

# BOLETIM DAS VILAS

BOLETIM INFORMATIVO DAS ATIVIDADES ORGANIZADAS E REALIZADAS  
PELA JUNTA DE FREGUESIA DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ

NÚMERO 3 · JAN/JUN 2020



Entrevista do presidente Pedro Matias  
à TV Almada

Plataforma de Gestão de Ocorrências  
da JFCCS (Território Participado)

Obras a cargo da JFCCS e da CMA

UNICA – Aulas para Todos *Online*

Concurso de Presépios

Dia Internacional da Mulher

Mensagem do presidente Pedro  
Matias na TV Almada, por ocasião  
do 46.º aniversário do 25 Abril

Programa de Voluntariado Covid-19  
(parceria JFCCS e Colmeia Vigilante)

Dossier Saúde

Por um Ambiente Sustentável



FREGUESIA  
CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ



FREGUESIA  
CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ

- 03 MENSAGEM DO PRESIDENTE
- 04 **DESTAQUE**  
ENTREVISTA DO PRESIDENTE DA JFCCS À TV ALMADA
- 04 COMPETÊNCIAS DA JUNTA DE FREGUESIA
- 04 ESPAÇOS DA JUNTA DE FREGUESIA AO SERVIÇO DA COMUNIDADE
- 05 **PROJETOS E OBRAS**  
PLATAFORMA DE GESTÃO DE OCORRÊNCIAS DA FREGUESIA  
OBRAS A CARGO DA JUNTA DE FREGUESIA  
OBRAS A CARGO DA JUNTA DE FREGUESIA COM O APOIO DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA  
OBRAS A CARGO DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA
- 06 UNICA – AULAS EM CASA *ON-LINE*
- 07 **ATIVIDADES CULTURAIS, RECREATIVAS E DESPORTIVAS**  
ENTREGA DE PRÉMIOS DO 10.º CONCURSO DE PRESÉPIOS  
CONCERTO DE ANO NOVO  
CURSO DAS ESCOLAS  
DIA INTERNACIONAL DA MULHER
- 09 46.º ANIVERSÁRIO DO 25 DE ABRIL COLETIVIDADES  
EVENTOS ORGANIZADOS PELA CMA
- 10 **ATIVIDADES SOCIAIS**  
ESPAÇO CIDADÃO  
COVID 19 – PROGRAMA DE VOLUNTARIADO  
INICIATIVAS DA CMA
- 11 **VISITA ÀS ESCOLAS DA FREGUESIA**  
VISITA DA PRESIDENTE DA CMA A ESCOLAS DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ
- 12 **DOSSIER SAÚDE**  
SERVIÇOS DE SAÚDE NA FREGUESIA DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ  
CENTROS CLÍNICOS  
FARMÁCIAS  
CONTACTOS ÚTEIS
- 13 **TOPONÍMIA**  
RUA DA LIBERDADE  
RUA DE SÃO JOSÉ
- 16 **PARA UM AMBIENTE SUSTENTÁVEL**  
COMPOSTAGEM DOMÉSTICA

## JUNTA DE FREGUESIA DE CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ

### EXECUTIVO

#### PRESIDENTE

##### **PEDRO MIGUEL AMORIM MATIAS**

Proteção Civil e Segurança; Saúde e Educação; Mercados e Feiras; Ambiente Urbano (Espaço Público, Limpeza, Higiene e Espaços Verdes); Gabinete de Comunicação e Informação; Gabinete Jurídico e de Solicitação.

#### VOGAIS

##### **VÍTOR MIGUEL PEREIRA LOURENÇO**

Substituição legal do Presidente; Recursos Humanos; Aproveitamento e Contratação Pública; Finanças; Informática e Telecomunicações.

##### **SANDRA DEOLINDA MORAIS DE FIGUEIREDO**

Tesouraria; Urbanismo; Transportes; Atendimento.

##### **JOÃO ANTÓNIO FRANCO ROCHA**

Licenciamentos; Património e Inventário; Atividades Económicas Expediente; Instalações e Equipamentos da Freguesia.

##### **SUSANA CRISTINA AGOSTINHO FERNANDES**

Secretária; Ação Social.

##### **ALDA MARIA CORREIA MENDES FIDALGO**

Cultura, Juventude, Desporto e Associativismo.

##### **FRANCISCO MÁRIO SILVEIRA BARQUEIRO**

Turismo. Área Operacional.



PEDRO  
MATIAS



MIGUEL  
LOURENÇO



SANDRA  
FIGUEIREDO



JOÃO  
ROCHA



SUSANA  
FERNANDES



ALDA  
FIDALGO



FRANCISCO  
BARQUEIRO

### CONTACTOS

#### POLO DA CHARNECA DE CAPARICA

Rua de Marco Cabaço, 17  
2821-001 Charneca de Caparica  
Telefone: 212 972 827  
Email: geral@jf-charnecacaparica-sobreda.pt  
Atendimento: 2.ª a 6.ª feira – 9H00-12H30 / 14H00-17H30  
Pagamento da água: 9H00-12H30 / 14H00-17H00

#### POLO DA SOBREDÁ

Rua do Vale Linhoso 6A  
2819-502 Sobreda  
Telefone: 212 946 634  
E-mail: geral@jf-charnecacaparica-sobreda.pt  
Atendimento: 2.ª a 6.ª feira – 9H00-12H30 / 14H00-17H30  
Pagamento da água: 9H00-12H30 / 14H00-17H00  
Posto CTT: 9H00-12H30 / 14H00-17H00

## ESTIMADOS CIDADÃOS DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ,



No mês de março iniciaram-se as restrições e o confinamento da população devido ao surto da pandemia Covid-19, que alterou os nossos padrões de vida pessoal e social, nas empresas e entidades públicas. Vários hábitos adquiridos e normais foram alterados no nosso dia-a-dia, como um simples cumprimento ou um abraço.

Neste período de pandemia, a JFCCS tem vindo a apoiar as famílias carenciadas, por motivo de baixos rendimento, desemprego e de *lay-off*.

Iniciámos um programa de voluntariado, em parceria com a instituição Colmeia Vigilante, em que temos uma bolsa de voluntários, que dá apoio todas as semanas na recolha, na preparação e na entrega dos cabazes, todos os sábados de tarde. Contamos também com o apoio na doação de bens de algumas empresas locais e de pessoas individuais.

Neste momento já estamos a apoiar cerca de 200 famílias, que envolve mais de 550 pessoas.

Os eventos que já estavam programados para 2020, tiveram de ser cancelados, entre os quais destacamos a Festa das Vilas, em julho, e o festival de Jazz nas Vilas, em setembro. Esperamos retomar no próximo ano os eventos já habituais, numa situação de normalidade, para que todos possamos estar outra vez juntos.

Também vos dou nota de algumas obras que já foram realizadas – e outras que estão a ter o seu início –, no nosso território da Charneca e da Sobreda, que se encontram a cargo da CMA.

Já foram executadas três rotundas, uma na Estrada da Carcereira, outra na Quinta da Madalena e a última na Quinta de Cima. Em todas foi colocada sinalização vertical e horizontal.

Na Estrada da Quinta de Cima, estamos na fase de conclusão da requalificação, com colocação de passeios e alargamento da via, asfaltamento e sinalética vertical e horizontal.

Deu-se início à execução de duas obras: na Sobreda, a rotunda na EN 10.1 (junto ao restaurante *O Texugo*) e, na Charneca, a requalificação da ex-EN 377, com uma frente de obras desde a Rotunda da Amália até à Azinhaga da Carreta (estação de serviço GALP, em Palhais).

A nível das competências da JFCCS, continuamos ao serviço da população, desempenhando diversos serviços, como:

- Conservação e manutenção dos espaços verdes.
- Recolha de monos domésticos, entulhos e aparas de jardim, através dos pedidos e das rondas a norte e sul do território.
- Conservação e reparação de calçadas, parques infantis e apoio em pequenas reparações aos jardins de infância e às escolas do 1.º ciclo.

Por último, deixo-vos uma palavra de esperança num futuro melhor para todos os cidadãos da Charneca e da Sobreda.

**JUNTOS VAMOS VENCER!**

Pedro Matias



## DESTAQUE

### ENTREVISTA DO PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA À TV ALMADA

Pedro Matias faz o balanço dos dois anos de mandato nesta entrevista, que teve lugar no dia 23 de janeiro, na Casa das Associações.



Veja a entrevista em:

<https://www.jf-charnecacaparica-sobreda.pt/noticias/institucional/1907-dois-anos-de-mandato-a-conversa-com-pedro-matias>

## COMPETÊNCIAS DA JUNTA DE FREGUESIA



A Junta de Freguesia nas suas competências, realiza os seguintes serviços para a comunidade:

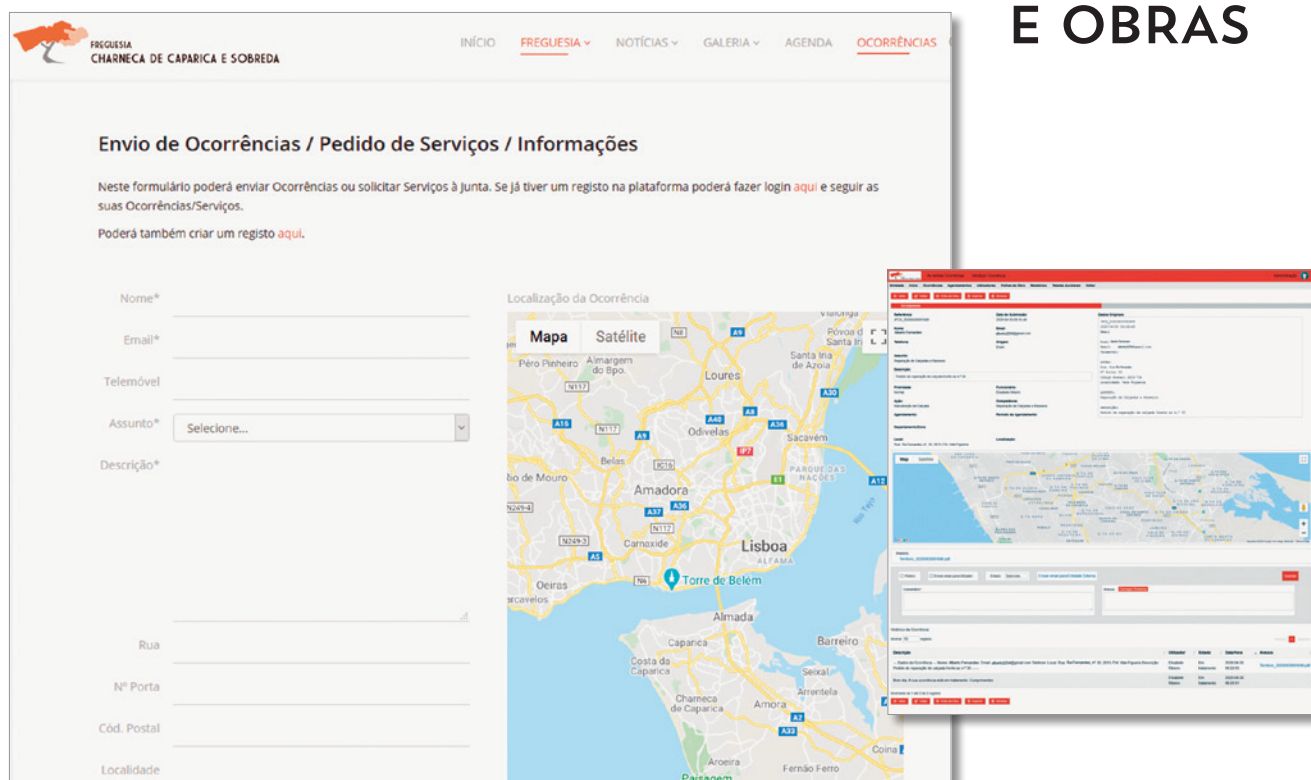
- Recolha diária de monos e aparas de jardim (recolhas com marcação prévia);
- Manutenção dos espaços Verdes a seu cargo, numa área de 132 000 m<sup>2</sup>;
- Reparação das calçadas e colocação de impedimentos físicos;
- Reparação de pequenas obras nos jardins de infância (pré-escolar) e do 1.º ciclo;
- Manutenção dos parques infantis que se encontram a cargo da Junta de Freguesia;
- Montagem de palcos para eventos da Junta de Freguesia e das Associações/Clubes e apoio com aparelhagem de som;
- Cedência de autocarro às Associações/Clubes para as diversas deslocações;
- Organiza vários eventos ao longo do ano, civil quer culturais e musicais, quer de apoio logístico e financeiro, através de protocolos, às Associações e Clubs;
- Tem a gestão dos mercados municipais da Charneca de Caparica, Sobreda e do mercado de levante da Charneca de Caparica.

## ESPAÇOS DA JUNTA DE FREGUESIA AO SERVIÇO DA COMUNIDADE



A Junta de Freguesia da Charneca de Caparica e Sobreda possibilita aos cidadãos e entidades de economia social do seu território, nos quais se incluem associações, IPSS, grupos desportivos e outros grupos informais, a cedência de espaços para as suas atividades. Neste sentido, é normal a cedência e ocupação dos seguintes equipamentos, através de requerimento/formulário:

- Edifício SAC (Serviço de Apoio à Comunidade), antiga sede da Junta de Freguesia;
  - Sala Multiusos da Sobreda;
  - Casa das Associações;
  - Edifício-sede da Junta de Freguesia da Charneca de Caparica (auditório).
- Além destes espaços, a Junta de Freguesia dispõe de outros equipamentos que estão igualmente ao serviço da comunidade:
- Mercados Municipais da Charneca e Sobreda;
  - Edifícios-sede da Sobreda e da Charneca;
  - Estaleiro da Junta de Freguesia.



## PLATAFORMA DE GESTÃO DE OCORRÊNCIAS DA FREGUESIA

A JFCCS, em parceria com a Albatroz Digital, desenvolveu uma plataforma informática denominada «Território Participado», que permite interagir com a Junta para reportar ocorrências que exijam resolução e/ou encaminhamento.

<https://www.jf-charnecacaparica-sobreda.pt/freguesia/junta/ocorrencias>

## OBRAS A CARGO DA JUNTA DE FREGUESIA

- Reabertura das instalações da Junta da Sobreda ao público no passado mês de fevereiro, após obras de requalificação e remodelação.
- Reabertura do posto dos CTT da Sobreda, no horário habitual, a partir do dia 18 de maio, na delegação da Sobreda da Junta de Freguesia. Devido às medidas preventivas da pandemia Covid-19, só é permitida a permanência, no máximo, de três pessoas no espaço público de atendimento. É obrigatória a utilização de máscaras ou viseiras para acesso ou permanência nos espaços e estabelecimentos comerciais e de prestação de serviços e edifícios de atendimentos ao público.



## OBRAS A CARGO DA JUNTA DE FREGUESIA COM O APOIO DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

- Requalificação do jardim na rua Manuel Parada, na Sobreda, obra da responsabilidade da Junta da Freguesia da Charneca de Caparica e Sobreda com o apoio da CMA.



## DESINFEÇÃO DAS RUAS

No mês de março, a Junta de Freguesia, em conjunto com a CMA, iniciou um vasto processo de desinfeção das nossas freguesias, como medida de prevenção da pandemia do Covid-19.

## OBRAS A CARGO DA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

- Conclusão das obras nas rotundas da Quinta de Cima e da Quinta do Modelo.
- Requalificação da Rua da Quinta de Cima.
- Construção do novo passadiço na Quinta da Adega, na Sobreda, que trouxe mais qualidade e segurança aos residentes da zona.
- Requalificação do cruzamento da Rua da Liberdade e a EN 10.1, na Sobreda.



ROTUNDA DA QUINTA DE CIMA



RUA DA QUINTA DE CIMA



ROTUNDA DA QUINTA DO MODELO



PASSADIÇO DA QUINTA DA ADEGA



CRUZAMENTO DA RUA DA LIBERDADE COM A EN 10.1



OBRAS NA EX-EN 377

- Requalificação da ex-EN 377, cujos trabalhos se iniciaram no dia 25 de maio. De modo a evitar maiores constrangimentos no trânsito local, a intervenção irá decorrer de forma faseada, por troços, durante 18 meses, sendo criadas vias alternativas de trânsito. Todos os transportes públicos terão os seus percursos habituais adaptados aos desvios. Ficam igualmente garantidos os acessos de viaturas de emergência, a garagens, entradas de casas, bens e serviços, assim como a circulação de peões nesses locais. Naturalmente, os trabalhos que estarão em curso, pela sua envergadura, terão impacto no dia-a-dia, pelo que se apela, desde já, à compreensão de todos. Esta intervenção, há muito esperada, irá reorganizar e devolver a rua às pessoas, de uma forma segura e agradável para todos, beneficiando quem ali vive e trabalha.

## UNICA – AULAS PARA TODOS ON-LINE



A Universidade Intergeracional do Concelho de Almada de sigla UNICA teve, como todas as Instituições de Ensino, que se reinventar e fomentar a sua criatividade.

Sem tempo para nos organizarmos previamente e com as contingências inerentes a processos educativos elaborados em tempo record, sabíamos que o fundamental era dar uma rápida, eficaz e integrativa resposta formativa.

Conseguimos!

Passarmos de um ensino meramente presencial para um ensino *e-learning* requer flexibilidade e reintegração dos conteúdos académicos por parte do professor, mas também um ajuste de expectativas e aprendizagem por parte de cada aluno.

Na UNICA estruturámos, através do ensino à distância, um grupo de aulas *on-line* acessível a todos os alunos, onde tiveram oportunidade

em aceder às mais diversificadas disciplinas, quer as de cariz teórico quer as meramente práticas.

O corpo docente respondeu com uma disponibilidade e qualidade incréveis na adaptação ao ensino *e-learning* e os alunos vão retribuindo positivamente o seu processo de aprendizagem, através de interações *on-line*.

O balanço destas 14 semanas é fantástico e com este ensinamento e experiência, projetamos e organizamos o próximo ano letivo com novas ferramentas de ensino e um currículo mais versátil.

O nosso «amanhã» poderá passar pelo formato de ensino *bi-learning*, onde também é possível integrarmos os benefícios advindos do convívio e experiências presenciais.

Temos sensibilizado a nossa comunidade estudantil da importância das novas tecnologias

como veículo privilegiado de comunicação. Assim, estamos a oferecer-lhes formação gratuita em plataformas de ensino apropriadas, para que ninguém fique info-excluído em caso de aulas *on-line*.

Inscriba-se e viva esta experiência!

Na UNICA estamos preparados para o futuro, mais adaptados e sabemos que a aprendizagem *e-learning* é uma metodologia eficiente quando bem estruturada ao seu formato. A partilha e a interação acontecem, a consolidação de aprendizagens é eficaz e os resultados são positivos. Formar qualquer cidadão, independentemente da sua idade, é uma enorme e maravilhosa responsabilidade.

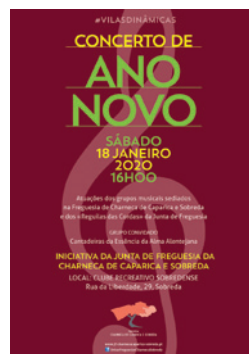
Quiçá o ensino futuro, mesmo sem pandemia, seja repensado e organizado num formato *Bi-learning*!

A coordenadora pedagógica  
Andreia Bernardo Garcia

# ATIVIDADES CULTURAIS, RECREATIVAS E DESPORTIVAS

## ENTREGA DE PRÉMIOS DO 10.º CONCURSO DE PRESÉPIOS

Decorreu no dia, 26 de janeiro a entrega dos prémios do 10.º Concurso de Presépios da Junta de Freguesia da Charneca de Caparica e Sobreda. Como membros do júri que classificou as obras apresentadas pela população e associações, agradecemos a colaboração da Dra. Fernanda Eunice, representante da Câmara Municipal de Almada, da Dra. Inês Gonçalves, representante do GADS e da Dra. Susana Fernandes, vogal desta autarquia. Contámos com um momento musical, a cargo do Coro Gandaia.



## CONCERTO DE ANO NOVO

No dia 18 de janeiro, teve lugar no Clube Recreativo Sobredense o concerto de Ano Novo, onde atuaram grupos musicais sedeados na Freguesia de Charneca de Caparica e Sobreda.



## CURSO DAS ESCOLAS

No dia 21 de fevereiro, realizou-se o curso carnavalesco das escolas, apoiado pela Junta de Freguesia.



## DIA INTERNACIONAL DA MULHER

Como é hábito, celebrámos a 8 de março o Dia da Mulher, distribuindo flores às mulheres da Freguesia.





## 46.º ANIVERSÁRIO DO 25 DE ABRIL

Mensagem do Presidente da JFFCS, Pedro Matias na TV Almada.



Veja a mensagem em:

<https://www.jf-charnecacaparica-sobreda.pt/noticias/cultura/1916-mensagem-de-pedro-matias-sobre-o-46-aniversario-do-25-de-abril>

## COLETIVIDADES

- No dia 25 de janeiro reabriu, em nova localização, a Casa do Benfica da Charneca de Caparica n.º 231. A Junta de Freguesia congratula os dirigentes e associados, por esta nova conquista.



- O Clube Recreativo Charnequense comemorou o seu 110.º aniversário no dia 31 de janeiro.



## EVENTOS ORGANIZADOS PELA CMA

- No dia 4 de janeiro cantaram-se as Janeiras no Solar dos Zagalos, com a atuação de diversos grupos de cantares musicais e tunas de todo o concelho.
- No sábado 25 de janeiro, a Câmara Municipal de Almada procedeu à primeira fase da iniciativa «Sextas-Feiras pelo Futuro... Mãos à Obra», com a colaboração da Junta de Freguesia de Charneca de Caparica e Sobreda. Assim, foi possível fazer a plantação de várias espécies de árvores e de arbustos, no Pinhal de Vale Bem, junto à Marisol, permitindo, desta forma, requalificar-se esta área florestal. Marcaram presença neste evento, alguns dos nossos fregueses, o Agrupamento 467 do CNE, o Vereador João Couvaneiro bem como diversos funcionários e elementos do Executivo da Junta de Freguesia.



CANTAR AS JANEIRAS NO SOLAR DOS ZAGALOS

SEXTAS-FEIRAS PELO FUTURO...MÃOS À OBRA!



# ATIVIDADES SOCIAIS



## ESPAÇO CIDADÃO

A partir do dia 4 de março, é possível renovar o seu cartão de cidadão nos Espaços Cidadão do Município de Almada.

Na freguesia de Charneca de Caparica e Sobreda é possível fazê-lo agora no Solar dos Zagalos, na Sobreda.

Em breve, abrirá um novo Espaço Cidadão no edifício sede da Junta de Freguesia da Charneca de Caparica, que permitirá ter em todo o território esta relevante valência do Espaço Cidadão.

### ESPAÇO CIDADÃO SOBREDA

Solar dos Zagalos

Largo António José Piano Júnior

Horário de funcionamento:

2.ª a 6.ª feira – 9h00-18h00.

Não encerra no período de almoço.

## COVID-19 – PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

A Junta de Freguesia, em parceria com a Associação Colmeia Vigilante, iniciou em Abril, um projeto de solidariedade, no âmbito da pandemia Covid-19, que tem funcionado na Casa das Associações e no Espaço Multiusos da Sobreda, e que consiste na entrega de cabazes de bens alimentares, todos os sábados, aos cidadãos e famílias com necessidades.

A Junta de Freguesia e a Colmeia Vigilante agradecem, desde já, a inestimável participação de todos os voluntários que se juntaram a nós, tendo sido já possível o apoio na realização de compras e na recolha de equipamentos. Agradece-se, em simultâneo, a todos as inúmeras empresas e cidadãos que, ao longo de todas estas semanas, têm doado bens alimentares e que sem este inestimável contributo solidário não teria sido possível concretizar este projeto. Finalmente, uma nota de agradecimento também para as escolas da Freguesia que recolheram bens alimentares: Carlos Gargaté, Marco Cabaço e Santa Maria.



## INICIATIVAS DA CMA

### DISTRIBUIÇÃO GRATUITA DE REFEIÇÕES

- A Câmara Municipal de Almada, em articulação com os agrupamentos de escolas do concelho, informa que continuam a ser fornecidas as refeições aos alunos do escalão A da Ação Social Escolar.

Seguindo as indicações do Ministério da Educação, a Câmara Municipal de Almada (CMA), em articulação com os agrupamentos

de escolas do concelho, está a assegurar o fornecimento de refeições, nas escolas, aos alunos do escalão A da Ação Social Escolar.

- A medida da Câmara Municipal de Almada abrange utentes de algumas IPSS, bem como pessoas abrangidas pelo NPISA – Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem-Abrigo. No total, são fornecidas 260 refeições por dia.



## VISITA ÀS ESCOLAS DA FREGUESIA

VISITA DA PRESIDENTE DA CMA A ESCOLAS DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDA

A presidente da Câmara Municipal de Almada, Inês de Medeiros, acompanhada pelos vereadores João Couvaneiro e Teodolinda Silveira e alguns dirigentes municipais com responsabilidades nas áreas da Educação e Obras, visitou, no passado dia 15 de janeiro, várias escolas das freguesias da Charneca de Caparica e Sobreda.

Este périplo teve como objetivo recolher, no terreno e nas reuniões com as direções e coordenações escolares, «informações para que seja possível encontrar respostas para os problemas existentes». Inês de Medeiros afirmou, ainda, que o atual Executivo defende «uma real colaboração entre a autarquia e os estabelecimentos de ensino». «Estamos aqui para ouvir as vossas preocupações», concluiu a autarca almadense.

SERVIÇOS DE SAÚDE NA FREGUESIA  
DA CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ

É nosso propósito dar a conhecer à população das freguesias da Charneca de Caparica e Sobreda, as várias valências existentes, quer no setor público/SNS, quer no setor privado .

Temos no nosso território um grande conjunto de unidades, desde farmácias, hospitais – público e privado –, USFs, vários centros clínicos, de medicina geral e especialidades médicas, de fisioterapia, de saúde oral, de ótica e de medicina veterinária.



Existem nas freguesias da Charneca de Caparica e da Sobreda, diversos centros clínicos privados, que prestam serviço em diversas áreas, como medicina geral e especialidades, exames de diagnóstico e análises clínicas, clínicas dentárias e saúde oral, fisioterapia, oftalmologia, lojas de ótica e clínicas de medicina veterinária.

NÚMERO DE CENTROS CLÍNICOS EXISTENTES  
NA CHARNECA DE CAPARICA E NA SOBREDÁ

| ÁREAS CLÍNICAS                                                                        | CHARNECA<br>DE CAPARICA | SOBREDÁ |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------|
| Medicina geral e especialidades médicas,<br>exames de diagnóstico e análises clínicas | 7                       | 3       |
| Dentárias/saúde oral, fisioterapia<br>e medicina veterinária                          | 12                      | 3       |
| Oftalmologia/lojas de ótica                                                           | 3                       | 1       |





## CENTROS CLÍNICOS

### CHARNECA

#### MEDICINA GERAL, ESPECIALIDADES, EXAMES E ANÁLISES CLÍNICAS

CLÍNICA MONSERRATE – CENTRO DE MEDICINA  
E DE ENFERMAGEM  
Avenida Elias Garcia, 977 · Tel. 212 960 394

CENTRO MEDICINA LABORATORIAL GERMANO  
DE SOUSA –ANÁLISES CLÍNICAS  
CLINICUS LUSITANUS  
Rua Marco Cabaço, 20 B · Tel. 218 083 318

ALMADA SAÚDE  
Estrada da Bela Vista, 52-52 A · Tel. 212 964 130

CLÍNICA DOS SANTOS CAPUCHINHOS  
Rua Rui Furtado, 12 · Tel. 212 978 220

JOAQUIM CHAVES SAÚDE –ANÁLISES CLÍNICAS  
Rua Marco Cabaço, 22 r/c · Tel. 212 962 342  
Praceta Manuel Fevereiro, 11 E – Marisol  
Tel. 212 962 548

CLÍNICA MÉDICA LAMY DO VALE  
Praceta Ferreira de Mira, 4A · Tel. 212 963 246

#### CENTROS DE FISIOTERAPIA

FISIOTERAPIA DOM VASCO  
Rua Antonio Quadros, 9 A · Tel. 211 823 855

ALBERTO CHAIÇA FISIOTERAPIA  
Rua das Quintinhas, 31 · Tel. 212 976 222

#### CENTROS DE SAÚDE ORAL

CLARIDENTE – CLÍNICA DE MEDICINA DENTÁRIA  
Rua Elisa Pedroso, 15 A · Tel. 212 962 407

CLÍNICA DENTÁRIA SANTA TERESA  
Rua da Bica, 20 B · Tel. 216 067 393

OPEN SMILE – INSTITUTO MÉDICO E FORMAÇÃO  
Praceta Ferreira de Mira, 1C · Tel. 218 209 602

CENTRO TÉCNICO DENTÁRIO  
Rua António Andrade, 1129 · Tel. 212 973 976

DL – CLÍNICA DENTÁRIA  
Rua Rui Furtado, 12 · Tel. 212 973 520

MÉDICO DOS DENTES  
Rua António Andrade, 1179 A · Tel. 211 954 254

#### CENTROS VETERINÁRIOS

CLÍNICA VETERINÁRIA SÃO MACÁRIO  
Azinhaga da Regateira, 2 A · Tel. 212 978 985

HOSPITAL VETERINÁRIO PRINCIPAL  
Rua da Alagoa, 26 · Tel. 212 974 997

CENTRO VETERINÁRIO DA AROEIRA  
Praceta José Marques Abreu, 6 A – Aroeira  
Tel. 928 051 695

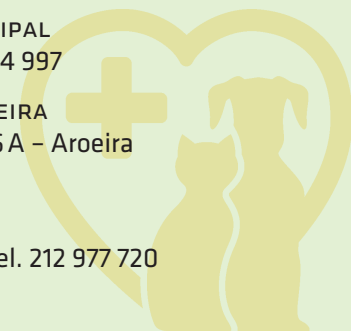
HOSPITAL VETCENTRAL  
Rua António Andrade, 1141 · Tel. 212 977 720

#### LOJAS DE ÓTICA

FERNANDO OCULISTA  
Rua António Andrade, 1 · Tel. 212 962 677

ÓTICA CÂNDIDO  
Rua António Andrade, 1157-Bloco C – Loja 1  
Tel. 212 976 527

CRIAVISUAL  
Estrada da Bela Vista, 106 – Loja · Tel. 210 894 780



### SOBREDA

#### MEDICINA GERAL, ESPECIALIDADES, EXAMES E ANÁLISES CLÍNICAS

CLINICUS LUSITANUS  
Avenida da República, 4 B – Loja A · Tel. 210 866 592

GERMANO DE SOUSA – CENTRO DE MEDICINA  
LABORATORIAL  
Avenida da República, 1 · Tel. 210 866 592

CENTRO DE HORMONOLOGIA FUNCIONAL  
Praceta Leitão de Barros, 9 B · Tel. 934 158 630

#### SAÚDE ORAL

CLÍNICA DENTÁRIA SOBREDENTE  
Rua Petrónio Amor de Barros, 156 · Tel. 212 953 850

#### CLÍNICAS VETERINÁRIAS

CLÍNICA MÉDICA VETERINÁRIA DR. CHAMBEL  
Rua João Black, 14 · Tel. 212 940 554

GHVS – HOSPITAL VETERINÁRIO  
Rua General Humberto Delgado, 81 · Tel. 212 765 101

#### LOJAS DE ÓTICA

ÓTICA DE VALE FIGUEIRA  
Rua Pedro Lemos, 58 · Tel. 212 552 666



Nota: Qualquer omissão de alguma entidade que não conste nestas listas, agradecemos que nos contactem, a fim de se proceder à sua atualização.



## FARMÁCIAS

### CHARNECA

FARMÁCIA CHARNECA (aberta 24 horas)  
Rua da Brieira, 4 · Tel. 212 963 900

FARMÁCIA CENTRAL  
Avenida Elías Garcia, 986 D · Tel. 212 978 130

FARMÁCIA ROSA  
Rua Marco Cabaço, 20 A · Tel. 213 960 187

FARMÁCIA NITA  
Estrada Poço Novo, 1B/C/3 · Tel. 212 977 863

FARMÁCIA VALE FETAL  
Rua Francisco Costa, 28/29 A · Tel. 212 975 084

FARMÁCIA MARISOL  
Praceta Manuel Fevereiro, 1F · Tel. 212 962 564

### SOBRED A

FARMÁCIA VALE FIGUEIRA  
Rua General Humberto Delgado, 111 E · Tel. 212 556 114

FARMÁCIA PALMEIRIM  
Avenida da República, Torre B3 · Tel. 212 946 695  
(2.ª a 6.ª: 8h00-21h00; sábados/feriados: 9h00- 21h00)



## CONTACTOS ÚTEIS

USF CHARNECA DO SOL  
Tel. 924 204 340 / 212 978 700  
usf.charnecasol@arslvt.min-saude.pt  
Rua Henrique Santana, 20  
2820-225 Charneca de Caparica

USF NOVA CAPARICA  
Tel. 924 204 293 / 212 978 700  
usf.novacaparica@arslvt.min-saude.pt  
Rua Henrique Santana, 20  
2820-225 Charneca de Caparica

USF SOBRED A  
Tel. 924 204 291 / 212 947 010  
usf.sobreda@arslvt.min-saude.pt  
Rua Movimento das Forças Armadas, 44  
2815-810 Sobreda

HOSPITAL GARCIA DE ORTA  
Tel. 212 940 294  
Avenida Torrado da Silva  
2805-267 Almada

CUF ALMADA  
Tel. 219 019 000  
R. Manuel Tito de Morais, 2  
2825-146 Caparica

HPA – HOSPITAL PARTICULAR DE ALMADA  
Tel. 212 723 680  
R. Manuel Febrero, 85  
2805-192 Almada



### RUA DA LIBERDADE (SOBREDÁ)

A Rua da Liberdade, na Sobreda, parte da Rua Luís Teixeira e entronca com a Estrada Nacional 10.1, teve a sua designação proposta por deliberação do município de Almada, em 20 de março de 1975. Aqui encontramos três edificações históricas e com valor patrimonial: o centenário Clube Recreativo Sobredense (o mais antigo da Sobreda), a capela da Senhora do Livramento, e o solar dos Zagalos. Três instituições, em que, na sua génese – associativa, religiosa e histórica – está latente a palavra Liberdade: a capacidade que o Homem possui de agir segundo o seu livre arbítrio, de acordo com a própria vontade, desde que não prejudique outras pessoas.



### RUA DE SÃO JOSÉ (CHARNECA DE CAPARICA)

Na Charneca de Caparica encontramos a Rua de São José, onde se situa uma capela a ele dedicada, inaugurada em 1973. Foi mandada construir pelo padre António Candal, capelão da Maternidade Alfredo da Costa, em terreno próprio e a expensas suas e de uma subscrição pública. Além da imagem do santo padroeiro, existem no interior da capela imagens do Imaculado Coração de Maria e do Sagrado Coração de Jesus, laterais ao altar-mor, e a de Santo António, junto a uma escultura que representa a Aparição de Nossa Senhora de Fátima aos três pastorinhos. A capela está aberta ao culto público aos sábados e domingos.

# PARA UM AMBIENTE SUSTENTÁVEL

## COMPOSTAGEM DOMÉSTICA

Fazer compostagem doméstica é outra forma de reciclar. É um processo simples, natural e economicamente sustentável. Compostagem é o conjunto de técnicas aplicadas para estimular a decomposição de materiais orgânicos por organismos heterótrofos aeróbios, com a finalidade de obter, no menor tempo possível, um material estável, rico em substâncias húmicas e nutrientes minerais formando assim um solo húmifero.





## MONOS DOMÉSTICOS E APARAS DE JARDIM

**PROIBIDO DESPEJAR RESÍDUOS (monos + entulhos + aparas de jardim)**

Para marcação do seu pedido e/ou recolha de resíduos, utilize a nova

**PLATAFORMA DE GESTÃO DE OCORRÊNCIAS**

[www.jf-charnecacaparica-sobreda.pt](http://www.jf-charnecacaparica-sobreda.pt)

ou através dos telefones

**800 205 903 · 21 297 2827 (Charneca) · 21 294 6634 (Sobreda)**

## SEJA CONSCIENTE, PROTEJA O AMBIENTE!



**NA CAPA:** Capela dedicada a Nossa Senhora do Livramento, edificada em 1751. Apresenta um pequeno adro murado, ao qual se acede por um portão em ferro forjado. Esse espaço terá sido utilizado como cemitério, podendo ainda observar-se uma lápide tumular, datada de 1874.

EDIÇÃO ▶ Junta de Freguesia de Charneca de Caparica e Sobreda COORDENAÇÃO ▶ Miguel Lourenço TEXTOS ▶ Pedro Lucas, Miguel Lourenço REVISÃO ▶ Miguel Lourenço, Alda Fidalgo APOIO TÉCNICO ▶ Alexandra Ventura DESIGN GRÁFICO ▶ TVM Designers IMPRESSÃO ▶ Tipografia Lobão, Lda. TIRAGEM ▶ 10 000 exemplares © Junta de Freguesia de Charneca de Caparica e Sobreda, 2020