



O Boletim Local apresenta-se como uma das respostas aos desafios do Programa «Comunidades em Ação», tendo como objetivos:

1. Estabelecer um meio de comunicação entre a Câmara Municipal de Odivelas e os moradores dos Bairros da Urmeira e

do Olival do Pancas;

2. Promover, junto dos moradores, ações e atividades deste programa;

3. Criar um espaço de expressão, documentação e criatividade.





No contexto do Plano de Ação definido no quadro da Operação Integrada Local de Odivelas - União das Freguesias de Pontinha e Famões, queremos destacar o nível de proximidade com a população abrangida, atingido através de inúmeras atividades na comunidade e nos bairros, das quais salientamos as seguintes:

As aulas de Inglês, de Música, Informática, Português para estrangeiros e Qi Gong Terapêutico; o atendimento individual de Psicologia e Nutrição; as Caminhadas que decorrem duas vezes por mês, com a duração de 1h30, contando com a participação de cerca de trinta participantes assíduos, que têm vindo a descobrir novos percursos, promovendo o exercício físico e o convívio entre os intervenientes.

Com uma grelha semanal de atividades muito preenchida, a União das Freguesias de Pontinha e Famões, entendeu alocar outra resposta de proximidade nestes dois bairros, disponibilizando um contentor em cada um, expandindo e mantendo as atividades, localmente. Aí decorrerão as atividades referidas anteriormente, bem como outras ações promovidas pelos parceiros no programa, bastando, para isso, serem incluídas na grelha de disponibilidade semanal.

A União das Freguesias de Pontinha e Famões está atenta e envolvida, acompanhando os bairros cujos desafios quotidianos, de acordo com as suas especificidades, nos solicitam a devida atenção e cuidado.

Acreditamos que uma sociedade coesa se constrói estreitando laços e com o empoderamento de todos e cada um, na família, no bairro e na comunidade. Por isso, desenvolvemos ainda outras atividades promotoras de encontro, igualdade, solidariedade, partilha e promoção da integração, como é exemplo a Feira Social que se realizou no dia 21 de março. Abrangeu públicos diferentes ao longo de um dia de atividades (crianças, jovens, adultos e seniores). Destacamos, ainda, a aula de Pilates, o Concurso de Rainha e Rei da Primavera com a participação dos seniores da freguesia e da CEDEMA, o concerto da Tuna Gerações, as palestras promovidas sobre dependências pelo Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências (ICAD, I.P.) e sobre cancro, pela Unidade de Saúde Familiar e pela Sempre Mulher, os rastreios de VIH promovidos pela Unidade de Cuidados Continuados «Nostra Pontinha», ou respostas de empregabilidade no Centro de Formação Profissional para o Setor Alimentar.

Continuamos a trabalhar juntos.

União das Freguesias de Pontinha e Famões ao Serviço de Todos

ENTREVISTA



A Urmeira tem histórias que merecem ser contadas e cantadas. A Residência Artística do Fado chegou à Urmeira para valorizar o que já cá vive: a alma, a música e as memórias da comunidade. Este projeto quer ouvir quem tem voz, mas nem sempre tem microfone. Quer dar palco aos vizinhos, aos fadistas da casa e a todos os que sentem o fado no coração.

Mais do que cantar, queremos escutar. Recolher histórias, sorrisos e saudades. Porque o fado não é só música - é o espelho da nossa vida, é herança, é identidade.

A Residência Artística do Fado começou com a auscultação da população através da realização de uma série de dez entrevistas, mas não ficará por aqui. O Fado vai instalar-se na Urmeira. No decorrer dos próximos meses, a Urmeira será palco de tertúlias com fadistas da casa e convidados. O projeto culminará com um evento total e inteiramente dedicado ao Fado.



Carolina Rolo



Idalina Vitorino



Carlos Alves



Manuel Coelho



José Cordeiro



Anabela Cordeiro



Cristina Duarte



Daniela Serralha



EM DESTAQUE – Feira Social da Urmeira

No passado dia 21 de março, o Pavilhão da União Desportiva e Recreativa de Santa Maria, na Urmeira, encheu-se de vida, alegria e partilha com a realização da Feira Social — um evento promovido pela União das Freguesias de Pontinha e Famões, que reuniu várias entidades locais e muitas caras conhecidas da comunidade.

Marcaram presença instituições como o Centro Comunitário e Paroquial de Famões, a CEDEMA, a Associação Portuguesa de Educação Ambiental, a Polícia de Segurança Pública, entre outras, que dinamizaram atividades para todas as idades e interesses.

O dia foi cheio de animação e boa disposição, com momentos que merecem especial destaque. Um deles foi o Ateliê de Arte Floral, conduzido com muito carinho por Graça Rodrigues, uma sénior bem-humorada e cheia de talento. Os participantes aprenderam a fazer bonitas coroas de flores, num ambiente de partilha e criatividade.

A CEDEMA também se destacou: a energia contagiante da Beatriz Coelho animou todos com uma aula de Zumba que teve muitos participantes a mexer o corpo com entusiasmo. E houve, também, um criativo desfile de máscaras, onde os utentes foram as verdadeiras estrelas, desfilando com o tema ‘os tempos que correm’, numa mostra de originalidade e boa disposição.

A Associação Portuguesa de Educação Ambiental marcou presença com dois ateliês especiais: o Ateliê de Aromas e Temperos e o Ateliê de Personalização de Vasos e Plantação, onde os participantes puderam pôr as mãos na terra e levar um pouco de natureza para casa.





A tarde aqueceu ainda mais com a música de Marco Campaniça que, em conjunto com a Tuna Gerações, trouxe o melhor da música tradicional portuguesa e pôs toda a sala a dançar.



Um dos momentos mais simbólicos foi a eleição do Rei e da Rainha da Primavera, que não só trouxe muitos sorrisos como também promoveu o convívio e contribuiu para combater o isolamento entre a população sénior — um dos grandes objetivos desta iniciativa. O momento foi ainda mais emocionante com a eleição de Patrocínia Mascate como Rainha da Primavera, facto que muito honrou a comunidade da Urmeira.

Foi, sem dúvida, um dia memorável, repleto de momentos felizes, reencontros e aprendizagens. Mais do que uma feira, foi um verdadeiro encontro da nossa comunidade. Porque quando estamos juntos, todos ganhamos.



ACONTECEU ...

Projeto Bairros Sustentáveis



Urmeira no caminho da sustentabilidade

A Associação Portuguesa de Educação Ambiental 'assentou arraial' no Bairro da Urmeira com o objetivo de envolver os moradores na melhoria dos espaços comunitários. Pretendeu-se tornar o bairro um lugar mais limpo, bonito, com respeito entre todas as gerações e do qual todos se orgulhem.

Nesse sentido, foram feitas várias sessões públicas em diferentes locais do bairro, para ouvir os moradores e alcançar o maior número de pessoas possível. Nas referidas sessões de sensibilização aos moradores foram abordados diversos temas como a limpeza urbana, sobre como cuidar dos espaços públicos, sobre como se separa o lixo e ainda como se tratam adequadamente os animais.

Nas Oficinas de Agricultura Urbana, os moradores aprenderam a cultivar plantas e alimentos de forma natural, sem químicos, em pequenos espaços do bairro. Estas atividades ajudam a criar um bairro mais saudável e com mais união entre todos.



Conselho de Cidadãos da Urmeira visita o Bairro da Boavista

Um grupo de moradores pertencente ao Conselho de Cidadãos da Urmeira realizou uma visita ao Bairro da Boavista, em Lisboa, acompanhado pelo Presidente da União das Freguesias de Pontinha e Famões, Jorge Nunes, e pela vogal Olga Silva.

A iniciativa inseriu-se num conjunto de atividades que visa fortalecer a auto-organização comunitária e incentivar uma cidadania ativa, com especial enfoque na participação cívica, na valorização cultural e patrimonial, bem como na responsabilidade social.

Esta visita, em particular, permitiu aos participantes aprofundar o seu conhecimento sobre as Marchas Populares, aumentando as suas referências culturais e promovendo o espírito comunitário e a convivência social entre os moradores da Urmeira.

Projeto Bairros Culturais



Urmeira Bordada – criação de um livro coletivo bordado pela comunidade

Ao longo de quatro encontros, a comunidade da Urmeira participou numa inspiradora iniciativa que juntou expressão artística e memória coletiva.

No primeiro encontro, os moradores saíram pelas ruas da Urmeira para captar fotografias do bairro, retratando pessoas, lugares e momentos significativos do quotidiano.

Os seguintes encontros foram dedicados a bordar essas imagens com fios coloridos e pontos livres, dando origem a peças únicas que cruzam a fotografia com a arte têxtil. Mais do que uma atividade criativa, esta oficina proporcionou momentos de partilha, convívio e valorização do território, reforçando o sentimento de pertença à Urmeira e promovendo a arte como forma de expressão comunitária.



Cinema na Urmeira juntou moradores e animou o bairro

No passado dia 13 de abril, o Bairro da Urmeira viveu um dia especial com a iniciativa Cine Urmeira, que transformou o pavilhão da UDRSM numa extraordinária sala de cinema.

Os mais pequenos assistiram a um conjunto de filmes de animação, denominado «Juntos Conseguimos»,

com curtas-metragens repletas de mensagens sobre amizade, empatia e trabalho em equipa, temas fundamentais para estimular a imaginação e os valores colaborativos entre os mais novos. À tarde, foi exibido o filme «O Pátio das Cantigas», um filme que evoca o ambiente de vizinhança e os afetos quotidianos que se assemelham, em muitos aspetos, à realidade vivida nas ruas da Urmeira. Esta atividade intergeracional serviu para aproximar famílias e vizinhos e levar a cultura a todos.



Projeto Bairros Saudáveis



Celebrando o Dia Internacional da Mulher

O Dia Internacional da Mulher foi comemorado com uma caminhada promovida pela União das Freguesias de Pontinha e Famões, iniciada no Pinhal da Paiã, com passagem pelo Bairro Olival do Pancas, pela vila da Pontinha, pela Urmeira e com regresso ao ponto de partida. Durante esse percurso, foram distribuídas lembranças associadas ao projeto «Comunidades em Ação».

A data foi, também, assinalada com uma sessão de sensibilização dinamizada pela psicóloga Rosa Fernandes, que convidou à reflexão sobre os avanços na luta pela igualdade de género e os desafios que ainda persistem. A conversa destacou a resiliência e força das mulheres ao longo dos tempos, reconhecendo o seu papel transformador na sociedade.



Centro de Dia da Sagrada Família promove formação dirigida aos profissionais de Saúde

O Centro de Dia da Sagrada Família organizou, no decorrer do mês de abril, três ações de formação dirigidas a profissionais de saúde, com o objetivo de melhorar o modo como se comunica com pessoas de diferentes culturas e origens.

As sessões realizadas nas instalações da União das Freguesias de Pontinha e Famões visaram capacitar os técnicos de saúde de ferramentas para lidar melhor com utentes provenientes de outros países, com línguas, culturas e costumes diferentes dos nossos. Foram abordadas formas simples e práticas de tornar o atendimento mais humano, respeitando sempre a cultura e a forma de ser de cada pessoa.



Projeto Bairros Coesos



Oficinas de Cidadania

A Amovalflor promoveu no dia 23 de abril, no Pavilhão da União Desportiva e Recreativa de Santa Maria, a Ação de Sensibilização «Direitos, Liberdades e Garantias», que visou informar a comunidade sobre os direitos fundamentais, deveres e garantias dos cidadãos, contribuindo para a capacitação de cidadãos mais informados e participativos na vida em sociedade. Nesta sessão informativa de inclusão

dirigida à comunidade da Urmeira, bem como aos utentes da própria instituição e do Centro de Dia da Urmeira, foi igualmente assinalado o 25 de Abril de 1974.

A sessão contou com a presença da vogal da União das Freguesias, Olga Silva, e foi dinamizada por Daniela Serralha, técnica da Oficina. que fez uma introdução sobre os acontecimentos históricos da Revolução dos Cravos. Seguidamente, foi dada voz aos participantes, que partilharam memórias e vivências pessoais desse marcante dia da História de Portugal.

O encontro revelou-se uma tarde emotiva e muito participada, onde o espírito de liberdade e a importância da memória coletiva estiveram em destaque, reforçando os laços entre a comunidade.

A ACONTECER EM BREVE ...

Projeto Bairros Sustentáveis

Oficinas de Educação Ambiental, de Agricultura Urbana e de Economia Circular

- Realização da Feira do Ambiente.

Projeto Bairros Culturais

Residência Artística do Fado

- Dinamização de tertúlias sobre Fado, com recurso a convidados e abertas aos moradores da Urmeira.

Projeto Bairros Participativos

Urmeira Decide

- Ensaios das Marchas (Adultos e Infantil) da Urmeira.
- Sessões de Organização da Vida Estudantil.
- Arraial da Urmeira.

Histórias da Comunidade da Urmeira



José Luís Ferreira vive no Bairro Azul e é um morador cuja ligação à natureza se expressa diariamente através do seu pequeno, mas vibrante, jardim de varanda.

José Luís chegou à Urmeira em 1976, quando veio para a tropa. Ficou hospedado em casa do irmão e, pouco tempo depois, iniciou um namoro com a vizinha — com

quem viria a casar em 1981, tendo-se fixado desde então no Bairro Azul.

Ao longo dos anos, teve diversas experiências profissionais: foi ajudante de motorista numa fábrica de iogurtes em Alvalade e, após o encerramento da unidade, trabalhou nas obras. O seu percurso tomou um rumo inesperado quando uma vizinha, funcionária do Jardim Zoológico de Lisboa, lhe propôs um novo desafio: trabalhar com animais.

Em 1983, iniciou funções no Jardim Zoológico, começando na vacaria, onde tirava leite para alimentar os animais e preparar papas para os pássaros. Pouco depois, teve uma experiência marcante, que durou nove anos, passando a trabalhar com os chimpanzés. Criou uma ligação especial com estes animais, que reconheciam a sua presença e sentiam confiança, talvez pela sua imponente barba — característica que acredita ter facilitado a proximidade com os primatas.

Trabalhou ainda com elefantes, hipopótamos e rinocerontes, mas confessa que os chimpanzés foram, sem dúvida, os seus animais de eleição.

Atualmente, já reformado, José Luís continua ligado à natureza e sonha em ver nascer na Urmeira um projeto de hortas comunitárias, tendo inclusivamente partilhado a ideia com o Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins. José Luís Ferreira acredita que esta iniciativa pode transformar a vida dos moradores da Urmeira, pois combate o sedentarismo, reforça o convívio e os laços entre os vizinhos e, simultaneamente, reduz as despesas alimentares através do cultivo de vegetais para consumo próprio.

A história de José Luís Ferreira é um exemplo inspirador de como o amor pela natureza pode aproximar as pessoas e fortalecer os laços comunitários.

Beneficiários finais



Parceiros Executores

