



Belém

Boletim Informativo da Junta de Freguesia de Belém
Ano 13 | Nº 66 | Maio 2026 | Distribuição gratuita



PSICOBELÉM
Rua dos Margiochis, N.º20
1400-243 Lisboa

PISCINA DO RESTELO
Rua Antão Gonçalves, N.º2A
1400-015 Lisboa
Horário 2.ª a 6.ª feira:
07H30-21H30
Sabádo: 08H30-19H
Domingo: 08H30-14H

LOJA SOLIDÁRIA
Rua de Pedrouços, N.º84-86
1400-225 Lisboa
3.ªs feiras | 10h às 14h
5.ªs feiras | 15h às 19h
3.ª e 4.ª sábados
de cada mês | 10h às 13h

ESPAÇO PÚBLICO
Travessa da Saúde,
1400-334 Lisboa

RÁDIO FREGUESIA DE BELÉM
Av. Ilha da Madeira, N.º50
1400-205 Lisboa

POSTO HIGIENE URBANA
R. Conselheiro Martins de Carvalho,
1400-069 Lisboa

J. F. DE BELÉM DELEGAÇÃO B LICENCIAMENTOS EDUCAÇÃO
Rua da Correnteza, N.º9 e 11
1400-077 Lisboa
Tlf. 215 976 178
Horário 2.ª a 6.ª feira:
09H30-13H | 14H30-18H

CENTRO SOCIAL DE BELÉM
Bairro de Belém (Terras do Forno)
Rua 11, 1400-260 Lisboa
Horário 2.ª a 6.ª feira:
9H-13H | 14H30-20H

J. F. DE BELÉM, DELEGAÇÃO A AÇÃO SOCIAL BIBLIOTECA
Rua João de Paiva, N.º11
1400-225 Lisboa
Tlf. 210 132 330
Email: secretaria@jf-belem.pt
Horário 2.ª a 6.ª feira:
09H30-13H | 14H30-18H

JUNTA DE FREGUESIA DE BELÉM - SEDE
Largo dos Jerónimos, N.º3
1400-209 Lisboa
Tlf. 210 132 330
Email: secretaria@jf-belem.pt
Horário 2.ª a 6.ª feira:
09H30-13H | 14H30-18H

TELEFONES ÚTEIS

Emergência: 112
PSP: 219 021 550
PSP "Idosos em Segurança": 915 695 939
PSP "Comércio": 969 896 977
Bombeiros (Sapadores): 808 215 215
Bombeiros (BVCO): 213 841 880
Bombeiros (BV Ajuda): 210 939 949
USF "Descobertas": 213 039 090/1
USF "Restelo": 210 549 980
Hospital S. Francisco Xavier: 210 431 000
CM Lisboa: 217 988 000
EPAL (Roturas): 800 201 600
Gás (Roturas): 800 201 722
EDP: 800 506 506
Lixo Volumoso: 808 20 32 32 / 218 170 552

FICHA TÉCNICA

Boletim Informativo da Junta de Freguesia de Belém
 De: janeiro a março 2026
 Tiragem: 12.500 exemplares
 Depósito Legal: 182272/02
 Propriedade e Distribuição: JF de Belém
 Foto da capa: JF de Belém
 Impresso em papel reciclado

EXECUTIVO E PELOUROS

JOÃO CARVALHOSA, PRESIDENTE
joao.carvalhosa@jf-belem.pt
 Ação Social, Segurança, Finanças, Administração Geral, Recursos Humanos, Coletividades, Urbanismo, Obras em Habitações, Espaço Público, Espaços Verdes, Mobilidade, Licenciamentos, Higiene Urbana

SOFIA CARVALHO, SECRETÁRIA
 Substituta legal do Presidente
sofia.carvalho@jf-belem.pt
 Educação e Juventude

LUÍS CARDOSO, TESOUREIRO
luis.cardoso@jf-belem.pt
 Património, Tecnologias

TIAGO PESSOA, VOGAL
tiago.pessoa@jf-belem.pt
 Desporto, Comunicação e Imagem, Comércio e Empreendedorismo

ISABEL LOUREIRO, VOGAL
isabel.loureiro@jf-belem.pt
 Cultura, Turismo

REUNIÕES PÚBLICAS:
 ÚLTIMA 2.ª FEIRA DE CADA MÊS | 21H30



João Carvalhosa
 Presidente da Junta de Freguesia de Belém

PREVENÇÃO DE MAUS TRATOS A CRIANÇAS E JOVENS

No passado mês de Abril fizemos questão de marcar a nossa atividade assinalando o Mês da Prevenção de Maus Tratos a Crianças e Jovens. Este é um tema a que dedicamos grande parte do trabalho na Junta de Freguesia, não apenas neste mês, mas, de forma indireta, todo o ano.

Fazemo-lo de cada vez que levamos o programa de desenvolvimento pessoal e social às escolas, o que acontece todos os dias, dando ferramentas aos alunos para saberem como agir e reagir. Fazemo-lo também quando proporcionamos às crianças e jovens programas de férias, num ambiente seguro e protegido, com atividades lúdicas, com vivências em equipa e, com regras de grupo bem definidas, lhes damos pistas sobre como agir com o outro. Fazemo-lo em muitas outras iniciativas.

Mas, em Abril, fazemos mais. O tema da prevenção dos maus tratos, onde incluímos a prevenção da violência no namoro, é trabalhado com os alunos nas escolas e são efetuadas atividades diversas, das quais destaco o "48 Horas a Nadar por Ti". Este ano tivemos quase 600 participantes nesta atividade e envolvemos mais de 700 crianças na sua preparação. Todos os participantes, bem como aqueles que nos seguem nas redes sociais, levam para as suas casas, para os seus empregos e para os seus grupos de amigos esta mensagem: proteger as crianças e os jovens é uma obrigação de todos.

Quando falamos em proteger não significa colocá-los numa redoma. Pelo contrário. Significa dar-lhes ferramentas que os preparem para enfrentar as dificuldades do dia a

dia e, naturalmente, evitar gestos de agressão. Significa ensinar-lhes a saírem à rua, deixar que eles brinquem com os outros, que subam às árvores, que joguem à bola, que construam jogos com paus e com pedras, que se divirtam. Sim, vão sujar-se, aleijar-se e chegar arranhados a casa. Mas vão chegar felizes.

Mas também devemos cuidar de os proteger. Proteger dos conflitos entre os pais, divorciados ou não. Proteger de qualquer tipo de abuso físico ou emocional. Proteger não os tratando de forma agressiva. O 48H a Nadar por Ti já terminou, mas cabe a cada um de nós, todos os dias, nadar neste tema e refletir sobre ele.

Uma nota ainda para uma reunião que teve lugar na Junta de Freguesia, no dia 13 de abril, fruto de um convite que fizemos aos Senhores Diretores dos Museus e Monumentos de Belém, incluindo o Palácio da Ajuda/Tesouro Real e o MACAM, com o intuito de começar um caminho conjunto na dinamização cultural e no encontro de sinergias entre as instituições. Todos responderam afirmativamente!

Foi a primeira vez que se realizou uma reunião com todos estes intervenientes e não podia ter corrido melhor! Houve uma vontade unânime de fazer este caminho e a Junta de Freguesia foi mandatada para ser o agregador e dinamizador do mesmo.

Vamos, com todo o gosto, desenvolver este projeto em conjunto, estando certos que dará muitos frutos que beneficiarão Belém.

QUEM É QUEM EM BELÉM

ISABEL LOUREIRO VOGAL COM OS PELOUROS DA CULTURA E DO TURISMO



O QUE DISTINGUE BELÉM DAS OUTRAS FREGUESIAS?

Belém tem uma identidade própria e destaca-se das outras zonas de Lisboa por uma combinação única de História, monumentos e ainda, pela sua relação com o rio Tejo. Do ponto de vista histórico e, remontando aos séculos XV e XVI, Belém foi ponto de partida para as viagens marítimas que ainda hoje definem o mundo. O Mosteiro dos Jerónimos, a Torre de Belém e o Padrão dos Descobrimentos são monumentos que celebram essa época tão determinante na história da humanidade.

Por outro lado, Belém tem uma relação direta com o rio Tejo onde se destacam o Passeio Marítimo, a vista maravilhosa do estuário do rio, a Marina e a Zona Ribeirinha. É uma Freguesia de ambiente aberto, tranquilo e turístico de qualidade. Também não faltam espaços verdes e culturais, menciono apenas alguns: o Jardim da Praça do Império, o Jardim Vasco da Gama, o Centro Cultural de Belém, o Museu dos Coches, o MAAT... E, claro, não podemos esquecer a identidade gastronómica dos famosos Pastéis de Belém.



"A NOSSA FREGUESIA TEM UM AMBIENTE MAIS TURÍSTICO E ORGANIZADO QUANDO COMPARADA COM ZONAS MAIS TRADICIONAIS (...)"



"EM BELÉM A ESTRATÉGIA PASSA POR PROTEGER, VALORIZAR E DAR VIDA AO PATRIMÓNIO."

A nossa Freguesia tem um ambiente mais turístico e organizado quando comparada com zonas mais tradicionais como Alfama ou o Bairro Alto. As ruas de Belém são mais largas e espaçosas e temos uma maior concentração de museus e monumentos. É, de facto, uma zona "monumental".

QUE LIGAÇÃO PESSOAL TEM COM A FREGUESIA E DE QUE FORMA INFLUENCIA O SEU TRABALHO?

A minha ligação a Belém é muito profunda e pessoal. Vivo aqui desde os meus 15 anos, quando os meus pais, após o Revolução dos Cravos, se mudaram para Lisboa. Ou seja, estou em Belém há cerca de 50 anos.

"(...) É NECESSÁRIO REFORÇAR A PROGRAMAÇÃO CULTURAL E ENVOLVER ATIVAMENTE A COMUNIDADE LOCAL."

Foi também aqui que construí toda a minha vida adulta – casei, constituí família e nunca vivi noutra sítio. Apesar de ter nascido em Campo de Ourique, é em Belém que verdadeiramente me sinto em casa.

Essa ligação tão longa dá-me um conhecimento muito próximo e real da freguesia. Conheço bem os desafios do dia a dia, mas também aquilo que a torna única. Acompanhei a sua evolução ao longo de décadas, o que me permite ter uma visão muito consciente das suas necessidades e do seu potencial.

No meu trabalho, isso traduz-se numa maior sensibilidade e responsabilidade. Tenho um compromisso genuíno com a qualidade de vida em Belém que, com características muito próprias, como a sua baixa densidade populacional, beneficia de um ambiente mais tranquilo e organizado – algo que considero importante preservar.

COMO EQUILIBRAR A VALORIZAÇÃO TURÍSTICA DE BELÉM COM A QUALIDADE DE VIDA DOS FREGUESES?

Diria que o equilíbrio passa por garantir que o turismo é gerido de forma sustentável. É importante valorizar o património e tudo o que Belém tem de mais atrativo, mas sem comprometer o dia a dia de quem cá vive. Para isso é necessário organizar os fluxos turísticos, investir na



"FOI TAMBÉM AQUI QUE CONSTRUI TODA A MINHA VIDA ADULTA - CASEI, CONSTITUI FAMILIA E NUNCA VIVI NOUTRO SITIO."

manutenção do espaço público e assegurar que os serviços locais continuam a responder, em primeiro lugar, às necessidades dos fregueses. Ao mesmo tempo é importante promover o turismo ao longo do ano, diminuindo a pressão nos pontos mais críticos. Garantir que Belém é um lugar muito atrativo para visitar não deixando nunca de ser um bom lugar para viver.

QUAL A ESTRATÉGIA PARA PROTEGER E DINAMIZAR O PATRIMÓNIO HISTÓRICO DA FREGUESIA?

Em Belém a estratégia passa por proteger, valorizar e dar vida ao património. Para além de conservar é necessário reforçar a programação cultural e envolver ativamente a comunidade local. Assim defendo:

- Manutenção e reabilitação continua dos espaços históricos articulando com as entidades competentes;
- Reforço da programação cultural nesses locais com iniciativas que atraiam turistas e fregueses;
- Dinamizar, através de parcerias com as escolas, associações e outros agentes culturais, a utilização mais dinâmica dos espaços públicos para que não sejam apenas turísticos, mas parte do dia a dia da freguesia;
- Apostar numa comunicação eficaz e acessível que valorize a história de Belém e contribua para um turismo mais informado e respeitador.

O objetivo é claro: preservar a identidade histórica de Belém mantendo o património vivo, acessível e relevante.



“BELÉM CULTURAL”

JF BELÉM CONVIDA RESPONSÁVEIS DOS MUSEUS E MONUMENTOS A CRIAR ESTRATÉGIA CONJUNTA.

A convite da Junta de Freguesia realizou-se, a 13 de abril, uma reunião com todos os diretores e responsáveis dos museus e monumentos de Belém, a que se somou o Palácio da Ajuda/ Tesouro Real e MACAM pela proximidade geográfica, com o objetivo de propor que se crie uma estratégia conjunta nesta área e que isso contribua não só para criar uma "marca" de Belém Cultural mas ajudar todos a encontrar sinergias que permitam apoiar a gestão dos diversos equipamentos.

Foi unânime a utilidade e a pertinência desta reunião, bem como a necessidade de se fazer este caminho conjunto tendo sido a Junta de Freguesia mandatada como dinamizadora e agregadora do processo. Iremos agora criar uma proposta de estratégia e começar a implementar projetos que sejam úteis para todos.

Estamos muito empenhados nesta iniciativa que, pela primeira vez juntou todos os atores a uma mesa e que, estamos certos, será uma grande mais valia para a nossa Freguesia.

Agradecemos a todos os Senhores Diretores pelo entusiasmo e espírito aberto que trouxeram para o projeto e por depositarem nele uma grande confiança. Da nossa parte iremos tudo fazer para corresponder!



ANIMAIS DOMÉSTICOS

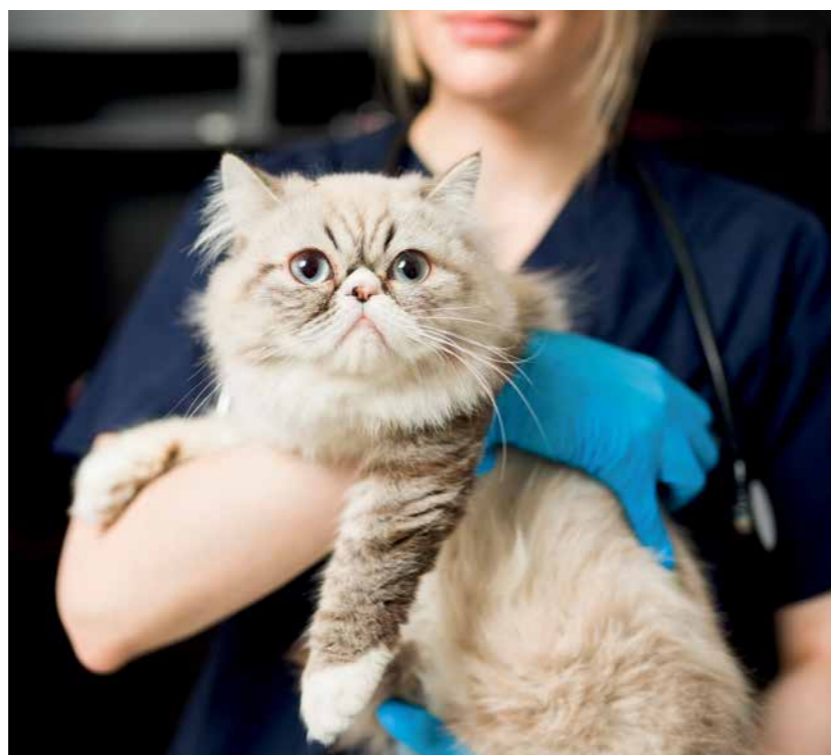
SABE QUE É OBRIGATÓRIO O REGISTO DE ANIMAIS E A SUA RENOVAÇÃO ANUAL?

É obrigatória a colocação de chip em cães, gatos e outros animais domésticos, através de médicos veterinários que registam, em plataforma própria, os animais.

De seguida deve dirigir-se à Junta de Freguesia para registar o animal e liquidar a taxa relativa a esse ato, sendo obrigatória a renovação anual da mesma.

Ao não o fazer incorre numa infração que pode ter consequências desnecessárias. Nos termos legais, não identificar o seu animal "constitui contraordenação punível com coima cujo montante mínimo é de 50€ e máximo de 3.740€ para pessoas singulares. No caso de se tratar de uma pessoa coletiva – como associação, por exemplo – a multa pode ir até aos 44.890€".

Evite situações desagradáveis. Dirija-se à Junta de Freguesia e regularize a situação.



AÇÕES DE FISCALIZAÇÃO NO ESPAÇO PÚBLICO



A Junta de Freguesia tem vindo a reforçar ações de fiscalização no espaço público, com especial incidência na ocupação indevida de mobiliário urbano por estabelecimentos comerciais. Esta iniciativa, que conta com a colaboração da Polícia Municipal de Lisboa, visa garantir o equilíbrio entre a dinamização da atividade económica local e o respeito pelas normas que asseguram a livre circulação pedonal, a segurança e a preservação da imagem urbana da Freguesia.

Têm sido identificadas situações de colocação irregular de esplanadas, expositores e outros elementos fora das áreas licenciadas, muitas vezes ocupando excessivamente os passeios e zonas de passagem particularmente incidindo sobre a Rua de Belém, Rua Vieira Portuense e envolvente devido ao elevado tráfego pedonal. A fiscalização atua de forma pedagógica numa primeira fase, sensibilizando os operadores para a necessidade de cumprimento das regras em vigor, mas não hesita em aplicar as medidas previstas na lei sempre que se verifique incumprimento reiterado.

A JF de Belém reafirma o seu compromisso com um espaço público organizado, acessível e seguro para todos. Apela-se à colaboração das lojas, dos restaurantes em geral e da comunidade para a utilização responsável do espaço comum, contribuindo assim para a valorização de Belém enquanto local de excelência para viver, trabalhar e visitar.

LICENÇAS DE OCUPAÇÃO DO ESPAÇO PÚBLICO

A Junta de Freguesia de Belém anunciou no passado dia 2 de abril a abertura do novo Procedimento Concursal, conforme o Aviso nº 7572/2026/2, com vista à atribuição de locais em espaço público para o exercício de comércio não sedentário em Zona EVENE (Espaços, Vias ou Equipamentos de Natureza Estruturante) nomeadamente através de 'food-trucks'. Esta medida pretende diversificar a oferta existente na Freguesia e potenciar a dinamização económica e turística da envolvente.

O procedimento define as regras de atribuição dos espaços, contemplando critérios de seleção que valorizam a qualidade e originalidade das propostas, bem como o cumprimento rigoroso das normas legais aplicáveis, incluindo higiene, segurança alimentar e enquadramento urbano tendo os interessados de consultar toda a informação relativa a prazos, documentação e condições de participação nos meios oficiais disponibilizados pela Junta de Freguesia.

Com esta iniciativa, a Junta de Freguesia de Belém reforça a sua estratégia de valorização do espaço público e apoio ao

empreendedorismo local, promovendo novas experiências gastronómicas e contribuindo para a atratividade do território. O concurso constitui, assim, uma oportunidade para operadores de restauração móvel integrarem um dos contextos urbanos mais visitados da cidade.



“48 HORAS A NADAR POR TI”

REGRESSAM AO RESTELO COM PARTICIPAÇÃO RECORDE

A Junta de Freguesia de Belém promoveu, entre os dias 17 e 19 de abril, na Piscina do Restelo, a 7.ª edição desta iniciativa dedicada à sensibilização para a prevenção dos maus-tratos na infância e juventude.

Antes do arranque do evento foram dinamizadas ações de sensibilização junto das turmas do 1.º ciclo das escolas da freguesia. Os alunos participaram ativamente com cartazes, bandeiras, laços azuis e postais que ajudaram a decorar o espaço e a reforçar a mensagem.

A edição deste ano contou com mais de **592 participantes** — o maior número registado até à data — e ficou também marcada por um novo recorde de participação e envolvimento da comunidade. Ao longo das 48 horas, foram nadados um **total de 864890 metros**.

A instituição apadrinhada, “Os Francisquinhos”, marcou presença



ao longo do evento, tendo recebido donativos de participantes e entidades parceiras que se associaram à iniciativa.

Ao longo das suas sete edições, as “48 Horas a Nadar por Ti” têm vindo a afirmar-se como uma referência na freguesia de Belém, promovendo não só a prática desportiva, mas também o convívio intergeracional e a mobilização da comunidade em torno de uma causa de elevada relevância social.

PEQUENAS AÇÕES, GRANDE IMPACTO

BELÉM UNE GERAÇÕES NO DIA DAS BOAS AÇÕES



Este Dia é promovido, em Portugal, pela Entreejada. A Junta de Freguesia de Belém dinamizou a iniciativa “Missão: Fazer o Bem - Belém Une Gerações”, envolvendo ativamente a comunidade sénior, e também outras gerações, em diversas ações de voluntariado e proximidade. A iniciativa iniciou-se com uma homenagem a Teresa Vaz de Carvalho, destacando o seu percurso de dedicação à comunidade e o exemplo inspirador de uma vida marcada pelo voluntariado. Seguiram-se várias ações, nomeadamente a preparação e distribuição de refeições com a ReFood e momentos de convívio com crianças do Abrigo de Santa Maria de Belém, que juntaram gerações em atividades lúdicas e educativas. Também com as crianças dos campos de Férias da Páscoa, alguns seniores desenvolveram conteúdos criativos sobre o significado de fazer o bem, numa importante transmissão de valores entre gerações. A JF de Belém promove a cidadania ativa, a inclusão e a valorização das diferentes gerações, como pilares da construção de uma comunidade mais coesa e solidária.

FÉRIAS DA PÁScoa

Durante as férias da Páscoa a Junta promoveu, à semelhança dos anos anteriores, um programa de apoio às famílias da Freguesia de Belém, destinado a crianças e jovens entre os 6 e os 17 anos que decorreu de 30 de março a 10 de abril. As férias correram muito bem, tendo sido marcadas por grande animação e alegria entre todos os participantes. Este ano contámos com um grupo de 83 crianças e 21 jovens, acompanhados por 12 monitores.



SESSÃO DE CIDADANIA

SOBRE MUTILAÇÃO GENITAL FEMININA

Realizou-se uma sessão de sensibilização e prevenção, dia 5 de março, dedicada à temática da Mutilação Genital Feminina, uma iniciativa da UMAR – União de Mulheres Alternativa e Resposta, em parceria com a AIMA – Agência para a Integração, Migrações e Asilo e a República Portuguesa. O encontro reuniu profissionais, representantes institucionais e membros da comunidade, num espaço de reflexão e diálogo sobre a prevenção desta prática e a proteção de raparigas e mulheres em situação de risco. Foi reforçada a importância da



sensibilização, da formação e da articulação entre instituições e comunidades, sublinhando a importância da informação no combate a práticas que violam os direitos humanos. Foi um importante exercício de cidadania, de reforço da consciência coletiva, da promoção da igualdade de género e da defesa da dignidade, integridade e direitos das mulheres e raparigas.

VISITA AO OBSERVATÓRIO ASTRONÓMICO



No dia 29 de abril visitámos o Observatório Astronómico de Lisboa, um espaço de grande relevância científica e patrimonial da cidade. Criado no século XIX, o Observatório teve um papel determinante no desenvolvimento da astronomia em Portugal, estando historicamente ligado ao estudo rigoroso dos movimentos dos astros e à medição precisa do tempo. Os participantes puderam conhecer a história do edifício e os seus instrumentos científicos históricos.

A iniciativa integrou também uma dimensão social, sublinhando como o acesso à ciência contribui para a inclusão, a igualdade de oportunidades e o desenvolvimento do pensamento crítico, promovendo a curiosidade e o conhecimento partilhado.

PASSEIOS SÉNIOR

Esta iniciativa continua a ter grande relevância na promoção do envelhecimento ativo, proporcionando aos participantes momentos de convívio, descoberta e bem-estar.

Em março, o passeio foi a Cascais e permitiu desfrutar de um ambiente descontraído junto ao mar, partilhando experiências num contexto de lazer.

Em abril, o destino foi Mafra, numa visita marcada pela valorização do património histórico e cultural, proporcionando um dia enriquecedor a todos os envolvidos. Já em maio, os participantes foram a Manique do Intendente e Azambuja, onde o contacto com o património local gerou momentos de convívio num ambiente acolhedor. Paralelamente, os Passeios Pedestres Sénior reforçaram a vertente cultural e de proximidade. Em março, os participantes visitaram a exposição “Filhos de todos, filhos de quem...” no Museu de São Roque e a exposição “Graça Morais – Uma Antologia”, patente no Palácio Anjos – Centro de Arte Contemporânea.

Em abril, os passeios pedestres incluíram uma visita à



Fundação Calouste Gulbenkian, para a exposição Xerazade, bem como ao Museu da Guarda Nacional Republicana, proporcionando diferentes perspetivas culturais e históricas. No mês de maio, a atividade centrou-se no Museu Nacional de Arqueologia, com destaque para o mural e o interior do renovado espaço museológico.

O espírito vivido em cada um destes momentos foi de alegria, com grande o envolvimento dos seniores.

O passeio sénior de junho terá como destino o Fluvial de Mora, antecipando-se mais uma experiência enriquecedora e de partilha para todos os participantes.

CONSTRUIR O FUTURO

PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO VOCACIONAL

Escolher um percurso académico ou profissional é um dos momentos mais marcantes na vida de um jovem. Para apoiar este processo de decisão, o Psicobelém disponibiliza um Programa de Orientação Vocacional, desenhado para transformar a incerteza em autoconfiança e clareza.

COMO FUNCIONA? São cinco sessões dinâmicas, onde cada jovem é acompanhado numa exploração profunda das suas competências vocacionais, académicas e pessoais. Através de uma metodologia rigorosa, o programa inclui: **Avaliação Especializada:** aplicação de provas psicológicas validadas; **Autoexploração:** exercícios para identificar interesses, valores e pontos fortes; **Tomada de Decisão:** atividades práticas que



ajudam a definir objetivos a médio e longo prazo; **Informação Estratégica:** esclarecimento sobre percursos educativos, opções formativas e requisitos de acesso ao ensino superior ou mercado de trabalho.

O OBJETIVO: Mais do que indicar um caminho, este programa visa promover a autonomia. Ao alinhar as expectativas e motivações com o perfil individual, garantimos que cada participante faça escolhas conscientes, fundamentadas e alinhadas com o seu projeto de vida. Invista no amanhã, hoje. Ajude os seus filhos a decidirem com segurança. Contacte-nos pelo mail: psicobelem@jf-belem.pt

JF DE BELÉM INAUGURA PROJETO

“RODA DAS MÃES”

O arranque deste novo projeto da Junta de Freguesia de Belém, recebido com grande entusiasmo pela comunidade, aconteceu no dia 16 de abril, no Mercadinho Solidário de S. Francisco Xavier. A adesão foi forte, reunindo mães grávidas, mães com filhos pequenos e muitíssimos fregueses que quiseram marcar presença neste momento especial. A maternidade é um período profundamente desafiante, e a Roda das Mães surge com o objetivo de criar um espaço seguro e acolhedor, onde as mães possam participar em encontros regulares de partilha e apoio mútuo. Inspirado na associação italiana Mamme In Cerchio, o projeto adapta este modelo à realidade da freguesia de Belém.

A cerimónia de abertura contou com a presença do Presidente da JF, João Carvalhosa, da Vogal da Educação, Sofia Carvalho e da Vogal da Cultura, Isabel Loureiro, que procederam ao corte da fita, assinalando oficialmente o início da iniciativa.

A JF de Belém expressa um profundo agradecimento a todas as entidades cujo apoio foi e será fundamental para o desenvolvimento da RODA DAS MÃES, nomeadamente: CML, Igreja S. Francisco Xavier, USF Restelo, Farmácia Belém, Rede das Bibliotecas Municipais, Embaixada de Marrocos, Casa Pia, Projeto Radar, Base de Dados Sociais da NOVA, APEE Moinhos do Restelo, Associação Mulheres Ucrainianas, Associação



Mulheres Italianas em Lisboa, Os Francisquinhos, Teatro Improviso, Padema e A Terra do Nunca.

No âmbito desta iniciativa, contaremos com a presença de uma voluntária Educadora de Infância, responsável por dinamizar e cuidar do espaço dedicado aos bebés, permitindo que as mães participem com maior tranquilidade. Paralelamente, estará também disponível uma psicóloga no espaço das mães, promovendo momentos de escuta, partilha e apoio emocional.

Funcionamento do projeto:

Público-alvo: mães grávidas e mães com filhos até aos 3 anos • **Início das sessões:** 23 de abril de 2026 • **Periodicidade:** semanal • **Dia/Horário:** quintas-feiras, das 10h00 às 11h30 • **Local:** Mercadinho Solidário S. Francisco Xavier, Rua Antão Gonçalves **Entrada:** gratuita • **Mais informações:** Fátima Santos Costa e Francesca Moja / secretaria@jf-belem.pt

ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO NAS ESCOLAS

USAR PRESERVATIVO

No âmbito da Iniciativa Lisboa Sem Sida, promovida pela CML, a Associação Sol, em parceria com a JFB, dinamizou nos dias 15 e 16 de abril quatro ações de sensibilização dirigidas a 156 alunos dos 10.º e 11.º anos da Escola Secundária do Restelo, dos cursos de Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas, Línguas e

Humanidades e Artes Visuais. As sessões, com a duração de cerca de 45 minutos, tiveram como objetivos informar, promover a mudança de atitudes e desmistificar mitos e verdades sobre o VIH/SIDA. O Dia Internacional do Preservativo, celebra-se a 13 de fevereiro.



DIA MUNDIAL DO POVO CIGANO



Este dia, celebrado a 8 de abril, foi o motivo para uma visita à Associação Amigos do Bairro 2 de Maio, onde se reuniram moradores, representantes da comunidade cigana e fregueses de Belém. Houve danças, músicas tradicionais, e um lanche partilhado. Criou-se um espaço de diálogo e proximidade, para conhecer a cultura cigana, os seus valores e tradições, tantas vezes alvo de estereótipos.

“Celebrar esta data é reafirmar o nosso compromisso com a valorização da diversidade humana”, sublinhou a Presidente da Associação, Sandra Alves. Foi uma tarde que reforçou os laços de compreensão, respeito mútuo, e convivência entre diferentes.

INAUGURAÇÃO DO ESPAÇO PET FRIENDLY

LOJA SEDE DA EPAL

No dia 20 de março, foi inaugurado o espaço Pet Friendly da Loja Sede da EPAL, em Lisboa. A JF de Belém esteve presente, bem como outras entidades promotoras do bem-estar animal, nomeadamente a Animalife, a Casa dos Animais de Lisboa, o IRA, a Associação PRAVI e a Associação Kausa Animal. O objetivo é receber clientes acompanhados pelos seus animais de estimação, proporcionando um espaço confortável, tranquilo e seguro enquanto aguardam atendimento.

Permite ainda que estes permaneçam junto dos seus tutores ou num espaço próprio, tornando a experiência na loja mais inclusiva e acessível.

O projeto Pet Friendly reforça a ligação da empresa à comunidade, através da adoção de práticas mais inclusivas.



BEM VIVER

ALEGRIA - APRENDER A VIVER MAIS E MELHOR

Estima-se que 50% das crianças nascidas no século XXI ultrapassarão os 100 anos. Uma conquista extraordinária, mas que nos coloca uma questão essencial: estamos a preparar-nos para viver mais e melhor?

É desta pergunta que nasce a Alegria do Bem Viver que, uma vez por mês, reúne a comunidade em torno de um dos pilares de atuação da Fundação ALEGRIA DE VIVER: a literacia para a longevidade. Trata-se de um espaço aberto, pensado para todas as idades e para toda a comunidade. Preparar uma vida longa, com saúde e com sentido é uma responsabilidade partilhada entre gerações e começa, precisamente, por aprender hoje a viver melhor amanhã.

Nestes encontros, são abordados temas que ajudam a transformar conhecimento em ação. Já refletimos sobre: ‘Cuidados a ter com o Sono’ e ‘Alimentação como aliada do Bem-estar’, entre outros assuntos. Nos próximos meses falar-se-á de ‘Estilos de Vida Saudável’, ‘Dieta Mediterrânica’, ‘Vidas Longas com Sentido’ e ‘Cuidar das Emoções’.

A Alegria do Bem Viver realiza-se todas as terças-feiras do mês, no Centro Social de Belém. A entrada é livre e o ambiente é de partilha, aprendizagem e proximidade. Este é um convite a todos os residentes na freguesia para virem descobrir como transformar mais anos em mais qualidade de vida. Que todos os dias Contem!!





FEIRA DA MULHER BENGALI

CELEBRAÇÃO DO EMPODERAMENTO FEMININO

No dia 23 de maio, realizou-se, no Centro Social de Belém a Feira da Mulher Bengali, um evento de valorização da cultura, do trabalho e do empreendedorismo feminino.

Organizada pela JF de Belém, em parceria com a Golden Vision e a Embaixada de Bangladesh em Portugal, esta iniciativa reuniu a comunidade num ambiente de celebração da diversidade.

Ao longo do dia, os visitantes puderam conhecer e adquirir produtos de artesanato, gastronomia típica, moda e outras criações representativas da cultura Bengali, num encontro entre tradições e novas oportunidades.

Foi um dia dedicado ao empoderamento das mulheres, promovendo a visibilidade do seu trabalho, incentivando a autonomia económica e reforçando o papel do empreendedorismo feminino.

“ধন্যবাদ” (dhonnohad - obrigado) a todas e todos por este momento de celebração e valorização do contributo das mulheres para o desenvolvimento da sociedade!



TEMPLO HINDU

VISITA SÉNIOR

No dia 15 de maio, um grupo de seniores visitou o Templo Hindu Radha Krishna, numa iniciativa organizada em parceria com a Comunidade Hindu de Lisboa, dedicada ao encontro intercultural, à descoberta e à partilha de experiências. Os participantes tiveram contacto direto com a espiritualidade hindu, conheceram o espaço do templo, os seus símbolos e práticas religiosas, num ambiente de respeito e de realce da importância da convivência harmoniosa das diferentes tradições religiosas. Foi uma ação de promoção do envelhecimento ativo e do enriquecimento cultural através do contacto com novas realidades.

“SAND CASTLES”

DESTACA A RESILIÊNCIA UCRANIANA

No dia 19 de abril, o Museu Nacional de Etnologia recebeu a exibição do filme “Sand Castles”, numa parceria com a Embaixada da Ucrânia em Portugal, a JF de Belém e o Promin Festival.

O documentário acompanha artistas e engenheiros ucranianos na criação de instalações artísticas no festival Burning Man, ao longo de vários anos, revelando um percurso marcado pela transformação pessoal e coletiva com o início da guerra na Ucrânia. Através da arte efémera no deserto, o filme aborda temas como identidade, memória, liberdade e resistência. A sessão constituiu um momento de reflexão e partilha cultural, sublinhando o papel da arte como forma de expressão e ligação entre povos. Os fundos recolhidos no evento foram destinados ao Superhuman Center Суперх'юманс Центр, apoiando o seu trabalho de impacto social.



BATOTO YETU

VISITA À ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA

No âmbito das comemorações do Dia Mundial de África, 25 de maio, realizou-se uma visita guiada à Associação Batoto Yetu Portugal, uma entidade com um papel relevante na promoção da cultura africana, da inclusão social e do trabalho comunitário. Com diversos projetos nas áreas da música, dança e educação, a associação promove a valorização das tradições africanas e cria pontes entre diferentes culturas. A visita permitiu conhecer o seu trabalho, a sua história e o impacto positivo que tem junto da comunidade, promovendo o respeito pela diversidade, o diálogo intercultural e a convivência entre comunidades.



AAAF/CAF

FÉRIAS DA PÁSCOA

As Férias da Páscoa tiveram início, com as habituais atividades externas que tanto agradam às nossas crianças. Uma ida ao cinema, passeios no parque, aulas de voleibol, experiências divertidas, fizeram parte do leque de atividades que a Junta de Freguesia de Belém ofereceu às nossas crianças.

A partir de abril/maio começaram as aulas abertas. Com a participação dos Pais/EE estas aulas promovem o estreitar de uma relação com as equipas AAAF-CAF, igualdade e visibilidade. Desta forma asseguramos um trabalho que transmite aos Pais/EE uma transparência e segurança, levando-os muitas vezes a darem continuidade a algumas atividades fora do âmbito escolar. No âmbito da campanha “Prevenção dos maus tratos infantis” as AAAF-CAF da EB Caselas e EB Moinhos do Restelo,



contribuíram, para a mesma com laços azuis e um guarda sol, decorados pelas nossas crianças.

APOIO À FAMÍLIA

Durante o ano letivo de 2025/2026, nas escolas EB Moinhos do Restelo, EB de Caselas, EB Bairro do Restelo e no Jardim de Infância de Belém, as AAAF/CAF funcionam das 08h às 9h e das 15.30h às 19h.

Brevemente, vamos ter informações sobre as férias de Verão AAAF-CAF. Fiquem atentos!

FORMAÇÃO AAE

BELÉM QUALIFICA AUXILIARES DE AÇÃO EDUCATIVA EM NECESSIDADES ESPECÍFICAS

A JF de Belém reafirma o seu compromisso com a educação inclusiva apostando na capacitação. A 10 de abril, as Auxiliares de Ação Educativa participaram numa formação sobre Necessidades Educativas Específicas (NEE). Dinamizada pela ELI Ocidental, a sessão aliou rigor técnico e prática para preparar as equipas para a inclusão. Destacaram-se os temas: reconhecimento de sinais e adaptação imediata às necessidades da criança; técnicas facilitadoras da interação social e autonomia dos alunos no recinto escolar; papel crucial da auxiliar na criação de um ambiente de confiança. Esta ação integra um plano central de valorização profissional. Acreditamos que dotar as auxiliares destas ferramentas eleva a qualidade do apoio, garantindo que nenhuma criança fica para trás e promovendo equidade.



ASSEMBLEIA DAS CRIANÇAS

PEQUENOS DEPUTADOS, GRANDES IDEIAS

A nossa Freguesia já tem voz na Assembleia das Crianças de Lisboa. Os nossos Deputados Júnior, José Mambo, Maria Simão, Laura Quaresma e Francisco Custódio iniciaram o seu mandato 2026/2028 a 26 de fevereiro, no Fórum Lisboa. Num formato World Café, puderam debater temas centrais da cidade, trocar experiências com outras freguesias e identificar prioridades para melhorar a qualidade de vida infantil. Esta iniciativa promove a cidadania ativa, integrando as crianças no planeamento do futuro. Orgulhosos, acompanharemos de perto as suas propostas!



ESCOLAS COM VOZ

LITERACIA FINANCEIRA A CONCURSO

A fase decisiva de mais uma edição do **Concurso Escolas com Voz** está a chegar! Este ano, o desafio foca-se num pilar essencial: a **literacia financeira**. O objetivo é que os alunos idealizem uma aplicação digital, desenvolvendo sentido crítico sobre gestão de dinheiro, poupança e consumo consciente. O projeto culmina no II Encontro Escolas com Voz, onde os trabalhos serão apresentados ao júri e à comunidade, celebrando-se o talento dos jovens e a entrega de prémios. Esta iniciativa permite aplicar os conceitos na prática, preparando-os para o amanhã. A entrega dos projetos termina a 24 de abril (online). O evento de apresentação ocorrerá a 15 de maio, no Centro Cultural Casapiano.

CLUBES PAULA VICENTE

No **Clube de Expressão Plástica**, os alunos concluíram autorretratos monocromáticos e participaram no jogo "Mistérios de Arte" e pintura com berlindes. Exploraram ainda várias técnicas artísticas, do esgrafito e aguarela, à colagem inspirada em Hannah Höch e desenho de luz e sombra baseado em Lourdes Castro.

Na **Multimédia**, a edição de imagem e a técnica de light painting estiveram em destaque. Desenvolveram-se projetos de stop motion, promovendo a criatividade e o trabalho colaborativo entre os jovens.

No **Clube de Informática**, os alunos consolidaram conhecimentos no Word, criando documentos sobre as receitas do Clube de Culinária. Iniciaram o PowerPoint com apresentações temáticas e exploraram o Excel. Assistiram a uma palestra sobre segurança digital e cyberbullying, dinamizada pela Escola Segura.

No **Clube de Programação e Robótica**, destacou-se a execução de um mega projeto em ScratchJr e dinâmicas com robôs Matatabab. Foram explorados conceitos de repetição, funções e correção de erros (debug), intercalados com desafios de pensamento computacional sem ecrãs.

No **Clube de Jornalismo**, as atividades abrangeram ateliers de impressão manual e desenho editorial, e a criação de podcasts e fanzines. Através do debate de notícias atuais e da elaboração de inquéritos, os alunos desenvolveram suas competências de comunicação, literacia mediática e pensamento crítico.

No **Clube de Apoio ao Estudo**, reforçamos as aprendizagens no acompanhamento dos trabalhos de casa e da preparação para as avaliações. Promovemos estratégias de aprendizagem ativa e autónoma, integrando debates, construção de esquemas e o uso de plataformas digitais como o Milage Learn+ e o Kahoot.

No **Clube de Culinária**, a viagem pelos sabores do nosso país continuou em força, com a exploração de diversas receitas regionais e dinâmicas gastronómicas.

Na vertente desportiva, as aulas de **Voleibol** focaram-se no controlo de bola, na aprendizagem do serviço e no gesto técnico "amorti", aplicados em situações de jogo. No **Basquetebol**, fizemos exercícios de lançamento, jogos de superioridade



numérica e assistimos a uma conversa inspiradora com a jogadora profissional Laura Ferreira. Já no **Clube de Futebol**, aperfeiçoámos as competências técnicas individuais e realizámos torneios formativos.

No **Clube da Horta** os alunos criaram um jogo de cartas botânico totalmente desenhado à mão, semelhante ao Pictionary, com charadas sobre os alimentos. No exterior limpamos os canteiros, prepararam a terra com adubo orgânico e plantaram alfaces, tomate cherry, nabo e morangos. Em sala, através do documentário O Planeta Vivo, debateram fenómenos meteorológicos, o impacto do aquecimento global e a importância do clima terrestre.

Nas atividades de **Dinâmicas de Grupo**, a responsabilidade e o planeamento ganharam forma com o desenvolvimento de um Escape Room. Divididos em três equipas, os alunos criaram quebra-cabeças e tarefas para desafiar os colegas a "escaparem da sala", promovendo o espírito de equipa de forma muito divertida.

No **Clube de Artesanato**, a criatividade materializou-se em telas 3D feitas com moldes de silicone e massa de gesso. No trabalho com barro, os alunos mais velhos moldaram vasos em formato de tela de parede, enquanto os mais novos criaram pequenos vasos magnéticos, finalizando todas as peças com pintura acrílica e verniz.

Por fim, nas aulas de **Costura**, a turma desenvolveu um projeto para um estojo multiusos, pensado como um verdadeiro puzzle de tecidos. Após uma introdução atenta às regras de segurança, cada aluno teve a sua primeira experiência com a máquina de costura, unindo padrões no interior do estojo e personalizando o tecido exterior com pinturas têxteis originais.

AFETOS NA ESCOLA

A intervenção abrange crianças dos 5 aos 12 anos das Escolas Básicas Bairro do Restelo, Moinhos do Restelo, Caselas e Paula Vicente. Foi também alargada aos Jardins de Infância de Belém e Caselas, com grande entusiasmo.

No final do 2.º período, os professores destacaram o impacto claro do projeto no comportamento, comunicação e bem-estar geral dos alunos.

Estivemos envolvidos na iniciativa "48h a Nadar por Ti" (Mês da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância). Dinimizámos sessões adaptadas a cada idade, abordando maus-tratos, identificação e ação perante riscos.

Continuamos comprometidos em criar uma escola consciente, empática e preparada para as emoções das nossas crianças.



DESTAQUES



5º ANIVERSÁRIO DA RÁDIO FREGUESIA DE BELÉM

No dia 15 de abril, a **Rádio Freguesia de Belém** celebrou o seu 5º aniversário com uma emissão especial ao longo do dia. A programação destacou-se por várias fases:

Manhã: Arrancou com uma reportagem especial, seguida de partilha de recordações no programa "Álbum de Recordações Felizes" e contos infantis em "A Roda do Conto".



Tarde: O programa "Olá Vizinho" focou-se no tema "Os dias da rádio", contando com um investigador convidado e a partilha de memórias dos próprios fregueses.

Encerramento: Terminou com o programa Mundo à Janela, uma viagem musical e histórias de outros países conduzida por Teresa Andrade. Acima de tudo, o evento serviu para celebrar e agradecer aos voluntários da rádio, cujo trabalho e dedicação são fundamentais para dar voz à comunidade de Belém.

LABORATÓRIO DE RÁDIO



Em Março, o estúdio portátil da RFB esteve presente nos Dias Abertos da Escola Artística de Música do Conservatório Nacional. Durante três dias, os alunos dinamizaram programas de rádio. No âmbito da atividade "A rádio vai à escola", do Laboratório de Rádio, os alunos do 9º ano AT, do CED Nuno Álvares Pereira, da Casa Pia de Lisboa, uma sessão sobre informação e desinformação. Os alunos criaram quatro episódios sobre o tema.

Continuamos a desenvolver com os alunos do 5ºM do CED Nuno Álvares, da Casa Pia de Lisboa, o podcast sobre literacia financeira, Finanças para o futuro, que estreou em abril.

REUNIÕES DA ASSEMBLEIA EM DIRETO NA RFB Oiça as Reuniões Públicas e as Assembleias de Freguesia de Belém em direto na Rádio Freguesia de Belém. Link: <https://radiobelem.jf-belem.pt/assembleia-de-freguesia-de-belem-3/> Consulte todos os programas da RFB neste link <https://radiobelem.jf-belem.pt/programas/>

ESTREIAS



FINANÇAS PARA O FUTURO

Neste podcast vai aprender o que é a literacia financeira e a importância de poupar dinheiro. Criado pelos alunos do 5ºM, do CED Nuno Álvares Pereira, no ano letivo de 2025/2026.



MUSEU NACIONAL DE ARQUEOLOGIA

Programa de divulgação das atividades do Museu Nacional de Arqueologia.

Programa mensal.

Estreia - 4ª feira | 10h



MESTRES DO NEGÓCIO

Um programa de Pedro Eloy em conversa com inovadores, líderes e empreendedores que transformaram ideias em negócios de sucesso.

Programa semanal.

Estreia - 6ª feira | 10h



PARTICIPE NA RÁDIO FREGUESIA DE BELÉM

Quer ser voluntário na Rádio Freguesia de Belém? Pode participar nas áreas de edição, produção, locução e criação de conteúdos.

Contacte a nossa equipa através do email radiobelem@jf-belem.pt ou pelo número 929 058 227. Estamos à sua espera!

PARTICIPE NOS PROGRAMAS



A Rádio Freguesia de Belém é a Sua Voz e uma rádio de todos. Participe nos programas Utopia Radionovela, Álbum de Recordações Felizes e Livros por Miúdos. **Contacte: 929 058 227**



VISITA GUIADA

CASA OXENTE

No passado dia 4 de março, as portas da Casa Oxente abriram-se para uma visita guiada focada na arte contemporânea brasileira. Os participantes exploraram o acervo deste espaço, que privilegia a produção do Nordeste do Brasil através de múltiplas linguagens. Tiveram a oportunidade de acompanhar o trabalho do artista Melício Britto, explorando o seu processo criativo e a transformação do desenho em estruturas tridimensionais.



Terminou com um diálogo aberto sobre a trajetória do artista, proporcionando uma experiência de grande proximidade com a arte contemporânea.



AULA ABERTA DE FRANCÊS

DIA DA FRANCOFONIA

Cerca de 18 pessoas participaram, no dia 20 de março, numa sessão dedicada à língua francesa e às suas culturas, na Biblioteca da JF de Belém. A aula, conduzida por Françoise Moonens e Marie Ulanga, proporcionou um espaço de partilha em torno de temas como a música e os sabores típicos das nações francófonas.

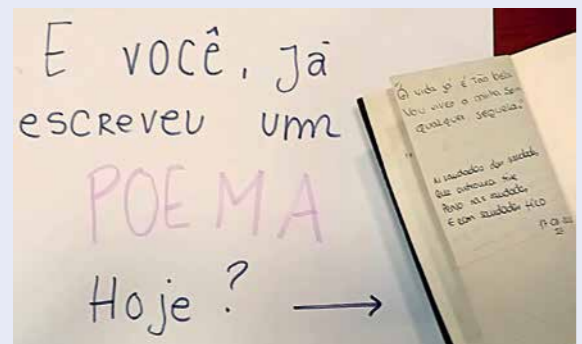
A iniciativa destacou a diversidade cultural do mundo francófono, refletindo o entusiasmo da Junta em promover este tipo de colaborações e em envolver a comunidade em programações culturais diversificadas.



POEMAS AO OUVIDO

Como dizia Fernando Pessoa: Tudo vale a pena quando a alma não é pequena”, e assim o foi: entre 21 de março e 5 de abril, assinalou-se o Dia Mundial da Poesia com uma iniciativa de envio de poemas, em colaboração com a Joana Grupo Teatro. Foi possível dedicar e receber poemas de autores portugueses, quer por chamada direta ou áudio por email.

O sucesso de edições anteriores repetiu-se, confirmando o impacto desta ação na promoção do bem-estar e da proximidade cultural entre os fregueses.



FADO EXPLICADO

Reafirmando-se como uma das iniciativas mais acarinhadas e já tradicionais da Junta de Freguesia de Belém, o “Fado Explicado” regressou com mais uma edição de grande sucesso. A sala do Centro Social esteve completamente preenchida, com cerca de 90 pessoas, num ambiente vibrante e carregado de emoção. O público respondeu em força a esta celebração do fado clássico. Neste encontro cruzaram-se fadistas e músicos experientes com novas vozes, proporcionando uma noite de fado única. Ouvimos Nuno Siqueira, Teresa Varatojo, João Nunes, Afonso Carvalhais e Aurora Studer, numa sessão dedicada ao tema “Amores, desamores e outras coisas da vida”.

CLUBE DE LEITURA PALAVRÃO

A Biblioteca da JF de Belém acolheu novamente o Clube de Leitura da Associação Palavrão para dois encontros marcados que deram continuidade a momentos de partilha, reflexão e diálogo em torno da literatura.

A 26 de março, o foco incidiu sobre “Matadouro 5”, de Kurt Vonnegut. Sob a moderação do escritor João Pedro Vala, onde o grupo explorou diversos temas. Mais recentemente, a 16 de abril, o destaque foi para a escrita de Lygia Fagundes Telles através da análise de “Os Objetos”. Com a condução de Simão



Lucas Pires, a tertúlia promoveu um ambiente participativo, onde as múltiplas interpretações do texto da autora serviram de mote para uma troca de impressões entre os presentes. Aproveitamos para parabenizar João Pedro Vala por ser o primeiro português a vencer o prestigiado prémio de ficção curta norte-americano PEN/O. Henry Award, com o conto “Inês”.

VISITA GUIADA

PASSEIO DOS TÁVORA



A visita guiada “Do atentado real ao processo dos Távora” alcançou um enorme sucesso, com grande adesão nas edições de 7, 14 e 28 de abril. A iniciativa ofereceu aos presentes uma viagem imersiva ao século XVIII lisboeta, detalhando os acontecimentos que se seguiram à tentativa de assassinato de D. José I e as trágicas consequências para a nobreza da época.

O percurso contou com o apoio especializado do Centro de Arqueologia de Lisboa e a orientação de Dra. Clara Ferreira, cujo enquadramento rigoroso enriqueceu a perspetiva sobre este capítulo fundamental da história portuguesa.

EXPOSIÇÃO CORES MEDITERRÂNICAS



Foi com enorme honra que a JFB acolheu a exposição “Cores Mediterrânicas”, da artista plástica Inés Romdhane, no âmbito da programação da Festa Internacional da Francofonia. Nascida na Tunísia, a autora desenvolve um trabalho inspirado na sua região de origem. Através de 20 obras, convidou o público a embarcar numa viagem sensorial em que as portas são apresentadas como metáforas de abertura, hospitalidade e união entre as culturas mediterrânicas. Esta iniciativa resultou de uma parceria entre a JFB e a Embaixada da Tunísia, reforçando laços culturais num evento que contou com a presença de várias individualidades diplomáticas. Durante a cerimónia, o Presidente da JFB, João Carvalhosa, foi presenteado com um quadro comemorativo que homenageia as relações entre os dois países: uma tela onde a famosa porta azul tunisina e os tradicionais azulejos portugueses se encontram, tendo como pano de fundo a flora típica de ambos os países.

À MESA COM A BAGO

A promoção do comércio de proximidade esteve em destaque no evento “À mesa com a Bago”, fruto de uma parceria entre a JF de Belém e a Merceria Biológica. Os fregueses foram desafiados a conhecer o espaço e a provar as suas deliciosas especialidades num ambiente de proximidade, forte identidade e com ligação à comunidade. Mais do que uma experiência gastronómica, esta revelou-se uma excelente oportunidade de convívio e descoberta, reforçando a importância de apoiar os negócios da nossa freguesia através de momentos autênticos de partilha.



AGENDA

DATA	EVENTO	LOCAL
MAIO		
26	PASSEIO PEDESTRE AO MUSEU DE ARQUEOLOGIA	Belém
27	TARDE CULTURAL SOBRE CUBA	Biblioteca da JF Belém
29	CURSO DE HISTÓRIA DE ARTE	MAC/CCB
JUNHO		
2 e 3	RODA DE CONVERSA SOBRE "O PERDER TEMPO"	Biblioteca da JF Belém
2 e 3	EXPOSIÇÃO ARTÍSTICO-EPISTOLAR "O TEMPO PERDIDO"	Biblioteca da JF Belém
4	PARA E PENSA Grupo de Reflexão sobre várias Temáticas Participação gratuita	Centro Social de Belém
7	FESTIVAL DO FOLCLORE	Jardim Vasco da Gama
9 e 11	PASSEIO SÉNIOR A MORA Fluviário de Mora	Mora
11, 18 e 25	RODA DAS MÃES Participação gratuita. Das 10h00-11h30	Mercadinho Solidário de São Francisco Xavier
18	CLUBE DE LEITURA PALAVRÃO	Biblioteca da JF Belém
23	TECER PRÉ-HISTÓRIA	Centro de Arqueologia de Lisboa
24	PALESTRA "AMIZADE NOS TEMPOS ATUAIS"	Biblioteca da JF Belém
29	OFICINA DE LUCERNAS ROMANAS	Centro de Arqueologia de Lisboa
JULHO		
2	PARA E PENSA Grupo de Reflexão sobre várias Temáticas Participação gratuita	Centro Social de Belém
4	MERCADO DA EMBAIXADA DAS FILIPINAS Gratuito	Parque dos Moinho
9, 16, 23 e 30	RODA DAS MÃES Participação gratuita. Das 10h00-11h30	Mercadinho Solidário de São Francisco Xavier
15	OFICINA DE MOSAICOS ROMANOS	Biblioteca da JF Belém
21	OFICINA DE CERÂMICAS PRÉ-HISTÓRICAS	Centro de Arqueologia de Lisboa



Se pretende receber a Newsletter Semanal das Sugestões Culturais envie um email para cultura@jf-belem.pt
 *Biblioteca da JF Belém: R. João de Paiva n.º 11, 1400-225 Lisboa | Centro Social de Belém: R. 11 n.º 1, 1400-150, 1400-150 Lisboa



fomentando hábitos literários desde a infância. A dinamização do espaço esteve a cargo da Mbooks, sob a coordenação de David Cardoso, cuja dedicação foi essencial para concretizar o propósito de aproximar a comunidade do universo dos livros.

No âmbito das celebrações do Dia da Cultura Chinesa, realizou-se na Biblioteca uma aula aberta de mandarim e de cultura chinesa. Dinamizada por Kai, aluno de Português, proporcionando um momento enriquecedor de partilha e aprendizagem intercultural.

O evento revelou-se um grande sucesso, reunindo cerca de 26 pessoas num ambiente marcado por uma forte interação. O entusiasmo do público foi notório, com os presentes a colocarem diversas questões e a demonstrarem uma viva curiosidade, o que tornou o clima simultaneamente descontraído e participativo. Durante o encontro, foi possível explorar vários elementos da cultura Chinesa, desde a introdução à língua mandarim, caracteres chineses e às diferentes regiões e tradições.



OFICINA MOSAICOS ROMANOS

Devido ao sucesso das edições anteriores, a Oficina de Mosaicos Romanos regressou à Biblioteca de Belém no dia 11 de março. Promovida pelo Centro de Arqueologia de Lisboa e dinamizada pela Dr.ª Clara Ferreira, a atividade juntou 22 pessoas num agradável momento de partilha entre gerações.

A atividade proporcionou uma experiência lúdico-pedagógica, onde os presentes puderam descobrir a sua história e explorar técnicas ancestrais e criando os seus próprios trabalhos manuais.

MERCADO DO LIVRO MBOOKS

Entre 10 de abril e 10 de maio, a JF de Belém acolheu um grande Mercado do Livro, organizado em parceria com a Associação Ler Para Ser. Transformou o espaço num verdadeiro ponto de encontro em torno da cultura, reunindo milhares de exemplares cuidadosamente selecionados, com opções para todos os gostos e públicos, sempre a preços acessíveis! Mais do que uma feira do livro, este projeto assumiu-se como um compromisso com o acesso à cultura e à leitura,

AULA ABERTA

MANDARIM E CULTURA CHINESA



CAMPANHA DE CROCHÊ

O Grupo de Croché da JF Belém, coordenado por Patrícia Machado, entregou 30 casaquinhos de bebé feitos à mão a duas instituições. Esta iniciativa contou com o apoio dos fregueses, cujas doações de lãs reforçaram o forte espírito de entajuda. A 17 de abril, fomos recebidos no Banco do Bebê da Maternidade Alfredo da Costa pela Presidente, Cristina Maltez, e respetiva equipa. Posteriormente, a 20 de abril, a visita à Unidade de Neonatologia do Hospital S. Francisco Xavier contou com o acolhimento da Diretora do Serviço de Pediatria, Dr.ª Madalena Lopo Tuna, e das enfermeiras Fátima Figueira e Sónia Candeias. A JF Belém agradece a todos, especialmente ao Grupo de Croché por transformar lã em gestos de cuidado e esperança e reforça que a campanha de recolha de fios de lã e linha continua ativa.





MERCEARIA BIOLÓGICA BAGO

2º CLASSIFICADO CONCURSO MONTRAS DE NATAL

O que alterou a vossa forma de encarar o Natal, na criação da montra da loja, depois de terem vencido este concurso?

Vencer uma edição anterior trouxe-nos uma responsabilidade acrescida e fez-nos encarar a altura do Natal com ainda mais dedicação. Passámos a ver a montra não apenas como uma decoração, mas como uma forma de contar uma história, criar emoções e gerar proximidade.

Estiveram no pódio noutras edições. Houve alguma decisão consciente de “não repetir fórmula” este ano? Em que arriscaram mais?

Sim, houve uma decisão consciente de inovar e dar continuidade. Procurámos não repetir ideias e arriscámos numa abordagem mais emocional, sustentável e tradicional, valorizando materiais feitos à mão, por nós próprias.

Sentiram mais expectativas, por parte dos clientes e da comunidade local, este ano? Como lidaram com isso?

Sentimos, sem dúvida, um maior entusiasmo e expectativa por parte dos clientes e dos vizinhos em participarmos e muitos disponibilizaram-se para colaborar e divulgar. Lidámos com isso de forma muito positiva, transformando essa expectativa em motivação para criar algo especial e que estivesse à altura desse carinho.

A montra é estética, mas também é estratégia. Que mensagem quiseram transmitir?

Quisemos transmitir a importância podermos realizar uma montra com decorações realizadas por nós mesmas, sem necessidade de comprar decoração já pronta. A montra procurou refletir o espírito de um Natal mais humano e sustentável.

Que detalhe da montra passou despercebido à maioria das pessoas, mas é dos vossos favoritos? Porquê?

O que mais gostámos foi a inclusão de pequenos elementos artesanais e personalizados, que simbolizam a dedicação e o



cuidado colocados em cada pormenor. Muitos clientes elogiavam a beleza dos objetos e quando se apercebiam que fomos nós que os fizemos, nem queriam acreditar.

O comércio local atravessa tempos exigentes. Que papel acham que iniciativas como esta têm no apelo ao consumo no comércio local?

Iniciativas como esta são fundamentais, pois dinamizam o comércio local, incentivam as pessoas a circular nas ruas e reforçam o sentimento de comunidade. Além disso, ajudam a dar visibilidade às pequenas lojas e a sensibilizar para a importância de comprar local.

Se tivessem de resumir esta montra numa palavra, qual seria? Proximidade.

Que conselho dariam a uma loja que participe pela primeira vez?
O principal conselho é que sejam autênticos e fiéis à identidade da sua marca. Não é necessário um grande investimento, mas sim criatividade, dedicação e a vontade de transmitir uma mensagem genuína à comunidade.

Depois desta vitória, sentem que o Natal passa a ser um momento-chave da vossa marca e não apenas uma época do ano?

Sem dúvida. O Natal tornou-se um momento-chave para reforçar a ligação emocional com os nossos clientes e celebrar os valores que definem a Bago Merceria: sustentabilidade, proximidade, qualidade e tradição.

Já estão a pensar no próximo Natal, ou preferem parar, respirar e deixar as ideias amadurecer?

Para já, preferimos celebrar este reconhecimento e deixar as ideias amadurecer com tranquilidade. No entanto, o espírito criativo nunca para e, certamente, começaremos a reunir inspirações ao longo do ano.

ESPAÇO PÚBLICO

AÇÕES DE FISCALIZAÇÃO

No final do mês de Março a Junta de Freguesia, com a colaboração da Polícia Municipal - a quem agradecemos -, iniciou as ações de fiscalização na área da higiene urbana.

Estas ações incidiram sobre a deposição de lixo na via pública, na existência de contentores na rua fora da hora permitida e na deposição de lixo à volta de eco-ilhas e vidrões.

Foram vários os autos levantados que vão resultar na aplicação de coimas, que se agravarão em caso de reincidência.

Continuamos a observar a deposição de muito lixo e resíduos urbanos na rua, bem como de objetos volumosos. Nada disto se justifica, visto haverem soluções para a deposição do lixo nos locais corretos e a recolha de monos a pedido.

Todos temos de ser solução para este problema, não só adotando comportamentos corretos, mas exigindo aos nossos vizinhos que também os tenham.



Da parte da Junta de Freguesia estamos a colaborar com a Câmara Municipal de Lisboa nas melhores soluções, a adquirir material, a contratar mais recursos humanos para a equipa da Higiene Urbana e iremos tornar rotineiras as fiscalizações.

Nesta última área a fiscalização será constante e não em datas programadas. Ou seja, todos os dias, quando for detetado lixo na via pública ou contentores fora do local, iremos registar e atuar. Não porque isso dê algum tipo de satisfação à Junta de Freguesia, mas porque, infelizmente, não existe outra solução, visto não haver ninguém que não saiba e tenha a consciência que estes comportamentos não são aceitáveis.

Contamos com todos para que não seja necessário atuar. Basta que todos coloquemos o lixo no sítio correto, que recolhamos os contentores nos horários definidos e não atiremos lixo para o chão.

Contamos com todos!



CARTÃO BELÉM

NOVAS ENTIDADES ADERENTES

CASTELBEL

Centro Cultural de Belém, R. Bartolomeu Dias
Loja nº 7, 1449-003 Lisboa | 21 589 9108

ANL

Doca de Belém, 1400-038 Lisboa | 21 361 9480





CORRIDA DE BELÉM

A nossa freguesia, lugar de partida para grandes viagens e de encontros decisivos da História de Portugal, continua a ser palco de momentos que unem pessoas, culturas e gerações.

A 12ª Edição da Corrida de Belém é um dos momentos mais esperados do ano e este ano realizou-se a 10 de maio, com um recorde de 2805 inscritos.

Promovida pela JF de Belém, a prova teve como ponto de partida o Estádio do Restelo, onde não faltou a música e a animação, já que a Corrida de Belém é muito mais do que uma prova desportiva, é um evento de confraternização entre jovens e adultos, entre desportistas profissionais e amadores.

Integrada nas ruas de Belém, a prova conquistou um lugar de destaque no calendário das corridas da cidade, tornando-se uma referência para os amantes da atividade física. O percurso é marcado pela proximidade a algumas das zonas mais históricas de Portugal, e isso faz da Corrida de Belém uma experiência diferente, onde o desporto se cruza com o património, a paisagem e a identidade do lugar.

Muitos parabéns aos vencedores das diferentes provas e escalões e a todos os que conseguiram terminar os percursos e cumprir os seus objetivos!



Na classificação geral masculina o atleta Pedro Alves foi o grande vencedor, com uma marca de 31:57 minutos e, na feminina, foi Ilaria Bruno com 38:36 minutos.

A cerimónia de entrega de prémios contou com a presença do Sr. Vereador Vasco Anjos e do Sr. Diretor do Departamento de Desporto, Rafael Salgueiro, em representação da Câmara Municipal de Lisboa. Pela Junta de Freguesia de Belém, participaram o Presidente da Junta de Freguesia, João Carvalhosa, e o Vogal do Executivo com o Pelouro do Desporto, Tiago Pessoa. Estiveram ainda presentes representantes das entidades parceiras da organização, nomeadamente o CAAB, representado pela sua Presidente, Isabel Nobre, e pelo Presidente da Mesa, Jorge de Almeida; o Clube Sportivo de Pedrouços, representado pelo seu Presidente, Hugo Rodrigues; Ana Catarina Martins, em representação do McDonald's de Belém; Ernesto Ferreira, em representação da GFD Running; e Diogo Castro, em representação do Grupo Vila Galé.



A JF de Belém deixa um agradecimento especial à Xistarca, entidade organizadora, que assegurou mais um ano de excelente organização; ao C. F. "Os Belenenses", pela cedência do Estádio do Restelo; e a todas as entidades que contribuíram para tornar esta 12.ª edição ainda mais especial, através das suas parcerias: Grupo Vila Galé, McDonald's de Belém, Pastéis de Belém, Celeiro, Powerade, GFD Running e Decathlon.

Os resultados estão disponíveis em www.xistarca.pt
Até 2027!

DIA MUNDIAL DA ATIVIDADE FÍSICA

À semelhança de outros eventos, Belém assumiu um papel central na mais recente edição do Dia Mundial da Atividade Física em Lisboa, onde acolhemos algumas das iniciativas mais participadas e contribuímos, de forma decisiva, para o sucesso global do evento. Integrada no conceito "Lisboa Ativa", que promove a cidade como um espaço público mais saudável e inclusivo, esta iniciativa transformou a frente ribeirinha num verdadeiro palco de desporto, bem-estar e convívio.

Ao longo de cerca de 15 quilómetros, entre Alcântara e São Pedro do Estoril, foram dinamizadas dezenas de atividades que incentivaram a população a adotar estilos de vida mais ativos. Belém destacou-se pela forte adesão dos fregueses locais e pela diversidade da programação. A emblemática Avenida da Índia, encerrada ao trânsito entre a Cordoaria Nacional e o Viaduto de Algés, deu lugar a um ambiente vibrante, onde famílias, jovens e seniores puderam experimentar modalidades desportivas, participar em aulas ao ar livre e usufruir de momentos de lazer junto ao Tejo.

Entre os momentos mais marcantes, destacou-se a corrida que



reuniu cerca de duas mil pessoas. Igualmente relevante foi a caminhada sénior, que contou com a presença de cerca de 100 seniores de Belém, num exemplo inspirador de envelhecimento ativo e de envolvimento intergeracional.

Belém mostrou, uma vez mais, ser uma freguesia dinâmica, comprometida com o bem-estar dos seus cidadãos e com a valorização do espaço público. A forte participação local e o entusiasmo vivido ao longo do dia foram determinantes para o êxito da iniciativa, reforçando o papel da freguesia como um exemplo de comunidade ativa e saudável.



ANL

OPTIMIST DA ANL CONQUISTARAM DOIS PÓDIOS EM LEIXÕES!

No fim-de-semana de 21 e 22 de março, a equipa de competição de Optimist da Associação Naval de Lisboa marcou presença na 4ª Prova da Zona Norte, realizada em Leixões e organizada pelo Sport Clube do Porto.

O clube esteve representado por cinco atletas que tiveram boas condições de regata mas também uma forte concorrência, demonstrando o seu empenho e evolução dentro de água!

Destaque especial para: Lucas Correia – 3º lugar em Juvenis e Francisco Mesquita – 3º lugar em Infantis.

DUAS MEDALHAS PARA A VELA ADAPTADA NA I PAN DA CLASSE

Carlos Santos foi 2º e Gonçalo Pinto Gonçalves 3º na I Prova de Apuramento Nacional da classe Hansa que decorreu a 21 e 22 de março em Portimão.

Realizaram-se 15 regatas sábado e cinco no domingo, após as quais os velejadores foram divididos em "frota de ouro" e "frota de prata". Ambos os representantes da ANL integraram o grupo de "ouro" que realizou oito regatas finais e ao fim das quais ficaram os dois no pódio!

Carlos Santos foi segundo e Gonçalo Pinto Gonçalves foi terceiro.

OPEN DAY DE VELA ADAPTADA DA ANL

No domingo, dia 19 de abril a Associação Naval de Lisboa em colaboração com Associação Salvador dinamizaram um Open Day com o objetivo de dar a experimentar a esta modalidade que se pratica no clube e destinada a pessoas com deficiência. 19 pessoas experimentaram a vela adaptada, houve também um workshop de nós e todos terminaram a experiência com muita satisfação. Para que o evento se realizasse, esta iniciativa contou também com cerca de 20 voluntários entre pessoas que vieram da Associação Salvador, Escuteiros, velejadores da ANL e seus familiares.

TORNEIO DE INVERNO TERMINOU COM DUAS VITÓRIAS DA ANL

A terceira e última regata do Torneio de Inverno organizado pela ANL realizou-se a 14 de março e inscreveram-se 33 embarcações. Foi uma bela manhã com vento entre os 12 e 14 nós onde o sol apareceu e mais tarde também a chuva.

Sendo um torneio de três etapas, a consistência nos resultados ditou a classificação final desta competição. Nas contas finais os vencedores do Torneio de Inverno de 2026 foram estes onde se destacam dois sócios da ANL.

Divisão A: 1º – Madmax (Miguel Graça | CN Cascais)

Divisão B: 1º – Complot II (Raúl Xavier | ANL)

Divisão D: 1º – Batiscafo (Pedro Douwens | ANL)

Divisão E: 1º – Alta Pressão (Paulo Paixão | CAVCMA)

O Torneio de Inverno terminou com a entrega de prémios e convívio na sede da ANL.



GRANDE ARRATAIA!

Belém

29.05
11.06
**DEIXA
ROLÁ**

03.06
**NON
STOP**

29 MAI - 14 JUN

PARQUE DOS MOINHOS DE SANTANA

2ª a 6ª feira a partir das 17h00 | fins-de-semana e feriados a partir das 15h00

ENTRADA LIVRE

06.06

TARDEO

By Tinto Verano

05.06

TIO JEL

12.06

GRANDE NOITE DOS SANTOS



DJ · MÚSICA AO VIVO
DIVERTIMENTOS · INSUFLÁVEIS
COMES E BEBES E MUITA ANIMAÇÃO

09.06

TOY

ORGANIZAÇÃO:



PARCERIA:



Ás de Copos



PATROCINADORES:

