toda a população da importância que os valores da cooperação e entajuda devem ter no quotidiano de cada um.

Em 2020 convidámos a artista Inês Fouto para dinamizar o seu espectáculo “Histórias com chapéus - Oficina teatral”, para as crianças do ATL do Badminton.

Nesta oficina existiram momentos de união e cooperação, de cumplicidade e partilha, de teatro e música, de imaginação e de muitas aprendizagens para as crianças que estiveram presentes.



SETEMBRO-MÊS DA ALFABETIZAÇÃO E DAS LITERACIAS

Integrada nas celebrações do Setembro - Mês da Alfabetização e das literacias, a Junta de Freguesia promoveu uma actividade que teve como tema “Recordar a cultura popular - Do antigamente até à música mais recente”.

Desta forma, foram organizados dois concertos itinerantes para alegrar as ruas da Cidade, durante o mês de Setembro, contando com a presença dos Gaiteiros da Fanadia e dos BRASSDASS, que encantaram todos com a sua música.

2020 INICIATIVA NACIONAL EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO DE ADULTOS 01A30 SET

SMAL

SETEMBRO MÊS DA ALFABETIZAÇÃO E DAS LITERACIAS

COMEMORAÇÕES DO DIA INTERNACIONAL DA ALFABETIZAÇÃO

Recordar a cultura popular - do antigamente até à música mais recente.

19 de Setembro 10:00
N.º Sr.º do Pópulo **BRASSDASS**

26 de Setembro 10:00
Arruada dos Gaiteiros da Fanadia

EM TODO O PAÍS. POR MIM. POR SI. POR PORTUGAL.

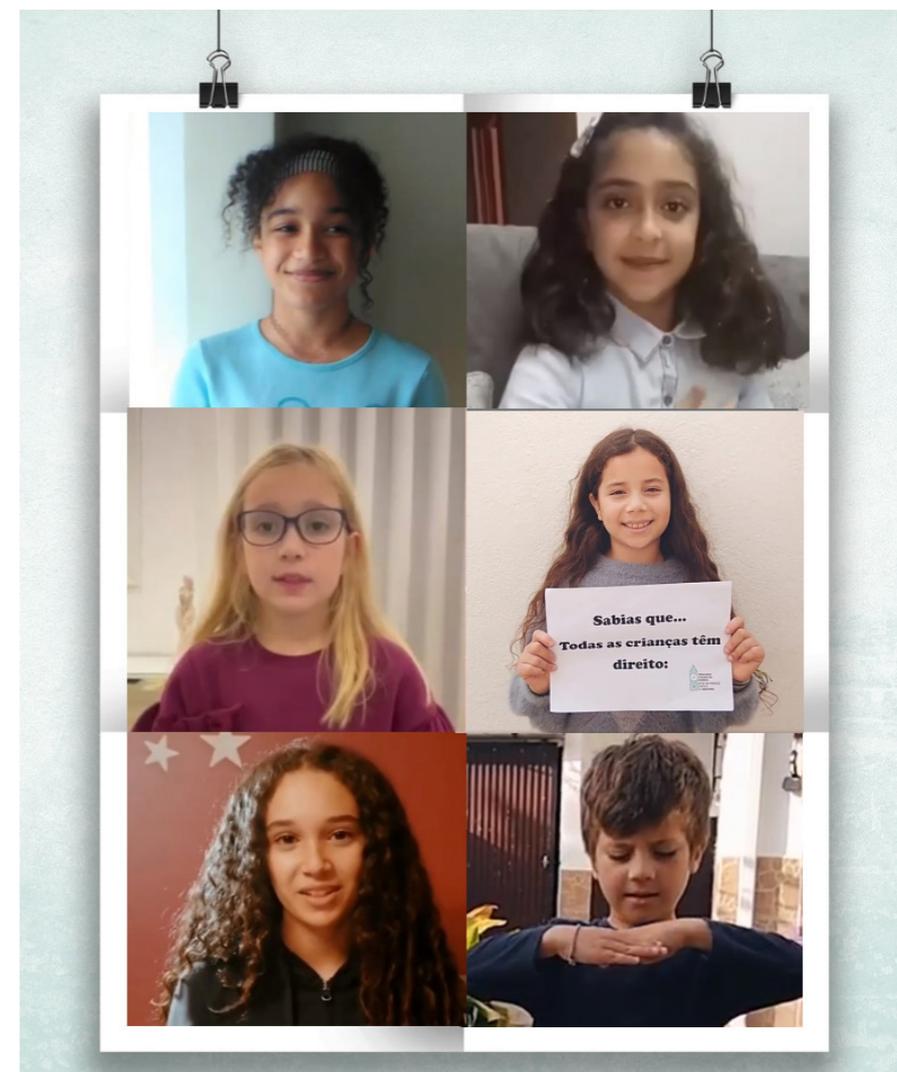
Todos os direitos reservados ao Instituto de Iniciação SMAL 2020, organizado por acordo celebrado com o IAP, no âmbito da pandemia COVID-19



DIA INTERNACIONAL DOS DIREITOS DAS CRIANÇAS

Celebrámos o dia Internacional dos Direitos das Crianças, que se assinala no dia 20 de Novembro, através de um vídeo, onde ouvimos e vemos as crianças a lembrarem-nos dos seus direitos. De forma a incluir toda a comunidade, considerámos importante utilizar também neste vídeo a Língua Gestual Portuguesa (LGP). A Declaração dos Direitos da Criança foi proclamada pela Resolução da Assembleia Geral das Nações Unidas n.º 1386 (XIV), no dia 20 de Novembro de 1959.

É essencial conhecermos os direitos das crianças e garantirmos que estes são cumpridos diariamente.



CONCERTO DE NATAL COM O ORFEÃO CALDENSE

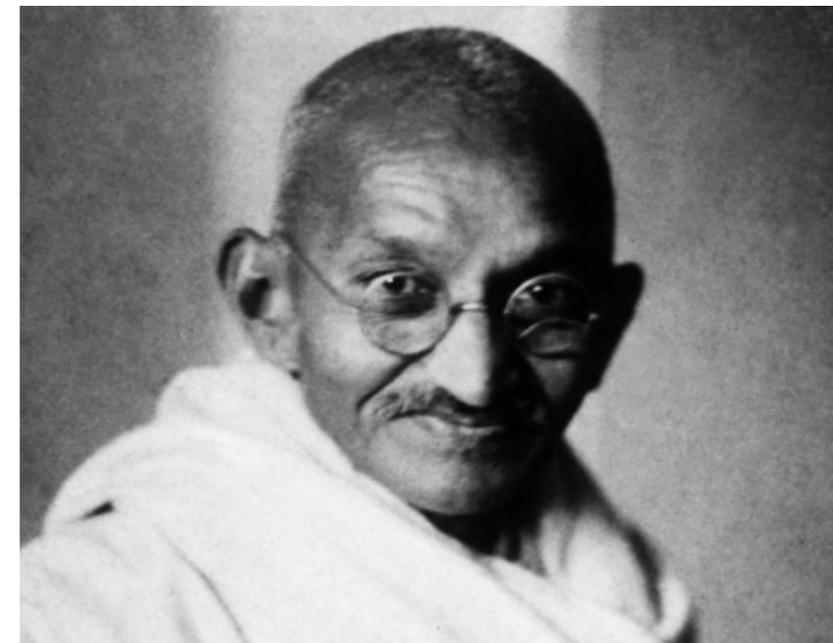
Celebrando a época natalícia, a Junta de Freguesia dinamizou um Concerto de Natal com o Orfeão Caldense, no dia 19 de Dezembro, no Telheiro do Parque D. Carlos I.



DIA INTERNACIONAL DA NÃO VIOLÊNCIA E DA PAZ NAS ESCOLAS

No dia 30 de Janeiro celebrou-se o Dia Internacional da Não Violência e da Paz nas Escolas, que pretende sensibilizar toda a comunidade escolar: alunos, pais e professores (bem como a restante população) para valores, tais como: o respeito, a ajuda, e claro, a não violência e a paz.

Este dia instaurado em 1964, foi escolhido em função da data da morte de Mahatma Gandhi, prestando-lhe uma homenagem. Tentamos sempre defender e difundir estes ideais, realizando acções nas escolas, através do trabalho do Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia para alertar para os sinais do Bullying e de violência entre pares e para fomentar estratégias para promover relações interpessoais saudáveis. Este ano, face à pandemia que vivemos, decidimos assinalar a data, convidando toda a população a ver um breve vídeo que partilhámos nas nossas redes sociais, com alguns dos principais ensinamentos de Gandhi, que foi um grande líder pacifista indiano.



DIA MUNDIAL DA CONSCIENCIALIZAÇÃO DO AUTISMO

No dia 2 de Abril celebra-se o Dia Mundial da ConsciencIALIZAÇÃO do Autismo.

De forma a sensibilizar toda a comunidade para a importância deste dia, a Junta de Freguesia vestiu-se de azul. Esta iluminação da fachada da Sede da Junta de Freguesia em azul ficou presente durante uma semana, como gesto simbólico de consciencIALIZAÇÃO para a inclusão.



CELEBRAÇÕES 25 DE ABRIL

Devido às condicionantes derivadas da pandemia, não foi possível existirem as celebrações do 25 de Abril da forma que mais gostaríamos.

No entanto, assinalámos o 25 de Abril de forma simbólica, por ser um dia que eleva a liberdade e que é de extrema relevância para o país.

Comemorações Caldas da Rainha

PROGRAMA

24 Abril

CONCERTO Online
21h00
25 Abril Jovem com Beatbombers

 @stonofre.sbouro

CONCERTO Online
22h55

“E depois do Adeus” na voz de Carlos Caldas a acompanhar a BCI.

 @bcicaldasdarainha

 Banda Comércio e Indústria - Caldas da Rainha
https://youtu.be/jqohuXqw_fc

25 Abril

Hastear de Bandeira | Fanfara Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha
Sede Freg. St.º. Onofre e Serra do Bouro

Hastear de Bandeira | Fanfara Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha
Sede Freg. N.ª Sr.ª do Pópulo, Coto e S. Gregório

Hastear de Bandeira | Fanfara Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha
Câmara Municipal de Caldas da Rainha

Lançamento de pombos
Praça 25 de Abril Org. Columbófila

Quinteto de Metais da Banda Comércio e Indústria
Sede Freg. N.ª Sr.ª do Pópulo, Coto e S. Gregório

Coral das Caldas
15h00  @nspopulo

Orfeão Caldense
16h00  @nspopulo




ABRIL

47º aniversário





DIAS COMEMORATIVOS

Foram diversas as efemérides assinaladas ao longo do ano no facebook da Junta de Freguesia, que foi utilizado como um canal de comunicação para promover a consciencialização e a reflexão da comunidade sobre muitas temáticas que nunca devem cair no esquecimento.

A título de exemplo, destacamos: o Dia Internacional do Brincar, o Dia Mundial Contra o Trabalho Infantil, o Dia Mundial da Saúde Mental e o Dia Internacional das Crianças Inocentes Vítimas de Agressão.



Setembro de 2020

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO 2020

À semelhança dos projectos desenvolvidos nos últimos anos, também em Setembro de 2020 organizámos uma actividade integrada nas Jornadas Europeias do Património intitulada “ À Descoberta da Flora do Parque e da Mata”. Esta iniciativa consistiu na criação de uma visita guiada on-line ao Museu José Malhoa e ao Parque D. Carlos I e Mata Rainha D. Leonor, através de um registo de som e imagem (vídeo), abordando a flora presente nas obras expostas em exposição permanente no Museu e, num segundo

momento, estabelecendo a ligação desta flora com a existente também no Parque D. Carlos I e na Mata. Esta foi uma iniciativa do Museu José Malhoa e da Junta de Freguesia, com a colaboração da Escola Secundária Rafael Bordalo Pinheiro e da voz off na pessoa de Joana Lamarque, parceiros estes que desenvolveram e produziram os conteúdos para esta actividade. Posteriormente esta visita virtual foi publicada nas redes sociais, para ser acessível a todos, na segurança das suas casas.



CASA DAS ARTES - 3ª EDIÇÃO

A Junta de Freguesia tem o compromisso de promover regularmente iniciativas de carácter cultural e artístico, abertas a toda a comunidade, com o objectivo de promover a cultura no quotidiano da população caldense, com iguais oportunidades para todos.

Desta forma, criou a Casa das Artes, onde foi feito o convite a um grupo de artistas residentes no concelho, provenientes de áreas artísticas diversas, como as artes plásticas, o teatro, a literatura infantil, a música e a dança, de forma organizarem um projecto que visa a dinamização de várias actividades dirigidas a famílias. A Casa das Artes conta já com três edições: A primeira em 2019 e no ano 2020, foi realizada a 2ª edição em Abril numa versão *online*, de forma a promover momentos culturais de lazer, para as famílias, em período de confinamento e em Outubro, foi então desenvolvida a 3ª edição deste projecto, já de volta ao formato presencial, na Casa dos Barcos do Parque D. Carlos I.

Nas três edições foram centenas as famílias que aderiram a estas oficinas artísticas, de forma participativa e com muito entusiasmo e alegria, pedindo sempre a continuidade deste projecto. O principal objectivo da Casa das Artes é potenciar um espaço onde as famílias podem em conjunto passar tempo de qualidade, com diversão, mas também com muitas aprendizagens. É importante realçar que foram tomadas todas as medidas de segurança de acordo com o plano de contingência do espaço da Casa dos Barcos, de forma a garantir a segurança de todos os participantes. Por isso mesmo, o número de famílias em cada sessão foi reduzido, tendo existido muitas vezes a necessidade de realizar duas sessões da mesma oficina, por ser tanta a adesão por parte das famílias.

Os artistas que dinamizaram oficinas artísticas nesta edição foram: Inês Fouto, Ana Faro, Nuno Bettencourt, Elton Malta e Patrícia Guimarães, que nos apresentaram um trabalho de excelência.



ARES DE ARTE 2021 - VERSÃO ONLINE

O Ares de Arte é um projecto anual da Junta de Freguesia, que é realizado nos meses de Março e Abril, de forma a realçar várias efemérides ligadas às artes e à cultura, que se celebram nestes meses. Com este projecto pretendemos enaltecer o papel crucial que devem ter as artes, no quotidiano de cada um e a sua importância na identidade cultural de um lugar e uma população. Face à situação que vivemos perante a pandemia, este ano não foi possível desenvolver as diversas iniciativas, de forma presencial - no Parque D. Carlos I, à semelhança das edições anteriores. No entanto, considerámos essencial dinamizar o Ares de Arte 2021, num formato *online* e acessível para toda a comunidade. Consideramos que perante esta fase pandémica, a cultura e as artes têm

uma função especialmente importante na vida das pessoas: de entretenimento, de combate à solidão e de apelo à imaginação e criatividade de todos, para viajarem por histórias, teatros e contos, mesmo sem saírem do conforto das suas casas. Dentro da programação comemorámos diversas efemérides, nomeadamente, o dia Mundial da árvore, dia 21 de Março, onde foram plantadas diversas árvores na Mata Rainha Dona Leonor pelo Executivo e colaboradores da Junta de Freguesia. Também neste mesmo dia se comemora o Dia Mundial da Marioneta, que foi celebrado com o espectáculo *online* "Contos do Mundo", com José Ramalho - Teatro figura. No dia 26 de Março - Dia do Livro Português, lançámos publicamente a apresentação

do livro "Acer Negundo Histórias da Natureza e da Vida para Pequenos e Grandes" com os autores Fernandos Contreras e Joana Rodrigues. O Dia Mundial do Teatro foi assinalado com um teatro itinerante no Parque D. Carlos I, intitulado "Alter Egos de Bordalo", com Inês Fouto e Mariana Calaça. O Ares de Arte 2021 encerrou-se com a leitura e encenação do conto "Caracócegas" por Ana Faro, no dia 2 de Abril, de forma a assinalar o Dia Internacional do Livro Infantil. As actividades foram gravadas no Parque D. Carlos I e a imagem, som, Edição e realização, estiveram a cargo do Grémio Caldense - Ricardo Pimentel. Posteriormente, os espectáculos foram transmitidos através do *Facebook* da Junta de Freguesia, nos dias das efemérides.



Ares de Arte 2021
versão online

PROGRAMA:

Os vídeos das actividades da programação serão transmitidos no facebook da Junta de Freguesia @nspopulo

21 Março
15 horas



Comemoração do dia Mundial da Árvore, com plantação de árvores no Parque D. Carlos I e Mata Rainha Dona Leonor

26 Março
16 horas



Fernando Contreras e Joana Rodrigues
Comemoração do dia do Livro Português
Apresentação do livro Acer Negundo

2 Abril
16 horas



Ana Faro
Comemoração do dia Internacional do Livro infantil,
Leitura do conto "Caracócegas".

21 Março
16 horas



José Ramalho
Comemoração do dia Mundial da Marioneta.
Espéctaculo "Contos do Mundo".

27 Março
16 horas



Inês Fouto
Comemoração do dia Mundial do Teatro .
Teatro itinerante Alter Egos de Bordalo.

Organização:




ENTREGA DE LIVROS “ACER NEGUNDO”, NAS ESCOLAS DE 1º CICLO

No dia 12 de Abril de 2021, foi realizada uma entrega de livros “Acer Negundo - Histórias da Natureza e da Vida para Pequenos e Grandes” nas escolas de 1º Ciclo, com a presença do Senhor Presidente da Junta de Freguesia, Vítor Marques.

Desta forma, pretendemos dotar as turmas de mais ferramentas de aprendizagem sobre a natureza, em particular desta fantástica árvore do Parque D. Carlos I - Acer Negundo, e da história que esta tem para nos contar.

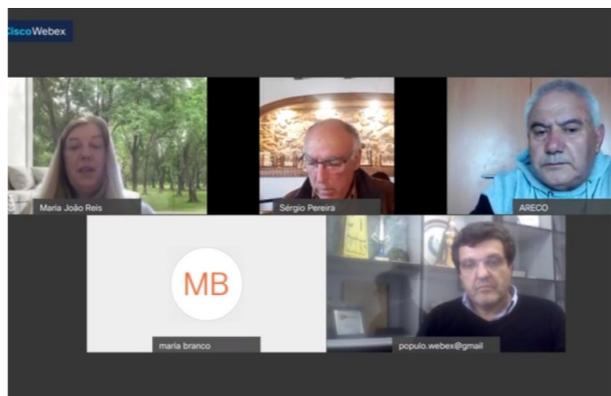


DIA INTERNACIONAL DOS MONUMENTOS E SÍTIOS 2021

É sempre com muita alegria que participamos nas comemorações do Dia Internacional dos Monumentos e Sítios. Este ano não foi excepção, e a Junta de Freguesia dinamizou uma iniciativa, conforme se tem verificado nos últimos anos. Desta forma, uma vez que o tema este ano era “passados complexos, futuros diversos”, considerámos pertinente organizar uma tertúlia *online* com o título “O passado e o futuro do Associativismo”, em parceria com algumas associações locais, nomeadamente: o Rancho Folclórico e Etnográfico “As Ceifeiras da Fanadia”, do lugar da Fanadia, a associação ARECO, do lugar do Coto e a Associação Amigos do Bairro Azul, de Nossa Senhora do Pópulo. Assim, esta tertúlia realizou-se no dia 20 de Abril de 2021, através da plataforma *Cisco Webex*.

O principal objectivo desta iniciativa foi

promover um momento de reflexão conjunta acerca dos desafios do associativismo, antes da pandemia e a forma como as associações prevêm a sua dinâmica no momento presente e no futuro. A transmissão do evento foi em directo, através do *facebook* da Junta de Freguesia.



ARTE E CULTURA NAS ESCOLAS DE 1º CICLO

A Junta de Freguesia desenvolve um projecto de intervenção nas escolas de 1º ciclo desde o ano 2015, tendo em conta as necessidades sentidas pelos agrupamentos escolares. Este é um projecto que defendemos, por consideramos que se reveste de muito valor, uma vez que em conjunto com os parceiros locais, promovemos uma educação das crianças, mais inclusiva e equitativa, focada na cultura, nas artes, na educação emocional, e na sensibilização para os valores da sustentabilidade e protecção do meio ambiente. Assim, acreditamos verdadeiramente que apenas investindo na educação das crianças de hoje, podemos ajudar a desenvolver adultos íntegros e com competências para desempenhar os seus papéis na sociedade.

Neste sentido, todos os anos realizamos uma proposta que entregamos na direcção dos agrupamentos, contendo um plano com actividades para o ano lectivo.

À semelhança do que tem sido desenvolvido nos últimos anos, foi planificada a dinamização de diversas iniciativas para serem realizados ao longo do ano lectivo 2020/2021. No entanto, devido à pandemia que vivemos, muitas actividades tiveram

que ser adiadas, por não serem possíveis de ser realizadas, priorizando a segurança das crianças e comunidade escolar, acima de tudo.

Com o regresso às aulas, após o período de confinamento que existiu no início de 2020, considerámos que as nossas crianças necessitavam cada vez mais de actividades lúdicas, no âmbito da cultura e arte, e por isso, levámos às escolas: a Oficina teatral - “Histórias com chapéus” - de Inês Fouto, para as turmas do 2º ano, a Oficina do conto - “O meu coração palpitou, saltou e pulou” - actividade criada por Ana Faro, direccionada para as turmas do 3º ano, a Oficina artística - “Desenho à vista do rosto com pintura”, desenvolvida por Nuno Bettencourt, para as turmas do 4º ano e a Oficina de marionetas - “O Mário e a Neta vão à escola”, promovida por José Ramalho - Teatro Figura e dirigida às turmas do 1º ano das escolas.

Em todas as actividades, garantimos que todas as regras de segurança foram acauteladas, de forma a promover a protecção das crianças e da comunidade escolar.



Julho e Agosto de 2021

BANDAS NO PARQUE 2021

BANDAS NO PARQUE

10 | 17 | 24 | 31 Julho e 07 Agosto
Sábados às 21h30

PARQUE DAS BICICLETAS
Parque D. Carlos I

10 JULHO SOCIEDADE FILARMÓNICA CATARINENSE
17 JULHO SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO MUSICAL, CULTURA E RECREIO A-DOS-FRANCOS
24 JULHO SOCIEDADE FILARMÓNICA DE ALVORNINHA
31 JULHO BANDA DE COMÉRCIO E INDÚSTRIA DE CALDAS DA RAINHA
07 AGOSTO ORQUESTRA LIGEIRA MONTE OLIVETT

Organização: Apoio: CENTRO CULTURAL E CONGRESSOS CALDAS DA RAINHA

Durante o mês de Julho e Agosto, realizou-se a iniciativa “Bandas no Parque” que contou com a presença da Sociedade Filarmónica Catarinense, da Sociedade de Instrução Musical Cultura e Recreio - A-dos-Francos, a Sociedade Filarmónica de Alvorninha, da Banda Comércio e Indústria de Caldas da Rainha e da Orquestra Ligeira Monte Olivett. Este ano o evento teve lugar no parque das Bicicletas do Parque D. Carlos I, uma vez que este é um espaço de magnífica beleza e que permite também acautelar a segurança face à pandemia que vivemos, existindo distanciamento e o controlo de entradas no evento, bem como lotação limitada.



Setembro de 2021

SETEMBRO MÊS DA ALFABETIZAÇÃO E DAS LITERACIAS

A Junta de Freguesia dinamizou uma iniciativa intitulada “Cultura Popular - Vamos Manter Viva a Tradição”, integrada nas comemorações de Setembro - Mês da Alfabetização e das literacias. Desta forma, foi criado um vídeo que lançámos nas redes sociais, no dia 17 de Setembro, onde contamos com participantes de várias faixas etárias, compilando vários estilos da literatura portuguesa, como provérbios, contos, quadras, trava-línguas, adivinhas e cantigas. Acreditamos que simples iniciativas como esta contribuem verdadeiramente para manter viva a tradição da cultura popular.

2021 INICIATIVA NACIONAL EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO DE ADULTOS 01 a 30 SET

SMAL
SETEMBRO MÊS DA ALFABETIZAÇÃO E DAS LITERACIAS
COMEMORAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DA ALFABETIZAÇÃO

Cultura Popular - Vamos Manter Viva a Tradição!
17 de Setembro de 2021

Trava - língua
Adivinhas
Provérbios
Contos
Cantigas

www.facebook.com/nspopulo
www.freguesiacaldasdarainha.pt

EM TODO O PAÍS. POR MIM. POR SI. POR PORTUGAL.

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO 2021

A Junta de Freguesia desenvolveu uma iniciativa integrada nas Jornadas Europeias do Património 2021, cujo tema era “Património inclusivo e diversificado”, que consistiu na criação de um vídeo intitulado “Rota dos Murais da União das Freguesias”. O objectivo deste vídeo foi dar conhecer os murais de arte urbana dinamizados com o apoio da Junta, que se localizam em Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório. Desta forma, no dia 24 de Setembro, pelas 11 horas foi lançado nas redes sociais o vídeo, compilando as descrições dos diversos murais, bem como as suas respectivas coordenadas geográficas, para que a população possa posteriormente fazer a visita a estas obras de arte urbana.

JORNADAS EUROPEIAS do PATRIMONIO E NOSSO
#patrimonioenosso

24 SETEMBRO
03 OUTUBRO

ROTAS DOS MURAI DA UNIÃO DAS FREGUESIAS
Lançamento vídeo f /nspopulo
24 SETEMBRO | 11 HRS



GABINETE DE PSICOLOGIA



Março a Outubro de 2020

CICLO DE PALESTRAS PARA A COMUNIDADE

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia promove regularmente conferências no sentido de criar um espaço de aprendizagens, aberto a toda a comunidade caldense. Em 2020, organizámos um Ciclo de Palestras dirigido especialmente a famílias e comunidade escolar, que contou com a colaboração do CFAE Centro Oeste, o que permitiu a certificação a 30 professores e educadores que assistiram às palestras.

Existiu uma grande adesão da população a este ciclo, sobretudo ao nível de encarregados de educação e professores, sendo que tivemos cerca de 300 pessoas, nas diversas palestras. A selecção dos temas aconteceu mediante análise das necessidades referidas por participantes em palestras que dinamizámos anteriormente.

Devido aos constrangimentos associados à pandemia, este ciclo foi dividido em modalidade online e formato presencial, sempre que foi possível, de acordo com as indicações da Direcção Geral de Saúde. Assim, a primeira palestra “Mindfulness e Educação Consciente”, realizou-se no dia 5 de Março de 2020, no espaço do Centro de Recursos Comunitário e contou como oradora a Dra. Andreia Mendes, que expôs os seus conhecimentos sobre a temática de forma brilhante.

Posteriormente, dinamizámos a palestra “As quatro DIS (Dislexia, Disgrafia, Disortografia e Discalculia): compreender para intervir, através de uma plataforma online, no dia 21 de Maio de 2020, tendo como convidada a Dra. Diana Coelho, que apresentou com excelência os sinais das quatro DIS. Considerámos importante converter o ciclo de palestra para a versão online, para dar continuidade à programação que já tinha sido divulgada, mas sempre garantindo a segurança de todos. No dia 8 de Junho foi realizada uma segunda sessão da mesma palestra, uma vez que a adesão foi tanta que excedeu o limite de inscrições.

A palestra: “Intervir com crianças e jovens em risco. Como actuar?” realizou-se no dia 23 de Setembro, tendo contado como orador convidado a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Caldas da Rainha, que fez uma apresentação clara e pertinente do trabalho que desenvolvem com as crianças e jovens, mencionando todo o processo, a articulação com famílias e escolas, e as dificuldades que enfrentam. Esta palestra foi realizada no Centro de Recursos e para tornar o evento possível, todas as medidas de segurança foram acauteladas, de acordo com o plano de contingência do espaço.

No dia 15 de Outubro este ciclo de palestras encerrou com chave de ouro, com o Dr. Daniel Soares a dinamizar a palestra “Compreender o autismo: integrar na diferença” onde as pessoas se envolveram activamente de forma muito interessada, dando excelentes partilhas e contributos sobre o tema.

Consideramos que estas acções de formação, que temos vindo a desenvolver desde 2015 são muito pertinentes e importa destacar que tanto os técnicos, como os professores e os pais presentes, tem solicitado bastante que estas

iniciativas se possam proliferar, uma vez que as palestras têm permitido um espaço de partilhas, onde podem ser vistas as diferentes perspectivas de todos os presentes, bem como existe o esclarecimento de dúvidas dos participantes.

Destacamos que o sucesso do ciclo de palestras se deve ao trabalho que desenvolvemos sempre em rede com o apoio dos parceiros, que neste caso foram o CFAE Centro Oeste, os agrupamentos escolares, a comunicação social local, o Centro Cultural e de Congressos e a Santa Casa da Misericórdia. Em todas as palestras foi aplicado um questionário de avaliação do evento. É possível verificar-se que a comunidade presente nas palestras está muito satisfeita com esta iniciativa, avaliando as acções desenvolvidas como excelentes e referindo que as temáticas abordadas são relevantes. Deixamos alguns dos comentários relativamente ao ciclo de palestras de alguns participantes:

- “A apreciação global da acção é excelente, quer pela relevância dos conteúdos apresentados, (...) quer pelo desempenho excelente dos formadores na clareza da exposição. Quero ainda referir a excelente organização do Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia dando acompanhamento nas sessões e apoio aos formandos.”; AP

- “Não posso deixar de enaltecer todos os dinamizadores desta formação que de uma forma brilhante e eloquente nos proporcionaram uma nova visibilidade e alerta para acompanhar as mudanças no sentir, desperta e crescer para ver o outro com um novo olhar. Felicito com muito orgulho toda a organização e quem tornou esta acção de formação possível.” DS

- “Parabéns à União de Freguesias das Caldas da Rainha - Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório pela excelente iniciativa” PC

- “Este acontecimento foi positivo não só para os profissionais educativos como para a comunidade em geral. Foram realizadas partilhas de informação, no espaço final de cada palestra, onde as Psicólogas da Junta de Freguesia, assumiram um papel preponderante possibilitando uma reflexão individual que em muito enriqueceu os participantes.” SP



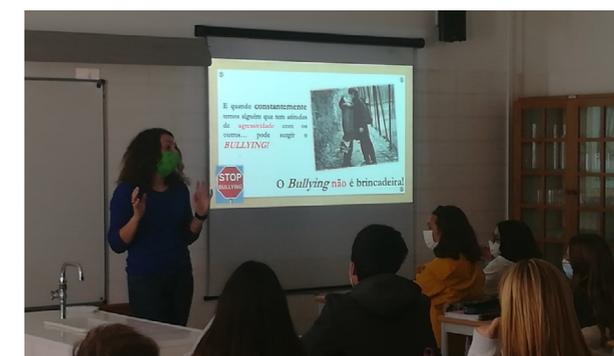
COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL

De forma a assinalar o Dia Mundial da Saúde Mental, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia, o CLDS 4G das Caldas da Rainha e o Programa Seniores + (Pimpões), dinamizaram no dia 19 de Outubro uma actividade intitulada “FísicaMENTE”. Esta iniciativa foi dedicada especialmente à população sénior e consistiu numa caminhada no Parque D. Carlos I e num café tertúlia com todos os participantes, onde foram debatidas questões ligadas à saúde mental e também como esta se relaciona directamente com o exercício físico, ao encontro da filosofia “mente sã em corpo sã”. A actividade surgiu da necessidade de serem dinamizadas mais acções que permitam, por um lado, que os seniores pratiquem com regularidade exercício físico e que por outro lado, que potenciem também a promoção da saúde mental, através do convívio entre todos e a rica partilha de experiências e emoções no grupo. No final, existiu ainda um momento de troca de ideias acerca de estratégias para promover a saúde mental, em tempo de pandemia. Os seniores aderiram com entusiasmo a esta iniciativa e mostraram-se muito participativos, manifestando vontade na continuidade destas Caminhadas com café tertúlia.



ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO “RELAÇÕES INTERPESSOAIS : EU E OS OUTROS”

A convite do Agrupamento de Escolas Raul Proença, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia desenvolveu, durante o primeiro período do ano lectivo 2020/2021, sessões informativas para as turmas do 8º ano, onde foram abordadas questões relacionadas com as relações interpessoais saudáveis e os sinais de alerta para relações tóxicas ou abusivas. Desta forma, pretendemos que os jovens possam estar mais informados, para terem ferramentas que os ajudem a tomar melhores decisões e para que tenham uma maior consciência do quanto as nossas acções podem verdadeiramente ter um impacto positivo ou negativo, na vida dos outros. Para além disso, debatemos como são as relações em tempos de pandemia, e falámos sobre a necessidade de nos assegurarmos que podemos estar “próximos” dos outros, mesmo com todo o distanciamento e com as medidas de segurança que têm de ser garantidas. Os jovens mostraram-se muito atentos aos conteúdos expostos e existiu sempre um espaço de debate, que consideramos essencial, por permitir criar uma ponte para o diálogo, partilha e reflexão conjunta. Agradecemos o amável convite que foi dirigido pela escola, porque acreditamos que estas acções são importantes e podem fazer a diferença na vida dos nossos jovens, permitindo criar um futuro que seja mais justo, onde o ciclo da violência não seja mantido. Como diz a máxima proferida por Gandhi: “Seja a diferença que deseja ver no mundo”, devemos promover nos jovens os valores de paz e cooperação entre todos, para que cada um destes possa efectivamente ser a diferença necessária ao mundo.



CICLO DE PALESTRAS: “PARENTALIDADE EM TEMPOS DE COVID-19”

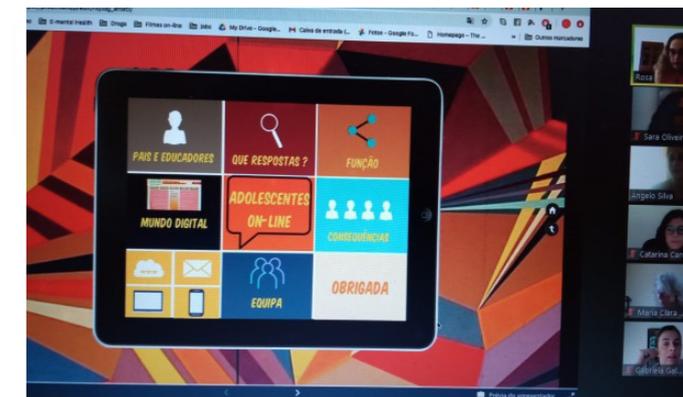
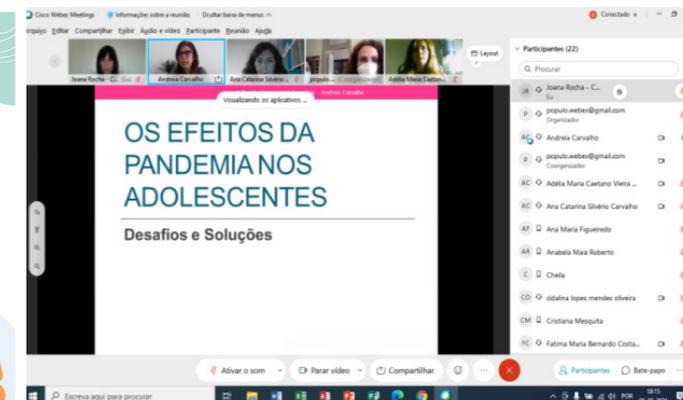
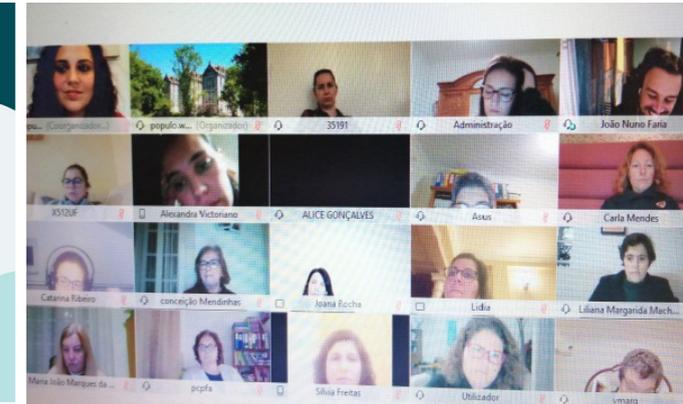
O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia e o CLDS 4G de Caldas da Rainha desenvolveram um Ciclo de Palestras online intitulado “Parentalidade em tempos de COVID-19”, que foi composto por três sessões com temáticas diferentes. O objectivo desta iniciativa foi promover estratégias para os pais gerirem a relação com os seus filhos, sobretudo durante a pandemia que vivemos. Apesar do ciclo de palestras ter sido especialmente dirigido a pais, foi aberto a toda a comunidade, tendo estado presentes também muitos professores e educadores.

A primeira palestra realizou-se no dia 23 de Fevereiro e intitulava-se “Gestão do confinamento, com crianças até aos 10 anos”. O orador convidado foi o Dr. João Nuno Faria, psicólogo clínico, que de uma forma muito expressiva e cativante, partilhou com todos os presentes os seus vastos conhecimentos, dando dicas práticas para gerir o confinamento com crianças pequenas (até aos 10 anos). Estiveram presentes cerca de 100 participantes, que participaram com entusiasmo na sessão, com questões e partilhas muito pertinentes.

No dia 6 de Maio dinamizámos a segunda palestra, com o título “Os efeitos da pandemia nos adolescentes”. A oradora convidada foi a Dra. Andreia Carvalho, coach educacional e especialista na área relacional com adolescentes, que apresentou com entusiasmo e mestria diversas estratégias para melhor lidar e compreender o que sentem os adolescentes em tempos de pandemia, falando também do autocuidado que deve existir por parte adultos que cuidam destes adolescentes.

A terceira palestra “Adolescentes sempre *online*: Como desligar?”, realizada no dia 17 de Junho, teve como oradora a Dra. Rosa Castro André, psicoterapeuta, que abordou com clareza e dinamismo, o impacto da utilização excessiva da internet, especialmente do jogo *online* e as suas consequências, bem como partilhou estratégias para agir face a esta problemática.

Consideramos que estas iniciativas se revestem de muito valor, por transmitirem conhecimentos e novas ferramentas a toda a comunidade, possibilitando ainda um espaço para partilhas sobre a temática da parentalidade, neste momento tão sensível que vivemos perante a pandemia.



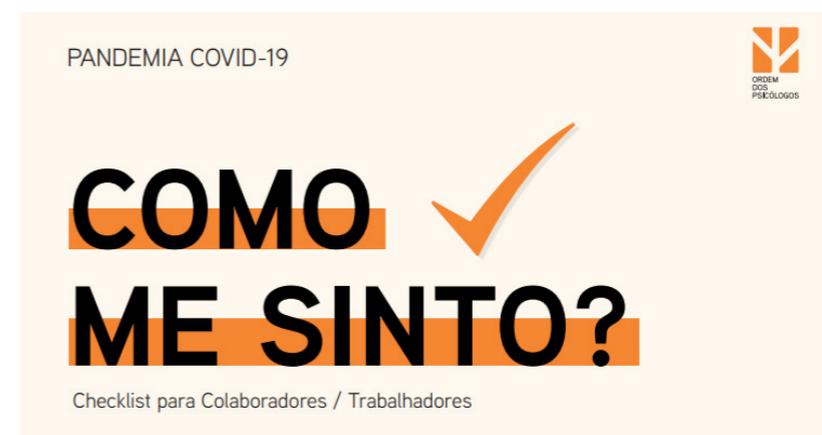
CICLO DE CAMINHADAS + CAFÉ TERTÚLIA PARA SENIORES DA COMUNIDADE

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia em conjunto com CLDS 4G de Caldas da Rainha e o Programa Municipal Seniores Mais (Pimpões) realizaram um ciclo de Caminhadas, seguido por Café Tertúlia, para os seniores da comunidade. Este ciclo surgiu após termos criado uma actividade para o dia Mundial da Saúde Mental e termos constatado a necessidade da sua continuidade. Vários seniores aderiram a este desafio e juntaram-se a nós no dia 2 de Junho, para participar nesta iniciativa, que teve como principal objectivo promover mais saúde física e mental nos seniores. As caminhadas realizaram-se todas as 4^{as} Feiras às 10h no Parque D. Carlos I e uma vez por mês existiu uma Caminhada + Café Tertúlia, com diferentes assuntos para reflexão conjunta, seleccionados pelos próprios seniores. Este projecto desenvolveu-se até ao mês de Setembro.



PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DA COMUNIDADE

A Junta de Freguesia partilha regularmente os documentos elaborados pela Ordem dos Psicólogos Portugueses, sobretudo durante a fase pandémica pela qual passamos. Desta forma, pretendemos promover uma maior consciencialização da população para diversas questões associadas à saúde mental, actuando de forma preventiva e não apenas na minimização de riscos. Veja “Fact sheet sobre Autocuidado e Bem-estar” (<https://bit.ly/2LcEppE>) - da Ordem dos Psicólogos portugueses e a Checklist para reflectir sobre como se tem sentido nas últimas duas semanas, em <https://bit.ly/3fCSuGU>



3 de Julho de 2021

“INFÂNCIA QUE É INFÂNCIA”: PALESTRA E ACTIVIDADES PARA FAMÍLIAS

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia e o CLDS 4G de Caldas da Rainha organizaram uma iniciativa intitulada “Infância que é Infância”, no dia 3 de Julho, no espaço da Mata Rainha D. Leonor. Este evento contou com uma palestra no período da manhã, aberta a toda a comunidade e no período da tarde foram dinamizadas actividades ao ar livre, dirigidas para as famílias com crianças, dos 2 aos 10 anos de idade. Com esta iniciativa pretendemos abordar o conceito de infância livre, onde as crianças têm liberdade para desenvolver a brincadeira livre e a aprendizagem através da experiência. Desta forma, criámos um momento de partilhas, para despertar os cuidadores para serem mais conscientes desta abordagem, dotando-os de algumas ferramentas úteis na educação das suas crianças.

Na palestra da manhã, contamos com a colaboração dos oradores: Professor Carlos Neto, professor Catedrático da Faculdade de Motricidade Humana, autor dos livros “Jogo e Desenvolvimento da Crianças”, “Motricidade e Jogo na Infância”, “Libertem as Crianças” e Tiago Fidalgo, Presidente da Biogleba e do projeto educativo 100% ao ar livre, “Hello Nature”. Ambos falaram com paixão, clareza e pertinente sobre infância e sobre a necessidade das crianças terem uma articulação próxima com a natureza, permitindo a brincadeira livre, que promove tantas competências e potenciando sempre a actividade física e cognitiva regular nas crianças. Mesmo tendo sido uma manhã brindada com um pouco de chuva, as pessoas não se inibiram de aparecer nesta palestra em plena natureza, mostrando-se muito entusiasmadas com os contributos dos oradores.

Da parte da tarde, as actividades de brincadeira ao ar livre no espaço da Mata foram também dinamizadas pela equipa Biogleba, que mostrou um pouco do trabalho fantástico que desenvolvem com o seu projecto “Hello Nature”. A adesão foi imensa, tendo estado presentes mais de 50 crianças com as suas famílias, sendo que o *feedback* da actividade foi extremamente positivo. Mais uma vez destacamos que o trabalho em rede é essencial, sendo a organização deste evento mais uma parceria de sucesso com o CLDS 4G de Caldas da Rainha.

“Infância que é infância!”
3 de Julho
Mata Rainha Dona Leonor,
junto ao centro de Compostagem

Palestra 10 horas
- Carlos Neto
Professor Catedrático na Faculdade de Motricidade Humana
- Tiago Fidalgo - Presidente da Biogleba: “Hello Nature” - projecto educativo 100% ao ar livre

Inscrições para: clds.conferencias@gmail.com
Prioridade a residentes no Concelho de Caldas da Rainha

Gratuita
Obrigatório o uso de máscara

15:00h - 17:30h
Atividades para crianças e famílias
Dinamização: Biogleba
crianças dos 2 aos 10 anos
- Inscrições obrigatórias por e-mail: info@biogleba.pt

Organização: CLDS 4G
Colaborado por: PO ISE 2020, CLDS, etc.



CAMINHADA + CAFÉ TERTÚLIA “ANSIEDADE E TÉCNICAS DE RELAXAMENTO”

No dia 7 de Julho, foi realizada mais uma Caminhada Sénior, seguida de um Café Tertúlia, com o tema “Ansiedade e técnicas de relaxamento”, uma organização conjunta do Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia, do CLDS 4G de Caldas da Rainha e do Programa Municipal Seniores Mais - Os Pimpões.

Vários seniores aderiram com entusiasmo a esta iniciativa, que tem como principal objectivo promover a saúde física e mental dos seniores, através do exercício físico e de um espaço de convívio, com troca de experiências e aprendizagens.

Agradecemos a todos os participantes nesta actividade, que aderiram com tanto entusiasmo e também aos nossos parceiros: CLDS 4G de Caldas da Rainha e ao Programa Municipal Seniores Mais - Os Pimpões. É com muita satisfação que em conjunto desenvolvemos projectos como este, privilegiando o trabalho em rede.



CAMINHADA + CAFÉ TERTÚLIA “VISITA AO MUSEU JOSÉ MALHOA”

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia, o CLDS 4G de Caldas da Rainha e o programa Seniores Mais (Pimpões) dinamizaram no dia 4 de Agosto mais uma “Caminhada Seniores com Café Tertúlia”, que se realizam uma vez por mês, tendo como principal objectivo a promoção da qualidade de vida na população sénior.

Nesta sessão, o grupo de seniores visitou o Museu José Malhoa, onde foram acolhidos amavelmente pelo Director do Museu, Dr. Carlos Coutinho, que realizou uma visita guiada e a quem agradecemos muito a disponibilidade, e a forma brilhante com que transmitiu os seus vastos conhecimentos.



Setembro de 2021

CAMINHADA SÉNIOR E CAFÉ TERTÚLIA “PREVENÇÃO DE QUEDAS E INTERVENÇÃO EM CRISE NO DOMICÍLIO”

No dia 1 de Setembro foi realizada mais uma Caminhada Sénior com Café Tertúlia, organizada pelo CLDS 4G de Caldas da Rainha, pela Junta de Freguesia - Nossa Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório, pelo Programa Seniores Mais (Pimpões) e contando desta vez com mais um parceiro - a Junta de Freguesia - Santo Onofre e Serra do Bouro.

Após a habitual caminhada, realizou-se a tertúlia com o tema “Prevenção de quedas e intervenção em crise no domicílio” e contámos com a presença do Dr. Pedro Morouço, Director da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria, a quem muito agradecemos a forma como transmitiu ensinamentos preciosos para todos os presentes, com clareza e dinamismo.



GABINETE DE PSICOLOGIA DA JUNTA DE FREGUESIA: INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM PROL DO BEM-ESTAR DA COMUNIDADE

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia desenvolve diversas acções de sensibilização, com o intuito de prevenir a doença mental e promover a Saúde Mental. Para além disso, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia actua também ao nível da intervenção e avaliação psicológica, dirigida à população mais carenciada das Freguesias, com a realização de consultas de psicologia gratuitas, para crianças, adultos e idosos.

O acompanhamento psicológico abrange diversas problemáticas, como perturbações de ansiedade, depressão, luto, problemas aditivos, problemas no âmbito familiar e relacional, dificuldades escolares, entre tantos outros...

O Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia acompanha algumas pessoas que solicitaram a inscrição para consulta por sua própria iniciativa. No entanto, grande parte da intervenção psicológica tem a sua origem nos encaminhamentos realizados pelos diversos parceiros na comunidade, sobretudo da Comissão de Protecção de Crianças e Jovens (CPCJ), onde existe o acompanhamento das crianças sinalizadas e/ou das suas famílias e dos Agrupamentos de Escolas de Caldas da Rainha. Em relação aos encaminhamentos provenientes das escolas, estes verificam-se sobretudo ao nível do 1º ciclo de escolaridade, mas também do 2º, 3º ciclo e secundário. Para além destes encaminhamentos, também muitos outros parceiros locais estabelecem articulação no sentido de procurar apoio psicológico para famílias da comunidade.

De 2020 a 2021, foi possível verificar-se que as solicitações para consulta de psicologia aumentaram consideravelmente, sendo que após o aparecimento da pandemia, os pedidos foram efectivamente mais ao nível de crianças e adolescentes. A pandemia veio alterar a forma como nos relacionamos com os outros, condicionou a nossa liberdade e conseqüentemente originou elevados níveis de ansiedade, *stress*, muita solidão e sintomatologia depressiva.

Importa mencionar que mesmo perante os constrangimentos impostos pela pandemia, o Gabinete continuou sempre a desenvolver o seu trabalho, adaptando-se às circunstâncias e realizando a intervenção psicológica à distância, mas não deixando nunca de dar apoio a quem verdadeiramente necessitava. Paralelamente à intervenção ao nível das consultas de Psicologia foi ainda criada uma linha de apoio emocional, disponível para todas as pessoas da comunidade que sentissem a necessidade de procurar ajuda, nesta fase que nos deixa tão vulneráveis.

Concluindo, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia actua acima de tudo numa máxima preventiva, procurando sempre dotar a comunidade de estratégias para o autocuidado na saúde mental. No entanto, sempre que existe a necessidade de efectivamente existir um apoio psicológico, o Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia encontra-se disponível, tendo como objectivo primordial promover o bem-estar emocional da pessoa.



EM PROL DA COMUNIDADE

Novembro a Dezembro de 2020

POSTAIS DE NATAL DOS ALUNOS DA ESAD.CR

Os Alunos da turma de Ilustração e Produção Gráfica da ESAD Caldas da Rainha, como já vem sendo habitual, presentearam todos os caldenses e visitantes com vários postais de boas festas que foram colocados em diversos *Mupis* e abrigos na cidade e na nossa freguesia



Em tempos de pandemia os idosos estão sujeitos a um grande isolamento que pode provocar alterações no seu estado emocional. Temos como grande preocupação promover o bem-estar físico e psicológico de toda a população, em particular dos seniores. Neste sentido, no passado dia 11 de Dezembro de 2020, o Presidente Vítor Marques acompanhado por colaboradores da Junta de Freguesia, deslocou-se à Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto, ao Centro Social Paroquial de Caldas da Rainha, à Santa Casa da Misericórdia das Caldas da Rainha e ao Centro de Apoio Social da Freguesia de São Gregório, para entregar um Bingo Sénior a cada instituição. Os Bingos seniores que foram distribuídos têm como principal objectivo a estimulação cognitiva e sensorial, de uma forma bastante lúdica. Para além dos bingos seniores, foram entregues na totalidade 400 viseiras de conceito hospitalar, para a protecção dos seniores e colaboradores das instituições e 400 boletins da Junta de Freguesia.

VACINAÇÃO COVID-19

A Junta de Freguesia recebeu uma listagem do Centro de Saúde de Caldas da Rainha, com mais de 400 idosos elegíveis para vacinação contra a COVID-19, que não tinham o contacto telefónico actualizado nas redes de saúde. O Executivo e alguns colaboradores da Junta de Freguesia contactaram porta a porta os idosos da nossa freguesia. As equipas criadas pela conseguiram obter os contactos, actualizando-os quer através dos próprios, como através de familiares e vizinhos. Esta acção teve como objectivo garantir que nenhum utente pertencente ao grupo prioritário ficasse fora da vacinação.



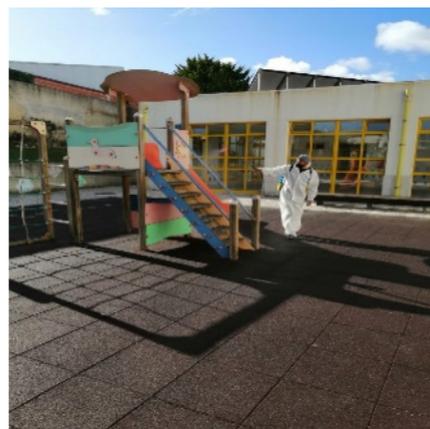
AUTOCARRO DA JUNTA DE FREGUESIA

O Município e a Junta de Freguesia colaboraram com o Centro Hospitalar do Oeste - CHO nas deslocações de profissionais de saúde entre as unidades hospitalares do CHO em Caldas da Rainha e Peniche.



DESINFECÇÕES DOS ESPAÇOS EXTERIORES DAS NOSSAS ESCOLAS E JARDINS DE INFÂNCIA

O Executivo da Junta de Freguesia, tendo em consideração o Estado de Calamidade, o início das Escolas e Jardins de Infância e preocupados que estamos com a saúde e bem-estar das nossas crianças decidiu fazer a desinfeção semanal em todos os seus espaços de recreio.



PLANTAÇÃO NA MATA RAINHA DONA LEONOR NO DIA MUNDIAL DA ÁRVORE

O Executivo e os colaboradores da Junta de Freguesia comemoraram o Dia Mundial da Árvore e o Dia Internacional das Florestas, 21 de Março, com a plantação de jovens plantas como Carvalhos Alvarinho, Freixos, Bétulas, Medronheiro, Cedros do Bussaco, na Mata Rainha Dona Leonor. Esta iniciativa esteve integrada no projecto Ares de Arte 2021.



PRÉMIO AUTARQUIA DO ANO

É gratificante ver reconhecido o trabalho de qualidade feito pelas autarquias.

A Junta de Freguesia concorreu pela primeira vez e viu a sua autarquia galardoada nas duas categorias:

- Apoio Social – Medidas Covid-19

- Educação – Ensino Básico.

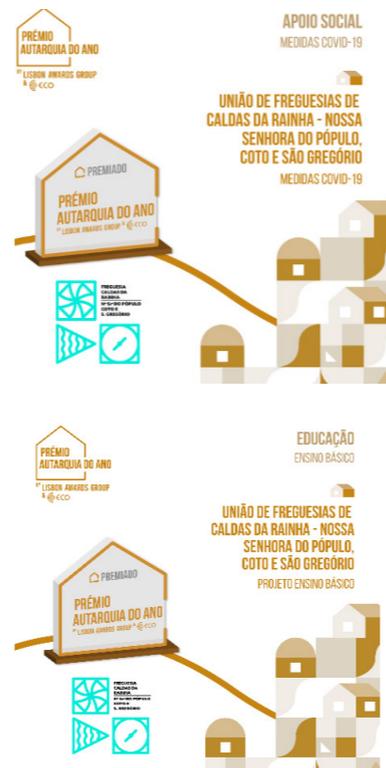
Este galardão é um reconhecimento público de um trabalho realizado em equipa pelo Executivo e colaboradores da Junta de Freguesia, que muito nos honra.

A nível nacional candidataram-se Câmaras e Juntas de Freguesia de vários Municípios.

Relativamente a Juntas de Freguesia, foram reconhecidas apenas 5 a nível nacional, sendo que a nossa Junta de Freguesia é uma delas.

O nosso obrigado à *Lisbon Awards*.

Parabéns a todos os galardoados com o prémio Autarquia do Ano nas várias categorias.



SECRETARIA ONLINE

Também poderá contactar-nos pela *Secretaria Online*, uma área inovadora de atendimento aos fregueses da Junta de Freguesias, que disponibiliza no seu 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 através do link <https://bit.ly/3hJSjuS>

<http://balcaovirtual.freguesiacaldasdarainha.pt>



ARTE URBANA - MURAIIS NO COTO

O muro do parque infantil e da Escola Básica do Coto, foi pintado com mais uma obra de arte urbana a cargo de [@nite_letters](#).

A Junta de Freguesia apoiou esta iniciativa, cedendo os materiais para a realização desta obra de arte urbana. Poderão acompanhar o vídeo do “making off” no Instagram de [@nite_letters](#).



APOIO AO PROJECTO “HORTA À PORTA”



A Junta de Freguesia partilha o início desta sinergia e é com bastante satisfação que apoia o trabalho e a dedicação dos impulsionadores deste projecto. Este trabalho em rede pretende empoderar a população a envolver-se na criação e manutenção de jardins comestíveis nos seus bairros, de um modo sustentável e dinâmico, mas também contribuir para o fortalecimento das comunidades. O Projecto Horta à Porta tem a parceria de várias entidades como a Câmara Municipal de Caldas da Rainha, Caldas Regenera, Algubio, Biogleba, Madeiras Manuel Barreto, Horta do Pé Descalço, Centro de Educação Especial Rainha Dona Leonor, Lirium, Sementes de Portugal e a Junta de Freguesia, que disponibilizou e transportou o composto necessário para os canteiros, assim como ajudou na disponibilidade de rega, no espaço do Avenal.

O primeiro momento foi 29 de Maio, no Bairro Azul, o segundo momento no dia 30 de Maio, no Avenal e o terceiro momento no dia 5 de Junho, na Avenida 1º de Maio. Verificou-se uma interessada adesão da comunidade ao projecto, importa dizer que este é um projecto de desenvolvimento e continuidade, sendo que estes foram os momentos iniciais, agora é importante cuidar e manter, acompanhe na página: facebook.com/hortaaporta.cr



ABERTURA DA SECRETARIA AO PÚBLICO

Tendo em consideração o desconfinamento, a passagem ao Estado de Calamidade e uma vez que a testagem e vacinação estavam a decorrer em bom ritmo, o Executivo da Junta de Freguesia, preocupado com o bem-estar e segurança dos fregueses, dos colaboradores, com os superiores interesses da saúde pública e com o bem servir, decidiu abrir a secretaria. A partir do **dia 01 de Junho de 2021** o serviço de atendimento presencial de secretaria passou a funcionar de porta aberta, no seguinte horário, das **09h00 às 13h00** e das **14h00 às 16h30**, **mantendo-se todas as restrições e recomendações emanadas do governo e da Direcção Geral de Saúde e afixadas no átrio da Junta de Freguesia:**



COVID-19

ENTRADA

Devem observar as seguintes regras:



Uso obrigatório de máscara



Desinfecção obrigatória das mãos



Devem manter entre si o distanciamento mínimo de 2 metros



Permanência no átrio 3 pessoas no máximo;

Siga as recomendações da DGS.

PROGRAMA abem

O abem é o primeiro programa solidário da Associação Dignidade, uma instituição particular de solidariedade social, que nasce da parceria entre o sector social – Cáritas Portuguesa e Plataforma Saúde em Diálogo e o sector da saúde – Associação Nacional das Farmácias e Associação Portuguesa da Indústria Farmacêutica.

A 17 de Dezembro de 2018 a Junta de Freguesia assinou a um protocolo com a Associação 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. O rendimento familiar *per capita* inferior a 50 % do Indexante dos 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 três anos esta ajuda tem vindo a fazer a diferença na vida de várias famílias. Em 2019 a Junta de Freguesia apoiou 20 famílias, em 2020 aumentou o apoio aumentou para 31 famílias, e face ao surgimento da COVID-19 e de forma a minimizar os impactos socioeconómicos causados pela pandemia a Junta de Freguesia aderiu ao cartão Emergência abem: COVID-19, reforçando assim o apoio ao acesso a medicamentos gratuitos por 3 meses.

Em 2021 contamos com 40 inscritos no programa abem - Rede Solidária do Medicamento, permitindo deste modo que tenham acesso nas farmácias, aos medicamentos comparticipados que lhes são prescritos.



17 de Setembro de 2020

ECO-FAMÍLIAS XXI

Durante dois meses e meio esteve aberto o concurso para o projecto eco-famílias da nossa Junta de Freguesia, onde concorreram 12 famílias. As famílias vencedoras foram convidadas a estarem presentes num evento restrito, na Casa dos Barcos do Parque D. Carlos I, para a entrega de prémios e para uma visita à exposição “Fauna do Parque”, de Filipe Marques. Também demos a oportunidade às famílias de usufruírem de um passeio de barco, no Lago dos Cisnes. Agradecemos a todos os que participaram, que todos os dias têm práticas sustentáveis que contribuem para um planeta mais ecológico.



15 a 19 de Janeiro de 2021

SEMINÁRIO ONLINE ECO - ESCOLAS

Tal como nos anos anteriores, em Janeiro de 2021, participámos no seminário Eco- escolas, durante cinco tardes, desta vez através de plataformas *online*, onde assistimos a várias palestras sobre o tema principal “O Ar e os Espaços Exteriores”. Esta participação visa enriquecer os projectos e iniciativas próprias e com parcerias, de forma a podermos levar às nossas escolas mais actividades criativas e que promovam enriquecimento aos alunos.



A Junta de Freguesia continua a ostentar a bandeira verde como Eco-Freguesia XXI. No dia 21 de Junho, no Teatro-Cine de Pombal recebemos o galardão atribuído pela ABAE – Associação Bandeira Azul da Europa, pelo desempenho em termos de sustentabilidade ambiental. Decorreu de forma presencial e por videoconferência, a Junta de Freguesia foi representada pela secretária do Executivo Maria João Reis, em nome de toda a equipa da Junta de Freguesia e fregueses, tendo nesta 3ª edição alcançado a menção de Prata, com 79,97%.

Esta nomeação é um motivo de orgulho para todos os colaboradores da Junta de Freguesia assim como para todas as famílias, associações, escolas e parceiros, que contribuíram para este galardão, mas igualmente que assumem esta responsabilidade partilhada de cuidar do nosso ambiente. Para a atribuição da Bandeira Verde são considerados 10 indicadores, alguns são: a educação para a sustentabilidade, gestão ambiental, espaços públicos, biodiversidade e espaços verdes. Destacamos no indicador do desenvolvimento sociocultural a nossa actividade “Casa das Artes” que consiste em diversas oficinas artísticas direccionadas para famílias, este projecto contou com edições *online* e presenciais num espaço público e de lazer, o Parque D. Carlos I.



Dezembro de 2020

XI CORRIDA P'LA VIDA



CORRIDA P'LA VIDA



XI CORRIDA PELA VIDA

5 DE DEZEMBRO DE 2020

ADIADA PARA 2021



A “CORRIDA P’LA VIDA” é uma prova desportiva com grande tradição em toda a Zona Oeste e a nível nacional, contando com a participação de atletas nacionais. A ideia nasceu em Dezembro de 2010, quando a Junta de Freguesia decidiu dar início a um evento que intitulou de “CORRIDA P’LA VIDA”, integrado num projecto de sensibilidade social, desportivo e turístico da nossa Cidade.

Já apoiámos a Associação Portuguesa Contra a Leucemia (APCL), a “Acreditar”, a “Ajuda de Berço”, a Associação Humanitária Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha, o Centro de Educação Especial Rainha D. Leonor (CEERDL), o Projecto “OLHA-TE”, a Cruz Vermelha Portuguesa Delegação de Caldas da Rainha, o Agrupamento de Escuteiros de Caldas da Rainha, a Liga Portuguesa Contra o Cancro e a Liga de Amigos do Centro Hospitalar de Caldas da Rainha.

Devido à segunda onda da pandemia, às restrições impostas pela DGS (Direcção Geral de Saúde) e autoridades portuguesas, o Executivo da Junta de Freguesia, também preocupado com a Saúde Pública, decidiu adiar a realização da XI edição da “CORRIDA P’LA VIDA”.

No entanto não podíamos deixar passar o dia da realização da XI CORRIDA P’LA VIDA, um evento de solidariedade tão acarinhado por todos nós, que foi celebrado em dois momentos: Num primeiro momento a 5 de Dezembro de 2020, o vogal José Cardoso juntamente com um grupo de amigos e apoiantes realizaram o percurso previsto da XI Corrida P’la Vida. Num segundo momento a 12 de Dezembro de 2020, o Executivo juntamente com as colaboradoras da Junta de Freguesia realizou a “Caminhada P’la Vida”.

Percorremos as ruas da cidade apreciando a iluminação e as várias Árvores de Natal e concluímos o percurso no Parque D. Carlos I.

29 de Abril de 2021

DIA MUNDIAL DA DANÇA



“Dançar é a liberdade de expressar com movimentos o que nos vai na alma”

De forma a celebrar o dia 29 de Abril o Dia Mundial da Dança, a Junta de Freguesia assinalou o dia, através da partilha online de apresentações e aulas abertas de escolas de dança e associações ligadas à dança, no *Facebook* de Junta de Freguesia [@nspopulo](#).

RISA DANCE SCHOOL APRESENTAÇÃO DE PASODOBLE



APRESENTAÇÃO DO GRUPO OS TRAQUINAS DE SÃO GREGÓRIO.



ADCR - ASSOCIAÇÃO DE DANÇA DE CALDAS DA RAINHA - AULA ABERTA



PIMPÕES



MOOVES DANCE STUDIO APRESENTA “QUEM DANÇA É MAIS FELIZ”



APRESENTAÇÃO EVDOR - TÉCNICA DE DANÇA CONTEMPORÂNEA E DANÇA CRIATIVA



PARQUE / MATA

Agosto a Outubro de 2020

SINALÉTICA, REPUXOS, ILUMINAÇÃO NO PARQUE

Desenvolvemos diversos melhoramentos no Parque D. Carlos I, desde a nova sinalética, repuxos no lago, restauro dos muros, o acesso à ponte convertido em rampa, colocação do pincel e iluminação da estátua do José Malhoa, iluminação cinética das árvores na zona do Museu José Malhoa, requalificação das instalações sanitárias da Casa dos Barcos e pintura de todo o gradeamento do Parque.



Ao longo dos últimos três anos foram diversas as comunicações informativas e de esclarecimento à população sobre as intervenções de arboriculturas e de plantações, que foram executadas no Parque D. Carlos I e na Mata Rainha Dona Leonor. Reconhecemos e partilhamos o sentimento de preocupação do parque e a mata, assim como dos seus elementos, mas também é-nos reconhecida a responsabilidade de gerir e manter, nas melhores condições possíveis, estes espaços públicos. Sabemos que os utilizadores e frequentadores do parque e da mata, que acompanham as intervenções efectuadas, nas devidas distâncias de segurança, entendem os trabalhos e percebem a necessidades das intervenções, pois verificaram as zonas de podridões, os problemas estruturais e o nível de degradação das árvores que foram intervencionadas. Mesmo que existam partes das árvores saudáveis, o facto de serem abatidas é devido à verificação de pontos críticos, não detectáveis por todos e que uma vez sabendo não podemos ignorar.

Os trabalhos de gestão e manutenção realizados no parque e na mata, seguem uma base de trabalho com directrizes e procedimentos próprios, que obrigam à monitorização de todos os componentes destes espaços. Existe acompanhamento técnico na identificação e monitorização de todas as árvores e quando são solicitados diagnósticos e avaliações específicas, estas respostas são obtidas com técnicos especializados em arboricultura. Também de referir que, existe uma instalação que foi montada junto a uma das entradas da Mata Rainha Dona Leonor, esta faz parte do Fundo Ambiental da República Portuguesa, do projecto de Economia Circular - Toca a Aproveitar! e sob entende a reinserção das madeiras possíveis de utilizar com uma 2ª vida, no local de origem, como mobiliário urbano e/ou esculturas. Este projecto foi desenvolvido com vários parceiros e este foi um dos seleccionados para executar. Assim como parte destes resíduos também são aproveitados para produzir estilha, novamente para reintroduzir no sistema, assumindo uma gestão sustentável de recursos e de economia circular.



Novembro de 2020

JOVEM ESTUDANTE DE CONSERVAÇÃO E RESTAURO NA ESTATUÁRIA DO PARQUE D. CARLOS I

A jovem estudante Mafalda Maria, sob a orientação da Dt^a Arlinda Ribeiro, realizou avaliações a várias estátuas do Parque D. Carlos I, revelando especificamente as necessidades de intervenção de conservação e restauro da estatuária. Deu-se início ao projecto através da “Placa em baixo-relevo comemorativa a Rodrigo Berquó” de José Aurélio, Mestre e Autor, que também colaborou no local.

Contabilizando mais de 36 horas de trabalho, Mafalda conseguiu recuperar com a aplicação de técnicas e produtos específicos, as zonas onde o estado de restauro estava mais necessitado, nomeadamente ao nível da sujidade da pedra e presença de musgo e líquenes



Novembro e Dezembro de 2020

NATAL TRICOTADO E PRESÉPIO EM LAND ART

O Parque D. Carlos I é um lugar cheio de recantos surpreendentes, que vale a pena visitar, sobretudo na época natalícia. Novamente realizámos a parceria com a retosaria Coolchetes, que teve a seu cargo a decoração dos portões do Parque e a Árvore de Natal Tricotada, exposta no coreto até ao dia de Reis. Também foi inaugurado um presépio em *Land Art*, criado pelos artistas Rita Silva, Sónia e Uli Wendl, que nos presentearam com uma obra de arte, através da utilização de recursos provenientes da própria natureza para a criação do produto artístico. O presépio é composto por 28 peças de madeira resultante da poda das árvores do parque e mata. As peças foram pintadas com materiais naturais tais como chá, carvão, pétalas de flores, bagas e revestidas de resina.



17 de Fevereiro de 2021

PLANTAÇÕES DE JOVENS ÁRVORES NA MATA RAINHA DONA LEONOR

Há semelhança das acções de plantação no ano 2019, na intenção de conservar a biodiversidade da Mata e de proteger o seu potencial, mais uma vez, com o apoio da equipa do Centro de Educação Especial Rainha Dona Leonor, orientado pelo responsável Fernando Contreras, os colaboradores da Junta de Freguesia, procederam à remoção das espécies com comportamento invasor, nomeadamente da acácia (*acacia longifolia* e *acacia melanoxylon*), dando origem a clareiras. De forma, a manter o equilíbrio ecológico, foram iniciadas as plantações nessas mesmas zonas, com cerca de 200 jovens plantas, mas que serão muitas mais, onde podemos encontrar várias espécies de carvalhos, freixos,... As plantas que foram plantadas estiveram na fase de “engorda”, para ter um crescimento mais capaz de ter sucesso e constam das plantas que nos foram oferecidas dos viveiros do Furadouro em 2019.



58

25 de Fevereiro de 2021

TROCA DE CISNES POR PLANTAS COM BUSSACO

Foi estabelecida uma troca de elementos entre a Junta de Freguesia e a Fundação da Mata Nacional do Bussaco, em que foi cedido um casal de cisnes negros e em troca recebemos plantas. A necessidade de dar uma nova casa aos cisnes negros prendeu-se com questões de disputa territorial, entre os vários animais da avifauna presentes no lago. Sabendo do possível interesse da fundação, foi então realizada esta troca no final de Fevereiro. Muito agradecemos as 53 plantas: 10 Carvalhos Alvarinho, 10 Freixos, 2 Bétulas, 5 Amieiros, 2 Murtras, 3 Pilriteiros, 3 Medronheiros, 2 Tuias, 10 Pinheiros Mansos, 5 Cedros do Bussaco e 1 Castanheiro da Índia, que nos foram cedidas e esperamos que os cisnes gostem da nova morada.

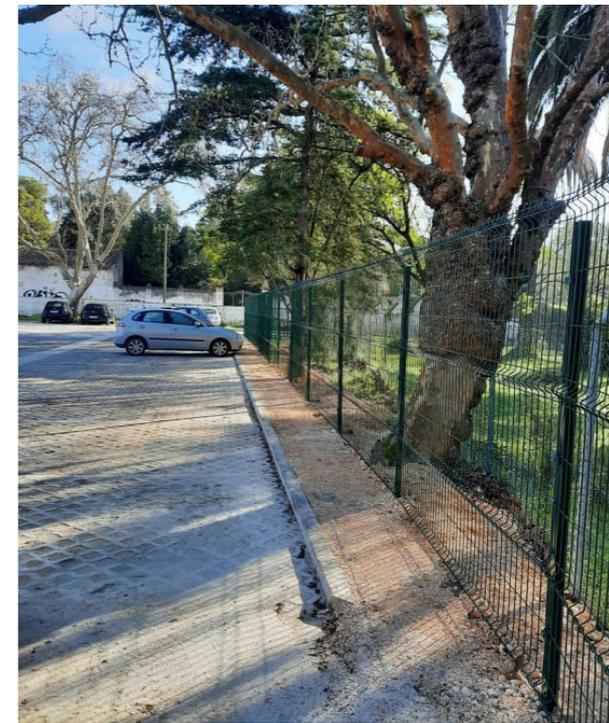


59

MELHORAMENTOS NO PARQUE



A Junta de Freguesia tem vindo a requalificar e a melhorar as condições do Parque D. Carlos I. Dotámos as zonas de relvado e canteiros com instalações de rega, replantámos árvores, requalificámos vários canteiros e caminhos, colocámos os caminhos com saibro, o pavimento de origem de utilização no Parque, assim como reforçou o gradeamento do estacionamento da Parada.



Março de 2021

OFERTA DE NINHOS PARA CHAPINS

A Junta de Freguesia agradece ao João Edgar, pela construção de 12 ninhos para os chapins, estes que têm na sua dieta a lagarta do pinheiro. Estes ninhos foram colocados na Mata Rainha D. Leonor, Parque D. Carlos I e Pinhal Santo Isidoro, onde já foi verificada a presença de chapins.



Abril de 2021

BECO DO CUPIDO

O Beco do Cupido é um ponto de encontro de um percurso pedonal que liga o Parque D. Carlos I e a Mata Rainha Dona Leonor. O caminheiro da região e amante da natureza, Eduardo Dias, apresentou um vídeo publicado no *facebook* da Junta de Freguesia, que faz uma viagem explicativa, neste local situado na Quinta da Boneca. A reportagem dá origem a um curto documentário, emitido em três idiomas diferentes – inglês, francês e espanhol – e destinado às comunidades estrangeiras que residem na região.



BOAS PRÁTICAS NO PARQUE D. CARLOS I

Para que todos se sintam bem no Parque D. Carlos I, assim como em todos os espaços verdes públicos em geral, é importante ter regras definidas para a boa estadia e usufruto dos locais de lazer e bem-estar. A proibição de ter os animais soltos e nos relvados, pela imprevisibilidade do comportamento animal, tal como a exigência da recolha dos dejectos dos animais, pelos seus donos, são algumas dessas regras de boas práticas e respeito pelos outros. Também a não circulação de bicicletas, devido às velocidades e a possíveis acidentes com peões (em especial, crianças e idosos) e não apanhar flores dos canteiros, nem os pisar/ estragar. Sentimos a necessidade de sinalizar nas várias zonas estas indicações, no sentido de promover o respeito mútuo, pois são essenciais o cumprimento e a aplicação de boas condutas. Agradecemos a colaboração de todos.



Maio de 2021

PARQUE D. CARLOS I, UM DOS SETE JARDINS PARA DESCONFIAR

O Parque D. Carlos I é considerado um espaço de excelência, pelos caldenses, mas também pelos visitantes e curiosos. O desconfinamento permitiu as necessárias saídas para o exterior das nossas casas, para o contacto com o ar puro e espaços verdes, porque têm um efeito de positividade nas nossas vidas e estes espaços disponibilizam essas condições.

Verificamos uma afluência e permanência efectiva de pessoas nos espaços verdes, mas em especial, no Parque D. Carlos I, onde todos os elementos também têm aproveitado para descomprimir. Voltamos a ter as solicitações de usufruto do parque, para actividades diversas, aulas de exercício físico, filmagens de séries, tudo um pouco e começamos a recuperar a normalidade.

Por estas valências, reconhecidas por outros e de forma a contribuir para o valor identitário do parque e da sua essência, a revista Evasões escreveu um artigo “Parque D. Carlos I: uma floresta encantada nas Caldas da Rainha”, assim como a Visão Se7e, destaca o parque e apresenta-o como um dos sete jardins históricos para desconfinar.



Junho de 2021

BARCOS COLORIDOS NO LAGO DOS CISNES

À semelhança dos anos anteriores no início de Junho a Junta de Freguesia abre ao público, os passeios de barco no “Lago dos Cisnes”, no Parque D. Carlos I. Anualmente todos os barcos antes de voltarem para o lago, são arranjados e pintados de diferentes cores, que dinamizam e dão vida ao lago. Este ano 2021 desafiámos a nossa *designer* Jéssica Silva com a temática da fauna, atribuindo um animal e a imagem representa a numeração de cada barco. Temos assim o número 1 – O Pato, nº2 - O Peixe, nº3 – A Tartaruga “Cágado”, nº4 – O Esquilo, nº5 – O Cisne, nº6 – O Pavão, nº7 – O Papagaio, nº 8 - A Rã e o nº9 – O Pombo.

O horário disponível para passeios é das 11h às 12h30 (último barco a sair do cais, para 30 min de passeio) e das 14h às 15h30 horas, durante a semana, e até às 17h30, aos fins de semana, conforme as condições meteorológicas. Existe a obrigatoriedade de cumprimento das regras de boa utilização dos barcos, assim como das medidas COVID-19 estabelecidas, como a higienização das mãos e o uso de máscara no cais sendo que é permitido quatro utilizadores por barco.



Julho de 2021**COMEDOUROS PARA PÁSSAROS FEITOS POR CRIANÇAS**

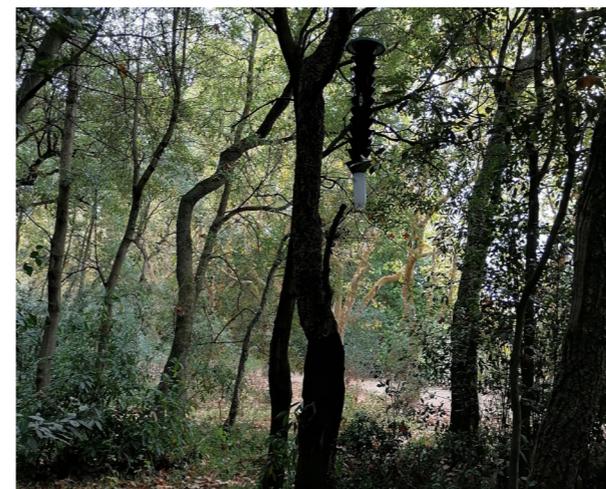
Fruto das actividades desenvolvidas no tempo de férias, as crianças da Escola Vocacional de Dança das Caldas da Rainha realizaram vários comedouros para os passarinhos, bastante coloridos e brilhantes. Para concretizar o efeito destes comedouros, a Junta de Freguesia acedeu ao pedido para a colocação dos mesmos nas árvores do Parque D. Carlos I. Por considerarmos esta uma iniciativa de valor e cheia de sensibilidade, cada criança e professor recebeu um livro “Acer Negundo - Amores de Berquó.”

**Agosto de 2021****REMOÇÃO DAS PINHAS DA ARAUCÁRIA**

Como prática dos últimos anos, existe a preocupação de minimizar o risco de queda de elementos vegetais, no Parque D. Carlos I e neste ano 2021, tal como aconteceu em 2017 e 2019, realizou-se a remoção de cerca de 50 “grandes” pinhas da nossa araucaria *bidwillii*, também conhecida como Araucária-de-Queenslândia, com a colaboração dos Bombeiros Voluntários de Caldas da Rainha e o Município.

**Setembro de 2021****COLOCAÇÃO DE ARMADILHAS PARA O CONTROLO DE PRAGAS**

No sentido de identificar, monitorizar e minimizar as várias pragas que atacam os exemplares arbóreos e arbustivos presentes no Parque, na Mata e noutra em outros espaços verdes, a Junta de Freguesia procedeu à colocação de armadilhas para o controle de pragas, com a colaboração do Gabinete Técnico Florestal do Município e a equipa de CEERDL. Importa referir que estamos a experienciar esta abordagem com recurso a armadilhas químicas, específicas e direccionadas para as pragas já identificadas, como o nemátodo e a processionária (fase de borboleta) que afectam os pinheiros e também o escaravelho-das-palmeiras, que continua activo no nosso concelho. Este é um passo importante principalmente, na protecção e salvaguarda dos espaços e os seus elementos.



Dezembro de 2020

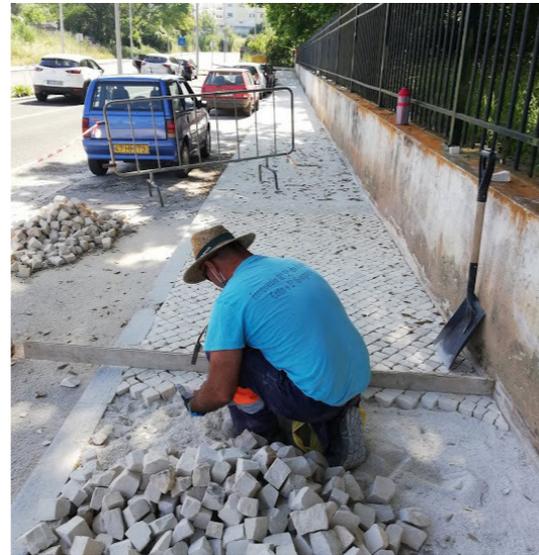
RECUPERAÇÃO DO JARDIM DA FANADIA

Durante os meses de Novembro e Dezembro, a Junta de Freguesia recuperou o jardim em frente à Associação da Fanadia, através do arranjo dos canteiros, de pinturas nas estruturas, bancos e mesas. Convidamos todos a visitar o espaço e fazer o bom uso do mesmo.

Agosto de 2020

MELHORAMENTOS DO ACESSO À MATA RAINHA DONA LEONOR

Executámos o calcetamento do passeio de acesso à Mata Rainha Dona Leonor, na Rua Diário de Notícias, em colaboração com o Município.



Setembro de 2020

PAINÉIS DE AZULEJOS NOS NOSSOS CEMITÉRIOS

A conclusão das obras de ampliação e requalificação do Cemitério do Coto e de São Gregório culminou na colocação de painéis de azulejos, executados pela Oficina do Brito, junto aos portões.



LIMPEZA E DESERVAGENS DOS PASSEIOS

Como é uma das nossas competências e serviços, continuamos diariamente a desenvolver a limpeza de passeios, bermas e valetas nas nossas áreas de acção. Ao longo das semanas executamos estas limpezas, com duas equipas, distribuídas uma na zona urbana de Nossa Senhora do Pópulo, (Encosta do Sol, Biver e Crocha; Lagoa Parceira e Avenal) e a outra alternadamente, em toda a área do Coto e toda a área da Fanadia e São Gregório.

ZERO HERBICIDAS, significa o compromisso de adaptação para ter um espaço mais natural, saudável e sustentável, em prol da saúde da população e do meio ambiente, assim se mantém a aposta do Executivo da Junta de Freguesia, iniciada em 2020.

Apelamos à compreensão de todos(as) os(as) fregueses(as), em relação ao trabalho realizado pelos colaboradores, que efectuem as limpezas de passeios, caminho, bermas e valetas, da melhor forma, com recurso a mão-de-obra e maquinaria eléctrica, para obter os melhores resultados e sem herbicidas, estas que apesar de terem um resultado mais duradouro, apresentam elevados riscos para a saúde e para o ambiente. Além disso, relembrar que temos uma área de actuação muito grande, com muitas e diversificadas zonas e existe um grande esforço para ter uma rotatividade certa e frequente, que nem sempre é com a regularidade que desejamos.

Para mais informações consulte as notícias, no site da junta de freguesia <http://www.freguesiacaldasdarainha.pt/zonas-de-limpeza.../> onde existem mapas com as delimitações de áreas de intervenção, ou na sede da Junta.



RECUPERAÇÃO DA LINHA DE ÁGUA DO PINHAL DE SANTO ISIDORO

De forma bastante natural e de consciência ambiental, a Junta de Freguesia reconhece a necessidade de melhor gerir e manter o espaço adjacente à linha de água, junto ao pinhal Santo Isidoro. Com a colaboração da equipa do Centro de Educação Especial Rainha Dona Leonor, orientado pelo responsável Fernando Contreras, juntamente com os nossos colaboradores, realizamos diversas plantações na margem sul da linha de água. Foram criadas duas linhas, uma de amieiros e outra de bétulas e aceres alternadamente, ao longo de parte do troço numa extensão de cerca de 200 metros, com cerca de 108 jovens plantas, de forma a recriar a diversidade e densidade de plantas, de zonas ribeirinhas e com espécies ripícolas, no sentido de melhor conservar a margem.



Março de 2021

NOVA SINALÉTICA NAS RUAS DO COTO E SÃO GREGÓRIO

No seguimento das reabilitações que realizámos com os abrigos, a Junta de Freguesia reciclou material de sinalética, postes e placas, que o Município cedeu e colocamos em vários cruzamentos, na Lagoa Parceira, Fanadia e São Gregório. O aproveitamento de materiais, reciclando-os, contribui para desenvolvimento sustentável, que engloba, não só o meio ambiente, mas também aspectos sociais e económicos.



Março de 2021

PLANTAÇÕES ESCOLA AVENAL

A Junta de Freguesia com o apoio dos colaboradores do Município, realizou a plantação de dois pinheiros mansos, um cedro do Bussaco e uma oliveira. Tratam-se de plantas jovens, com cerca de um metro de altura, a oliveira proveniente da estufa/viveiros do Parque D. Carlos I e as restantes, foram doadas pela Fundação da Mata Nacional do Bussaco, através de um contacto recente estabelecido com a Junta de Freguesia. De realçar a acção do município, com a transplantação de uma oliveira de médio porte e uma outra árvore, preexistentes na escola e que devido à realização das obras, foram relocalizadas adequadamente para outro local do jardim da escola.

Esperamos que estes exemplares perdurem no tempo, certamente já estão a valorizar esta escola e o seu espaço exterior de excepção, que é tão rico em verde, numa escola primária urbana.



Abril e Maio de 2021

JARDIM DA LAJE

Realizámos a construção de um passeio e estacionamento, na frente do jardim na Estrada da Laje no Coto. Para além do passeio verificámos a necessidade de requalificar o Jardim da Laje e torná-lo mais convidativo e com uma manutenção e gestão mais eficiente, através da conversão para um relvado e plantação de novas plantas.



Maio de 2021

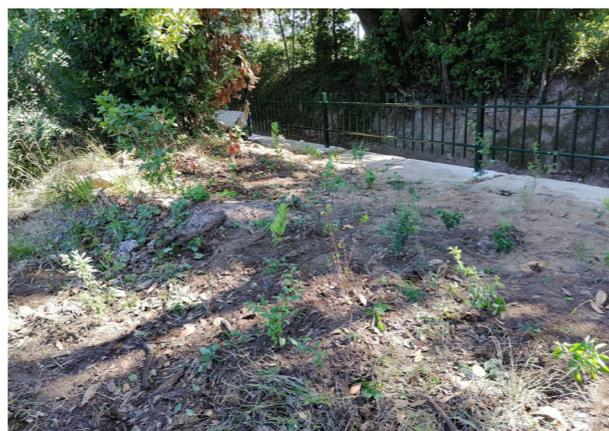
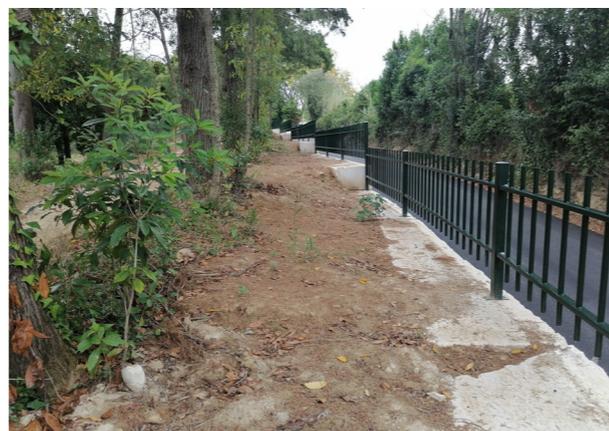
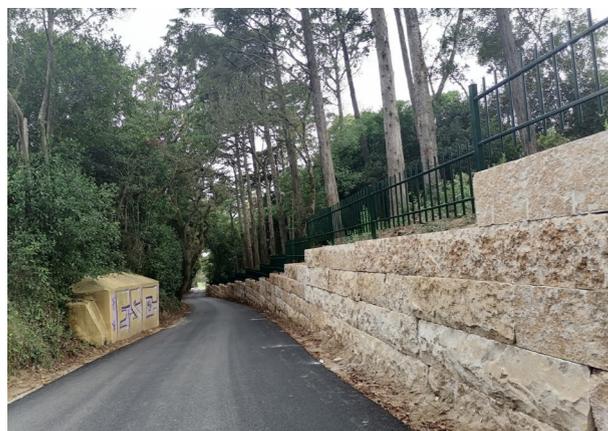
NOVOS ESPAÇOS EXTERIORES NAS ESCOLAS DO COTO E LAGOA PARCEIRA

Em Setembro de 2020 e Maio de 2021, para que as nossas crianças encontrassem as melhores condições possíveis, a Junta de Freguesia requalificou as zonas de recreio, executando obras de manutenção, onde pintou e instalou novos equipamentos infantis na Escola e Jardim de Infância do Coto e da Lagoa Parceira.



MURO DA MATA RAINHA DONA LEONOR

A Junta de Freguesia realizou a requalificação do muro da Mata Rainha D. Leonor, em colaboração com o Município de Caldas da Rainha, na Rua Maria Ernestina Pereira, entre o cruzamento da Rua Diário de Notícias e o campo de futebol da Quinta da Boneca. Para segurança de todos, este troço foi cortado ao trânsito e a pessoas, assim como parte dos acessos superiores da mata. Foi necessário com a intervenção suprimir alguns exemplares arbustivos e arbóreos, na linha do antigo muro, contudo já estamos a realizar a sua compensação em maior número e em espécies autóctones, nos espaços livres e de proximidade na mata. A intervenção consiste na construção de um novo muro de blocos de pedra sobreposta, colocação de novo gradeamento, o reperfilamento e repavimento da estrada e a criação de uma nova bordadura vegetal, com arbustos e herbáceas autóctones. Em particular, referir algumas das espécies desta bordadura viva, que muitas delas já existem na Mata, mas que é sempre importante promover o seu aumento e a biodiversidade. Temos o azereiro (*Prunus lusitanica*), pilriteiro (*Crataegus monogyna*), medronheiro (*Arbutus unedo*), aroeira (*Pistacia lentiscus*), cotoneaster-das-pedras (*Cotoneaster horizontalis*), lentisco (*Phillyrea angustifolia*) azevinho (*Ilex aquifolium*). Também a plantação de árvores, tais como carvalho Português (*Quercus faginea*), freixo (*Fraxinus angustifolia*) e cipreste português (*Cupressus lusitanica*).



NOVO PARQUE DA EIRA - FANADIA

A Junta de Freguesia deu início à requalificação do espaço do antigo campo de futebol da Fanadia, por detrás da antiga Escola Básica de Fanadia, a actual Biblioteca Henrique Nunes da Costa. Começámos pela renovação das bancadas pré-existentes e cedo entendemos, que para este espaço deveriam ser criadas várias zonas recreativas e de jogo colectivo, tornando o espaço multifuncional e que satisfizesse as diversas necessidades da população e promovesse novas actividades, abrangendo as várias faixas etárias da comunidade. Também foi interessante criar um “corredor” que ligasse este grande conjunto a outros espaços de proximidade, tais como, os tanques, o espaço da biblioteca, o Jardim da Fanadia, onde existe o pinheiro esculpido, e toda a zona da envolvente da Associação “Grupo Desportivo da Fanadia”.



Nesta nova organização do espaço irá existir um polidesportivo de futebol de cinco com piso de relva sintética e rede alta de protecção, um estacionamento organizado, uma zona de merendas com mesas e bancos e dois espaços reservados para a prática de jogos tradicionais (chinquilho e petanca). Será criada uma “eira” que juntamente com um conjunto de bancadas, irão promover um anfiteatro natural para espetáculos e estabelecer uma ligação histórica ao quotidiano dos usos e costumes rurais, que devemos valorizar e potenciar. Todas estas zonas são inseridas numa estrutura verde de enquadramento com vários exemplares arbóreos e arbustivos, que proporcionarão sombra, abrigo e volumetria ao espaço, que se apresenta plano e sem vida.

A obra está a ser executada com a mão de obra dos colaboradores da Junta de Freguesia e alguns colaboradores e máquinas da Câmara Municipal a empresa Mauriscava, assim como o apoio e a colaboração de parceiros e de interessados cidadãos da comunidade do lugar da Fanadia.



Janeiro a Agosto de 2021

NOVO JARDIM DO NASCER DO SOL - SOL NASCENTE



A Junta de Freguesia requalificou um dos espaços na zona do Sol Nascente, de acordo com uma reunião realizada no início do ano 2020, com os moradores da zona envolvente, que resultou na criação de um novo espaço para dar um uso digno do então espaço sobranete.

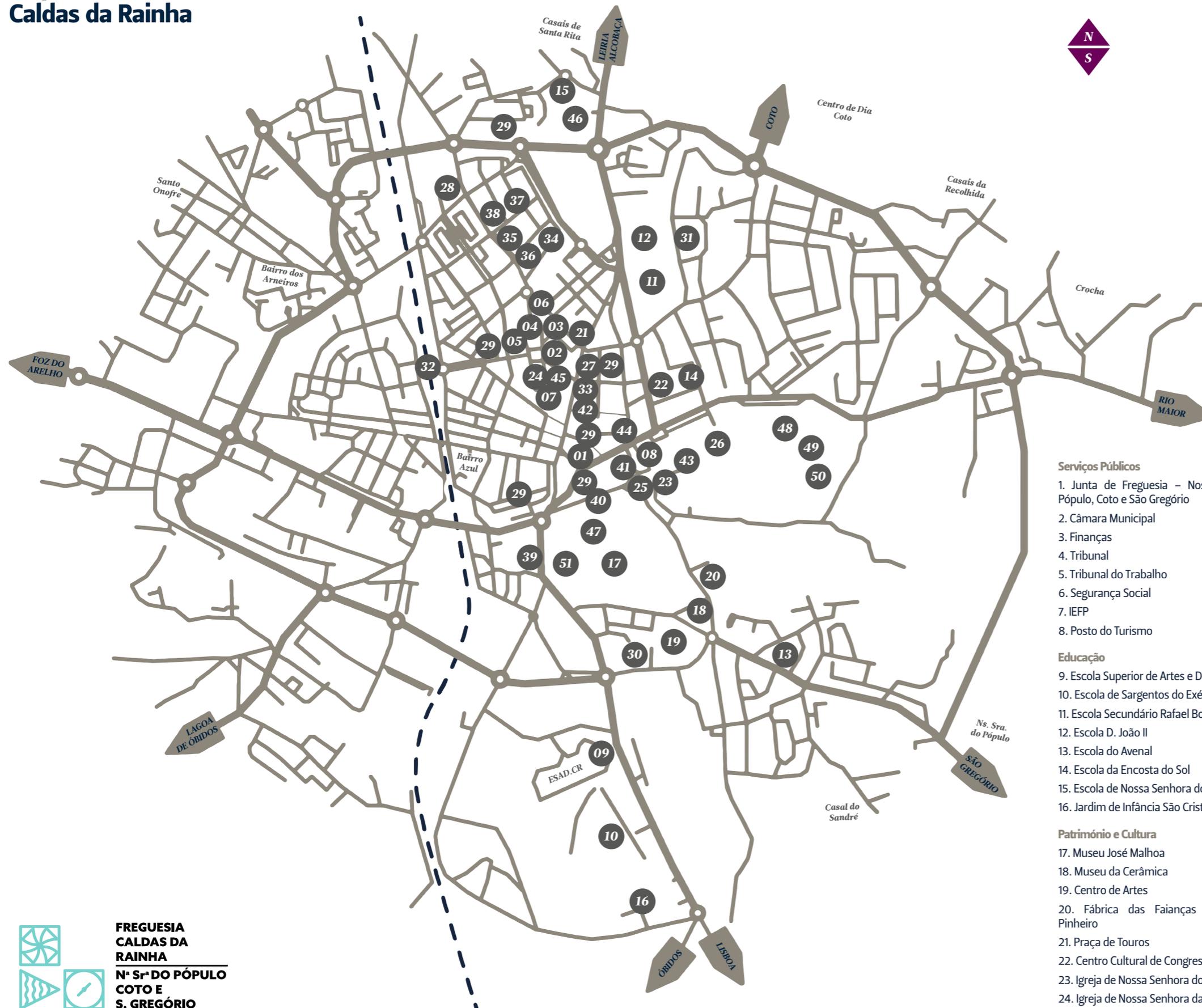
O novo jardim “Nascer do Sol” apresenta uma ampla e diversificada área verde, onde resolvemos explorar novas abordagens de usos de vegetação, mais sustentáveis e resistentes. Também existe uma zona com mesas de merendas, um estacionamento e um campo de jogos, preparado para o jogo de 3x3 de basquetebol, sendo este mais um dos campos do programa 3x3 BasketArt, da Federação Portuguesa de Basquetebol.

Para integrar este jardim na dinâmica dos espaços criados pela Junta de Freguesia, existem ilustrações realizadas em parceria com a DesenhosdoBruno – Academia, onde o objetivo foi enriquecer graficamente a requalificação do jardim e da envolvente. A ilustração do PT com o título “Sol Nascente” é de autoria de Sara Gregório (17 anos) com a colaboração de Alexandra Ramos aka Yumi (19 anos). O Campo de Basquetebol, com o título “Água Termal”, foi uma proposta de Vasco Coelho (16 anos) com a participação de André K. (17 anos), Mafalda Monteiro (16 anos), Sara G., Yumi, Vitória Figueiredo (18 anos) entre outros alunos que participaram pontualmente, sendo que os registos são da responsabilidade de Manuel Lopes (14 anos). Ainda neste espaço foi desenvolvido um *workshop* - Arte em Espaço Público, uma colaboração entre a ESAD.CR e a Junta de Freguesia, para estudantes do Mestrado em Artes Plásticas, que decorreu de 15 a 19 de Fevereiro de 2021. O projecto seleccionado foi a peça artística, intitulada “aaaARcoo”, das autoras Carolina Veigas e Maria Miguel von Hafe.



INFORMAÇÕES

Mapa de Interesses: Caldas da Rainha



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**
N.ª Sr.ª 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

Ação 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

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



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**



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



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 Parceira	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	
Auditório 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	262 831 996
Av. 1.º Maio, 12 R/C (Avenida que liga a Câmara à estação de comboios)	

Farmácia Caldense	262 832 256
Praça 5 de Outubro, 7	

Farmácia Central	262 831 471
Praça da República, 15–16	

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

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:

A todos os que colaboraram para este boletim

Câmara Municipal das Caldas da Rainha,

Todos os fregueses

Design: Jessica Silva



**FREGUESIA
CALDAS DA
RAINHA**

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

