

ACONTECE

MASSAMÁ E MONTE ABRAÃO EM NOTÍCIAS

#26

ANO 8 • GRATUITO • OUT/NOV/DEZ 2022 • www.uf-massamamabraao.pt



**ENTREVISTA A PEDRO OLIVEIRA BRÁS
ESTE É O TERRITÓRIO
SUSTENTÁVEL QUE QUEREMOS**

P.8



Pág. 11

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO AMBIENTAL

Separação de resíduos na Feira Semanal de Monte Abraão.

Pág. 15

CARTÃO FREGUÊS

Mais descontos no comércio da freguesia.

ÍNDICE

03 A Acontecer

08 Discurso Direto

10 Ambiente e Sustentabilidade

11 É Notícia

15 Cartão Freguês

29 Voz aos Eleitos

#26
2022

COMPOSIÇÃO E PELOUROS
QUADRIÊNIO 2021 - 2025



SECRETÁRIO
DAVID JORGE PEREIRA DA SILVA (PS)
Pelouros: Cultura e Ambiente.



TESOUREIRO
HÉLDER LEANDRO FERREIRA COUTO (PS)
Pelouros: Gestão Financeira, Tesouraria, Património e Recursos Humanos.



VOGAL
JOÃO MARIA CANHOTO RUSSO (PS)
Pelouros: Espaço Público, Higiene Urbana, Equipamentos Públicos.



VOGAL
NUNO MIGUEL MOREIRA GOULÃO SANTOS (PS)
Pelouros: Mobilidade e Transportes, Obras e Projetos.



VOGAL
MÓNICA SOFIA MONTEIRO RUSSO (PS)
Pelouros: Educação, Desporto e Juventude



VOGAL
MARIA ADELAIDE TAVARES DE SOUSA (PS)
Pelouros: Economia Local, Voluntariado, Tempos Livres e Lazer

EDITORIAL



VIVER A ÉPOCA NATALÍCIA
COM O COMÉRCIO LOCAL

Estamos a chegar à época festiva onde a magia do Natal entra nas escolas, nas nossas casas, nas associações, nas nossas ruas, nas nossas famílias e, claro, no comércio local. Depois de um período de restrições e limitações para os comerciantes, fruto da pandemia, surge na Europa uma guerra que nos arrasta para uma crise económica e social bastante profunda. É por isso que, neste momento, todos nós temos um papel preponderante, podendo contribuir de um modo muito simples: fazer compras de Natal no comércio local. Os nossos comerciantes têm demonstrado uma resiliência e uma capacidade adaptativa imensa ao enfrentarem inúmeros desafios, mas sem nunca deixarem de acreditar na comunidade onde estão inseridos. Durante a pandemia, a Junta de Freguesia desenvolveu iniciativas que aproximaram mais os cidadãos do seu comércio. Algumas dessas iniciativas iremos repetir e que, no fundo, realçam aquilo que é o objetivo da rede Freguês, comprar o que é nosso. Ao usarmos a nossa rede Freguês, através do cartão, estamos a valorizar a nossa economia local. O facto de vivermos momentos de grande incerteza e instabilidade, com o impacto da inflação a repercutir-se nas nossas vidas, não deixa de ser uma oportunidade para elevarmos os valores da cooperação, solidariedade e reforçar os lados de proximidade, fazendo compras no comércio local com o nosso cartão Freguês. Com este cartão temos a possibilidade de envolver cerca de 190 lojas, beneficiando dos seus descontos. Comprar no comércio local é uma atitude que deve ser de todos e promove uma relação de confiança, onde todos saímos a ganhar. Neste Natal, Compre no comércio local!

O Presidente,
Pedro Oliveira Brás (PS)
Pelouros: Gestão Global, Cidadania, Proteção Civil, Segurança, Intervenção Social, Associativismo, Feiras e Mercados.

FICHA TÉCNICA

Diretor: PEDRO OLIVEIRA BRÁS
Coordenação e gestão de conteúdos:
GABINETE DE COMUNICAÇÃO
Paginação: PÁGINAS APETECÍVEIS LDA. – ATELIER FICTA DESIGN
www.fictadesign.pt
Propriedade: UNIÃO DAS FREGUESIAS
DE MASSAMÁ E MONTE ABRAÃO
Impressão: FUNCHALENSE, EMPRESA GRÁFICA, S. A.
Rua da Capela da Nossa Senhora da Conceição, n.º 50 - Morelena
2715-028 Pêro Pinheiro
Email: geral@funchalense.pt | Telefone: 219 677 450
Publicação Trimestral
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
Tiragem: 24.2000 EXEMPLARES
Depósito Legal: 394185/15

Nota: Isento de registo na ERC ao abrigo do Decreto
Regulamentar 8/99 de 9 de junho, artigo 12.º n.º 1 b.

www.uf-massamamabraao.pt

MASSAMÁ
R. Dr. Francisco Ribeiro
de Spínola, s/n,
Massamá. 2745-872 Queluz
Fax: 214 389 170

MONTE ABRAÃO
Av. da Liberdade, nº 29 e 31,
Monte Abraão.
2745-300 Queluz
Fax: 214 373 660

Tel.: 210 133 550
Email: geral@uf-massamamabraao.pt

HORÁRIO: 2.ª a 6.ª feira das 9h às 17h

A ACONTECER

FEIRA DO
PORTA-BAGAGEM
ESPECIAL NATAL!

No dia 4 de dezembro, venha ao Parque de Estacionamento da EMES (recinto da Feira Semanal de Monte Abraão) e participe na Feira do Porta-Bagagem numa edição dedicada ao Natal. Será uma oportunidade para fazer compras de Natal ou para juntar algum dinheiro com a venda dos seus artigos. Para participar como feirante terá que se inscrever até 30 de novembro em www.uf-massama-mabraao.pt ou presencialmente nos balcões de atendimento da União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão, das 09h00 às 13h00 e das 14h00 às 16h30. L



ARRUADA MOTARD
DE NATAL

No dia 10 de dezembro, a partir das 10h00, fique atento ao barulho das motas e dos pais natais que vão circular e animar as nossas ruas. À semelhança dos anos anteriores, o Motoclube de Massamá e o grupo Motard Foge com Elas, de Monte Abraão, vão espalhar o espírito natalício pela freguesia. Este ano a arruada termina na feira semanal de Monte Abraão, contando com uma pequena mostra do grupo Teatrosfera. Esperamos por si. L



QUANTO MAIS
COMPRAR
NA FREGUESIA, MAIS
PODE GANHAR!

A União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão promove, uma vez mais, a iniciativa “Compre na Freguesia”, para impulsionar o comércio local e os estabelecimentos da rede Cartão Freguês. Até ao final do ano, por cada 10€ de compras nos estabelecimentos aderentes à rede do Cartão Freguês, é atribuído um cupão de participação para os sorteios de vales de compras (máximo de 10 cupões por compra). O sorteio será realizado a 6 de janeiro. Os prémios para esta iniciativa serão classificados do 1º ao 3º lugar e resultam na atribuição de vales de compras para utilização exclusiva na Rede Freguês. Será ainda atribuído um prémio extra ao estabelecimento comercial que efetuar a venda associada ao primeiro prémio do sorteio. Quanto mais comprar na Freguesia, mais pode ganhar! Vamos apoiar o comércio Local! Use o seu Cartão Freguês e habilite-se a ganhar prémios! L



A ACONTECER

CONCURSO DE MONTRAS DE NATAL

As inscrições gratuitas decorrem online, mediante preenchimento do formulário e inserção da fotografia da montra do estabelecimento, no nosso website em www.uf-massamabraao.pt de 21 a 30 de novembro. Posteriormente, serão avaliadas por um júri que se deslocará ao local e online através das reações colocadas por todos na página do Facebook da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão. O período de votação decorrerá de 7 a 20 de dezembro. Poderá participar e habilitar-se a ganhar prémios com a fotografia da sua montra favorita. 



HABILITE-SE A GANHAR PRÉMIOS COM A SUA ÁRVORE DE NATAL!

Pelo 2º ano consecutivo voltamos a realizar o concurso “A minha Árvore de Natal”. A iniciativa é bastante simples: fotografar a sua árvore de Natal e submetê-la a concurso mediante o preenchimento de um formulário online e gratuito em www.uf-massamabraao.pt. Deve realizar a sua inscrição de 11 a 18 de dezembro. Posteriormente a sua fotografia é colocada online na página de Facebook da União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão (@uf.massamabraao) vencendo aquelas que contabilizarem o maior número de “gostos” e “adoros” durante o período de 21 dezembro a 7 de janeiro. Esta iniciativa é uma forma de incentivar a criatividade e originalidade proporcionando momentos de partilha e alegria. Os vencedores serão anunciados a partir de 16 de janeiro. Faça a sua árvore de Natal e habilite-se a ganhar prémios! 

FEIRA ALEATÓRIA NA ESTUFA BOTÂNICA

De 8 a 11 de dezembro decorrerá na Estufa Botânica da Quinta das Flores, em Massamá, a estreia da Feira Aleatória, das 18h00 às 23h00, produzida pela Associação Cultural Narrativa Aleatória. Esta feira, apoiada pela Câmara Municipal de Sintra e pela União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão, está assente na sustentabilidade e nas artes, com o principal objetivo de promover um consumo mais consciente. Aqui encontrará artesanato, artigos em 2ª mão e antiguidades, num ambiente familiar, com luz e cor no formato de uma feira de inverno diferente. A feira contará com uma instalação artística de luz e som. A entrada terá um custo de 3€. Para as crianças com idade igual ou inferior aos 12 anos a entrada é gratuita. 



A ACONTECER

RECOLHA DE BRINQUEDOS

Aproximando-nos da época natalícia, a União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão volta a realizar uma campanha de recolha de brinquedos para as famílias carenciadas da nossa freguesia de 5 a 16 de dezembro.

Se tiver um livro, um brinquedo, jogos, filmes novos ou usados (em bom estado), entregue estes bens nas instalações da junta de freguesia em Massamá ou Monte Abraão, das 09h00 às 13h00 e das 14h00 às 16h30. L



ECO-ÁRVORE DE NATAL NAS ESCOLAS BÁSICAS

De forma a promover o espírito ecológico e natalício pelas escolas, a União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão disponibilizou 16 estruturas de árvore para as escolas básicas da freguesia.

O objetivo é que as crianças decorem as árvores com materiais reciclados e reutilizados. Posteriormente, e assim que as condições meteorológicas o permitam, as árvores serão expostas de 19 de dezembro a 6 de janeiro ao ar livre em local ainda por definir. L



A ACONTECER

O QUE É O CARTÃO FREGUÊS AINDA NÃO TEM O SEU CARTÃO FREGUÊS?

O Cartão Freguês é gratuito. Emitido pela União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão, pretende aproximar os cidadãos do comércio tradicional, estimulando a economia local. Ao ter o seu Cartão Freguês poderá usufruir de descontos e vantagens exclusivas num leque variado de lojas. Os estabelecimentos aderentes são de diversas áreas como apoio escolar, beleza, cosmética e perfumaria, eletrodomésticos, telecomunicações e informática, decoração, casa e bricolage, moda feminina, masculina e infantil, restauração, saúde e bem-estar, supermercados e produtos alimentares, livrarias, tabacarias e papelarias, animais e flores, desporto, cultura, lazer e entretenimento, ourivesarias, joalharias, relojoarias e outros serviços.⌵



CARTÃO DIGITAL OBTENHA O SEU CARTÃO DIGITALMENTE!

Com a criação da plataforma dedicada a este projeto foi possível criar o Cartão Freguês digital, deixando de existir a obrigatoriedade de ter o cartão em formato físico e contribuindo assim para um melhor ambiente. Para obter o seu cartão digital basta aceder à plataforma, clicar no botão “Aderir ao Cartão”, e posteriormente na frase “Clique aqui para apresentar o seu Cartão Freguês”. Ao clicar nesta frase abrirá uma página/documento com o seu Cartão Freguês. Basta apresentar essa imagem ao lojista para usufruir das vantagens exclusivas e descontos. Os utilizadores que ainda detêm o cartão fisicamente não necessitam de efetuar a alteração podendo continuar a utilizá-lo. Neste Natal utilize o seu Cartão Freguês e apoie o nosso comércio local!⌵



WEBSITE DEDICADO JÁ VISITOU O WEBSITE DO FREGUÊS?

De forma a facilitar o processo de adesão ao cartão e filtragem dos mais de 180 estabelecimentos aderentes à rede freguês, a União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão disponibiliza uma plataforma exclusivamente dedicada a este projeto. Nesta plataforma pode conhecer a história, dados e curiosidades, consultar a lista de estabelecimentos aderentes à rede, aderir ao cartão e consultar notícias relacionadas com o Universo Freguês. Ao longo deste ano os visitantes da plataforma puderam ficar a conhecer mais e melhor alguns dos lojistas de cada estabelecimento comercial, sendo esta uma estratégia adotada para os comerciantes terem um papel mais ativo e personalizado neste projeto. Conheça o website em: cartaofregues.uf-massamamabraao.pt⌵





POR CADA 10€ EM COMPRAS

Efetuadas nos estabelecimentos da rede Freguês, entre 1 a 31 de dezembro, recebe um cupão para participação no sorteio.

Quanto mais comprar na Freguesia, mais hipóteses tem de ganhar!

O sorteio será a 6 de janeiro.

Prémios a atribuir no sorteio:

1º Prémio – Vale de compras no valor de 150 euros

2º Prémio – Vale de compras no valor de 70 euros

3º Prémio – Vale de compras no valor de 50 euros

DISCURSO DIRETO

ENTREVISTA A PEDRO OLIVEIRA BRÁS
ESTE É O TERRITÓRIO SUSTENTÁVEL QUE QUEREMOS



[ACONTECE] Qual o balanço deste 1º ano de mandato?
[PEDRO OLIVEIRA BRÁS] Este primeiro ano foi marcado pela viragem da página no combate à pandemia e o início da guerra que assola a Europa com graves consequências para as famílias, empresas e, para a Junta de Freguesia cujos desafios são imensos para manter as respostas à população e continuar com uma política de valorização da comunidade.
Neste sentido, não deixámos de reforçar o apoio social com o programa de apoio alimentar, a criação do projeto Espiga, que nos premiou como Autarquia do Ano, onde as pessoas têm um complemento de mercearia ao cabaz que é garantido diariamente. Estabelecemos a cultura e o ambiente como prioridades na nossa ação.
Na cultura retomámos o Teatro Sénior, o Arraial Popular, as Noites de Verão, a Feira Medieval, a Feira do Porta-Bagagem ou a Feira de Artesanato. No ambiente, além de estarmos a preparar nova candidatura ao programa de Eco-Freguesia, introduzimos medidas de redução de utilização do plástico. Adicionalmente, temos em vigor um plano de combate aos efeitos da seca, onde reduzimos as regas nos nossos espaços verdes, e também, adotamos medidas de poupança de energia em linha com o plano apresentado pelo governo.
Tudo isto, sem descurar os restantes pilares de valorização da comunidade, nomeadamente, a dinamização da nossa rede de comércio local, com iniciativas específicas para uma maior proximidade entre o cidadão e o comerciante, o apoio ao associativismo através do qual, este ano aumentamos em mais de 70% o montante do ano anterior, face ao novo regulamento que valoriza bastante

"Território capaz de atrair novos residentes e investidores, potenciando a criação de postos de trabalho"

a atividade regular e o impacto que o associativismo tem na nossa comunidade.
A retoma passou pelos campos de férias, oficinas de verão, a aposta no voluntariado jovem, mês da juventude, entre outras tantas iniciativas.
Por último e não menos importante, mantemos em estreita colaboração com a câmara de Sintra, a realização de investimento desenvolvido nestes últimos anos, quer na manutenção e conservação, quer no desenvolvimento de novos projetos.
Apesar de tudo isto, este ano, enalteço a forma como a nossa comunidade se mobilizou para ajudarmos e prestarmos o apoio à Ucrânia, através da doação de roupa e medicamentos. Temos uma comunidade bastante generosa, solidária e sempre pronta em ajudar.
[A] O que aprendeu nos mandatos anteriores que pode ser útil para a gestão atual?
[POB] A União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão apresenta-se e projeta-se como um território heterogéneo,

mas coeso, competitivo e acolhedor, com oferta de áreas verdes, boa rede de equipamentos públicos e urbanos, um vasto comércio local, uma rede escolar abrangente, cuidados de saúde e uma mobilidade assente na ferrovia.
Torna-se um território capaz de atrair novos residentes e investidores, potenciando a criação de postos de trabalho, pela sua localização de proximidade com as principais vias de acesso, assegurando no seu conjunto uma qualidade de vida boa para quem aqui habita.
É isto que temos aprendido todos os dias desde que fomos eleitos pela primeira vez. Valorizar a nossa comunidade. Queremos ser uma freguesia participada, envolvente, dinâmica, moderna, tendo como pilares essenciais a valorização das pessoas, da economia local e do território. Tudo isto só é possível porque temos a melhor equipa de colaboradores do concelho.
A consequência deste modo de estar representa para a Junta de Freguesia um ganhar de relevância no seio do poder local. Saliento, a participação ativa da União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão na Rede de Autarquias Participativas, o trabalho desenvolvido na Associação Nacional de Freguesias através da coordenação da delegação distrital, bem como o reconhecimento dado aos inúmeros projetos que desenvolvemos para a nossa comunidade.
[A] Que projetos pode destacar para o mandato que tem pela frente?
[POB] É preciso ter projetos para podermos estar em constante procura de melhoria do nosso território. Como tal, temos desenvolvido planos de intervenção no território assentes na definição de prioridades e que posteriormen-

DISCURSO DIRETO

te, resultam em projetos de execução que vão sendo materializados, em conjunto com o município, essencialmente. Apesar disso, pretendemos garantir a melhoria da mobilidade pedonal, a criação de mais oferta de estacionamento, a requalificação das vias rodoviárias, a promoção da mobilidade suave com a criação de infraestruturas para uma transição elétrica, tal como o importante reforço da coesão social dando o apoio necessário a quem mais necessita dado que já estamos a sentir o impacto da guerra.

Aprofundar as iniciativas de democracia participativa e colaborativa, num ano em que faremos 10 anos do Orçamento Participativo, manter o trabalho que realizamos na dinamização cultural e recreativa da nossa freguesia, bem como apostar em iniciativas que promovam o envelhecimento ativo dos nossos seniores e estimular a juventude a ter uma participação ativa na comunidade, passando pela dinamização da economia local com o envolvimento crescente dos nossos comerciantes.

Todavia, é fundamental ir mais além. Necessitamos de apostar na mobilidade verde e inteligente com a disponibilização de postos de carregamento rápido em diferentes locais. Com a rede ciclável existente na freguesia e o Eixo Verde Azul - tão importante obra de transformação do território - torna-se premente alavancar a sua utilização disponibilizando meios de usufruto dos nossos concidadãos. Na questão da higiene urbana, queremos aprofundar a parceria com os SMAS e criar um circuito de recolha seletiva junto de comerciantes. Este é o território sustentável que queremos!

Para tal, a sensibilização e promoção de comportamentos mais amigos do ambiente e sustentáveis tem de ser uma realidade mais visível perante todos, em particular das crianças e seniores. Será relevante criar Conselho Local Ambiental com o objetivo de fazer nascer uma rede integrada de respostas. Devemos ter a capacidade de promover a sustentabilidade ambiental dos nossos espaços verdes através da criação do plano de sustentabilidade ambiental, privilegiando a otimização do consumo de água nas zonas ajardinadas e a reconversão desses mesmos espaços.

[A] Como caracteriza a relação do Executivo com a Câmara Municipal de Sintra e com o seu presidente, Basílio Horta?

[POB] A minha relação com o presidente Basílio Horta é de grande compromisso e solidariedade. Mais que uma relação institucional é uma relação de amizade e de grande estima, que se estende aos vereadores e respetivos serviços e cuja colaboração e cooperação é um fator essencial para o bom trabalho que tem sido realizado na nossa freguesia. Creio que a população tem reconhecido tal facto nos momentos em que é chamada a votar.

[A] Que investimentos ambiciona que a Câmara Municipal de Sintra realize na freguesia?

[POB] Nos próximos anos, são muitos os projetos que pretendemos concretizar. Alguns estão concluídos e outros em curso. Destaco o parque inclusivo como o primeiro do concelho de Sintra. Mas em curso, temos a intervenção na Av. Capitão Gomes Rocha e Rua Pero Escobar, o reperfilamento e melhoria das vias pedonais no Alto Monte Abraão. Só nesta zona, desde 2018 que desenvolvemos um trabalho de intervenção profundo com a alteração de sentidos únicos, reperfilamentos de vias, novas bolsas de estacionamento, criação de parques urbanos. Significa isto que após a conclusão da bolsa de estacionamento na rua Pero Escobar, teremos criado mais de 200 novos lugares na zona alta de Monte Abraão.

Uma intervenção relevante que está a decorrer é na Rua

Direita de Massamá, sendo uma via mais movimentada da freguesia. Porém, outros projetos estão identificados e serão lançados no âmbito do plano de recuperação de vias rodoviárias.

Mas a ambição passa pela concretização de quatro investimentos estruturantes. Por um lado, a requalificação da Av. Fernando Ribeiro Leitão e Av. Egas Moniz, que anseiam por uma intervenção transformadora do território, dando espaço para a vivência das pessoas. Na mesma linha, a requalificação do mercado municipal de Massamá e zona envolvente torna-se essencial para promover uma nova centralidade na freguesia aliando e associando comércio com lazer e entretenimento. Salientamos a necessidade de desenhar uma zona industrial de Massamá para ser um espaço atrativo para as empresas, onde consigamos conectar os diferentes negócios e o espaço envolvente. Contudo, o maior investimento que queremos ver é a construção de um auditório cultural num claro ato de descentralização da cultura.

[A] Que balanço faz da descentralização de competências da Câmara Municipal para a freguesia?

[POB] Sobre esta matéria teremos de separar o processo de descentralização decorrente da Lei, dos contratos interadministrativos que aprofundam essa descentralização com acordo de execução de competências adicionais às previstas na Lei.

"Freguesia participada, envolvente, dinâmica, moderna, tendo como pilares essenciais a valorização das pessoas, da economia local e do território"

Assim, no que respeita às competências previstas na Lei da descentralização é necessário efetivar a transferências de todas as competências previstas. Ainda temos um caminho longo a fazer e necessitamos de avançar rápido. Já sobre os contratos interadministrativos que nos permitem intervir nos espaços de jogos e recreio e nas vias pedonais temos de ter um incremento do valor que nos é transferido.

A descentralização só será exequível se os meios humanos e financeiros forem adequados e justos às reais necessidades dos territórios.

[A] Que desafios estão no horizonte de Massamá e Monte Abraão?

[POB] As comunidades edificam-se pela sua diversidade, pela forma como se planificam e articulam diferentes saberes e conhecimentos, vivências passadas e sonhos futuros, como nos envolvemos nas nossas próprias decisões, como promovemos a inclusão de todos. Valorizar a comunidade através das pessoas, economia local e território são os vetores da nossa atuação de hoje e de futuro.

O papel de intervenção comunitária será continuado e reforçado face ao contexto imprevisível que a Europa vive. Aprofundar a democracia participativa e apostar no voluntariado como formas de mobilizar a comunidade



de a ter um papel ativo e dinamizador são ações já iniciadas, mas que continuaremos a trabalhar com afinco. Ainda que tenhamos o impacto negativo da subida da inflação, queremos apostar no desporto, na cultura e na promoção de tempos livres e lazer. É essencial a fruição do espaço público e a promoção do convívio entre as pessoas. Para tal, contamos com o nosso movimento associativo que são parceiros na dinamização importante nestas dimensões sociais.

As comunidades são feitas de pessoas e empresas. Esta relação está a ser estimulada, em crescendo, com a rede do Freguês, um programa de dinamização do comércio local lançado em 2014. Acreditamos no seu potencial e temos vindo a investir na criação de ferramentas que aproximem as pessoas ao comércio. Para nós, uma comunidade com uma economia local forte, melhora não só os negócios, mas também a vida das pessoas.

A tudo isto, queremos concretizar os investimentos de melhoria de espaço público já realçados. São estes os desafios que enfrentamos e que queremos alcançar pois, isso representa uma clara valorização da comunidade.

[A] Tendo em conta os últimos mandatos e o atual, o que mais o realiza na função de autarca?

[POB] O trabalho de um autarca é um trabalho inacabado. Temos sempre novos desafios e novas respostas para preparar. Estamos em constante desafio e isso é gratificante. No fundo, aquilo que me realiza na função de autarca é de servir os outros. É um orgulho imenso e uma realização pessoal muito grande, poder transformar a vida de alguém sem esperar nada em troca.

[A] O orgulho que fala constantemente, mantém-se?

[POB] Reconhecer e exteriorizar esse orgulho de servir os outros na comunidade onde cresci é algo que faço todos os dias e agradeço a oportunidade que a população me deu para trabalhar numa freguesia capaz de valorizar as pessoas, a economia local e o território.

[A] Numa frase, como define ser presidente da Junta de Freguesia de Massamá e Monte Abraão?

[POB] É o orgulho e privilégio em estar presidente de Junta, representando a minha comunidade. Estar presidente de todas e todos!_

AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE



RECICLAGEM NO ESPAÇO URBANO

- ☒ Coloque o lixo no caixote, não no chão.
- ☒ Reutilize os materiais. Não desperdice.
- ☒ Separe o lixo devidamente.

Ajude-nos a manter a freguesia mais limpa

Saiba mais dicas de reciclagem no nosso website
www.uf-massamamabraao.pt

É NOTÍCIA

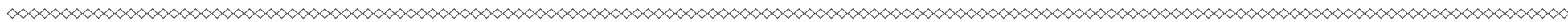
AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO NA FEIRA SEMANAL DE MONTE ABRAÃO

Esta campanha realizada no início de novembro serviu para o executivo apelar à separação de resíduos bem como contribuir para uma imagem da Feira Semanal como um espaço limpo e asseado, respeitado por todos e que contribua para que cada vez mais pessoas frequentem aquela que é a uma das mais emblemáticas feira tradicionais do distrito e do país. Deste modo, foram distribuídos panfletos junto dos feirantes para alertar sobre este problema e abordar as ideias que existem para valorizar os resíduos ali produzidos. Por curiosidade, sabia que, semanalmente, a União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão recolhe mais de 2000 quilos de resíduos?_



FEIRA MEDIEVAL

O Parque 25 de Abril regressou aos tempos medievais animando milhares de pessoas que por ali passaram durante a nossa última feira. Sons e musicalidades, danças orientais, animais exóticos, zaragatas entre cavaleiros, espetáculos de fogo, fadas, cortejos, arruadas de músicos e saltimbancos pelas ruas encheram de vida a envolvente deste parque, em Monte Abraão._



ROTEIRO BIO-CULTURAL NA ANTA DE MONTE ABRAÃO

A Câmara Municipal de Sintra organizou um roteiro Bio Cultural com uma visita guiada à Anta de Monte Abraão. Após uma sequência de diversos Roteiros Bio Culturais que tiveram início em abril, este foi o culminar de uma iniciativa que percorreu todo o concelho, que pretendeu dar a conhecer o território e promover a preservação do património e da biodiversidade. _



É NOTÍCIA

EM DEZEMBRO REGRESSA A FEIRA DO ARTESANATO



A Feira do Artesanato decorrerá a 11 de dezembro no Parque 25 de Abril, em Monte Abraão, das 10h00 às 18h00.
Se é artesão nas áreas da joalheria, escultura, pintura ou ilustração, ou outra, inscreva-se até ao próximo dia 8 de dezembro em www.uf-massamamabraao.pt ou presencialmente nos balcões de atendimento das instalações da união de freguesias e venha partilhar com a nossa comunidade o seu talento. ⌞



VENCEDORES DO PEDDY-PAPER REDE FREQUÊS



Conheça os vencedores do Peddy-Paper que realizámos na freguesia.
1º lugar – Família Addams e Runners
2º lugar – Maravilhosas e ESMT
3º lugar – Os Galantes e JOMA
Recorde-se que cada vencedor recebeu um prémio em vales Cartão Freguês. O 1º lugar do Peddy-paper recebeu o valor de 100€, o 2º lugar o valor de 75€ e o 3º lugar o valor de 50€, a serem utilizados nas lojas aderentes à rede freguês.
Todos os premiados receberam, ainda, vouchers oferecidos pelos estabelecimentos do comércio local que integraram o peddy-paper do cartão freguês. Agradecemos a todos os comerciantes que ajudaram a realizar este Peddy-Paper, nomeadamente A Loja da Valentina, Art Space Tattoo e Piercing, Barbearia Abraão, Barbearia Fonseca, Barrela Lavandaria, Casa Vigorelli, Ciranda Portuguesa, Clínica Edge +, Embaixada do Peixe, Espaço V – Vanessa Barboza, Grupo Impérios, Harab's Esfirraria, Higgs Academy Fight Team Defesa Pessoal, iSolutions.pt, Leve Fitness, Linei - Pronto Vestir, Sapataria e Confeção, Minimercado Ritos, Naturalis, Nova Fábrica de Óculos, Oralmed, Ortopedia de Massamá, Papelaria Sabi, Prink, Próteses Dentárias - Isabel Silva, Regalia, São Fonseca Cabeleireiros, Teatroesfera, Trevo 4 Beauty, Um bom café e o Viegas Simão Cabeleireiro.
A União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão parabeniza os vencedores e todas as equipas pela participação. Agradecemos a todos os comerciantes da rede Freguês que aderiram e possibilitaram esta iniciativa. ⌞

MÊS DA IDADE MAIOR

O mês de outubro é sempre dedicado aos seniores da nossa freguesia, intitulado como o Mês da Idade Maior. Nesse sentido, decorreu na Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Monte Abraão uma ação de sensibilização destinada ao grupo sénior da nossa freguesia. Nesta ação foram apresentadas as respostas sociais disponíveis à população, pelo Gabinete Técnico de Intervenção Comunitária, num momento que decorreu no âmbito das atividades planeadas pela União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão para este mês. Para além desta ação, os nossos seniores tiveram oportunidade de estar presentes num almoço, no Salão Paroquial da Igreja de São Bento de Massamá, que contou com a participação da fadista Liliana Martins. Este almoço contou com a presença de Basílio Horta, presidente da Câmara Municipal de Sintra, de Pedro Oliveira Brás, presidente da autarquia, Maria de Sousa e Mónica Russo, vogais do Executivo, Vítor Hugo Alves, presidente da Assembleia de Freguesia e Eduardo Quinta Nova, vereador da Câmara Municipal de Sintra. ┘



VENCEDORES DA IX EDIÇÃO DO ORÇAMENTO PARTICIPATIVO

Conheça os vencedores da IX Edição do Orçamento Participativo. No dia 4 de outubro decorreu no Centro Lúdico de Massamá a sessão de apresentação dos projetos vencedores da IX Edição do Orçamento Participativo. Entre eles, destacamos duas propostas:

- O 1º lugar foi entregue ao projeto que pretende fornecer e montar velas tencionadas e coberturas para o espaço exterior da Escola Básica EB1/JI nº 1 de Monte Abraão,

de forma a possibilitar o abrigo das crianças nos dias de chuva e de sombra para os dias de verão. Esta proposta contou com 488 votos.

- O 2º lugar foi entregue à proposta que apresentou um projeto para ações de formação para pais, professores e funcionários das escolas da freguesia no âmbito do autismo. Esta proposta contou com 421 votos.

Conheça a classificação das restantes propostas:

- Criação de uma área de descanso, com ginásio ao ar livre, nas proximidades da ciclovia que liga Massamá ao Cacém. Esta proposta contou com 402 votos.
- Projeto para a requalificação das salas de informá-

tica das três escolas do agrupamento de Escolas Ruy Belo, de Monte Abraão, através da aquisição de portáteis, tablet, netboard e armários para portáteis. Esta proposta contou com 360 votos.

- Projeto para requalificação dos bancos, mesas e substituição da iluminação por sistemas LED, na Praceta dos Reformados, em Massamá. Esta proposta contou com 251 votos.
- Projeto para a criação de um circuito de corrida de obstáculos para a população no Parque Dr. Ribeiro Teles, em Monte Abraão. Esta proposta contou com 248 votos.

- Projeto para a criação de um parque canino na Quinta das Flores, em Massamá. Esta proposta contou com 205 votos.
- Projeto para a criação de um parque canino, no Bairro Casal Gouveia, em Massamá. Esta proposta contou com 187 votos.
- Projeto para a criação de um baloiço panorâmico, junto à ciclovia na Av.ª 25 de Abril, em Massamá. Esta proposta contou com 176 votos.

No total desta edição contabilizaram-se 1 413 votantes. Agradecemos a vossa participação. Lembre-se: a freguesia é sua! ┘



É NOTÍCIA



AGENDE A RECOLHA DE MONOS

Sabia que recolhemos mais de 25 000 kgs na época festiva? Em 2021 recolhemos um total de 25 840 kgs – são toneladas correspondentes a frigoríficos, televisões, móveis, colchões, sofás e tantos outros resíduos despejados ilicitamente, deixados ao ar livre, que ocupam indevidamente o espaço público, prejudicando também a saúde pública. Ajude-nos a manter a freguesia limpa! Agende a sua recolha de monos gratuitamente para o número 210133548 ou através da plataforma de gestão de ocorrências “O Meu Bairro” disponível em www.uf-massamamabraao.pt. Contamos consigo para uma Freguesia mais limpa! ☺

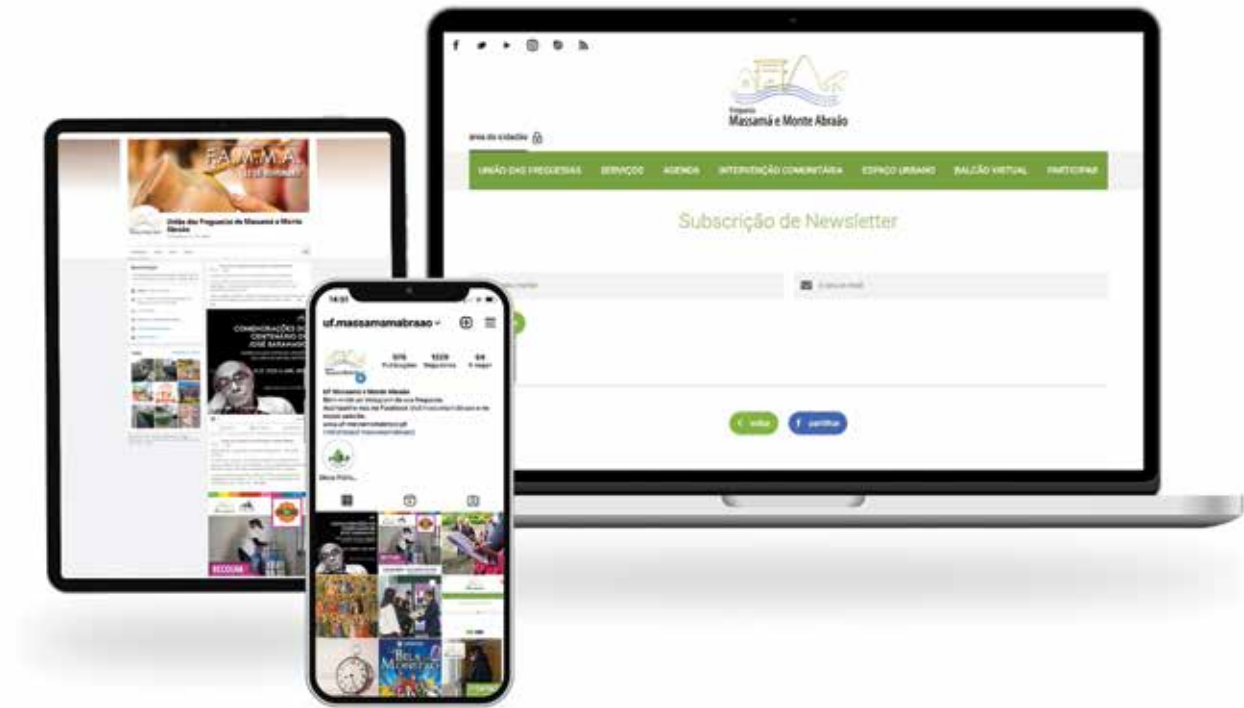
PONTO ELECTRÃO

Na nossa freguesia dispomos de um Ponto Electrão! Nas instalações da Junta de Freguesia, em Massamá, encontra o Ponto Electrão. Este ponto permite que a nossa comunidade deposite o seu pequeno eletrodoméstico como telemóveis, tablets, comandos, consolas, micro-ondas, máquinas de barbear, torradeiras, ferros de engomar, varinhas mágicas, pilhas e acumuladores em fim de vida, em vez de o deitar para o lixo comum. Ao depositar estes bens no Ponto Electrão está a contribuir para o aumento dos níveis de recolha, reciclagem, tratamento e valorização destes equipamentos. Esta é uma iniciativa baseada numa política de sustentabilidade e amiga do ambiente, promovida pela freguesia a que se junta a outras ações como a constante desmaterialização do papel, a recolha de pilhas, a recolha de papel e o sistema de rega inteligente. ☺



SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS E REGISTE-SE NA NEWSLETTER!

Já somos mais de 15 mil seguidores na rede social Facebook e mais de 1300 na rede social Instagram. Estas são ferramentas de comunicação adicionais da comunicação da Junta de Freguesia para estar mais próxima de todos. Para nos seguir basta pesquisar por @uf-massamamabraao em qualquer uma das redes sociais. Siga-nos e partilhe a nossa página! Semanalmente enviamos a nossa newsletter, onde pode ficar a conhecer as notícias, projetos, eventos e novidades. Registe-se no rodapé do nosso website em www.uf-massamamabraao.pt. ☺



CARTÃO FREQUÊS



CARTÃO DE DESCONTOS APOIO AOS CIDADÃOS E AO COMÉRCIO LOCAL

Vantagens para os cidadãos

- Adesão gratuita
- Pedido de adesão simples e rápido, sem contratos ou complicações
- Descontos imediatos em produtos e/ou serviços
- Benefícios e promoções específicas com a utilização do Cartão
- Grande variedade de lojas e serviços, divididos por 14 áreas de negócio diferentes
- Possibilidade de ter o cartão na vertente digital
- Ajuda o Comércio Local, perto de si

Vantagens para os estabelecimentos aderentes

- Adesão gratuita
- Maior visibilidade do estabelecimento
- Potenciar o seu negócio
- Fidelizar mais clientes
- Liberdade de escolha do desconto e/ou vantagem a conceder
- Material de identificação gratuito (exemplo: dístico de identificação para a montra)
- O estabelecimento poderá ser convidado para eventos, concursos, passatempos e outras iniciativas promovidas pela Junta, assim como estar incluído nos diversos materiais de comunicação da Junta de Freguesia

CARTÃO FREQUÊS

ANIMAIS & CÃOPANHIA

10%
DESCONTO

Avenida Agostinho Neto, n.º 6 – Loja A
Monte Abraão - 2745-233 Queluz
214 370 080
facebook.com/AnimaisCaopanhia/
10% em consultas e vacinas.

CASA DAS FLORES

10%
DESCONTO

Largo Padre Américo, n.º 11 Loja
Massamá 2745-712 Queluz
964174357
facebook.com/floristaluizaramos/
10% em todos os trabalhos a partir de 20€.

FLORISTA VÓ LENA

10%
DESCONTO

Av. Azedo Gneco, Loja 24 A
Massamá - 2745-725 Queluz
214 390 535 / 964 173 013
facebook.com/Florista-V%C3%B3-Lena-1191553270940644/
10% em todos os arranjos florais, plantas naturais e artificiais, palmas, coroas e artigos de decoração.

HOSPITAL VETERINÁRIO DE MASSAMÁ

15%
DESCONTO

Rua Dr. Francisco Ribeiro Spínola, Lote 77 Lj. 1
Massamá - 2745-872 Queluz
214 392 339
facebook.com/hospitalveterinariodemassama
15% em serviços médicos e 10% em rações.

JARDIM DA BICHARADA

10%
DESCONTO

Rua Dr. Francisco Ribeiro Spínola, Lote 77 Lj. 3
Massamá - 2745-872 Queluz
214 382 958
facebook.com/Jardim-da-Bicharada-111420438954993
10% em animais e artigos.

MIMOS & RELAX PETS

10%
DESCONTO

Rua da Milharada, nº 2E, Loja A
Massamá - 2745-822 Queluz
961406637
facebook.com/mimosandrelaxpets/
10% em serviços; 5% em produtos.

O TARECO

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, n.º 95 Loja 4
Massamá - 2745-751 Queluz
219 624 095 / 914 309 414
facebook.com/loja.animais.o.tareco
5 % a 10% em todos os artigos.

TERESA FRIAS

25%
DESCONTO

Largo dos Bombeiros Voluntários, Loja 17
Centro Comercial de Massamá
“Japão”, Massamá - 2745-733 Queluz
96 411 61 86
www.facebook.com/teresa.frias.313
5% em flores, utilitários, bijuteria de marca e acessórios; 10% em arranjos florais; 15% em colchas; 20% em edredons e cortinados; 25% em naperons. Em todos os artigos existe facilidade de pagamento.

A LUPINHA

50%
DESCONTO

Avenida José Régio, n.º 7, Loja 3
Massamá - 2745-751 Queluz
214370949 / 965200417
www.lupinha.pt
50% no valor da inscrição, para novos alunos; 10% no serviço de Psicologia; 10% nas atividades do ATL Verão 2023 (julho e agosto), para novos alunos.

ACADEMIA DE MÚSICA DO MONTE ABRAÃO

50%
DESCONTO

Avenida Luís de Camões, Centro Social e Paroquial de Nossa Sra. da Fé
Monte Abraão - 2745-301 Queluz
927832284
www.academiamma.wixsite.com/amma
50% na inscrição; 5% nas mensalidades.

ACADEMIA DO SABER

50%
DESCONTO

Praceta 1º de Maio, n.º 5 – A
Monte Abraão - 2745-316 Queluz
214 373 420/ 918 903 399
facebook.com/AcademiadoSaber.MonteAbraao
50% na inscrição; 10% em traduções e edições.

CADERNO MÁGICO SINTRA

5%
DESCONTO

Praceta Fernão Lopes, n.º 3 Loja
Massamá - 2745-791 Queluz
214 374 200
www.cadernomagico.pt/
5% nas mensalidades de apoio escolar.

CENTRO DE ESTUDOS M2STUDY

50%
DESCONTO

Rua das Camélias, n.º 19 B
Massamá - 2745-735 Queluz
910 520 142
facebook.com/m2studypt
50% na inscrição; 10% no apoio ao estudo; 10 % nos ateliers de férias; Oferta: 1ª consulta de psicologia e terapia da fala.

CENTRO DE ESTUDOS NOTA MÁXIMA

50%
DESCONTO

Av. General Humberto Delgado, n.º 23
Monte Abraão - 2745-281 Queluz
214 372 443/ 969 832 056
facebook.com/notamaximacentrodeestudos
50% na 1ª mensalidade. Oferta:inscrição.

COCKTAIL TEAM

5%
DESCONTO

Avenida José Régio, n.º 5
Massamá - 2745-807 Queluz
968892905
facebook.com/COCKTAILTEAM/
5% em todos os cursos; 5% em todos os tipos de eventos.

CARTÃO FREQUÊS

COLÉGIO GALÁXIA BRANCA

10%
DESCONTO

Rua Dom Dinis, n.º 2
Monte Abraão - 2745-262 Queluz
214 376 273 / 968 688 999
facebook.com/GalaxiaBranca
10% na inscrição.

COLÉGIO O REZINGÃO

5%
DESCONTO

Rua Sousa Pinto, n.º 7
Monte Abraão - 2745-335 Queluz
214 373 045/963 062 602
facebook.com/colegiorezingao
5% na inscrição.

COLÉGIO O TEU JARDIM

20%
DESCONTO

Av. Miradouro, Lote B, n.º 2 Cv, Rua I
Monte Abraão - 2745-305 Queluz
214 390 126
facebook.com/Col%C3%A9gio-O-Teu-Jardim-495760527155547/
20% na inscrição.

CRECHE O PLANETA BEBÉ

30%
DESCONTO

Rua dos Bem Casados, n.º 5
Massamá - 2745-730 Queluz
214 374 936 / 935 533 564
planetabebe.pt/
30% na inscrição.

ESCOLA DE MÚSICA EMMA

41%
DESCONTO

Av. Agostinho Neto N.º 8D
Monte Abraão - 2745-233 Queluz
966 947 597 / 216 031 132
http://emma-actividades-musicais.pt
"Curso Teatro Musical EMMA/LAMDA - Inscrição grátis, mensalidade com 50% de desconto (30€)
Curso Crianças CONMUSICA dos 0 aos 8 anos- Inscrição com 62% de desconto (30€), mensalidades com 41% de desconto (35€)
Curso Geral EMMA- Inscrição 25% de desconto (60€), mensalidades 5% de desconto na opção de aulas de turma."

ESFERA DO SABER ACADEMIA DE ESTUDOS

5%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, 129i
Massamá - 2745-756 Queluz
21 439 1739/939502303
https://esfera-saber.webnode.com.pt/
5% em explicações e apoio escolar.

EXPLICO-TE

50%
DESCONTO

Av. Herois da Liberdade, Nº31 Loja Esq
Massamá - 2745-790 Queluz
926 855 862 / 963 118 501
facebook.com/explico.pt/
50% no valor da inscrição.

EXTERNATO O PINÓQUIO

10%
DESCONTO

Pt. António Sérgio, n.º 10 R/C
Monte Abraão - 2745-252 Queluz
214 377 293
facebook.com/pages/Externato-o-Pin%C3%B3quio/198109553566450
10% na inscrição; 15% na mensalidade para famílias sem apoio financeiro (estado/seg. social).

EXTERNATO OS COELHINHOS

5€
DESCONTO

Rua Dom Dinis, n.º 14
Monte Abraão - 2745-262 Queluz
214 304 367 / 968 530 164
facebook.com/externato.oscoelhinhos.i
5€ na mensalidade para novas inscrições.

JARDIM DE INFÂNCIA O FAROL

5€
DESCONTO

Largo Padre Américo, n.º 9 R/C Frente
Massamá - 2745-712 Queluz
214 371 506 / 917 813 114
facebook.com/jifarol
5€ na mensalidade.

PLANO E APOIO ESCOLAR

10%
DESCONTO

Avenida Dr. Fernando Ricardo Ribeiro Leitão n.º 8, R/C Esq.
Massamá - 2745-770 Queluz
214397637/931413858
facebook.com/PLANOE.apoio.escolar/
10% na inscrição.

THEGREATKIDS CENTRO DE APOIO ESCOLAR

50%
DESCONTO

Rua das Indústrias Nº10
Massamá - 2745-838 Queluz
214 373 659/961381715
http://thegreatkids.pt; facebook.com/The-Great-Kids-319715065154557; instagram.com/thegreatkids_2017/
50% de desconto na inscrição.

AILINE CABELEIREIROS

5%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, n.º 10, Loja A
Monte Abraão - 2745-285 Queluz
214370230 / 925471826
facebook.com/Ailine-Cabeleireiros-894865433920748
5% em trabalhos técnicos de cabeleireiro, às quintas-feiras.

ANA MACHADO CABELEIREIRO

20%
DESCONTO

Av. 25 de Abril, Loja 26, Shopping Center Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 302 251
facebook.com/anamachadocabeleireiro
20% em todos os serviços de cabelo.

ART SPACE TATTOO E PIERCING

5%
DESCONTO

Rua Professor Doutor Virgílio Machado 24, loja 9,
Monte Abraão - 2745-241 Queluz
960495770
@artspace.tattooe Piercing
5% em todos os serviços.

CARTÃO FREQUÊS

BARBEARIA
ABRAÃO

5%
DESCONTO

Rua Professor Dr. Virgílio Machado, nº 25 – A
Monte Abraão - 2745-342 Queluz
962 775 029
facebook.com/wwwbarbeariaabraao/
5% em todos os serviços.

BARBEARIA
FONSECA

10%
DESCONTO

Av. Dr. Fernando Ricardo Ribeiro Leitão, n.º 28
Massamá - 2745-770 Queluz
910 893 725
facebook.com/fobarber
10% no corte.

CABELEIREIRO
ANITA

5%
DESCONTO

Rua Pires Antunes, n.º 9 Loja D
Monte Abraão - 2745-327 Queluz
214 304 504
5% em todos os serviços.

CABELEIREIROS
PAULA GLAMOUR

10%
DESCONTO

Avenida José Régio, n.º 5-B
Massamá - 2745-807 Queluz
210 180 961/968 588 667
https://paulaglamour.wixsite.com/paulaglamour
10% em trabalhos técnicos (madeixas, alisamentos, coloração)
de terça a quinta-feira.

CATSPA

20%
DESCONTO

Praceta Jaime Cortesão, Nº2, Loja A
Massamá - 2745-794 Queluz
919 092 207
facebook.com/catspa.massama
20% na primeira aplicação de unhas de gel; 15% em massagem de
relaxamento de 30m e 20% em massagem de relaxamento de 60m.

DORA
CABELEIREIROS

10%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, Lote 98, Loja A
Monte Abraão - 2745-285 Queluz
214 301 357/936 183 369
facebook.com/Dora-Cabeleireiros-1459968114232958
10% em produtos e trabalhos técnicos.

ESPAÇO V – VANESSA
BARBOZA

10%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 27, Loja A
Massamá - 2745-822 Queluz
214 370 528 / 961 655 242
facebook.com/vanessa.alve sbarboza.52
10% em todos os serviços e 2,5% em produtos (cremes, shampoos).

IMPÉRIOS BODY
ART

10%
DESCONTO

Avenida 1º de Maio, n.º 47 Loja D
Massamá - 2745-832 Queluz
214 372 202 / 965 354 498
facebook.com/Imperiosbodyart
10% em todos os serviços, exceto depilação a laser.

INFINITY BEAUTY
STUDIO
BY FILIPA

10%
DESCONTO

Largo dos Bombeiros Voluntários, nº4
Massamá - 2745-862 Queluz
962 889 597
facebook.com/infinityfilipa/
10% em talão final.

INKSANITY ART
TATTOO

15%
DESCONTO

Praceta do Abraão, Loja 9D
Monte Abraão - 2745-231 Queluz
912171515
facebook.com/InksanityArtTattoo; instagram.com/
inksanityarttattoo
15% em qualquer trabalho.

M. ESCADA,
ESTÉTICA E
TERAPIAS
ALTERNATIVAS

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, n.º 129, Loja E4
Massamá - 2745-756 Queluz
214 301 550
facebook.com/mescada.centroestetica
10% em todos os tratamentos a laser e 5% nos tratamentos rosto.

PEDRUS
CABELEIREIROS

10%
DESCONTO

Largo Dom Afonso Henriques, n.º 5
Massamá - 2745-704 Queluz
214 381 020 / 963 565 380
facebook.com/pedruscabeleireiros/
10% em todos os serviços.

PEDRUS
CABELEIREIROS

10%
DESCONTO

Av. General Humberto Delgado, n.º 3, Loja C
Monte Abraão - 2745-280 Queluz
214 377 026
facebook.com/pedruscabeleireiros/
10% em todos os serviços.

PONTO BELO
COSMÉTICA

5%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, Loja 78,
Piso 1 Shopping Center Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 371 126
facebook.com/Ponto-Belo-
Cosm%C3%A9tica-159951980881029/
5% em produtos de cabelo, cremes de tratamento e acessórios.

SÃO FONSECA
CABELEIREIRO

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, Loja 9
Massamá - 2745-864 Queluz
214 303 407 / 963 082 448
facebook.com/Sao.Fonseca.cabeleireiro
5% em trabalhos técnicos; 10% em estética.

CARTÃO FREQUÊS

SUSY BELL

10%
DESCONTO

Avenida Américo Ferrer Lopes, n.º 17-A
Massamá - 2745-715 Queluz
211 514 282
facebook.com/suzy.bell.566
5% em serviços técnicos (coloração e madeixas); 10% em produtos L'Oréal e Redken.

TREVO 4 BEAUTY

20%
DESCONTO

Av. da Liberdade, n.º 53, Loja A
Monte Abraão - 2745-300 Queluz
211 379 400 / 932 612 863
facebook.com/Trevo4beauty
20% na primeira aplicação de unhas de gel; 15% em massagem de relaxamento de 30m e 20% em massagem de relaxamento de 60m.

VA CABELEIREIRO

15%
DESCONTO

Rua Dr. António Garcia Vasconcelos, Lote 24 Loja A
Massamá - 2745-719 Queluz
924 441 135 / 912 684 638
https://www.vaniaaraujocabeleireiro.com;
facebook.com/pages/category/Hair-Salon/VA-Cabeleireiro-171826296277411/
15% em talão final.

VIEGAS SIMÃO CABELEIREIRO

10%
DESCONTO

Av. 25 de Abril, Loja 48
2º Piso Shopping Center Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 392 882
facebook.com/Viegas-Simao-Cabeleireiro-de-Homens-548360041861171/
10% em serviços de cabeleireiro e cosmética.

TEATROESFERA

6€
DESCONTO

Rua Cidade Desportiva
Monte Abraão - 2745-012 Queluz
214303404/932 490 509
www.teatroesfera.com; facebook.com/teatroesfera
6€ nas produções Teatroesfera (Preço normal - 9€) /(Para outros espetáculos consultar bilheteira.)

ARCA DAS FESTAS

10%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 38 A
Massamá - 2745-822 Queluz
938 384 031
www.arcadasfestas.pt
10% em serviços e produtos, exceto produtos alimentares.

BANCA DE USADOS

5%
DESCONTO

Mercado de Massamá
Rua do Casal do Olival, n.º 146
Massamá - 2745-809 Queluz
924 282 912
5% em todos os artigos.

BERNARDINO MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO E SANITÁRIOS

20%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 15 B
Massamá - 2745-862 Queluz
218 259 203/935 701 040
www.bernardino.pt
20% em todos os artigos.

FIOS DE ALFAZEMA

10%
DESCONTO

Av. 25 de Abril, Lote 211, Lj. Esq.
Massamá - 2745-862 Queluz
216 035 566
facebook.com/Fios-de-Alfazema-Loja-178838071305
10% na coleção Mirabelle; 5% nos restantes produtos (exceto jornais e revistas).

FLORÊNCIO AUGUSTO CHAGAS

20%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 13, Loja 2 e 3
Massamá - 2745-822 Queluz
214 370 998
www.chagas.pt
20% em máquinas e ferramentas.

GALERIAS BARATA

5%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, Lote 80
Massamá - 2745-862 Queluz
214 301 070 / 962 740 013
www.galeriasbarata.lojasonline.net
5% em artigos de decoração.

GAUDIO'S DESIGN

10%
DESCONTO

Loja online (Facebook e Instagram)
917224622
facebook.com/GaudiosDesign; instagram.com/audiosdesign_/
10% de desconto (exceto: Originais ou artigos com promoção).

ISTO FAZ-SE ARTIGOS DE FESTA E CAKE DESIGN

5%
DESCONTO

Avenida Américo Ferrer Lopes, n.º 17
Massamá - 2745-714 Queluz
214 396 775
facebook.com/Istofazse/
5% em todos os produtos, exceto formação.

JULIDECOR

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, Loja 23
Shopping Center de Massamá
214 371 366
facebook.com/Julidecor/
10% em têxteis e decoração em compras acima de 25€.

L4L ILUMINAÇÃO

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, n.º 97 B Loja Esq.
Massamá - 2745-751 Queluz
215 983 123 / 916 787 977
www.l4l.pt
10% em iluminação LED.

CARTÃO FREQUÊS

MARIA DE JESUS BARBOSA MIMUSCRAFT

967 393 066
https://www.facebook.com/craftmimus
10% no valor total da compra.

10%
DESCONTO

MARIA JOÃO ROCHA

Rua Teresa Henriques de Lencastre, n.º6 A
Massamá - 2745-337 Queluz
214 373 085 / 968 030 761
10% em todos os artigos.

10%
DESCONTO

POSTIGO INTERIORES

Avenida 25 de Abril, Loja 92
Piso 1 - Shopping Center de Massamá
Monte Abraão - 2745-862 Queluz
214 391 381 / 969 068 451
facebook.com/Postigo-Interiores-168575111363
10% em compras superiores a 20€.

10%
DESCONTO

TINTAS VITAL IMPERMEA-BILIZANTES

Av. Afonso Costa, 2 - 2A
Monte Abraão - 2745-232 Queluz
21 932 32 15/ 91 785 91 91
www.tintas-vital.pt
5% de desconto em compras feitas online através do website www.tintas-vital.pt através do código promocional JFMM no cupão no final da compra; 18% de desconto em toda a marca VITAL (colocando sempre o código JFMM no cupão no final da compra).

5%
DESCONTO

CENTRO SHOTOKAI DE QUELUZ

Avenida D. António Correia de Sá, n.º 13
Massamá - 2745-243 Queluz
214 397 322
facebook.com/centroshotokaiqueluz/
20% no valor da joia; 20% no valor da inscrição.

20%
DESCONTO

CROSSFIT LX

Rua Sebastião e Silva, n.º 3, 3A e 5 - Pavilhão B
Massamá - 2745-734 Queluz
966 353 983 / 914 637 164
www.crossfit-lx.pt
10% na mensalidade 'casal'.

10%
DESCONTO

FITNESS HUT MASSAMÁ

Rua das Indústrias, n.º 3
Massamá - 2745-838 Queluz
915 255 950
facebook.com/CrossFit-LX-Massam%C3%A1-618111451540357/
37€ na inscrição; Oferta:consulta nutrição de 2 em 2 meses e 2 bebidas vitaminadas por treino.

37€
INSCRIÇÃO

HIGGS ACADEMY FIGHT TEAM DEFESA PESSOAL

Rua Cristino da Silva nr loja 1A
Monte Abraão - 2745-260 Queluz
919 931 007
facebook.com/Higgs-Academy-Fight-Team-100147415255017
50% de desconto na inscrição.

50%
DESCONTO

LEVE FITNESS CLUB

Praceta Henrique Pousão, n.º 8 Loja Direita
Massamá - 2745-123 Queluz
211 919 650 / 915 674 069
facebook.com/levefitnessclub/
50% na inscrição e consultas de nutrição.

50%
DESCONTO

REAL SPORT CLUBE

Rua Firmina Celestino Cardoso, n.º 10
Monte Abraão - 2745-777 Queluz
214 375 126
www.realsportclube.com; facebook.com/realsportclubeoficial; instagram.com/realsportclube/
Oferta do valor da joia de inscrição.

OFERTA DO VALOR DA JOIA DE INSCRIÇÃO

ADÃO ELETRODOMÉSTICOS

Avenida 25 de Abril, n.º 96
Massamá - 2745-862 Queluz
214 394 245
www.adao.pt
5% em eletrodomésticos de livre instalação, eletrónica de consumo, eletrodomésticos de encastre, esquentadores, termoacumuladores, colchões e pequenos domésticos.

5%
DESCONTO

CASA VIGORELLI

Av. D. António Correia de Sá, n.º 8 A
Monte Abraão - 2745-243 Queluz
214 373 223
www.facebook.com/casavigorelli/
5% em todos os artigos (exceto gás e promoções).

5%
DESCONTO

CHIP & INK

Rua dos Jasmins, n.º 16 Loja D
Massamá - 2745-796 Queluz
211 982 939 / 929 064 138
www.chipink.pt
10% em tinteiros e toners genéricos.

10%
DESCONTO

ISOLUTIONS.PT

Rua António Feijó, n.º 14 B
Massamá - 2745-881 Queluz
914 991 742 / 934 803 754 / 912 932 259
https://isolutions.pt/
10% em todos os serviços de reparação.

10%
DESCONTO

PEREIRA LEAL ELETRODOMÉSTICOS

Rua Direita de Massamá, n.º 4
Massamá - 2745-316 Queluz
214 378 769
5% em artigos da linha branca, linha castanha e pequenos eletrodomésticos.

5%
DESCONTO

CARTÃO FREQUÊS

PRINK MASSAMÁ

4%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 52 – B
Monte Abraão - 2745-822 Queluz
214 031 615
www.prink.pt/sintra-0485
4% em todos produtos Prink.

RED TIDE -
INFORMÁTICA

10%
DESCONTO

Av. 25 de Abril, Lote 221/223
Loja 72 - Piso 1 - Shopping Center de Massamá
Monte Abraão - 2745-862 Queluz
210 967 102 / 966 307 572
https://redtideinformatica.pt
facebook.com/redtidemassama
10% em tinteiros compatíveis e toners, 5% em material elétrico,
ratos e teclados.

TV OCIDENTAL

10%
DESCONTO

Av. D. António Correia de Sá, n.º 25, 1º
Monte Abraão - 2745-243 Queluz
214 378 453 / 969 521 383
https://tvocidental.business.site/
10% em todos os produtos, exceto produtos informáticos.

BOTÃO DE PAPEL

5%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, Lote 100, Loja B
Monte Abraão - 2745-285 Queluz
214 305 613
www.facebook.com/BotaoDePapel
5% em material escolar (exceto promoções).

PAPELARIA
ANA & ISA

10%
DESCONTO

Rua dos Jasmins, n.º 26 A
Massamá - 2745-796 Queluz
214 377 939 / 965 721 945
facebook.com/Papelaria-Ana-
Iza-440726692759864/
10% em todos os artigos (exceto livros escolares, jornais e revistas,
tabaco e jogo).

PAPELARIA
LINDA

10%
DESCONTO

Avenida Américo Ferrer Lopes, n.º 9, Loja C
Massamá - 2745-714 Queluz
214 376 899/920 190 716
10% em material escolar e brinquedos.

PAPELARIA
TABACARIA
O MONTE

10%
DESCONTO

Rua Professor Virgílio Machado, n.º 17 B
Monte Abraão - 2745-342 Queluz
214 374 895
10% em artigos de papelaria e brindes (exceto revistas, jornais,
tabaco e jogo).

AKTUAL

10%
DESCONTO

Avenida Américo Ferrer Lopes, n.º 9 A
Massamá - 2745-714 Queluz
214 300 668
facebook.com/Aktual-Massamá238871662945998
5% a 10% em cintos e gravatas.

BLUE BIJU

10%
DESCONTO

Rua Prof. Virgílio Machado, n.º 23-A
Monte Abraão - 2745-342 Queluz
964 760 874
facebook.com/bluebijux
10% em bijuterias; 10% em sabonetes artesanais.

BOCHECHA
O ALFAIATE

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, Loja 38 - Shopping Center
Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 394 849
10% em todos os artigos.

BOUTIQUE
TERESA BRAGA

10%
DESCONTO

Rua dos Bem Casados, Lote 6, Loja A
Massamá - 2745-730 Queluz
214 379 241 / 919 730 533
10% em todos os artigos, exceto saldos.

CIRANDA
PORTUGUESA

5%
DESCONTO

Rua das Rosas Nº20, Loja A
Massamá - 2745-700 Queluz
917924669
https://pt-pt.facebook.com/cirandaportuguesa
5% em todos os materiais.

DANIELA
LINGERIE

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 27 - Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
912 894 682
facebook.com/Daniela-Lingerie-442661099256678
10% em todos os artigos, exceto meias e collants.

LINEI - PRONTO
VESTIR, SAPATARIA
E CONFEÇÃO

10%
DESCONTO

Avenida Agostinho Neto, n.º 2 Loja
Monte Abraão - 2745-233 Queluz
214 390 744
https://linei.lojasonlinectt.pt
https://linei.negocio.site/
10% no valor final, exceto arranjos de costura.

MOMMY & KIDS

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 22 - Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-864 Queluz
211 622 128
facebook.com/Mommy-Kids-
108289760738436/?ref=page_internal
10% em todos os artigos.

CARTÃO FREQUÊS

NAS NUVENS

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, n.º 96, Loja Esquerda
Massamá - 2745-751 Queluz
214300427/ 966 171 327
www.facebook.com/nasnuvensmassama
10% em vestuário e decoração.

O CANTINHO DA ANITA
PRONTO A VESTIR,
TÊXTEIS LAR, COSTURA
E ENGOMADORIA

5%
DESCONTO

R. Tomás de Anunciação, n.º 3A/B, Loja 2 - Galeria
Comercial Encosta do Sol, Massamá -2745-695 Queluz
214 371 393 / 917 094 937
www.shoppingonline.pt/cantinhodaanita;
facebook.com/O-Cantinho-da-Anita-369900596507587
5% em todos os artigos.

O NOSSO SEGREDO

10%
DESCONTO

Av. Prof. Dr. Egas Moniz Mº23, Loja C
Massamá - 2745-763
965194691
https://www.onossosegredo.pt; facebook.com/
nossossegredo; instagram.com/onossosegredo1
10% em todos os produtos da loja.

RETROSARIA PORTUGUESA

5%
DESCONTO

Praceta Francisco Martins, n.º 10
Massamá - 2745-780 Queluz
211 919 752
5% em compras superiores a 25€.

TAKE IT WITH LOVE

10%
DESCONTO

914768072
https://www.takeitwithlove.pt
facebook.com/takeitwithlove
instagram.com/takeitwithlove
10% em compras superiores a 20€.

TENTAÇÕES

5%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, Lote 98, Loja B
Monte Abraão - 2745-285 Queluz
214 392 262/961 955 512
5% em vestuário e calçado.

TRIBO DA PEQUENADA

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 34 - Shopping Center Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 391 799
10% no valor final.

ANAMORFOSES

10%
DESCONTO

Massamá
966965671
https://pt-br.facebook.com/AnaMorfozes/
5% em todas as peças;10% numa compra igual ou superior a 20€.

JOALHARIA D. PEDRO III

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 47, Piso 1 - Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 392 227
www.facebook.com/joalharia.d.pedro
5% em relógios e 10% em artigos de prata e ouro.

TOQUE D'OURO

10%
DESCONTO

Av. 25 de Abril, Loja 55/56, Piso 1 - Shopping Center
de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
967 124 598
10% em relógios, artigos em ouro e prata.

360º ESTÉTICA AUTOMÓVEL

20%
DESCONTO

Rua da Tascoa, n.º 16
Armazém 11 - Complexo CREL Belavista
Monte Abraão - 2745-851 Queluz
916 180 360
facebook.com/360esteticaautomovel
10% na lavagem completa (lavar, aspirar, limpar interior, hidratar);
20% em polimentos e na lavagem, limpeza e hidratação de estofos.

5 À SEC LAVANDARIA

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 14 - Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
214 390 678 / 917 236 275
10% no valor final.

BLISS & JOY, TRANSPORTES PERSONALIZADOS

10%
DESCONTO

935931119
facebook.com/bliss.joy.transportes
instagram.com/bliss_joy_transportes/
Oferta de 10% de desconto numa mensalidade.

ESCOLA DE CONDUÇÃO INFANTE DE QUELUZ

OFERTA LIVRO DE CÓDIGO E ATESTADO MÉDICO

Praceta Henrique Pousão, n.º 5 Loja B
Monte Abraão - 2745-123 Queluz
214 381 412 /966 916 269
www.ecmonteabraao.webnode.pt/
Oferta Livro de código e atestado médico.

ESPHERA 360

A ACORDAR CONSOANTE O SERVIÇO

Praceta João de Deus, Lote 214, Garagem 4
Massamá - 2745-798 Queluz
962 114 052
https://pt-pt.facebook.com/esphera360.pt/
A acordar consoante o serviço.

CARTÃO FREQUÊS

ESTÚDIOS
JÚLIO PEDRO

10%
DESCONTO

Praceta 1ª de Maio, n.º 7
Monte Abraão - 2745 -316 Queluz
214 378 501
10% em todos os artigos fotográficos.

FEMÉDICA –
FORMAÇÃO E EMERGÊNCIA
MÉDICA

5%
DESCONTO

Av. Aquilino Ribeiro, n.º 8-A
Massamá - 2745-721 Queluz
211 975 723/912 190 431
www.femedica.pt
5% em cursos de formação em emergência médica,
artigos e serviços online.

FUN SEXY SHOP

10%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 95 - Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
212 418 887 / 927 558 000
funsexyshop.pt
5% desconto, em todos os artigos, em compras superiores a 25,00 €;
10% desconto, em todos os artigos, em compras superiores a 50,00 €.

FUNERÁRIA
DE MASSAMÁ

10%
DESCONTO

Rua Miguel Torga, n.º 6
Massamá - 2745-820 Queluz
214 396 246
https://www.funeraria-massama.pt/
10% em funerais, transladações, exumações e cremações.

GVIAGENS

7%
DESCONTO

Rua 12 de Julho de 1997, N.º 5, loja 2
Massamá - 2745-841 Queluz
93 414 61 65
www.gviagens.pt
7% em todos os serviços (exceto cruzeiros).

J. MONTEIRO
& FILHOS

10%
DESCONTO

Praceta Humberto Delgado, n.º 1-A Loja
Monte Abraão - 2745-318 Queluz
214 373 516 / 969 891 212
www.jmonteiroefilhos.com
facebook.com/jmonteiroefilhos
10% em todos os produtos (registadoras, POS, balanças).

BEST INCOMING
AGÊNCIA DE VIAGENS

5%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 34
Massamá - 2745-822 Queluz
214 307 530
www.bestincoming.pt
5% nos pacotes voo+hotel (sem taxas); desconto de 100€ numa 2ª
reserva desde que superior a 1000€.

LAVANDARIA
A BARRELA

10%
DESCONTO

Rua das Madressilvas, n.º 6-A
Massamá - 2745-814 Queluz
214 373 479 / 965 464 309
facebook.com/lavandariaabarrela
10% no valor final, exceto carpetes, tapetes, peles e tingimentos.

LAVANDARIA
PATOS

10%
DESCONTO

Avenida Luís de Camões, n.º 2
Monte Abraão - 2745-301 Queluz
214 370 985
10% em todos os serviços.

LAVANDARIA
SELF-SERVICE
BEM ME QUER

10%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, Lote 99, Loja A
Monte Abraão - 2745-325 Queluz
916 454 909 / 214 380 350
www.bemmequer16.wixsite.com/lavandariasbmeq
5% em lavagens nas máquinas de 10, 12 e 22 kgs; 10% na secagem
nas máquinas. Descontos válidos durante o horário de abertura da
loja (09h às 19h30).

MAGUEIJO
ADVOGADOS

10%
DESCONTO

Largo Bombeiros Voluntários,
n.º 11, Loja 123
Massamá - 2745-733 Queluz
914 647 516
magueijo-advogados.pt; facebook.com/Anabela-
Magueijo-Advogados-1244589092247465
10% em consultas jurídicas, registos automóvel, predial
e comercial, atos notariais, direito de família, penal e comercial,
assessoria jurídica a empresas na área fiscal.

PANORÂMICA
GERAL - PG
SEGUROS

40%
DESCONTO

Rua Jaime Cortesão, n.º 101 B
Monte Abraão - 2745-285 Queluz
218 207 420
https://www.pgseguros.pt/home
facebook.com/pgeral
Até 40% consoante os seguros pretendidos.

PASSE BEM
ENGOMADORIA,
LAVANDARIA, SECAGEM DE
ROUPA E ARRANJOS
DE COSTURA

10%
DESCONTO

Avenida 1º de Maio, n.º 5, Loja Esquerda
Massamá - 2745-832 Queluz
214 371 845 / 925 277 276
www.passebem.pt
10% nos serviços com entrega ao balcão; 5% nos serviços com
recolha e entrega.

PERFECTLIGHT

25%
DESCONTO

Praceta 1º Maio, n.º 6 A
Monte Abraão - 2745-316 Queluz
214 387 600/916 600 119
www.perfectlight.pt; facebook.com/Perfectlight-
Material-El%C3%A9ctrico-179878685376013
10% a 25% consoante os produtos.

QUESTÃO
LUMINOSA LDA

5%
DESCONTO

Rua António Feijó, nº 16, Loja B
Monte Abraão - 2745-695 Queluz
968 145 120 / 966 558 615
www.questaoluminosa.pt
5% de desconto no total da fatura em serviços de eletricidade.

CARTÃO FREQUÊS

**A PIRÂMIDE
PASTELARIA
E RESTAURANTE**

5%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, nº 59 A
Massamá - 2745-865 Queluz
214373847
5% no total da fatura.

**BENDITA
DOÇARIA**

10%
DESCONTO

Rua da Milharada nº 31
Massamá - 2745-822 Queluz
968591399
facebook.com/benditadocaria.pt; instagram.com/
benditadocaria.pt
10% em todos os produtos consumidos na loja física (exceto
encomendas de bolos para festas que terão 5%).

**CHEZ CHEF
CARLITOS**

OFERTA DE
ENTREGAS AO
DOMICÍLIO

965352320
facebook.com/ChezChefCarlitos/shop/?referral_
code=page_shop_tab&preview=1
Oferta de Entregas ao domicilio.

EDEN & GO

8,5€
MENU FREQUÊS

Rua Direita de Massamá, n.º129
Massamá - 2745-701 Queluz
214 371 537
www.facebook.com/kiosqueedengo/
Menu Freguês por 8,50€ (sopa, prato, bebida e sobremesa).

**EMCANTO
DA SOFIA**

5%
DESCONTO

Rua Manuel Tito de Morais, n.º 2
Massamá - 2745-873 Queluz
212 450 405
facebook.com/EMcanto-da-Sofia-174809983241401
5% nos serviços de takeaway superiores a 10€.

**EMENTA
ABASTADA**

6,5€
MENU FREQUÊS

Rua Dr. Francisco Salgado Zenha, 3, Loja 2
Massamá - 2745-874 Queluz
214373589/936741544
facebook.com/ementaabastadamassama
Menu Freguês: prato, bebida e café - 6.50€

**ESTRELA
DO OCIDENTE**

10%
DESCONTO

R. Prof. Dr. Virgílio Machado 25B
Monte Abraão - 2745-241 Queluz
216 004 400
facebook.com/Estrela-do-Occidente-106915814493835
instagram.com/estrela.do.ocidente/
10% em pastelaria;10% em pequeno-almoço; 5% na imperial;10%
em refeições com valor superior a 20€.

**HARAB'S
ESFIRRARIA**

10%
DESCONTO

Rua Pires Antunes 8
Monte Abraão - 2745-324 Queluz
217152315
https://harabs.com; facebook.com/
esfirrariaharabs; instagram.com/esfirrariaharabs
10% no valor total da fatura em compras superiores a 10€.

PAI DOS DOCES

1,5€
BOLO E CAFÉ

Av. Heróis da Liberdade, n.º 13-A
Massamá - 2745-790 Queluz
211 551 304
facebook.com/paidosdoces
Bolo + Café por 1,50€

**PASTELARIA
'A HARPA'**

25%
DESCONTO

Rua das Camélias nº 3
Massamá - 2745-735 Queluz
968869408
facebook.com/chefwaldecimarreiros; instagram.
com/chef.waldecimarreiros; youtube.com/channel/
UCP6SUsOIyFdrEHdtQ2espoA/featured
25% de desconto das 18h às 19h (exceto especialidades).

**PASTELARIA
DOCE PAPOILA**

10%
DESCONTO

Rua Prof. Virgílio Machado, n.º 26-A
Monte Abraão - 2745-342 Queluz
214 371 196
10% em pequenos-almoços e lanches; 10% em bolos de aniversário.

**PASTELARIA
REGALIA**

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, 106, Loja Drt
Massamá - 2745-851 Queluz
214 379 192
facebook.com/pages/category/Coffee-Shop/
Pastelaria-Regalia-100696524999985/
10% na compra de Bolos de Aniversário.

**RESTAURANTE
INDIANO
NAMASTEY**

OFERTA DE UM
CAFÉ OU
GARRAFA
DE ÁGUA
AO ALMOÇO

Avenida José Régio, n.º7
Massamá - 2745-813 Queluz
926 253 054
facebook.com/namasteyindiarestaurant;
instagram.com/restaurantenamastey/
Oferta de um café ou garrafa de água ao almoço.

**RESTAURANTE
JAPONÊS SENDAI
SUSHI**

OFERTA DE
UMA CAIXA DE
HOSOMAKIS

Rua Tomás da Anunciação,
n.º 3 A, Loja 7 - 2745-698 Queluz
Galeria Comercial Encosta do Sol
935 961 214
www.sendai.pt; facebook.com/sendaisushistore;
instagram.com/sendai.pt
Oferta de uma caixa de hosomakis numa compra superior a 10€.

**RESTAURANTE
O CAVALO BRAVO**

1,5€
BOLO E CAFÉ

Rua Direita de Massamá, n.º 100, Loja Esq.
2745-751 Queluz
214 376 478
Bolo + Café por 1,50€.

CARTÃO FREQUÊS

RESTAURANTE
REAL SPORT
CLUBE

UMA
CAIPIRINHA
POR
REFEIÇÃO

Rua Firmina Celestino Cardoso, n.º 10
2745-777 Queluz
214 309 859
facebook.com/Restaurante-Real-Sport-Clube-449585688506871
Uma caipirinha por refeição.

UM BOM CAFÉ

1,2€
BOLO E CAFÉ

Largo dos Bombeiros
Voluntários, C4 e C5
Centro Comercial de Massamá
loja 23
Massamá 2745-733 Queluz
926008096
instagram.com/umbomcafemassama?
igshid=YmMyMTA2M2Y=
Café + fatia de bolo caseiro = 1,20€.

AJUDA CERTA 24

7,5%
DESCONTO

Av. D. António Correia de Sá, nº 3A
Monte Abraão - 2745-340 Queluz
915 282 211 / 916 071 439
www.ajudacerta24.pt
De 5% a 7,5%, consoante os serviços (apoio domiciliário, serviços de saúde e de lazer, serviços de transporte, compras, farmácia).

ALTAVISÃO

20%
DESCONTO

Avenida Soldado Joaquim Luís, n.º 7
Monte Abraão - 2745-290 Queluz
214 371 074 / 917 322 731
www.altavisao.net
De 10% a 20%, consoante os artigos.

APDJ
ASSOCIAÇÃO
PARA PROMOÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
JUVENIL

20%
DESCONTO

Rua Paulo Reis Gil, n.º 55
Massamá - 2745-195 Queluz
214 369 710 / 964 613 730
www.apdj.pt
20% nas consultas de psicologia e terapia da fala.

BLUE LOTUS BY
KOOLTHIDA
THONGSON
CENTRO DE MASSAGEM
TAILANDESA

OFERTA DE
TRATAMENTOS

Centro Comercial de Massamá “Japão” - Largo
Bombeiros Voluntários, Loja 110, Cave
Massamá - 2745-733 Queluz - 961 813 772
Na aquisição de 10 tratamentos oferta de 1; na aquisição de 15 tratamentos oferta de 2; na aquisição de 20 tratamentos oferta de 3; na aquisição de 15 ou 20 tratamentos, possibilidade de fazer pagamento em 2 vezes.

BRILHO PLATINA
CLÍNICA DENTÁRIA

10%
DESCONTO

Rua Pires Antunes, n.º 10 - C
Monte Abraão - 2745-327 Queluz
927 088 064
www.brilhoplatinaclinicadentaria.com
10% em consultas, periodontologia, prótese fixa, prótese acrílica/esquelética e prótese acrílica flexível; 5% em medicina dentária preventiva e cirurgia oral; 5% em implantologia; 15% em ortodontia.

CANTEIRO
NATURAL

5%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril - Loja 29 Massamá
Massamá - 2745-826 Queluz
214 396 600
www.canteironatural.pt
5% em todos os produtos.

CENTRO DE ENFERMAGEM
E MEDICINA PREVENTIVA
AMÍLCAR ALVES

10%
DESCONTO

Rua Natália Correia, n.º 7-A
Massamá - 2745-826 Queluz
917 572 554
https://www.cempaa.pt
10% em serviços de enfermagem; 0,50€ nos sinais vitais.

CENTRO DIETÉTICO
DE QUELUZ

5%
DESCONTO

Avenida Dom António Correia de Sá, Loja 2-B
Monte Abraão - 2745-243 Queluz
214 378 872
5% em fitoterapia.

CLÍNICA
DE MASSAMÁ

15%
DESCONTO

Avenida 25 de Abril, n.º 61, 1º Frente
Massamá - 2745-865 Queluz
963 406 000
www.clinicademassama.pt
15% em consultas e 10% em tratamentos.

CLÍNICA DENTÁRIA
DENTAL MAIS

20%
DESCONTO

Praceta Gustavo Matos Sequeira, n.º 1-B
Massamá - 2745-786 Queluz
918 261 843
www.dentalmais.pt
20% em consultas e tratamentos regulares; 15% em próteses, ortodontia e implantologia.

CLÍNICA DENTÁRIA
ORALMED
MASSAMÁ

50€
DESCONTO

Av. Américo Ferrer Lopes 5, Loja B
Massamá - 2745-714 Queluz
217651612; www.oralmed.pt/massama; facebook.com/oralmed.massama
50€ sobre o valor do plano de tratamento; Oferta: Rastreo dentário gratuito que inclui: Radiografia Panorâmica, Diagnóstico médico avançado, Explicação do plano de tratamento.

CLÍNICA
DR. PINHEIRO
CORREIA

15%
DESCONTO

Rua da Milharada, n.º 21 Loja B
Massamá - 2745-822 Queluz
937 266 213
www.clinicapinheirocorreia.pt
15% em tratamentos de medicina dentária.

CLINICA EDGE +

50%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá,
106 loja esq.
Massamá - 2745-751 Queluz
911 540 911 / 910 757 520
facebook.com/clinica.edge; instagram.com/clinica.edge
Aparelho ortodôntico metálico - 50%; Destartarização - Oferta de polimento; Massagens (pack 5) - 10%; Implantes - 10%; Estética facial - 10%; Check up + plano de tratamento dentário - 50%; Consulta de urgência dentária - 10%

CARTÃO FREQUÊS

CLÍNICA FISIOCUBA

10% DESCONTO

Rua da Milharada, n.º13 Loja 1
Massamá - 2745-822 Queluz
210446720
www.fisiocubafisioterapia.pt
10% na 1ª consulta e tratamentos coluna vertebral Triston Dts.

CLÍNICA MÉDICA MIMED

OFERTA DA PRIMEIRA CONSULTA DE ENFERMAGEM

Av. 25 de Abril n.º 124
Massamá - 2745-862
214077943
mimed.pt; facebook.com/clinicasmimed
Vacina da Gripe disponível para toma, por apenas 8,88€. Oferta da 1º consulta de Enfermagem. Consiste na Medição dos seguintes parâmetros: Peso, Perímetro abdominal, Índice de Massa Corporal e Medição da Tensão.

CLÍNICA NOTURGÊNCIA

10% DESCONTO

Avenida Soldado Joaquim Luís 6-r/c
Monte Abraão - 2745-287 Queluz
214 372 337
www.noturgencia.pt; facebook.com/people/ClinicaNoturg%C3%Aancia/100067157533615/
10% em medicina dentária.

CONSULTÓRIO DE OSTEOPATIA DR. RUI ROSÁRIO

25% DESCONTO

Rua Dr. Francisco Salgado Zenha, Lt. 74, Lj. 3
Massamá - 2745-874 Queluz
918 299 568
www.osteopatiaruirosario.pt
25% em consultas de osteopatia.

CONTADOR DE HISTÓRIAS - CASA DE REPOUSO E CENTRO DE DIA

10% DESCONTO

Rua Mário Pinto, n.º 13, Vivenda
Massamá - 2745-833 Queluz
214 397 439
https://contadordehistorias.com.pt/
10% na primeira mensalidade do lar ou do centro de dia.

CRAVICOR CENTRO DE PSICOLOGIA

20% DESCONTO

Avenida Joaquim Luís, n.º 26-A
Monte Abraão - 2745-288 Queluz
214 373 950
www.cravicor.pt
20% nas consultas de psicologia e avaliação psicológica.

CUIDARSENIOR CUIDADOS DOMICILIÁRIOS, LDA

10% DESCONTO

Rua das Rosas, 18, Lote Dto A
Monte Abraão - 2745-072 Queluz
964342363
facebook.com/cuidarseniorapoiodomiliario
10% em qualquer serviço.

FELIZMENTE ATIVIDADES DE BEM ESTAR

10% DESCONTO

Avenida Azedo Gneco,
n.º 17 R/C
Massamá - 2745-725 Queluz
964 656 031
facebook.com/Espa%C3%A7o-FelizMente-Atividades-Bem-Estar-498978653629258; facebook.com/ClaudiaCarvalho.Eneagrama.Florais.Coach.TerapiaEFT
5% em yoga e tai-chi; 10% em meditação, psicoterapia e acupuntura emocional.

FEMÉDICA - FORMAÇÃO E EMERGÊNCIA MÉDICA

5% DESCONTO

Av. Aquilino Ribeiro, n.º 8-A
Massamá - 2745-721 Queluz
912 190 431
www.femedica.pt
5% em cursos de formação em emergência médica, artigos e serviços online.

FÓRMULA DE AFETO APOIO DOMICILIÁRIO

5% DESCONTO

Avenida da Liberdade, Lote 132 B
Monte Abraão - 2745-300 Queluz
914 892 792
www.formuladeafeto.pt
De 5% a 7,15%, consoante os serviços.

IAMED INSTITUTO AVANÇADO MEDICINA DENTÁRIA

30% DESCONTO

Largo Dom Afonso Henriques, n.º 3, 1º B
Massamá - 2745-704 Queluz
917 852 719
www.iamed.pt; facebook.com/iamed.pt
De 5% a 30%, consoante os trabalhos.

JOANA RUIVO CONSULTÓRIO PSICOLOGIA E PSICANÁLISE

10% DESCONTO

Rotunda Dr.ª Laura Aires, n.º 1-A, Escritório 6
Massamá - 2745-758 Queluz
964 029 917
https://joanafruiwo.wixsite.com/psicologia
10% nas consultas.

KLINICA DR. JOSÉ ALEGRIA MEDICINA DENTÁRIA

50% DESCONTO

Avenida Heróis da Liberdade, n.º 15, Loja C
Massamá - 2745-790 Queluz
910 894 257
www.klinika.pt
De 10% a 50%, consoante os serviços.

LISETA VIEIRA CONSULTÓRIO DE PSICOLOGIA CLÍNICA EM MASSAMÁ

10€ DESCONTO

Largo Bombeiros Voluntários,
Loja 109, Centro Comercial de Massamá “Japão”
Massamá - 2745-733 Queluz
934 851 855
consultoriodepsicologiaclinica.pt/?page_id=667; facebook.com/consultoriodepsicologiaclinicademassama
10€ nas consultas (P.V.P. 35€).

LO CONFORTO E QUALIDADE DE VIDA

15% DESCONTO

Avenida 25 de Abril
Loja 15 Piso 0, Shopping Center de Massamá
Massamá - 2745-862 Queluz
216 029 471/925927424
www.amarelas.pt/c/queliz-lo-conforto-e-qualidade-de-vida-produtos-de-ortopedia-e-geriatria-21439
10 ou 15%, consoante os artigos.

CARTÃO FREQUÊS

NATURALIS

5%
DESCONTO

Rotunda Dr.^a Laura Aires, n.º 4, Loja A
Massamá - 2745-012 Queluz
214 390 090
<http://naturalis-saudeebemestar.com>; [facebook.com/Naturalis-1606145859659127/](https://www.facebook.com/Naturalis-1606145859659127/)
5% em produtos naturais e cosmética.

NOVA FÁBRICA
DE ÓCULOS

30%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, 87/89 - Loja D
Massamá - 2745-751 Queluz
914 834 147
www.novafabricadeoculos.pt
De 10% a 30%, consoante os produtos.

OCIDENTAL
STATION -
CLÍNICA MÉDICA
DENTÁRIA

50%
DESCONTO

Praceta 1º de Maio, n.º13, Loja Esquerda
Monte Abraão - 2745-316 Queluz
214 301 728/925 604 462
<https://ocidentalstation.com/>
De 10% a 50%, consoante os serviços.

OK SAÚDE

10%
DESCONTO

Rua Dr. Francisco Salgado Zenha, Lt. 74, Lj. 3
Massamá - 2745-874 Queluz
960 379 164
De 5% a 10%, consoante as especialidades.

ÓPTICA CENTRAL
DE MASSAMÁ

30%
DESCONTO

Avenida Américo Ferrer Lopes,
n.º 7, Loja Esq.
Massamá - 2745-714 Queluz
214 396 270/936 626 042
[facebook.com/opticacentraldemassama](https://www.facebook.com/opticacentraldemassama);
[instagram.com/opticacentraldemassama](https://www.instagram.com/opticacentraldemassama)
De 10% a 30%, consoante produtos e serviços.

ÓPTICA MONTE
ABRAÃO

20%
DESCONTO

Avenida Luís de Camões, n.º 15 -B
Massamá - 2745-302 Queluz
214 376 484
<http://www.institutoopticoqueluz.pt/#loja3>
De 10% a 20%, consoante os artigos.

ÓPTICA SOARES
DE MASSAMÁ

20%
DESCONTO

Rua Norton de Matos
n.º1, Loja 1A/1B
Massamá - 2745-827 Queluz
910 310 553
[facebook.com/Optica-Soares-de-Massam%C3%A1-499659533501805/](https://www.facebook.com/Optica-Soares-de-Massam%C3%A1-499659533501805/)
20% em armações + lentes; 15% em armações, lentes e óculos escuros.

OPTITARGET

20%
DESCONTO

Rua Direita Massamá, n.º 129, Loja C
Massamá - 2745-756 Queluz
214 392 347
De 10% a 20%, consoante os produtos.

ORTOPEDIA
MASSAMÁ,
EQUIPAMENTOS DE
ORTOPEDIA E GERIATRIA

15%
DESCONTO

R. Direita de Massamá, 104 - B
Massamá - 2745-751 Queluz
912194528
www.ortopediamassama.pt; [instagram.com/ortopedialoja.massama?igshid=YmMyMTA2M2Y=](https://www.instagram.com/ortopedialoja.massama?igshid=YmMyMTA2M2Y=)
Dependente das partes ortopédicas: 10 a 15% de desconto;
Aparelhos auditivos: 10%.

PRIMEIRAS
ÓPTICAS -
OPTIVISÃO

30%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá, nº 122
Massamá - 2745-751 Queluz
214 397 948
primeirasopticas.com; [facebook.com/PrimeirasOpticasPt](https://www.facebook.com/PrimeirasOpticasPt); [instagram.com/primeiras_opticas](https://www.instagram.com/primeiras_opticas)
De 15% e 30%, consoante os produtos.

PRÓTESES
DENTÁRIAS -
ISABEL SILVA

30%
DESCONTO

Rua São Francisco Xavier, n.º7, Cave Direita
Massamá - 2745-766 Queluz
967 685 611
[facebook.com/laboratorioprotessesdentarias.isabel](https://www.facebook.com/laboratorioprotessesdentarias.isabel)
De 10% a 30%, consoante os serviços.

ROSICLÍNICA
CENTRO MÉDICO
E ENFERMAGEM

30%
DESCONTO

Av. Dr. Fernando Ricardo Ribeiro Leitão, Lote 125,
Loja C
Massamá - 2745-770 Queluz
214 389 253
[facebook.com/rosiclinica](https://www.facebook.com/rosiclinica)
De 10% a 30%, consoante as especialidades.

VISÃO PLENA

30%
DESCONTO

Avenida José Régio, n.º 2-A
Massamá - 2745-807 Queluz
214 370 610
www.visaoplena.pai.pt; [facebook.com/Visaoplenamassama](https://www.facebook.com/Visaoplenamassama)
15% na compra de armações ou lentes; 20% na compra de armação mais lentes; 30% em lentes progressivas; 10% em produtos em lentes de contacto; 15% em óculos de sol.

BANCA DE FRUTAS
E LEGUMES

5%
DESCONTO

Rua do Casal do Olival, n.º 146
Mercado de Massamá
Massamá - 2745-809 Queluz
918 358 852
5% nas frutas e legumes.

BOUTIQUE
DAS GOMAS

2 PASTILHAS
NA COMPRA
DE 1 EURO
DE GOMAS

Rua das Camélias, n.º 2 Loja
Massamá - 2745-735 Queluz
967 877 749
[facebook.com/BoutiquedasGomas](https://www.facebook.com/BoutiquedasGomas)
Duas pastilhas na compra de 1€ de gomas.

CARTÃO FREQUÊS

EMBAIXADA DO PEIXE
PRODUTOS ALIMENTARES CONGELADOS

5%
DESCONTO

Rua Sebastião e Silva, n.º 55-57
Massamá - 2745-838 Queluz
212 429 040
facebook.com/embaixadadopeixemassama
5% no valor total da fatura, exceto vinhos e promoções.

MERCADO DA TERRA

10%
DESCONTO

Rua Direita de Massamá 101A
Massamá - 2745-756 Queluz
21 437 4983/927407609
facebook.com/Mercado-da-Terra-109879284891331; instagram: mercdaterra
10% no total das compras.

MINIMERCADO E FRUTARIA TROPICAL

5%
DESCONTO

Praceta Henrique Pousão, n.º 3-A
Monte Abraão - 2745-123 Queluz
965 618 184
facebook.com/mercadinhotropicall
5% em frutas e legumes.

MINIMERCADO RITOS

OFERTA DE 1 BEM ALIMENTAR NÃO PERECÍVEL

Rua Tristão da Cunha, n.º 15, Loja B
Monte Abraão - 2745-338 Queluz
214396935/962440046
Em cada 20€ de compras (exceto gás) não acumuladas e, numa compra única, oferta de uma bem alimentar não perecível (arroz, massa, leite).

TALHO BELCARNES

5%
DESCONTO

Avenida Prof. Dr. Egas Moniz, n.º 8, Loja B
Massamá - 2745-760 Queluz
214 382 639
facebook.com/Belcarnes
5% em compras superiores a 20€.

LIVRARIA PAPELARIA FOSCHINI

10%
DESCONTO

Praceta 1.º de Maio, n.º 1 - A
Monte Abraão - 2745-316 Queluz
214 307 117
10% em material de escritório, material escolar e brindes.

PAPELARIA SABI

10%
DESCONTO

Rua Ruy Gameiro, n.º 29
Monte Abraão - 2745-320 Queluz
214378436/963081431
10% em artigos de papelaria e de escritório, brinquedos, artigos escolares e livros não escolares.

CRIAGENTE

A ACORDAR CONSOANTE O SERVIÇO

Rua Garcia de Resende, n.º 13-A
Monte Abraão - 2745-125 Queluz
211 930 787
www.criagente.org
A acordar consoante o serviço.

KW SOL SINTRA

200€
OFERTA DE VALE

Rua Mário Pinto, n.º 33 - E
2745-833 Queluz
215 91 7993 / 935 369 488
acebook.com/KwSolSintra;
instagram.com/kwsolsintra; pt.linkedin.com/company/kw-sol-sintra
Oferta de vale de 200€ (com IVA incluído) a entregar no momento da escritura para negócios de compra e venda habitação no valor igual ou superior a 50.000€.

CONCURSO

A MINHA ÁRVORE DE NATAL

DE 11 A 18 DE DEZEMBRO

PARTICIPE E GANHE PRÉMIOS



ÂNGELA SINDE DE OLIVEIRA

CARTÃO FREQUÊS. JÁ CONHECE O CARTÃO FREQUÊS?

Com o intuito de promover o comércio local junto dos Fregueses, o executivo do Partido Socialista da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão criou um cartão que visa aproximar as partes, bem como apresentar aos habitantes o comércio/ serviços que têm disponíveis na freguesia, não sendo necessário que se desloquem para fora da sua área de residência. O Cartão Freguês é gratuito, emitido pela Junta de Freguesia, sendo um exclusivo para os Fregueses da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão- sem fidelização ou contratos, para obter descontos e vantagens nas lojas e empresas aderentes, sendo também possível solicitar o cartão na vertente digital- mais prático e amigo do ambiente. Este cartão possibilita ao cliente o acesso ao comércio local e serviços locais de 14 áreas de negócio diferentes, com descontos imediatos para o cliente, ao comerciante possibilita a divulgação do seu negócio local, sem os cus-

tos de publicidade inerentes, potenciando a fidelização dos mesmos. Este tem sido um compromisso do Executivo do Partido Socialista desde 2014, a dinamização do território e promover o comércio local, mostrando aos residentes da Freguesia de Massamá e Monte Abraão que é benéfico para a população pela proximidade e atendimento personalizado dado a cada cliente, o que não acontece numa grande superfície. Com o objetivo de realizar esta divulgação/ aproximação, o executivo do Partido Socialista da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão promoveu diversas iniciativas, tais como: reuniões com comerciantes aderentes para que exista um espaço de partilha e troca de experiências, concursos de montras de Natal, Giveaway, sorteios, Peddy Paper, divulgação individual de cada negócio na página da União de Freguesias, entre outras. No seguimento da dinamização do território o executivo

do Partido Socialista da União de Freguesias de Massamá e Monte Abraão, foi mais além: criou uma plataforma online que pretende aproximar ainda mais os comerciantes dos fregueses, desta forma, no conforto das suas casas, os clientes poderão pesquisar a rede de benefícios disponíveis perto da sua área de residência. A nossa freguesia não é um território dito dormitório mas uma freguesia dinâmica, que gera empregabilidade, logo quanto mais proximidade existir entre comerciantes e a população maior o benefício para as partes. Este Executivo do Partido Socialista tem vindo a apostar nos pontos fortes da freguesia e a colmatar os pontos fracos. Consideramos que a nossa rede de bens e serviços é uma mais valia da freguesia, que poderá/ deverá ser aproveitada por todos, daí que a aposta na divulgação e dinamização do território seja uma prioridade do Partido Socialista. Adira já! Beneficie das vantagens! L





espaço do cidadão

MASSAMÁ

SHOPPING CENTER DE MASSAMÁ

O Espaço do Cidadão de Massamá localiza-se no Shopping Center Massamá, loja 45 e dispõe de cinco postos de atendimento, disponibilizando também o serviço de atendimento por marcação prévia através do telefone 21 923 69 35. De segunda a sexta-feira, das 9h às 16h30.

VOZ AOS ELEITOS



BANCADA DO PSD

O DESERTO DO
SOCIALISMO NO APOIO
AO COMÉRCIO LOCAL

J á o dizíamos há um ano e voltamos a repetir. Um comércio local dinâmico é um dos fatores determinantes para uma vivência local com maior qualidade.

Por ser tão importante termos um comércio local dinâmico, exige-se ao poder local que o trate melhor, não o colocando como se fosse um mal necessário, onde se tem que ir mendigando para sobreviver. E isso é notório nas iniciativas locais, principalmente deste executivo da Junta de Freguesia.

O que é que nós vemos? Uma política que desvaloriza o comércio local baseada no desconto e no injetar arbitrário de dinheiro. O Cartão Freguês que esmaga margens e desvaloriza os serviços pelo preço. Projetos mal elaborados com sistemáticas alterações, o que só por si evidência falta de competência para os concretizar. Assistimos a dinheiro gasto em meros atos de propaganda sem retorno real, que servem apenas quem os promove.

Não podemos continuar reféns de quem os usa para fins de propaganda, mas abdicar de ter uma visão de valorização da economia local. Esse é o deserto do socialismo, onde as ideias e os projetos verdadeiramente importantes são uma miragem. Por fim, queremos deixar novamente um apelo a si, freguês da nossa freguesia. Neste Natal e respetivas festividades, opte por comprar no comércio local, ajudando os nossos comerciantes.

Temos consciência que estamos a atravessar um período de grandes dificuldades, com um elevado nível de inflação associada a uma situação económica mundial de evolução imprevisível, resultante, também, dos efeitos da guerra e das consequências de uma pandemia que persiste e assume mutações difíceis de combater. Por este motivo, é mais do que necessário ajudarmos os nossos vizinhos. Ajude a cuidar no nosso comércio local.

O Partido Social Democrata, continuará ativo na obtenção de políticas económicas estruturantes para a nossa união de freguesias e que sejam exemplo para o resto do concelho de Sintra.

2023 será um ano desafiante, mas podem contar com a nossa resiliência na procura de soluções que nos defendam deste deserto em que o partido socialista nos coloca. Desejamos umas boas festas a todos os nossos fregueses e votos de um bom ano de 2023. L



BANCADA DO CDS-PP

POLÍTICA DE PROXIMIDADE

P or todo o mundo, as cidades encontram-se numa histórica situação de encruzilhada. As mudanças em curso, aos mais diversos níveis, têm múltiplas origens e várias consequências. Desde as novas funcionalidades da vida urbana, do trabalho, da mobilidade e do consumo, aos novos contextos informacionais e tecnológicos, passando pela crise do estado providência e da própria política. São, estes novos tempos, tempos de fascínio, mas igualmente de ansiedade ou mesmo de rutura, que recolocam em cima da mesa a importância na ação pública e governativa da proximidade.

Estas transformações, a várias escalas e a ritmos intensos, tornaram premente a necessidade de reinterpretar os processos e as estruturas de governação urbana, da participação e intervenção dos agentes locais, enfim da própria participação e envolvimento de cada cidadão. A proximidade tornou-se um conceito chave na governação das cidades. Por um lado, os novos tipos de desafios exigem respostas sociais e económicas a que as estruturas de administração têm mostrado dificuldades em acorrer de forma integrada.

A séria necessidade de novas práticas sociopolíticas de inclusão, de coesão, de mobilidade social, de sustentabilidade ambiental urbana; a reconstrução de estruturas e de instrumentos mais ativos de regulação, de gestão territorial, de participação local. Os espaços políticos de proximidade as juntas de freguesia constituem em Portugal o nível de poder local e de administração pública mais próximo dos cidadãos, estando como tal numa posição privilegiada para identificar problemas e criar soluções.

A larga maioria dos presidentes das juntas de freguesia pelo conhecimento, vivência/experiência têm um papel preponderante, mas habitualmente pouco considerado e pouco ouvido. As suas insatisfações, críticas e reivindicações devem ser o fio condutor para uma política de proximidade de forma a colocar em prática políticas que vão de encontro às reais necessidades das populações.

Pelo acima, defende o CDS/PP que devem ser alocados às Juntas de Freguesia valências, meios e instrumentos que permitam às mesmas ser o motor da reforma administrativa que urge fazer no concelho de Sintra.

Os novos tempos assim o exigem. Aos nossos fregueses o CDS/PP dá nota que:

Ao período difícil da pandemia COVID-19 acresce aos dias de hoje a guerra na Ucrânia, não é fácil conviver com situações adversas, mas é na adversidade que devemos encontrar a motivação para fazer melhor, utilizando os meios e instrumentos ao nosso dispor de forma a responder aos reais problemas da população. Que os próximos anos sirvam de exemplo para, que todos sem exceção, percebamos que temos a obrigação de dar o nosso melhor em prol da nossa freguesia e dos nossos fregueses. Como é evidente o Cartão Freguês adequa-se a esta temática ao apoiar o Comércio local, entende o CDS-PP, que este deve ser melhorado, incluindo um leque mais alargado de comerciantes que permita aos fregueses aqui residentes uma acrescida valia.

Finalmente, reforçando a crença em tempos de comunhão e prosperidade o CDS-PP deseja a todos a todos os moradores do Concelho de Sintra, mas em especial aos da nossa freguesia, um Santo Natal e um excelente Ano 2023.

Os eleitos do CDS-PP da Assembleia da UF Massamá e Monte Abraão L



O BLOCO DE ESQUERDA NA ASSEMBLEIA DE FREGUESIA (BE)

APESAR DAS INCERTEZAS, VAMOS MANTER UMA
COMUNIDADE UNIDA

A proximam-se as Festas e um Novo Ano, num contexto de extrema incerteza, com dificuldades e preocupação para muitas famílias, devido à enorme inflação que não é acompanhada pelo aumento equivalente de salários e pensões, pelos quais continuaremos a lutar, enquanto algumas empresas ganham milhões com mais esta crise.

Tudo isto reforça a necessidade de nos lembrarmos do verdadeiro significado desta época, o espírito de união e de entreaajuda. Este ano devemos olhar para a incerteza que nos rodeia e combater o consumismo fazendo compras sustentáveis no comércio local e no nosso bairro, oferecendo prendas úteis e reutilizáveis, reduzindo o desperdício das embalagens e embrulhos, reduzindo assim a nossa pegada ambiental. É este o foco do verdadeiro espírito de estar com quem somos mais próximos.

Boas Festas e um Ótimo Ano Novo. L

VOZ AOS ELEITOS



BANCADA DA ASSEMBLEIA DE FREGUESIA (CDU)
QUE NATAL?

Na situação em que vivemos, para quem vive do seu salário, do seu trabalho ou da sua pensão, é caso para perguntar: que Natal vamos ter?

O Governo de maioria absoluta do PS (com a benção de PSD, Chega e IL) não quer impor limites máximos aos preços dos bens essenciais, como a energia, combustíveis e bens alimentares.

Continuam os baixos salários, a precariedade e o ataque aos direitos laborais. Ilude-se com um aumento irrisório de reformas e pensões. Agravou-se a degradação do SNS, serviços públicos e das funções sociais do Estado. Natal? Só se for para os grandes grupos económicos, a braços com milhares de milhões de euros de lucros! O governo PS, de mão dada com PSD, Chega e IL, titubeia na tributação extraordinária desses lucros imorais, que podem reverter para o reforço das políticas sociais e de combate ao custo de vida. Não se pode aceitar que quem trabalha ou trabalhou continue a pagar a crise económica.

Em Monte Abraão e Massamá, ao mesmo tempo que se degradam ou encerram serviços bancários, o que afecta não só a camada mais idosa da população, mas também os micro, pequenos e médios comerciantes e industriais, erguem-se novos e grandes espaços comerciais - talvez numa lógica de “apoio ao comércio tradicional”. Da mesma forma, na Saúde perdura a falta de médicos de família e o atendimento tardio dos utentes.

É necessário romper com a ideia da inevitabilidade que nos querem impor. Enquanto os trabalhadores, pensionistas e reformados perdem cada vez mais poder de compra, os grandes grupos económicos acumulam cada vez mais riqueza na base da especulação e dos favores dos vários governos. Há um caminho alternativo a construir para a solução dos problemas nacionais.

É tempo de resistência. É tempo de lutar! L



BANCADA DO CHEGA
MAIS UM ANO

Mais um ano se passou e nada mudou.

Mesmo depois dos apelos para uma mudança na ideologia na forma como o motor da nossa economia é tratado, nada mudou e continuamos a olhar para os nossos comerciantes locais com total desrespeito.

Depois da pandemia que praticamente lapidou todas as poupanças das nossas microempresas, a solução dada foi uma ajuda na banca para que se possam endividar.

Hoje, sem dinheiro e com ainda mais dívidas, uma crise económica e energética ditará a sua sentença. Muitas terão como destino a insolvência e com ela, também as famílias entrarão em insolvência. Famílias que são os nossos vizinhos, os nossos amigos ou os nossos irmãos.

A grande ajuda oferecida pela nossa freguesia a essas famílias é um cartão freguês, uma ajuda simplesmente ineficaz. A única família que ganha com o cartão freguês é a família da empresa de publicidade a que se paga para propagandear algo que todos os comerciantes já perceberam que nada vão ganhar e fregueses que já perceberam que de nada serve.

Um mercado no coração de Massamá decadente e inoperacional, mantém-se à toa mais por carolice de quem lá trabalha, demonstra a ineficácia de trazer novos empreendedores para as nossas freguesias.

Os únicos empreendedores que todos nós vemos crescer nas nossas freguesias são os que nada contribuem, protegidos de um sistema que tudo obriga a uns e tudo desculpa a outros. Mais uma vez os nossos comerciantes são desrespeitados quando têm de assistir a dezenas de pessoas que se amontoam à entrada da nossa feira semanal, pagas por eles, competem ilegalmente com os nossos esquecidos comerciantes. L

A FREGUESIA É SUA
PARTICIPE NA ASSEMBLEIA DE FREGUESIA

As sessões da Assembleia de Freguesia de Massamá e Monte Abraão são abertas a todos os cidadãos interessados e decorrem de modo descentralizado em diferentes locais da freguesia.

Os editais com a convocatória das sessões são divulgados na página web da União das Freguesias de Massamá e Monte Abraão e partilhados no Facebook oficial da autarquia e nos locais de estilo distribuídos pela freguesia. De acordo com a Lei n.º 75/2013 (Regime Jurídico das Autarquias Locais) as assembleias de freguesia reúnem, pelo menos, em quatro sessões ordinárias anuais (abril, junho, setembro e novembro ou dezembro), podendo ainda ser convocadas sessões extraordinárias.

Aceda a www.uf-massamabraao.pt no separador Órgãos Autárquicos e depois Assembleia e conheça toda a documentação relacionada com a Assembleia de Freguesia, nomeadamente editais, deliberações, documentos em consulta, regimento de funcionamento, atas, moções e muita outra informação útil.

Consulte as moções apresentadas na última sessão no separador Órgãos Autárquicos / Assembleia / Moções / Mandato 2017-2021 / 2020



Freguesia
Massamá e Monte Abraão

Feliz Natal

E UM PRÓSPERO ANO NOVO



COMPRE OS SEUS PRESENTES DE NATAL COM O CARTÃO FREGUÊS

MAIS DE 180 LOJAS

ADERENTES EM CARTAOFREGUES.UF-MASSAMAMABRAAO.PT



WWW.UF-MASSAMAMABRAAO.PT