

Entrevista

Bruno Moutinho



“O Beato será a freguesia do futuro, e tudo faremos para que isso seja uma realidade.”



GUIA PRÁTICO

INFORMAÇÃO ÚTIL

Sismos
pág. 12



DESPORTO
JOGOS BEATO 2018
pág. 14

OBRAS

Novo espaço para crianças - antiga casa do guarda da EB1 da Madre de Deus
pág. 10
Novas passadeiras sobrelevadas
pág. 11

SOCIEDADE
Projeto PA-REDES
Clube Intercultural Europeu
pág. 5

Dia Internacional da Mulher
pág. 4

3 Editorial
Sociedade

4 Dia Internacional Da Mulher
Distribuição De Flores
Espetáculo Teatro Ibérico

5 Projeto Pa-Redes - Um Projecto De Inclusão Social

6-9 **Entrevista** com Bruno Moutinho
Obras

10 Novo Espaço Para Crianças - Antiga Casa Do Guarda Da EB1 Da
Madre De Deus

11 Novas Passadeiras Sobrelevadas
Informação Útil

12-13 Sismos
Desporto

14 Jogos Da Freguesia Beato 2018
Venha Cuidar De Si, Praticando Yoga

15 **Memórias**

www.facebook.com/freguesiabeato

www.jf-beato.pt

www.instagram.com/junta_de_freguesia_do_beato

PRÓXIMOS EVENTOS



Manhã:
Visita ao Santuário de Fátima
Tarde:
Almoço e convívio na Quinta da Feteira
Fazendas de Almeirim

INSCRIÇÕES* A PARTIR DE 2 DE MAIO
Sede da Junta de Freguesia
Pólo de Atendimento da Picheleira
a partir das 9H00
* PARA RECENSEADOS E LIMITADAS ÀS VAGAS DISPONÍVEIS

As caminhadas Beato estão de volta para mais uma época de atividade física moderada em salutar convívio, apreciando a paisagem da nossa freguesia!

SÁBADOS
19 E 26 MAIO | 9 E 23 JUNHO | 15 E 29 SETEMBRO
PARTIDA ÀS 9H30
Inscreva-se e participe!



CONTACTOS:

Sede: Rua de Xabregas, 67 – 1º
1900-439 Lisboa
Atendimento ao público: Segunda a Sexta das 10h00 às 19h00
Tel.: 21 868 11 07 | Fax: 21 868 64 80 | Email: geral@jf-beato.pt

FICHA TÉCNICA

PROPRIEDADE
Junta de Freguesia do Beato
DIRETOR
Silvino Correia
COORDENAÇÃO EDITORIAL
Bruno Moutinho
REDAÇÃO, COMPOSIÇÃO E DESIGN GRÁFICO
Junta de Freguesia do Beato
IMPRESSÃO
GIO, Gabinete de Impressão Offset, Lda
DISTRIBUIÇÃO
Junta de Freguesia do Beato
DEPÓSITO LEGAL
56722/92
TIRAGEM
8000 exemplares
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



EXECUTIVO



Presidente
SILVINO CORREIA
Pelouros:
Coordenação Geral; Urbanismo;
Segurança e Proteção Civil Local;
Educação; Mobilidade e Transportes.



Substituto Legal do Presidente
VITOR MARQUES

Pelouros:
Recursos Humanos; Espaços Verdes;
Espaço Público; Espaço Saúde;
Habitação.



Secretário
BRUNO MOUTINHO
Pelouros:
Comunicação Institucional;
Empreendedorismo e Inovação;
Juventude; Movimento Associativo e
Desporto.



Tesoureiro
LUÍS CRISTÓVÃO

Pelouros:
Tesouraria e Finanças; Património;
Turismo; Cultura.



Vogal
LUCÍLIA CHARNECA
Pelouros:
Intervenção Social; Ambiente
e Higiene Urbana; Atividades
Económicas; Promoção de Eventos.



Assembleia de Freguesia

Presidente da Assembleia de Freguesia
BRUNO INGLÊS



MENSAGEM DO PRESIDENTE

Apesar de Lisboa não ser das cidades mais afetadas pela seca, é preocupação comum e dever de todos contribuir para uma utilização responsável dos recursos hídricos e respeitar o meio ambiente.

Já antes do decurso da fase aguda da seca extrema, que assolou grande parte do nosso país, tinha o Executivo desta Junta de Freguesia tomado medidas que visam a promoção de soluções de contenção e ambientalmente mais sustentáveis.

A redução das lavagens de rua ao estritamente necessário privilegiando a varredura, a contenção nas regas, revelando-se adequada a manutenção de plantas e árvores auto-sustentáveis, e a adoção de medidas globais de poupança na freguesia são opções políticas indispensáveis para darmos o nosso contributo.

É em consciência que optamos por dar o nosso contributo nesta missão, mesmo que pareça apenas uma gota num oceano de poupança de água tão necessário ao nosso país.✿

Silvino Correia

DIA INTERNACIONAL DA MULHER NO BEATO



Distribuição de flores

No dia 8 de março o Presidente da Junta de Freguesia do Beato, Silvino Correia, acompanhado dos Vogais Lucília Charneca e Vitor Marques, saíram à rua para homenagear, presenteando com uma flor, as mulheres que vivem e trabalham na freguesia. Neste registo, que assinala o Dia Internacional da Mulher, pretendeu-se realçar a relevância do papel das mulheres na sociedade, recordando a coragem e resiliência femininas, em particular das nossas mulheres beatenses. ✨



Espetáculo Teatro Ibérico

De acordo com a página oficial da Organização das Nações Unidas (ONU) "O Dia Internacional da Mulher é um momento para refletir sobre o progresso feito, pedir mudanças e celebrar atos de coragem e determinação pelas mulheres comuns que desempenharam um papel extraordinário na história dos seus países e comunidades."

A Junta de Freguesia do Beato associou-se, como habitualmente, às celebrações do Dia Internacional da Mulher organizando um espetáculo evocativo da data no Teatro Ibérico, no sábado, 10 de março. Apesar do mau tempo foram muitas as beatenses que não deixaram de marcar a sua presença no espectáculo onde



também esteve o Executivo da Junta de Freguesia, Presidente e Vogais, para assistir aos melhores momentos artísticos tanto do Projeto Gerações como dos fadistas convidados.

Mais uma vez

deu-se a possibilidade aos nossos munícipes de passarem uma tarde agradável na companhia de uma equipa que trabalha diariamente em prol da comunidade do Beato. ✨

Projeto PA-REDES

Clube Intercultural Europeu

O projeto PA-REDES é um projeto de inclusão social através da arte urbana iniciado em fevereiro de 2016 nos bairros que realojaram a população da antiga Quinta da Curraleira e Casal do Pinto: bairros João Nascimento Costa e Carlos Botelho (Freguesia do Beato) e bairros Horizonte e Quinta do Lavrado (Freguesia da Penha de França).

A forte identidade local e o sentimento de pertença, assim como a história destes bairros lisboetas ao longo dos últimos 50 anos foram objeto de

recolha, emissões de web rádio, assembleias. Simultaneamente, o projeto apostou na capacitação artística de crianças e jovens através de diferentes workshops em pintura, desenho, fotomontagem, serigrafia e poster.

Foram criadas 9 obras em espaço público que expressam momentos relevantes da história e da cultura local: o êxodo para a cidade, a construção de barracas, os clubes de bairro, os tanques onde se lavava a roupa, o aguadeiro e a falta de água canalizada, ou

o fogo na Curraleira em 1975, entre outros. Deste processo nasceu um percurso de turismo social guiado por moradores/as que, a partir das obras de arte urbana e da visita a lugares simbólicos, criou um roteiro de história(s), narrativas, vivências e resistências de uma Lisboa esquecida que reivindica o seu lugar. As costas da cidade vieram para ficar. Acompanhem-nos em www.ascostasdacidade.org ou no facebook As Costas da Cidade e marquem já a vossa visita!

Entidade promotora: Clube Intercultural Europeu.

Parceiros: AAFBAUL, Projeto Sementes a Crescer, Geração com Futuro – associação de moradores, Associação de Moradores VMBA, Associação de Moradores do Bairro Horizonte, Fundação Aga Khan Portugal, SCML, Junta de Freguesia do Beato, Gebalis, Agrupamento de Escolas das Olaias, Escola Artística António Arroio. Com a colaboração dos/as amigos/as do projeto Somos Torre (Cascais). ✨



Fotografia por Carlos Porfírio

Projeto financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian. Este projeto contou também com o apoio da Junta de Freguesia do Beato, da Gebalis e do café Marinho.

Entrevista Bruno Moutinho



Tem 42 anos, é casado, bancário há mais de 20, com formação em gestão bancária e benfiquista de coração. Bruno Moutinho é o novo elemento da equipa do Executivo da Junta de Freguesia que alia “sangue novo”, à experiência de outros vogais.

Foi membro da Assembleia de Freguesia do Beato no anterior mandato, que foi a sua primeira experiência política, tendo sido desafiado pelo Presidente da Junta de Freguesia, Silvino Correia, a fazer parte do Executivo para os próximos 4 anos, o que após natural ponderação aceitou com total

“espírito de missão”.

Extrovertido por natureza e com grande iniciativa, este Lisboaeta propõe-se a ser mais um elemento para ajudar a freguesia do Beato a ser uma freguesia virada para o futuro, pois como tantas vezes sublinha “O Beato será a freguesia do futuro, e tudo faremos para que isso seja uma realidade”.

Depois de passar toda a sua infância e juventude entre Marvila e os Olivais, decide ir viver para a Moita durante quase 5 anos, fixando-se na freguesia do Beato que “já é tão sua”, em 2005, fruto do desejo de voltar à Lisboa que o viu nascer.

Quando voltou para Lisboa, porquê é que escolheu a Freguesia do Beato?

Tal como ir viver para fora de Lisboa foi uma necessidade, o retorno à minha cidade de Lisboa tornou-se uma inevitabilidade. No Beato, porque vimos a oportunidade de poder viver num local com qualidade, com uma localização bastante conveniente e que nos permitiria também estar mais próximo da nossa família. O desenvolvimento que a Freguesia tem tido nos últimos anos mostrou que fizemos uma escolha acertada.

Já tinha tomado posse há

4 anos como elemento da Assembleia de Freguesia. O que sentiu no dia em que tomou posse como vogal deste executivo?

Acima de tudo um orgulho enorme! Orgulho por ter sido convidado pelo nosso Presidente Silvino Correia, uma pessoa que muito admiro, pelos valores que encerra, pela sua forma de estar perante a vida e perante os nossos fregueses, e que estou certo que com a ajuda dos restantes elementos do Executivo, será mais um Presidente que ficará na história do nosso Beato. Orgulho pela campanha limpa, positiva, com projetos concretos para a nossa freguesia. E orgulho por me ter sido dada a oportunidade de fazer parte do Executivo e desta equipa. Não duvidem que para mim é com orgulho e com muita emoção que sirvo a freguesia do Beato.

O que espera deste mandato?

Espero um mandato muito desafiante. Temos um programa para cumprir e tudo faremos para o cumprir. Temos projetos já iniciados pelo anterior Executivo que iremos terminar, e projetos que estão prestes a avançar como será o Plano de Pormenor do Casal do Pinto que irá permitir uma nova centralidade na freguesia, o Hub Criativo do Beato que vai permitir chamar à nossa freguesia novas empresas e novos profissionais altamente qualificados, que se espera que no futuro se possam fixar no Beato.

Enfim, muito trabalho, mas não duvido que será muito recompensador para quem está à frente dos destinos da freguesia, ver a satisfação no rosto dos nossos fregueses com o trabalho concretizado. Para isso também

contribuirá um desejo antigo de todos, e mais que merecido para esta freguesia, que é a nova Sede da Junta de Freguesia. Tudo faremos para que junto da Câmara Municipal de Lisboa, possa ser possível termos uma nova sede, que tenha condições para que todos os que trabalham na Junta e para os nossos fregueses que diariamente necessitam de se deslocar até à sede da sua freguesia. A população do Beato merece! Os fregueses e o Beato merecem!

É vogal deste Executivo, acumulando vários pelouros. Como é que consegue dedicar atenção a tantas áreas?

Realmente não é fácil, mas quando dispomos de técnicos adstritos aos diversos pelouros que são grandes profissionais, comprometidos em fazer mais e melhor em prol da freguesia e que se identificam com as linhas orientadoras traçadas, torna-se mais fácil.

“O Beato será a freguesia do futuro, e tudo faremos para que isso seja uma realidade”.

Comunicação Institucional, Desporto e Movimento Associativo, Juventude e Empreendedorismo e Inovação. Qual destes pelouros é o mais desafiante?

Claro que todos, cada um na sua medida. O papel das diferentes coletividades é vital para termos uma freguesia em constante desenvolvimento. São elas com a organização de diferentes eventos que dinamizam a freguesia, permitindo que todos aqueles que vivem no Beato tenham acesso a eventos culturais e desportivos, que

de outra forma seriam muito difíceis de concretizar. A Junta de Freguesia do Beato e o seu Executivo querem cada vez mais apoiar as coletividades e estar junto de todo o movimento associativo da freguesia, criando condições para que lhes seja mais fácil o desenvolvimento de planos de atividades que vão ao encontro dos desejos da população. Sempre pautando a nossa atuação com transparência e de acordo com as regras estabelecidas para os apoios às coletividades, sabendo elas que estaremos sempre ao seu lado para fomentar o seu crescimento e adaptação às nossas realidades cada vez mais exigentes de cumprimento das obrigações legais.

E a Comunicação Institucional? Como é que a Junta de Freguesia quer comunicar com os seus fregueses no futuro?

Este é um pelouro transversal a todos os outros que existem na freguesia. A comunicação da Junta de Freguesia do Beato, embora sempre muito ativa e próxima dos seus fregueses, deu um salto qualitativo enorme, aproximando-se das necessidades da população e adaptando-se de forma rápida aos desafios do futuro. Tornou-se mais profissional. Temos que nos adaptar às novas tecnologias, às diferentes redes sociais, mas sem nunca esquecer todos aqueles nossos vizinhos que, não tendo acesso às novas tecnologias, têm também o direito a estarem informados acerca da vida da sua freguesia, do seu Beato.

Como se propõe fazer essa transformação e adaptação às novas exigências?

Como se poderá já verificar com

“Eu moro cá, somos todos VIZINHOS, e como uma Junta de Freguesia é o órgão público mais pequeno de trabalho na comunidade, convido todos os meus VIZINHOS a ajudar a construir uma freguesia melhor. Todos somos poucos! ”.



este boletim, tentámos e acho que conseguimos criar uma imagem mais atrativa e que permite que todos aqueles que o leem se identifiquem com o conteúdo e fiquem a par daquilo que se passa de relevante na nossa freguesia de uma forma mais clara e objetiva. Depois, e olhando para um futuro cada vez mais presente, apostarmos nas novas tecnologias e nas redes sociais. Iremos dentro muito em breve renovar o nosso site, para ser mais atrativo, mais acessível, com mais e melhores conteúdos e para chegarmos a mais público, dentro e fora da nossa freguesia, para que possamos projetar a marca Beato cada vez mais.

E as redes sociais?

As redes sociais são primordiais e a forma mais rápida e fácil de chegar a todos. Desde o início deste mandato, com maior ênfase a partir do início deste ano, a aposta na divulgação praticamente diária de conteúdos no Facebook, tem sido algo

que é e será uma aposta para manter. Permite a divulgação de eventos organizados pela Junta de Freguesia e pelas coletividades, dar informação à nossa população acerca de iniciativas da Junta, como as inscrições para o “Praia Campo”, “Todos à Praia”, “Beato Jovem”, ajuda no preenchimento do IRS, até “apenas” a colocação de informações acerca de ruas da freguesia com a descrição histórica, o que tem causado grande adesão e participação por parte de todos aqueles que acompanham a nossa página do Facebook, e enfim, um sem número de informações relevantes que temos a obrigação de transmitir à população e desta forma estarmos mais próximos dos nossos fregueses. Mas sem nunca esquecer a presença constante na rua do Executivo da Junta de Freguesia, disponível para dialogar com os nossos vizinhos e os comunicados na caixa do correio com informação importante, para chegar a todos os públicos. Somos uma freguesia

inclusiva em todos os aspetos!

E no que respeita ainda à comunicação, o que está previsto para este mandato?

Como já referi, além de renovarmos “O Beato” e o site, de continuarmos a apostar no Facebook com posts diários, queremos diversificar a oferta e apostar na rede social Instagram. Temos a consciência, quando falamos com os nossos vizinhos falamos de tudo o que a freguesia tem, ao nível de atividades e serviços, das posições assumidas e ouvimos: “Não sabia...”, que temos de comunicar cada vez mais e de forma mais diversificada. É uma obrigação institucional que temos!

Desta forma pretende-se chegar a um público mais jovem...

Sim, claro! Mas queremos chegar pelas propostas, pelas atividades, por aquilo que fazemos. A comunicação é apenas um meio.

Mas para isso temos de escolher os meios certos, que são vários.. É algo que queremos muito fazer e que sabemos os jovens há muito desejarem.

Isto vai de encontro a outro dos seus pelouros. O da Juventude.

Embora seja já habitual dizer-se que os nossos jovens são os adultos do amanhã, não nos podemos ficar apenas pelas palavras. Temos de ser efetivos nas propostas e no acompanhamento dos nossos jovens. Passa por criar condições para que possam desenvolver os seus estudos, apoiando-os sempre que possível, através do Espaço Jovem, potenciando o seu conhecimento e preparando-os para o futuro. Queremos que os jovens de hoje, e que se identificam com a nossa freguesia, continuem a morar no Beato, que constituam família, mas para isso temos que estar cada vez mais atentos às suas necessidades e ir ao encontro das suas expectativas. Tudo faremos para que seja uma realidade e vamos nos bater em outros órgãos públicos para quotas de habitação em Lisboa para jovens e mais oportunidades profissionais qualificadas, sem esquecer oportunidades para quem escolhe cursos técnico-profissionais.

Já falou no Hub Criativo do Beato. O que espera deste novo espaço e que importância terá na nossa freguesia?

Estamos muito expectantes acerca do impacto que o mesmo terá na freguesia. Teremos de receber os benefícios desta

âncora de desenvolvimento para a requalificação do espaço público, melhores transportes públicos; mas vamos acompanhar a sua evolução de forma atenta, dentro das nossas competências, para defender quem cá mora. Sabemos que poderemos estar a falar em cerca de 3.000 pessoas a trabalhar naquele espaço, promovendo a marca Beato pelos mercados por onde se podem movimentar, criando oportunidade para o aparecimento de novas empresas de tecnologia, mas também dinamizando o comércio local, pela procura que naturalmente vai criar.

Não o preocupa que esse número de pessoas que o Beato vai acolher possa desvirtuar a identidade da freguesia?

Teremos de estar sempre atentos a tudo o que se passe. Queremos que as pessoas que irão trabalhar e desenvolver a sua criatividade e as suas atividades no Hub Criativo se integrem na nossa freguesia, e da mesma forma que nós os

iremos “adotar”, gostaríamos muito que eles “adotassem” a marca Beato!

E o que é a marca “BEATO”?

Representa uma freguesia de pessoas trabalhadoras, com uma história operária muito enraizada, de uma grande força interior, que vivem e lutam pela sua freguesia e têm orgulho em serem do Beato. São pessoas fantásticas, que sabem receber todos os que chegam!

“e vamos nos bater em outros órgãos públicos para quotas de habitação em Lisboa para jovens ”.

Para finalizar, um desejo...

Desejo que consigamos proporcionar à nossa freguesia,

um local cada vez melhor para morar, para trabalhar, enfim, para viver, porque só assim e quando terminar este mandato, teremos o sentimento de dever cumprido. Eu moro cá, somos todos VIZINHOS, e como uma Junta de Freguesia é o órgão público mais pequeno de trabalho na comunidade, convido todos os meus VIZINHOS a ajudar a construir uma freguesia melhor. Todos somos poucos! ✨



NOVAS PASSADEIRAS SOBREVAVADAS

Alguns meses depois de finalizadas as obras de sobrelevação de várias passadeiras da nossa freguesia, podemos concluir que estas intervenções têm-se verificado bastante positivas tanto do ponto de vista da acessibilidade como da segurança e do conforto dos peões.

A acessibilidade permite proporcionar a todos uma igual oportunidade de uso, tornando os espaços mais funcionais, mais seguros e mais confortáveis para todos os utilizadores.

Na área da segurança, uma vez que incentiva uma maior redução de velocidade dos automóveis na aproximação às passagens de peões, permite que os peões atravessem com menos risco e sobressalto. Já na questão do conforto, o cuidado do nivelamento pela quota do piso pedonal proporciona uma maior facilidade no atravessamento

das vias, sobretudo aos que têm maiores desafios de locomoção e a pais com carrinhos de bebé, para citar apenas alguns dos que beneficiam destas novas passadeiras.

Dia após dia, com maiores ou

mais pequenas intervenções, continuaremos a melhorar a freguesia.✳



SEDE

Rua de Xabregas, 67 – 1º
1900-439 Lisboa
tel.: 21 868 11 07
fax: 21 868 64 80

Horário:
Segunda a Sexta das
10h00 às 19h00



Pólo de atendimento da Picheleira Mercado Alfacinha

Rua Eng. Maciel Chaves

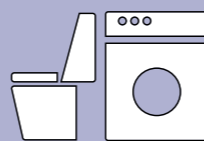
Horário:
Segunda a Sexta
8h30 – 13h00
14h00 – 16h30



Espaço Saúde

Rua Nova do Grilo, 7-A
tel.: 21 865 01 50
espaco.saude@jf-beato.pt

Horário:
Segunda a Sexta
10h00 – 13h00
14h00 – 18h00

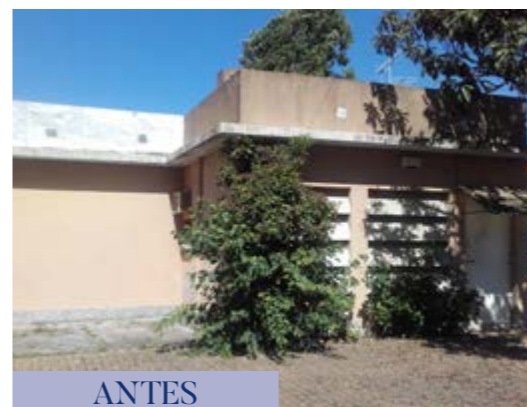


Balneários

Rua Gualdim Pais
geral@jf-beato.pt

Horário:
Segunda a Sexta
8h30 – 20h00
13h00 – 15h30
Sábados
8h30 – 11h00

NOVO ESPAÇO PARA CRIANÇAS ANTIGA CASA DO GUARDA DA ESCOLA EB1 DA MADRE DE DEUS



ANTES



Estão concluídas as obras da velhinha casa do guarda na EB1 da Madre de Deus.

O edifício de apoio escolar, com mais de cinquenta anos e que se encontrava devoluto, denominado Casa do Guarda da EB1 da Madre de Deus, mantinha ainda a maioria das características originais da construção nomeadamente ao nível dos revestimentos e equipamentos, encontrando-se estes obsoletos

e sem quaisquer condições de utilização.

Pretendeu-se, com a conservação e alteração do edifício, a criação de novos espaços de suporte à Componente de Apoio à Família (CAF) e às Atividades de Animação e de Apoio à Família (AAAF), com possibilidade de uso por algumas actividades da própria escola.

Os objectivos técnicos da obra foram alcançados com as

intervenções ao nível estrutural e estético beneficiando também utentes com limitações ao nível da locomoção e, com a utilização de vidros e caixilharia energeticamente eficientes, abriu-se o espaço interior à entrada de luz proporcionando visualmente uma ligação ao espaço exterior envolvente.

As crianças, monitores e outros profissionais da EB1 da Madre de Deus no Beato terão agora um espaço mais convidativo e confortável para brincar e aprender.✳



DEPOIS



Se vive numa zona de risco de TERRAMOTOS

Se vive numa zona onde podem ocorrer terremotos (perigosidade) Onde quer que esteja, em casa, na escola, ou no local de trabalho, está exposto a perigos e perdas humanas e materiais.

Perigosidade Sísmica em Portugal Continental e Açores:

- Reduzida
- Baixa
- Moderada
- Elevada



Antes de um terremoto ocorrer, adote medidas simples que o deixam mais seguro. Os terremotos não podem ser evitados, mas os danos e o número de vítimas podem ser reduzidos.

Como preparar A SUA CASA

Os danos ocorrem mesmo sem colapso dos edifícios

A queda de elementos decorativos, paredes divisórias, máquinas ou móveis pesados, causam danos, perdas e ferimentos, durante ou após um terremoto.

Este guia ensina medidas para tornar a sua casa mais segura

Começando sem custos e sem qualquer experiência necessária

Os 4 passos seguintes proporcionam soluções que dão prioridade à segurança, e cujo custo e dificuldade aumentam progressivamente.



É PRECISO

custo dificuldade



força física

Comece por mover a mobília. A sua segurança pode aumentar significativamente sem que haja custo ou necessidade de conhecimentos técnicos.



Evitar colocar objectos pesados por cima de camas.



Manter camas afastadas das janelas e as passagens desimpedidas em caso de emergência.



Evitar colocar vasos em locais altos.



Arrumar objectos pesados ou frágeis nas prateleiras mais baixas, ou colocá-los dentro de compartimentos fechados.

1.MOVER a sua mobília

4.REFORÇAR a sua casa

É PRECISO

custo dificuldade



chamar um profissional

Caso viva em zona de risco elevado reforce os elementos mais críticos. Consulte um arquitecto ou engenheiro. Pequenos passos fazem a diferença.

Para mais detalhes, consulte o Portfólio de Soluções KnowRISK:

www.knowriskproject.com



Inspeccionar as condutas de gás, água e rede eléctrica.



Verificar se varandas e chaminés apresentam sinais de degradação.

Optar por vidro temperado ou laminado nas janelas.

2.PROTEGER os seus bens

É PRECISO

custo dificuldade



película de vidro



cordinas



cintas

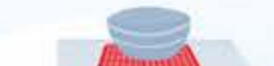


adesivos



anti-derapante

Tome precauções adicionais protegendo bens frágeis ou de valor significativo, com materiais de baixo-custo e fácil aplicação.



Para objectos baixos, usar tapetes anti-derapantes.



Aplicar discos ou pastilhas adesivas em objectos frágeis.



Instalar cordinas ou aplicar película auto-adesiva nos vidros das janelas.



Segurar electrodomésticos com cintas de protecção. Optar por um monitor de TV com fixação própria para paredes.

É PRECISO

custo dificuldade



fecho de segurança



suporte p/ quadros



martelete & pregos



cantoneiras



berbequim & parafusos



aro para vasos



camarões



cabo /eslicador

Identifique elementos grandes ou pesados que possam tornar-se perigosos quando soltos. O que precisa para os fixar encontra-se na maioria das lojas de ferragens.



Usar suportes para quadros ou camarões, fechando as pontas. Pregar a uma superfície sólida.



Fixar candeeiros ou objectos suspensos com cabos de segurança. Deixar livre um espaço que permita oscilar 45° sem colisões.



Usar aros para vasos de varanda ou ancorar à parede.

Fixar armários altos e beliches às paredes com cantoneiras para móveis. Instalar eslicadores em prateleiras com livros ou outros objectos soltos. Aplicar fechos de segurança em gavetas e portas de armários.

3.FIXAR mobília & objectos pesados

A execução deste guia foi possível em parte com o apoio da European Civil Protection and Humanitarian Aid Operations (ECHO) Grant agreement ECHO/SUB/2015/71865/PRV28. KnowRISK é um projecto no âmbito do programa ECHO, executado em associação pela Instituto Superior Técnico (Portugal), Laboratorio Nacional de Engenharia Civil (Portugal), Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia (Italia) e Earthquake Engineering Research Centre (Írlanda).

Autores: Mónica Amaral Ferreira, Hugo O'Neill, Stefano Solalino, Gemma Musacchio.
Consultoras: Carlos Sousa Oliveira, Mário Lopes, Marta Vicente.
Design: Hugo O'Neill

O risco sísmico (potencial de perdas humanas e materiais) de um determinado local é função da perigosidade sísmica, da vulnerabilidade dos edifícios e seus conteúdos e do exposição (posição e edifício).

As medidas apresentadas neste guia, só por si não servem como garantia contra perdas e danos que possam ser causados por futuros sismos e não são aplicáveis em todas as situações. Consulte um especialista sempre que necessário. Mais informação disponível no Portfólio de soluções KnowRISK e no Guia Prático para Estudantes.

www.knowriskproject.com



Copyright © 2017

Co-financed by European Commission's Humanitarian Aid and Civil Protection Grant agreement ECHO/SUB/2015/71865/PRV28



Parceria:



PREPARE A SUA CASA PARA UM TERRAMOTO

GUIA PRÁTICO

KNOW RISK

JOGOS DA FREGUESIA BEATO 2018

Os Jogos do Beato continuam a fazer mexer os nossos fregueses.

Decorreram em março os primeiros momentos dos Jogos da Freguesia Beato 2018, com partidas das modalidades de Futsal, Setas, Ténis de Mesa, Snooker e Matraquilhos.

Logo no arranque, com as partidas de Futsal programadas para o Polidesportivo da Mata da Madre de Deus, a adversidade das condições meteorológicas colocou à prova a organização do evento que superou com distinção o desafio e prontamente acionou todos os meios para a transferência dos Jogos para o Pavilhão dos Onze Unidos, mantendo-se a programação das actividades.

Participaram pessoas de todas as idades e de diversas

colectividades que dinamizaram crianças, jovens, homens e mulheres do Beato com convite à participação em diversas actividades, partilhando bons momentos de convívio sadio e bom espírito associativo.

Os Jogos do Beato contam este ano com as participações das colectividades: Associação Sócio Cultural, Recreativa e de Melhoramentos de Faifa, Clube Pétnanca da Madre de Deus, Comissão de Festas de Faifa, Corpo Nacional de Escutas – Agrupamento 760 Beato, EVELX – Associação de Estilos de Vida Saudável, Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos, Associação Desportiva Os de Bába e Associação A Mula da Vila Dias, colectividades que

também acolhem os Jogos do Beato com aquela vontade e espírito freguês de que o nosso movimento associativo se orgulha e que a Junta de Freguesia do Beato se congratula em apoiar nas iniciativas de serviço à comunidade.

Os Jogos da Freguesia Beato 2018 prosseguem com muitas mais modalidades nesta salutar competição "a feijões" que, dia após dia, vai fazendo mexer a nossa freguesia.✱



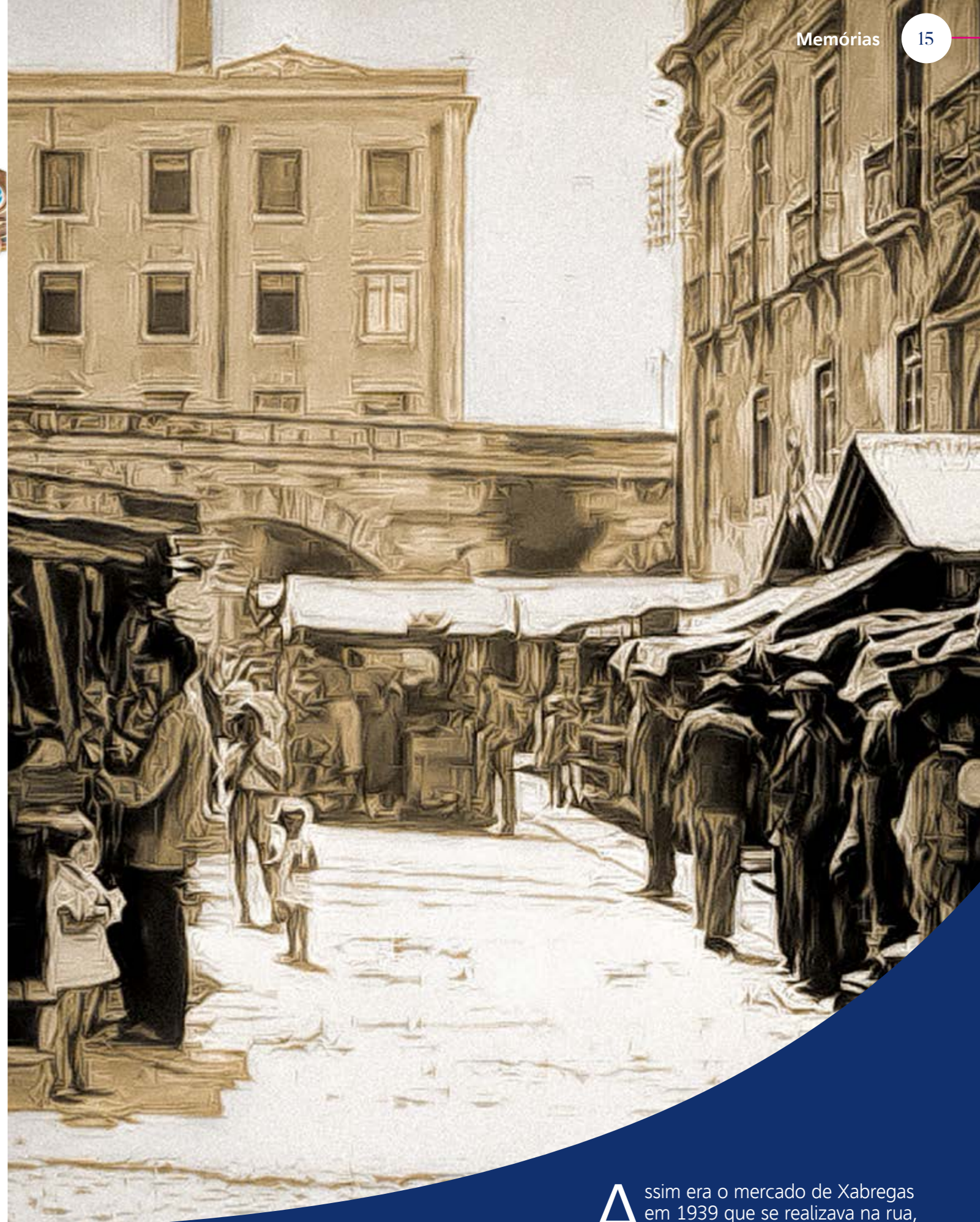
Venha cuidar de si, praticando Yoga

Com origens relacionadas com civilizações do Vale do Indo (actual Paquistão e noroeste da Índia) que floresceram à volta de 1500 A.C., o Yoga é um estado e uma filosofia de vida que visa o desenvolvimento físico, psicológico e espiritual.

É uma disciplina "mente-corpo" com múltiplos benefícios a nível da saúde, tais como a melhoria da flexibilidade e da força, do equilíbrio, da postura e da função respiratória, o bom funcionamento do sistema digestivo, a qualidade do sono, controlo da ansiedade e do "stress" e beneficia

concentração.

A prática regular de Yoga aumenta a energia, a auto-aceitação e a paz interior.✱



Créditos: Desenho de fotografia original de Eduardo Portugal AML

Assim era o mercado de Xabregas em 1939 que se realizava na rua, no Largo Marquês de Nisa. Na imagem, ao fundo, pode vislumbrar-se o ainda hoje emblemático Viaduto Ferroviário de Xabregas.



Feira Medieval

15 a 17 de Junho

Mata da Madre de Deus



Organização:



Apoio à divulgação:



Mais informação:

www.jf-beato.pt

www.facebook.com/freguesiabeato

geral@jf-beato.pt