

**Carreira de Bairro  
e alargamento  
de horários**  
Mais e melhores  
transportes públicos

**Lisbonweek**  
Ajuda recebe  
o grande evento  
a partir de 26  
de Outubro

**Carnaval**  
Cor e alegria  
enchem  
as ruas  
da Ajuda



**Ajuda**  
Junta de freguesia

# Os eleitos

## Assembleia

Rui Amaral  
**Presidente da Assembleia  
de Freguesia**

Partido Socialista



Vitor Formiga  
**1º Secretário**  
Partido Socialista



Olga Cruz  
**2º Secretário**  
Partido Socialista



### Membros da Assembleia

Diogo Muacho  
Maria João Jorge  
Carlos Jose  
Carlos Fonseca  
Pedro Isidoro  
Partido Socialista



Elsa Pedro  
Hugo Rodrigues  
Coligação Democrática Unitária

**CDU**

Nuno Veludo  
Bloco de Esquerda



Nuno Moreira  
Centro Democrático Social-  
Partido Popular



Luis Almeida  
Partido Social Democrata



## Executivo

Jorge Marques  
**Presidente**



**Pelouros:** Administração e Recursos Humanos, Espaço Público e Equipamentos, Educação, Higiene Urbana e Espaços verdes, Segurança e Proteção Civil, Habitação, Comunicação  
**Atendimento:** sempre disponível mediante marcação prévia



Hugo Lobo  
**Tesoureiro**



**Pelouros:** Finanças, Economia  
**Atendimento:** sempre disponível mediante marcação prévia



Marina Figueiredo  
**Secretária**



**Pelouros:** Ação Social, Cultura, Desporto e coletividades, Saúde  
**Atendimento:** sempre disponível mediante marcação prévia



Susana Neves  
**Vogal**



**Pelouros:** Economia local e empreendedorismo, Juventude, Igualdade  
**Atendimento:** sempre disponível mediante marcação prévia



Diogo Malhado  
**Vogal**



**Pelouros:** Transportes, Ambiente, Inovação  
**Atendimento:** sempre disponível mediante marcação prévia



## Mais e melhor transporte público para a Ajuda

Ajudenses,

O ano de 2019 começou, para população da Ajuda, com uma excelente notícia: a inauguração da nova Carreira de Bairro. Este novo transporte reforça a qualidade do serviço público, a que todos temos direito, mas que nem sempre está disponível.

A nova Carreira, designada 76B, além de possibilitar o reforço de transportes públicos em grande parte da Freguesia, permite a chegada de transporte público a locais onde, até agora, não existiam, como era o caso da zona envolvente da Rua do Cruzeiro.

Esta boa notícia é o corolário das várias melhorias que foram acontecendo ao longo de 2018. Melhorias na qualidade de serviço, traduzidas no aumento do número de passagens nas carreiras existentes e no alargamento dos horários:

O horário do célebre elétrico 18 foi alargado ao sábado à tarde;

O serviço das carreiras 723 e 729 foi melhorado aos sábados;

Todas as viagens da carreira 723, aos sábados, agora circulam via Pólo Universitário da Ajuda;

A carreira 760 passou a dispor de serviço noturno;

As carreiras 742 e 760 passaram a efetuar a paragem no Largo do Calvário e deixam de fazer paragem na Rua Alcântara e Largo Fontainhas.

A carreira 732 passou a circular aos sábados até 20h45 e aos domingos e feriados das 7h30 às 20h45.

Tem sido um trabalho árduo e constante desenvolvido, sempre com um grande espírito de colaboração, entre a Junta de Freguesia da Ajuda, a CML e a Carris. Foi um processo muito participado e em que as propostas foram sofrendo melhorias e afinações, até às soluções finais. É certo que ainda muito falta fazer e estes bons resultados servem, apenas, de incentivo para continuar.

Esse trabalho já está em curso e, parcialmente, plasmado no Plano de Mobilidade para a Zona Ocidental, aprovado pela Câmara Municipal de Lisboa, em Dezembro do ano passado. Com o reforço de novos autocarros e com a contratação de mais motoristas, a oferta aos fins-de-semana e noite será reforçada, consolidando, assim uma resposta integral de oferta de mobilidade. Realce, também, para a linha dedicada de transportes públicos, que passará pela zona alta da Freguesia da Ajuda ligando o hospital São Francisco Xavier ao Cemitério da Ajuda, e este a Alcântara. Grande destaque, também, para o Plano que trará o Metro para a Zona Ocidental de Lisboa, solução que beneficiará profundamente os cerca de 50.000 habitantes deste território.

Sabemos bem que não é fácil, que muitas dificuldades se levantam e que estamos a recuperar de muitas décadas de retrocessos. Mas é por esse motivo que estamos ao lado de quem está a trabalhar, de quem está a preparar o futuro e de quem já deu provas de ser capaz de o fazer.



**Jorge Marques**  
Presidente da Junta  
de Freguesia da Ajuda

## Contactos

### Junta de Freguesia da Ajuda

Calçada da Ajuda, nº 236  
1300-012 Lisboa

**T:** 213 616 110 **F:** 213 616 111

**E:** Geral@jf-ajuda.pt

www.jf-ajuda.pt

### Horários

#### Serviços Administrativos

Segunda a Sexta das 9h às 18h

#### Espaço Lúdico Açucenas

Segunda a Sexta das 14h às 18h

#### Universidade Sénior da Ajuda

Segunda a Sexta das 9h às 16h

#### Polidesportivo Eduardo Bairrada

todos os dias da semana

(sujeito a marcação prévia) das 9h às 24h

#### Mercado da Ajuda

Terça a Sábado das 8h às 14h

#### Posto de limpeza

Segunda a Sexta das 9h às 15h

### Ficha técnica

**Coordenação:** Hugo Lobo

**Textos:** Jorge Marques

**Colaboração:** Cristina Abreu

**Tiragem:** 9500 exemplares

**Depósito Legal:** 84296/94



## Projeto Radar Ajuda é freguesia piloto no acompanhamento de idosos

O Projeto Radar já está em curso. De acordo com Carla Azeitona, assistente social da Junta de Freguesia da Ajuda, “nesta primeira fase o objetivo é fazer um levantamento das pessoas com 65 ou mais anos que vivam sozinhas ou com alguém da mesma idade”. Esse trabalho está a ser feito, no terreno, por jovens formados pela SCML e devidamente identificados. Carla Azeitona, assegura que “já estão identificados muitos casos que, numa fase posterior, precisarão de acompanhamento institucional”. O Projeto Radar é um trabalho, em rede, com a participação de várias entidades como a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, a Câmara Municipal de Lisboa, o Instituto de Segurança Social, a Administração Regional de Saúde e Vale do Tejo e a Polícia de Segurança Pública. Tendo como lema “Falar, escutar, cuidar”, este projeto conta também com a participação individual de cada cidadão, que poderá comunicar, à Junta de Freguesia da Ajuda, situações problemáticas que sejam do seu conhecimento.



# Ajuda na Redemprega

Dia 29 de Novembro, o presidente da Junta de Freguesia da Ajuda, Jorge Marques, formalizou a adesão da JFA à REDEMPREGA.

Assim, como parceira desta Rede, a Ajuda e os Ajudenses vão poder beneficiar de todas potencialidades que a REDEMPREGA oferece para aumentar a empregabilidade e facilitar o acesso ao mercado de trabalho.

De acordo com Rute Moreira, técnica da JFA, “com esta parceria os Ajudenses passarão a ter acesso às várias ferramentas que a Rede possui ao nível da oferta de emprego e nas ações de formação”.

## CASAjuda Junta de Freguesia lança gabinete de apoio à habitação

A Junta de Freguesia da Ajuda criou um gabinete de apoio, CASAjuda, com o objetivo de ajudar a encontrar soluções práticas para problemas concretos relacionados com a habitação.

O programa CASAjuda assenta nas seguintes linhas fortes de ação:

- Acompanhamento e apoio no acesso aos programas Municipais e Estatais de habitação;
- Análise conjunta de situações graves por técnicos das várias entidades parceiras em reuniões regulares: JFA; CML; SCML; CPCJ; PSP;
- Sensibilização da população para os direitos e deveres de inquilinos,

senhorios e proprietários;

- Aconselhamento Jurídico nas instalações da JFA;
- Fornecimento de Mediação de Conflitos para a área da habitação;
- Criação de um Banco de Habitações de baixo custo na Freguesia.

O gabinete de apoio CASAjuda procurará parceiros nesta área com o objetivo de criar uma rede articulada capaz de garantir um apoio eficaz.





# LISBONWEEK

## na Ajuda

Vai ser um dos grandes acontecimentos do ano na Ajuda e na cidade de Lisboa.

A 5ª edição da LisbonWeek começa dia 26 de outubro. A edição deste ano vai dar a conhecer a freguesia da Ajuda, até 2 de novembro.

Criada em 2012, a LisbonWeek dá a conhecer o património e os espaços únicos das freguesias. Visitas, exposições e atividades no espaço público, pretendem proporcionar a todos os públicos novos olhares sobre os territórios de Lisboa e projetar a cidade como capital plural, explorando as singularidades de cada freguesia, em estreita ligação com as comunidades.

Em edições anteriores, o evento organizou em Alvalade uma exposição dedicada a Porfírio Pardal Monteiro - "Arquiteto de Lisboa", levando ao Lumiar, as duas maiores obras de arte urbana da cidade: do artista Pantone e do português Raf. Em Telheiras,

mereceram destaque duas esculturas de Robert Panda.

A apresentação da 5ª edição da LisbonWeek decorreu no dia 1 de Fevereiro.

Na ocasião, Jorge Marques, presidente da Junta de Freguesia da Ajuda, recebeu a vereadora da Cultura da Câmara Municipal de Lisboa, Catarina Vaz Pinto e Xana Nunes, presidente da Actu - Associação Cultural Turística Urbana.

A LisbonWeek é co-organizada pela autarquia e pela Actu, com o apoio da Junta de Freguesia da Ajuda.

Jorge Marques realçou a importância da LisbonWeek que "se tem revelado um dos mais importantes projetos culturais da cidade e que, chegando à Ajuda, se vai juntar a uma série de ofertas culturais já existentes. Esta será também uma oportunidade de valorizar a riqueza cultural e humana da freguesia projectando-a para o exterior da Ajuda", concluiu.

**De 26 de outubro  
a 2 de novembro**

*Uma semana para  
descobrir o melhor  
da Ajuda*

## Circo de Natal Todos ao Circo de Natal

Dia 6 de Dezembro, cumpriu-se aquela que é já uma tradição na Ajuda. Crianças de todas as escolas de Freguesia foram, com a Junta de Freguesia da Ajuda, ao circo. Deste modo, 852 crianças, durante umas horas divertiram-se numa fantástica viagem pelo mundo de fantasia proporcionado pelo Circo.



## Almoço de Reis em grande

O picadeiro da GNR foi, mais uma vez, o ponto de encontro para quase 500 Ajudenses confraternizarem. Este magnífico espaço acolheu o Almoço de Reis, uma organização da Junta de Freguesia da Ajuda, que foi também uma oportunidade para reforçar os laços de vizinhança e de convívio.



## Concurso de Presépios: o triunfo da imaginação

Os presépios a concurso na 3ª edição foram apresentados ao público, no dia 19 de Janeiro, no Mercado da Ajuda. O Concurso de Presépios, também uma homenagem a Agnelo Monteiro, este ano voltou a desafiar os participantes a socorrerem-se da criatividade e materiais reciclados. No total, foram atribuídos prémios no valor de mil euros distribuídos

por várias categorias, repartidas por particulares, instituições e estabelecimentos comerciais. Durante a cerimónia de entrega dos prémios Jorge Marques, presidente da Junta de Freguesia da Ajuda destacou a importância da iniciativa por "valorizar o trabalho manual num tempo dominado pelo digital e por promover a cultura de proteção do ambiente".

# Alô Ajuda. É Natal

A Junta de Freguesia da Ajuda preparou um Natal diferente. O Natal 2018 foi pensado para celebrar o espírito da época com os Ajudenses nas ruas da Freguesia mas, também, para os incentivar a fazer as suas compras no comércio local.



## No mercado

O Mercado da Ajuda recebeu, entre 4 e 9 de Novembro, a Casa do Pai Natal. No espaço circundante foram instaladas bancas com ofertas diversas, da doçaria ao artesanato passando pela venda de produtos regionais. Além disso, a exibição de algumas aves de rapina encantaram, especialmente, as crianças.



## Nas ruas

Uma tenda decorada especialmente para este Natal, foi o centro da ação que percorreu vários pontos da freguesia.

Entre os dias 11 e 15 de Dezembro, sempre entre as 10h00 e as 12h00, decorreu um programa de animação assente na música de Natal e em variados passatempos. Assim, este núcleo de animação foi instalado na Travessa da Verbena, Rua da Aliança Operária, Escadas da Boa-Hora, esquina da Rua Dom Vasco e frente ao Mercado da Ajuda.

A animação contou com a atuação de vários voluntários, como a Escola de Fados ou o Grupo de Cante Alentejano, entre outros.

Entre as atuações, para além dos clássicos de música de Natal, quem passava era desafiado a participar em pequenos jogos e passatempos.

Os momentos foram particularmente apreciados pelas crianças mas, também, por muitos adultos que se divertiram a tentar ganhar prémios como os cabazes de Natal preparados pela Junta de Freguesia da Ajuda.

A interação com quem passava na rua foi a chave do sucesso desta iniciativa que visa, em edições futuras, envolver cada vez mais o comércio local.

## Talento na festa de Natal da USA

Foi no dia 14 de Dezembro que a Universidade Sénior da Ajuda celebrou a sua festa de natal. Alunos e Professores prepararam várias apresentações artísticas, através de músicas e danças, alusivas à época. Os Alunos desfrutaram de uma manhã divertida e inesquecível onde reinou a boa disposição e o espírito natalício.

O Professor de Fotografia, José Morais, e o seu aluno, Fernando Vozone, registaram os vários momentos para a posteridade.



# Cante Alentejano na Igreja da Memória

A missa das 18 horas, do dia 15 de Dezembro, celebrada na Igreja da Memória foi muito especial. O Grupo de Cante Alentejano da Junta de Freguesia da Ajuda interpretou os cânticos da cerimónia religiosa.

A combinação da sonoridade única do Cante Alentejano com o cenário deslumbrante proporcionado pela Igreja da Memória, tornaram aquele final de tarde num magnífico e surpreendente evento.



# Janeiras na Junta



A sede da Junta de Freguesia da Ajuda recebeu o grupo "Grafonola" que interpretou várias canções, com destaque para as Janeiras. O espaço tornou-se pequeno já que a afluência de Ajudenses excedeu todas as expectativas. Atraídos pela qualidade do grupo "Grafonola" os muitos espectadores aplaudiram e participaram neste evento que recupera uma das maiores tradições portuguesas, cantar as Janeiras.



## Teatro regressa à Ajuda

*O teatro comunitário regressou à Sociedade Apolo pela mão da Cusca-Cultura e Comunidade. Em cena a peça "A Última Ceia", que aborda a natureza humana em situações extremas como a fome.*

*A representação mais recente decorreu no dia 8 de fevereiro coroadando de êxito o trabalho da produtora do espetáculo, Cusca-Cultura e Comunidade. Esta produtora pretende tornar a Arte acessível a todos. Para tal, tem vindo a dinamizar na freguesia da Ajuda workshops regulares, roteiros fotográficos e peças da autoria de uma companhia de teatro comunitária. A Última Ceia é uma ideia original de João Custódio, encenada por Catarina Aidos. O elenco é formado por Antoaneta Ro, Débora Paulino, Fábila Antunes, Fábio Mil-Homens, Hugo Vaz, Margarita Sharapova, Rosário Palhavã, Susana Lin e Teresa Caeiro.*



# Belenenses no Mercado da Ajuda

O Mercado d'Ajuda recebeu de 9 a 16 de Fevereiro a exposição itinerante dos cem anos do Belenenses. A exposição faz uma viagem pela história centenária deste clube histórico de Portugal e como referiu Óscar Rodrigues, vice-presidente do clube, "tem na Ajuda grande parte da sua alma e da sua História. Por exemplo, o Campo das Salésias foi o primeiro, no país, a receber jogos internacionais". Além da História do Clube,

recordada através de registos fotográficos e recortes da imprensa da época, são também exibidos artefatos valiosos, como taças conquistadas ou, mesmo, as botas de futebol usadas pelo lendário Matateu. A exposição Belenenses Centenário – Mostra da História do Clube de Futebol "Os Belenenses" está a fazer um circuito nacional e o Mercado d'Ajuda foi o terceiro ponto de exibição.

## Ajuda assina protocolo para formação de equipa de Futebol de 7

A Junta de Freguesia da Ajuda assinou, no dia 21 de Dezembro, um protocolo com a Football Evolution com o objetivo de formar uma equipa de futebol de 7 que treinará e jogará no Campo das Salésias. Esta iniciativa insere-se no plano de atividades da Academia da Juventude da Ajuda. Com este protocolo os jovens Ajudenses, mesmo que não tenham recursos financeiros, poderão evoluir desportivamente. Além disso, a atividade desportiva é complementada com um componente social e educativa. A Football Evolution, é liderada por Fernando Pio, antigo futebolista profissional de "Os Belenenses".



## Junta assina protocolo com Instituto de Neuropsicologia

A Junta de Freguesia da Ajuda assinou um protocolo com o Instituto de Neuropsicologia de Lisboa. Deste modo, uma equipa

de neuropsicólogos fará um levantamento, nas escolas da Ajuda, dos jovens que necessitam de apoio para ultrapassar dificuldades de aprendizagem e não tenham meios económicos para o fazer. Numa fase posterior, será dado apoio aos jovens que não tenham recursos financeiros para aceder a essas ferramentas. Bilvana Ivanova, do Instituto de Neuropsicologia de Lisboa, destaca o facto de "o trabalho de diagnóstico e terapêutica ser feito em conjunto pelo Instituto, Escolas e Pais, através de planos personalizados".





## Largo do Rio Seco vai ser requalificado

Foi apresentado, no dia 7 de Fevereiro, o projeto de requalificação do Largo do Rio Seco.

A sessão decorreu no salão do Sporting Clube do Rio Seco e contou com a presença dos técnicos do projeto e dos presidentes das Juntas da Ajuda e de Alcântara, Jorge Marques e Davide Amado, respetivamente.

Trata-se de uma intervenção em espaço público no âmbito do programa "Uma praça em cada bairro" a executar em mais de oito mil metros quadrados. Além da requalificação do largo, a intervenção estende-se ao espaço envolvente, em particular às ruas do Rio Seco, Eduardo Bairrada, D. João de Castro e Silva Porto. Estacionamento, espaços verdes e segurança pedonal, são algumas das linhas fortes do projeto que irá mudar a face do Rio Seco.



## Pintura de passadeiras para uma segurança reforçada

Terminou, no dia 11 de Janeiro, mais uma fase do programa de pintura de passadeiras. Assim, nesses 3 dias, foram pintadas 24 passadeiras em várias ruas da Freguesia.

## Edifício "Eduardo Bairrada" em recuperação

Já se iniciaram as obras de intervenção para a recuperação do edifício conhecido por "Eduardo Bairrada".

De acordo com o projeto da GEBALIS, entidade responsável pela gestão do imóvel, pretende-se "devolver aos edifícios as necessárias condições de habitabilidade e/ou reposição das adequadas condições de funcionamento das partes constituintes dos edifícios: melhoria das condições de segurança, salubridade e higiene; da acessibilidade, mobilidade e conforto; da imagem da área de intervenção; criação de espaços que promovam uma boa relação entre a comunidade; contribuição para a qualidade de vida da população e incremento da segurança pública".



## Calçada do Galvão repavimentada

Foi com grande satisfação que os milhares de automobilistas que utilizam a Calçada do Galvão viram concluídas, de uma forma célere e eficaz, as obras de repavimentação

daquela movimentada artéria. Nas redes sociais multiplicaram-se os comentários saudando esta obra que se mostrava cada vez mais urgente.

# Wrestling Internacional na Ajuda

Quem no dia 19 de Janeiro, naquele final de tarde de sábado, entrou no Mercado da Ajuda, teve uma enorme surpresa. Em poucas horas, o recinto de Mercado transformou-se numa espetacular arena desportiva.

No centro, um ringue bem concebido dominava o cenário. À sua volta muitas dezenas de cadeiras formavam a plateia, que rapidamente esgotou.

Atrás, onde habitualmente se ouvem os pregões anunciando roupa barata, ecoavam músicas ritmadas para anunciar a entrada de lutadores de Wrestling, mascarados com imaginação para construir os mais diversos personagens.

O ambiente estava fantástico, divertido e descontraído. E a expectativa era muita. Afinal não é comum um Mercado receber um evento desta natureza e ainda por cima, com participações internacionais.

A organização esteve a cargo do CTW, Centro de Treinos de Wrestling, que habitualmente tem o seu quartel general instalado na Academia da Ajuda.

Diga-se que o CTW é a única entidade em Portugal, organizada para produzir estes tipo de espetáculo que arrasta milhões de adeptos em todo o Mundo.

Não admira, pois, que o espetáculo do Mercado tenha atraído espetadores de várias zonas do país. O prestígio do CTW da Ajuda vai-se consolidando em crescendo, sendo já uma referência noutros



pontos do globo, como Extremo-Oriente ou Grã-Bretanha.

Nessa tarde, os combates sucederam-se a um ritmo alucinante arrancando aplausos e gargalhadas a um público frenético.

Porque sendo uma luta, o Wrestling é sobretudo um espetáculo performativo, onde lutadores (e lutadoras) executam coreografias, muitas vezes acrobáticas, seguindo guiões e dando vida a personagens que tanto podem ser o "Red Eagle", um Bebé Chorão ou uma heroína a fazer lembrar a Super-Mulher.

Porque atrás de uma aparente violência, outros valores se levantam: quem fale com elementos do CTW, certamente ouvirá histórias de ações com crianças com autismo ou vítimas de bullying.

O Wrestling é mais do que um desporto, é mais do que um espetáculo. Isso ficou provado naquele sábado e pode ser comprovado através das colaborações que o CTW mantém com a Academia da Juventude da Junta de Freguesia da Ajuda.

**FEIRA LIVRE**  
Agora em cada  
4º domingo  
do mês

*Realizaram-se as 2ª e 3ª edições da Feira Livre que assentou arraiais na esplanada junto às escadas da Travessa da Boa Hora. A partir de agora, a Feira Livre passa a realizar-se em cada 4º domingo do mês. Com esta iniciativa, a Junta de Freguesia da Ajuda, pretende que os Ajudenses possam vender e comprar variados artigos que, deste modo, passam a ter uma nova vida. Nas edições já realizadas, durante todo o dia, muitas bancas ofereceram autênticas pechinchas. Podiam ser encontrados livros e discos antigos, brinquedos e muitos produtos vintage expostos com o espírito de uma "venda de garagem". Para além disso, quem visitou a Feira Livre pode apreciar petiscos diversos e assistir a várias animações, com destaque para as atuações de grupos musicais.*



# Desfile de Carnaval

## Cor e alegria nas ruas da Ajuda



O desfile de Carnaval 2019 inundou a Ajuda de cor e alegria. Cerca de 700 participantes, maioritariamente crianças, concentraram-se no início da tarde do dia 28 de fevereiro junto à Torre do Galo. Após apresentação dos vários trajes e máscaras, foi feita a votação para a atribuição do Xéxé, o tradicional símbolo que premeia o vencedor.

Este ano, a Escola Professor Manuel Sérgio foi a vencedora. Após a concentração, e seguindo um carro de som da Junta de Freguesia da Ajuda, o desfile seguiu em direção à Boa-Hora, passando pela Rua Dom Vasco, Rua Bica do Marquês e Calçada da Ajuda. Durante o trajeto a alegria e colorido das fantasias contagiaram todos os Ajudenses que acompanharam mais esta grande manifestação de vitalidade da nossa freguesia.





# Os novos comerciantes da Ajuda

## Pastelaria Jonubel

Largo da Ajuda, 33



## Duarte Lopes

### Há quanto está aqui?

A casa já estava aberta há mais de 50 anos mas com esta nova gerência está a funcionar há 3 meses.

### Porque veio para a Ajuda?

A minha mulher é da Ajuda. Ela gostava muito do espaço e então decidimos avançar.

### E o negócio, corre bem?

Sim, está a correr bem. Temos muita gente da Ajuda mas também pessoas que visitam o Palácio. Esperamos que no Verão o movimento aumente. A nossa especialidades são sopas. Principalmente a Sopa da Pedra.

## Flávio Balegas

### Há quanto tempo abriu o seu estabelecimento?

Faz um ano, dia 5 de Março.

### Porque é que se instalou na Ajuda?

Nós nascemos aqui, no Casalinho da Ajuda. Tínhamos este sonho de abrir aqui um estabelecimento. Já tínhamos um e estamos a preparar-nos para abrir outro.

### E o negócio, está a correr bem?

Muito bem. Servimos muitas refeições para fora (os funcionários da Fundação LIGA vem cá muitas vezes); temos algumas especialidades como a Massada de Peixe, que muitos dizem ser a melhor. Temos também Cozido à Portuguesa e fabrico próprio de pastelaria.



## Restaurante/Pastelaria O Corvo

Rua do Sítio ao Casalinho da Ajuda, 29 A

## Restaurante Senhora do Carmo

Rua do Mirador, 42



## Berta Nogueira

### Há quanto tempo abriu as portas?

Há 2 meses.  
**Porque escolheu a Ajuda?**  
Quando procurava um espaço, este agradou-me muito. Além disso, achei a rua muito pitoresca.

### O negócio está a correr bem?

Está em fase de crescimento. A nossa clientela é da Ajuda mas também começam a aparecer turistas que gostam muito da fusão que fazemos entre a gastronomia tradicional e contemporânea. Recomendo o nosso bacalhau à lagareiro, mas confitado.



# Chakall no Mercado D' Ajuda

O chef argentino Chakall animou uma manhã de sábado no Mercado da Ajuda.

No dia 23 de fevereiro, Chakall acompanhado por Tâmara Castelo, especialista em nutrição, fez uma apresentação de receitas para uma alimentação saudável.

O casal, no palco e na vida real, recorrendo a uma permanente boa disposição, cativou míudos e graúdos que, depois da apresentação, foram desafiados

a confeccionar as receitas em pequenas bancadas instaladas para o efeito.

O Mercado da Ajuda recebeu, assim, a primeira de várias iniciativas promovidas pela Câmara Municipal de Lisboa destinadas a incentivar os jovens a optar por uma alimentação saudável. Estas ações decorrem no âmbito das Olisipiadas que, este ano, têm como lema "Olisipiadas e uma boa alimentação fazem de ti um campeão!".

## Fundação Sporting na Ajuda

A Junta de Freguesia da Ajuda estabeleceu uma parceria com a Fundação Sporting.

Assim, nos próximos dias, a Fundação Sporting vai manter, durante três anos, três técnicos na Escola Homero Serpa.

Deste modo, as crianças da Ajuda serão beneficiadas com acompanhamento especializado, com o objetivo de promover uma adequada inclusão social e consequente valorização pessoal.

Esta ação da Fundação Sporting insere-se no programa "Escolhas - 7ª geração" desenvolvido pelo Alto Comissariado para os Migrações.

O Programa Escolhas visa a mobilização das comunidades locais para projectos de igualdade de oportunidades dirigidos a crianças e jovens oriundos de contextos socioeconómicos mais vulneráveis, particularmente aos descendentes de imigrantes e a minorias étnicas.



## Uma flor no Dia da Mulher

No Dia da Mulher, 8 de março, Jorge Marques, presidente da Junta de Freguesia da Ajuda, acompanhado por outros elementos do executivo, percorreu vários pontos da freguesia para homenagear as mulheres ajudenses. Assim, como já é tradição, foi oferecida um flor como sinal de reconhecimento e admiração pelas mulheres da Ajuda.

**ENTRADA LIVRE**



**DEOLINDA  
DE JESUS**

**19h30**

**ABERTURA DAS PORTAS**

**20h30**

**ELENCO DA ESCOLA  
DE FADOS DA JUNTA  
DE FREGUESIA DA AJUDA**

**JOSÉ MARIA DA FONSECA**

(Guitarra portuguesa)

**CARLOS FONSECA** (Viola-de-fado)

**JÚLIO GARCIA** (Viola baixo)

**TÓ MARINHEIRO** Apresentação

**21h30**

**MAGNA TUNA  
APOCALISCPIANA  
E CONVIDADOS**

**22h00**

**MIGUEL CAMÕES  
FILIPA CARVALHO  
JOÃO PAULO  
SÓNIA SANTOS**

(INTERVALO)

**LINO MANUEL  
CARLA ARRUDA  
LUÍS ALMADA  
DEOLINDA DE JESUS**

**MÚCIO SÁ** (Guitarra portuguesa)

**CARLOS FONSECA** (Viola-de-fado)

**MIGUEL SILVA** (Viola baixo)

**JOAQUIM CALÇADAS** Apresentação

**Reservas para jantar**

**938 362 288**

**Estacionamento**

**gratuito**

# 4ª Edição dos Fados no Mercado d'Ajuda

**16 Março 2019**

**MIGUEL  
CAMÕES**



**FILIPA  
CARVALHO**



**JOÃO  
PAULO**



**SÓNIA  
SANTOS**



**LINO  
MANUEL**



**CARLA  
ARRUDA**



**LUÍS  
ALMADA**



**JOSÉ MARIA  
DA FONSECA**



**CARLOS  
FONSECA**



**JÚLIO  
GARCIA**



**MÚCIO SÁ**



**MIGUEL  
SILVA**



Junta de Freguesia da Ajuda  
Calçada da Ajuda, 236  
1300-012 Lisboa

T: 213 616 110 F: 213 616 111  
E: Geral@jf-ajuda.pt  
www.jf-ajuda.pt

Mercado da Ajuda  
Travessa da Boa-Hora à Ajuda  
1300-278 Lisboa

**Ajuda**  
Junta de freguesia