



## Murtas na Cidade promove hábitos de vida saudável

Pág.  
7

### Lisboa eleita Cidade Empreendedora Europeia

Lisboa recebeu em Bruxelas, hoje dia 25 de Junho, a distinção de Cidade Empreendedora Europeia, que premeia as melhores estratégias regionais para a promoção do empreendedorismo e da inovação junto das pequenas e médias empresas.

“Lisboa é a primeira cidade a receber o prémio da EER – European Entrepreneurial Region. A sua estratégia demarca-se pela forma como interliga projectos já existentes em prol do empreendedorismo e da inovação

a novas medidas específicas adoptadas no âmbito da iniciativa EER”, salientou o Presidente do organismo europeu durante a cerimónia de entrega do prémio.

Lisboa reforçou o seu estatuto de «startup city» através de uma impressionante série de iniciativas como a “Empresa na Hora”, a Startup Lisboa, o Programa de Empreendedorismo Jovem de Lisboa e o Lisbon Challenge. Hoje em dia, Lisboa é reconhecida internacionalmente como um destino privilegiado para os empresários.

# edit:



Conselho de Administração da GEBALIS

Refrescados das férias e prontos para regressar ao trabalho ainda dá para aproveitar alguns dias em que o tempo se mostra ameno e disfrutar aquilo que a cidade nos dá de melhor, as suas paisagens e as suas gentes.

Lisboa enquanto cidade de bairros agrega em si diferentes tradições e curiosidades que se reflectem na vivência dos Bairros Municipais.

Durante o mês de Setembro decorre na cidade mais uma edição do projecto “Fitas na Rua” e mais uma vez temos o privilégio e a honra de nos associarmos à EGEAC e receber mais um filme num dos nossos bairros – Olaias- que desta vez se faz acompanhar com toda uma roupagem diferente, acompanhado com música ao vivo ao sabor do reviver de tempos antigos.

É intenção da GEBALIS, ao trazer este tipo de programas para os bairros municipais de Lisboa, possibilitar acesso a quem lá vive, de aproveitar oportunidades que podem fazer a diferença.

Também quando criamos acessibilidades e trabalhamos situações relativas à mobilidade, como as que referimos neste boletim, estamos a cuidar para a melhoria da qualidade de vida de quem habita nestes bairros.

O esforço que está a ser colocado na campanha “Cuida do Teu Bairro” é também ele um exemplo bem prático do exercício para uma cidadania activa e o nosso esforço para melhorar as condições de vida de quem habita na cidade de Lisboa.

## Há Fitas na Rua - 2014 nos Bairros Olaias e Portugal Novo



No próximo dia 13 de Setembro convidamo-lo a ir ao cinema ao ar livre!

Os Bairros das Olaias e Portugal Novo vão fazer parte do roteiro cinematográfico da cidade de Lisboa, através do Projecto “Fitas na Rua!”, uma iniciativa da EGEAC/ Câmara Municipal de Lisboa, que consiste no visionamento de filmes ao ar livre, a decorrer em vários pontos da cidade de Lisboa, de 15 de Agosto a 21 de Setembro de 2014.

Começamos com a exibição do “Estrelas do Bairro”, trabalho que junta vários retratos de quem vive ou trabalha neste Bairro, seguido da curta metragem “RHOMA ACANS” de Leonor Teles, uma viagem de autodescoberta empreendida pela realizadora com o objectivo de compreender o verdadeiro peso identitário da sua herança étnica.

Às 22h00 irá passar o filme MARIA DO MAR, de Leitão de Barros, um filme

vivenciado por uma comunidade de pescadores da Nazaré que vive uma história que começa com um naufrágio e uma tensão entre famílias que perdura até uma história de amor acontecer e trazer mais drama à história.

A acompanhar as projecções haverá inúmeras actividades paralelas: sessões acompanhadas de fado e guitarra portuguesa, um cine concerto onde estarão juntos músicos de diferentes registos que nos levaram a todos numa viagem musical entre os ritmos africanos, o flamenco e a música indiana, e festas em redor dos filmes!

Não perca e junte-se a esta iniciativa a partir das 17h00!

No verão, em Lisboa, apagam-se as luzes. Brilham as estrelas!

Para aceder a toda a programação do “Fitas na Rua!” consulte o sítio na internet: [www.lisboanarua.com](http://www.lisboanarua.com)



### Regresso às aulas

As férias escolares estão a terminar. Com um novo ano lectivo à vista chega também a preocupação dos pais sobre como readaptar os alunos à rotina estudantil.

Se a cada ano há rituais que se repetem, o crescimento individual do aluno e a sua progressão na vida escolar fazem surgir novas necessidades de reorganização das tarefas diárias.

Aqui ficam algumas dicas para a preparação do regresso às aulas.



**Sérgio Marques**

Coordenador/  
Programador do  
Projecto "Fitas na  
Rua"



### **Como surge a ideia de criar o Projecto "Fitas na Rua"?**

O projecto nasceu no Porto em 1999 e fruto de uma vontade de recriar dentro da cidade o imaginário do cinema ambulante. Num momento em que assumi a tarefa de coordenador cultural da delegação do Porto, do Inatel, descobri um equipamento de cinema ao ar livre que não estava a ser utilizado. Elaborei um projecto que trouxesse para a rua cinema de qualidade e fosse um tributo ao cinema ambulante. Em 2009 o projecto veio para Lisboa e desde então, faz parte da programação de Verão da EGEAC, incluído no evento Lisboa na Rua.

### **Em que consiste propriamente o Projecto e quais os seus objectivos?**

A ideia é trazer para a rua cinema de qualidade, clássicos do cinema, cinema de autor e cinema português. Criar uma ligação entre o tema do filme e os espaços. Por exemplo um filme que fale de comboios é exibido numa estação de comboios.

O "Fitas na Rua" tem a missão de trazer para a rua filmes fora do circuitos comerciais e mostrar, de uma forma gratuita e informal, que o cinema tem infinitos temas e há muitas formas e possibilidades de contar histórias. Há uma declarada intenção de sensibilizar para a Arte.

### **Como tem sido a recepção da população a este projecto?**

É um evento já bem conhecido na cidade de Lisboa e com um público fiel e seguidor. Há uma média de 300 pessoas por sessão, mas já chegamos a ter sessões com cerca de 1000 pessoas.

### **Têm estado a receber pessoas de outras zonas da cidade ou a maioria é apenas dos bairros em que os filmes passam?**

Normalmente temos mais pessoas que vem de fora dos locais e nos últimos 3 anos acolhemos também público turista, estrangeiro, que está de visita à cidade.

Em alguns contextos, como por exemplo as sessões em parceria com a GEBALIS, em que há um grande trabalho prévio com os parceiros sociais, o público é maioritariamente a população local.

Mas geralmente o público é uma mistura de habitantes da zona, cinéfilos que seguem o programa e turistas.

### **O que vos tem surpreendido mais neste projecto?**

O "Fitas na Rua" conseguiu provar que o cinema de qualidade é acessível a todos. É comovente perceber que as pessoas descobrem filmes que nunca veriam em salas de cinema ou na televisão. E gostam.

É quase uma cerimónia de iniciação à Arte, uma nova disponibilidade, uma descoberta. Assistir a momentos assim é muito gratificante para quem trabalha na cultura.

É também um projecto sempre muito acarinhado por todos os parceiros. Há sempre uma disponibilidade das equipas que faz com que as sessões sejam eventos únicos e memoráveis...como se estivessemos juntos a fazer um grande filme.

### **Está previsto o crescimento do projecto? De que modo?**

O "Fitas na Rua" cresce todos os anos. Há sempre novidades e actividades paralelas em volta dos filmes: envolvemos escolas, Djs, músicos e foram organizadas festas em volta dos filmes. Este ano envolvemos músicos em algumas sessões, há um projecto de fotografia associado a cada um dos locais onde vamos estar e um evento em homenagem à coreógrafa Pina Bausch. Há uma interesse da EGEAC em reproduzir o projecto nos concelhos vizinhos e estamos a apresentar o projecto às autarquias. Talvez para o ano o "Fitas na Rua" seja em cada vez mais ruas, em mais territórios e faça chegar o cinema a mais pessoas.

-É importante que o aluno tenha o hábito de dormir, no mínimo, oito horas por dia, especialmente os alunos com horários da manhã;

-Criar hábitos de pontualidade é fundamental. De forma a evitar atrasos é recomendável que o aluno prepare todo o material escolar no dia anterior;

-Garanta que o aluno toma o pequeno-almoço antes de sair de casa e que leva na mochila alguma comida. Os dias

podem ser longos e com desgaste de muita energia;

-A pensar no sucesso escolar, é importante que os pais conheçam a equipa pedagógica que vai acompanhar o aluno;

-Pais e alunos devem, logo no início do ano lectivo, criar um calendário diário que contemple não só os tempos de estudo como também os de lazer;

-Acompanhar os trabalhos de casa e o calendário de provas e exames é

fundamental para o desenvolvimento do sentimento de responsabilidade dos alunos;

-É também no início do ano lectivo que devem ser acordadas entre os estudantes e os pais o plano de actividades extra-curriculares. Explore as possibilidades que as escolas oferecem;

- A escola é muito importante mas o tempo de brincadeira e lazer é necessário para o desenvolvimento saudável dos jovens.

- Inauguração do Espaço Poente no Bairro Casal dos Machados



## I Torneio Solidário do Projecto “O nosso km2”



Após o grande sucesso do torneio de futebol realizado durante o Festival da Ponte, deu-se continuidade à ligação estabelecida entre o Projecto “O nosso KM2” e os jovens-adultos (18-35) do Bairro de Santos ao Rego. Assim surgiu o I Torneio Solidário, que se desenrolou no passado dia 26 de Julho.

Os objectivos deste evento foram: fomentar o espírito solidário nos habitantes do bairro,

promover a inclusão social, impulsionar o espírito comunitário e provocar o convívio entre as instituições e os moradores.

As oito equipas que participaram eram constituídas por moradores do Bairro de Santos ao Rego e da Quinta do Mocho (Sacavém), agentes da 31.ª esquadra da PSP, utentes do Instituto Condessa de Rilvas e voluntários do “KM2”.

Houve uma boa adesão ao torneio,

por parte do bairro e das instituições e tal refletiu-se na quantidade de roupa, alimentos e brinquedos angariados.

Os materiais angariados serão distribuídos entre o Movimento Defesa da Vida, o Instituto Condessa de Rilvas e a Paróquia Nossa Senhora de Fátima.

Os objectivos do torneio foram todos atingidos mostrando que mais do que um Bairro são uma verdadeira comunidade.

## Projecto “Dominó” continua a sua intervenção na Quinta do Cabrinha



Os lotes 1, 3, 5, 6 e 7 do Bairro Quinta do Cabrinha, no âmbito do Projecto “Dominó”, tiveram uma intervenção nas instalações eléctricas, botoneiras e intercomunicadores, há muito esperada.

Entre os dias 7 e 18 de Julho, os moradores dos lotes acima referidos participaram activamente nesta alteração que muito beneficia a segurança dos lotes onde residem.

O envolvimento dos moradores na estima e preservação dos espaços comuns é um dos principais objectivos do Projecto “Dominó” que aos poucos e com muito empenho dos moradores tem vindo a ser alcançado.

O equipamento eléctrico, colocado pela GEBALIS, ainda que resistente requer alguns cuidados na sua utilização para que as condições de segurança se mantenham.

Realizou-se no passado dia 25 de Julho a inauguração do Espaço Poente da Junta de Freguesia do Parque das Nações. O espaço agora inaugurado pretende dar respostas às necessidades da população da chamada «zona Poente» da freguesia, que pela sua especificidade, está a merecer por parte dos serviços uma visão atenta e cuidada, com acompanhamento das preocupações e necessidades, bem como das suas potencialidades.

O espaço agora inaugurado situa-se na Rua Padre Joaquim Alves Correia, lote 23 C/V A, B e C, junto ao Gabinete de Bairro

da GEBALIS – Casal dos Machados e tem o seguinte horário de funcionamento: 9h-13h e 14h-17h, de segunda a sexta-feira. No novo espaço existe uma zona de atendimento geral/serviços administrativos, o Gabinete de Apoio Social e o Gabinete de Apoio Jurídico. A curto prazo funcionará uma Loja Solidária, um Gabinete de Enfermagem e de Psicologia e uma Lavandaria Social.

O pólo Zona Poente presta todos os serviços que a sede da junta presta. Para mais informações também pode consultar o sítio da junta em <http://jf-parquedasnacoes.pt/>.

# Moradores da Ameixoeira e da Flamenga cuidam do seu bairro



No dia 15 de Julho os primeiros autocolantes da campanha “Cuida do Teu Bairro” foram colocados na Rua Fernando Gusmão, nos lotes 2, 4 e 6, do Bairro da Ameixoeira.

No período da manhã foi feito um trabalho de sensibilização sobre a campanha com as crianças da creche da Santa Casa da

Misericórdia de Lisboa, que receberam muito bem esta iniciativa e foram os portadores para a sua família de um folheto com os autocolantes escolhidos para afixação nos lotes.

No período da tarde, com a colaboração de alguns moradores dos lotes acima

enumerados, foi altura para se proceder à afixação dos autocolantes, nos espaços por si escolhidos.

Esta foi uma actividade muito bem acolhida por todos, tendo a colocação dos autocolantes decorrido de uma forma muito animada e participada.



No mês de Julho realizaram-se, no Bairro da Flamenga, mais três acções com vista à sensibilização dos residentes para a mudança de comportamentos que prejudicam os espaços comuns dos edifícios.

Em colaboração com os parceiros do Grupo Comunitário da Flamenga, deu-se

continuidade à “Campanha Cuida do Teu Bairro”, promovida pela GEBALIS.

As acções realizaram-se nos dias 22, 23 e 24 e contaram com a participação activa, entusiasmada e muito responsável dos elementos dos grupos de jovens da AML e da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa–Flamenga e com o apoio dos técnicos das

respectivas entidades e da CML/DMAU/DSESA.

As acções contemplaram os lotes: 344, 346, 347, 354, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382,384, 409, 410, 413, 414, 417 e 418.

A GEBALIS agradece a todos o empenho uma vez mais demonstrado.

# sabia que...



## Festival TODOS

Irá decorrer nas zonas de São Bento, Poço dos Negros e Santa Catarina, a 6.ª edição do Festival TODOS, em Lisboa, nos dias 12, 13 e 14 de Setembro.

No "Todos 2014" (6.º edição), o tema trabalhado para este ano é - Povo, um povo de povos.

Este festival é promovido pela Câmara Municipal de Lisboa, pelo Gabinete Lisboa Encruzilhada de Mundos (GLEM) e pela Academia de Produtores Culturais (APC) e pretende esbater barreiras culturais e criar laços entre os antigos e os novos lisboetas, promovendo a relação, através das artes.

A GEBALIS irá estar presente indirectamente, através de uma parceria com o Projecto Margens que vai apresentar uma instalação chamada "A Sala", uma criação de João Calixto e Projecto Margens, para o Festival TODOS, entre as diversas comunidades que habitam a Cidade.

## Marvila acolheu V Torneio Internacional de Ginástica Rítmica "Summer Stars"

Realizou-se nos dias 19 e 20 de Julho, o V Torneio Internacional de Ginástica Rítmica "Summer Stars".

Estiveram inscritas neste Torneio ginastas dos 4 aos 26 anos pertencentes a 8 países (Angola, Argentina, Brasil, Chile, Espanha, Finlândia, Japão e Portugal) que prestaram provas na Escola D. Dinis, no Bairro das Amendoeiras, Marvila.

No Polidesportivo do Vale Fundão como forma de encerramento deste evento desportivo actuaram o Rancho Folclórico das Casa dos Arcos Valdevez e a Marcha de Marvila.

# Rampas de acesso no Bairro da Boavista



Os Lotes 14, 16 e 24 da Rua Rainha D. Brites no Bairro da Boavista têm a partir do final do mês de Julho uma nova aparência, fruto das obras de requalificação levadas a cabo pela GEBALIS, que tiveram por finalidade a construção de rampas de acesso aos referidos lotes.

Na sequência dos pedidos e do empenho da Associação de Moradores e na sequência do diálogo interinstitucional levado a cabo pelo Gabinete de Bairro da Boavista junto dos parceiros, foram construídas, no início do mês de Junho, rampas de acesso com vista à melhoria das acessibilidades

de pessoas idosas e de pessoas com mobilidade reduzida.

Os trabalhos realizados pela Direcção de Conservação do Património ficaram agora concluídos e irão sem dúvida diminuir as dificuldades de acesso aos lotes, através da eliminação das escadarias inclinadas, o que poderá facilitar não só o acesso regular às habitações, assim como outros acessos em situações de emergência. A GEBALIS continua assim, no âmbito da sua responsabilidade social, a diminuir barreiras arquitectónicas que limitem a mobilidade.

# Lote A8 da Quinta do Lavrado mais cuidado



Os moradores do lote A8 do Bairro Quinta do Lavrado, as instituições do Bairro e a Equipa Ambiental – Guardiões da Natureza juntaram-se para cuidar do lote, no âmbito do Projecto "Juntos Vamos Cuidar do Nosso Bairro".

Os moradores iniciaram a sua intervenção pela pintura da entrada, colocação da porta do lote e limpeza dos pátios interiores e dos espaços comuns. As instituições do Bairro, a Associação de Assistência de São Paulo, a Creche Missão Nossa Senhora- SCML,

a Fundação Aragão Pinto e a Junta de Freguesia da Penha de França também colaboraram acompanhando a Equipa Ambiental – Guardiões da Natureza que foi constituída para verificar as boas práticas que são realizadas no bairro.

Todos acompanharam a intervenção nas instalações eléctricas, da zona comum do lote, na qual todas as lâmpadas foram substituídas por lâmpadas economizadoras e amigas do ambiente, pintadas pela Equipa Ambiental – Guardiões da Natureza.

# Alimentação saudável no Bairro das Murtas



No passado dia 31 de Agosto decorreu mais uma iniciativa no âmbito do Projecto “Murtas na Cidade”, onde a população do Bairro das Murtas teve oportunidade de passar um final de tarde diferente.

Através da participação da Associação Portuguesa de Dietistas e do Movimento 2020 foi preparada e dinamizada uma acção de formação sobre alimentação saudável.

Esta iniciativa teve como cenário o renovado Jardim do Campo Grande.

A acção abordou temas como comer de forma saudável, que alimentos escolher e evitar e o que é preciso ter em consideração quando se decide que alimentos comprar.

No final da explicação houve oportunidade de saborear um pequeno lanche saudável que foi gentilmente preparado pelo Centro Social e Paroquial do Campo Grande.

A acção decorreu de uma forma muito participada por um grupo bastante alargado de crianças, que se deslocaram ao jardim acompanhadas por alguns familiares.



Ficou a vontade de repetir a iniciativa e aprofundar o tema que tanto agradou e se mostrou importante para todos os presentes.

O “Murtas na Cidade” é um projecto de intervenção comunitária, promovido pela GEBALIS em parceria com as instituições locais, cujo objectivo principal é a promoção da qualidade de vida das famílias residentes no Bairro das Murtas promovendo o sentimento de pertença.

# Jovens do Armador visitam a Casa dos Animais de Lisboa



No passado dia 9 de Julho, 18 crianças e jovens da Associação Futuro Autónomo (AFA), do Bairro do Armador, visitaram a recém inaugurada Casa dos Animais de Lisboa. Para o efeito a Câmara Municipal de Lisboa disponibilizou um autocarro para que o transporte destes visitantes.

A visita teve como objectivos estimular a relação entre os mais novos e os animais, conhecer as rotinas e sensibilizar os

visitantes para o facto de os animais terem, tal como os seres humanos, uma natureza sociável e afectuosa.

Realizou-se também uma acção de sensibilização para a adopção consciente e informação sobre os programas de voluntariado que se encontram a decorrer. Foi ainda transmitido e explicado que a todos os canídeos com mais de 3 meses é feita a identificação electrónica gratuita,



bem como as acções de profilaxia médica em vigor. Os cuidados médicos passam também pela desparasitação interna e a esterilização, a título gratuito, e são efectuados a todos os animais adoptados, desde que a sua idade e situação de saúde assim o permita.

Foi por isso um dia bem passado e com uma mensagem importante: os animais são mesmo nossos amigos!

# Televisão/Internet/Telefone

- Tipo de Fornecimento de Sinal
- Procedimento e Regras

## Tipo de Fornecimento de Sinal

## Procedimento e Regras

**SINAL ATRAVÉS DE CABO**  
(situação recomendada)

Pré-instalação feita

**SINAL ATRAVÉS DE CABO SEM PRÉ-INSTALAÇÃO NO PRÉDIO**  
(situação recomendada)

É necessário fazer uma pré-instalação por parte da operadora escolhida

**ATENÇÃO:**  
Ler notas 1 e 2

**SINAL ATRAVÉS SATÉLITE DE OPERADOR COLOCADO NA COBERTURA DO PRÉDIO, NO CASO DE NÃO SER POSSÍVEL NENHUMA DAS SITUAÇÕES POR CABO**

A fixação dos cabos e/ou da antena não pode ser feita nas empenas ou nas fachadas do prédio

**ATENÇÃO:**  
Ler notas 1 e 2

**SINAL ATRAVÉS DE ANTENA PARABÓLICA COLOCADA NA COBERTURA DO PRÉDIO**

Na instalação de uma antena parabólica deve ter em conta que a fixação dos cabos e/ou da antena não pode ser feita nas empenas ou nas fachadas do prédio e só terá autorização se permitir o uso colectivo

**ATENÇÃO:**  
Ler notas 1 e 2

Necessita de pedido de autorização da GEBALIS

Necessita de pedido de autorização da GEBALIS

Necessita de pedido de autorização da GEBALIS

1

Garanta que o técnico instalador cumpre as regras estabelecidas na fixação dos equipamentos necessários (cabos, fichas de conexão, antenas, entre outros). O morador é responsabilizado por todo o processo e deverá garantir uma boa limpeza nos espaços comuns e remoção de entulhos, é responsável por todos e quaisquer danos físico e/ou materiais que ocorram ao próprio e/ou a terceiros durante e/ou após conclusão dos trabalhos.

2

Importante referir as regras de instalação e os problemas associados, nomeadamente: os pontos de fixação nas fachadas e/ou nas empenas dos prédios que podem trazer futuras infiltrações ou pontos de corrosão promovendo a descoloração cromática, a desagregação de reboco e a queda de objectos assim como a criação de desordem estética e a promoção de marcas não autorizada.

Tenha em atenção que estas regras deverão ser seguidas.

O incumprimento das normas da lei n.º 21/2009 de 20 de Maio de 2009 é fundamento para a desocupação do fogo.



SOS  
112

INTOXICAÇÕES  
808 250 143

BOMBEIROS  
213 422 222

PROTEÇÃO CIVIL  
217 825 240

EPAL  
213 221 111

EDP  
800 505 505

CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA

Geral 213 227 000

Balcão Único Municipal Centro,

Oriental e Centro-Histórico

Na Minha Rua 808 20 32 32

LOJA DO CIDADÃO

707 241 107

COMISSÃO PARA INFORMAÇÃO ÀS VITÍMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

800 202 148

SOS SIDA  
800 201 040

SOS CRIANÇA  
217 931 617

ALCOÓLICOS ANÓNIMOS

217 162 969  
SOS VOZ AMIGA  
213 544 545

VIOLÊNCIA  
800 206 009

APAV  
Associação de Apoio à Víctima  
707 200 077

LINHA DO CIDADÃO IDOSO  
800 203 531

LINHA CONTRA O CANCRO  
213 619 542

SAÚDE 24  
808 242 424



**Propriedade** GEBALIS- Gestão do Arrendamento Social em Bairros Municipais de Lisboa, EM

**Tiragem** 24 000 exemplares **Depósito Legal** 269595/08

**Director** Sérgio Cintra **Sede** Rua Costa Malheiro, Lote B12 1800-412 Lisboa

**Telefone** 217 511 000 **Fax** 217 572 670 **E-mail** gbl@gebalis.pt

**Site** www.gebalis.pt