

**António
Bolrão
Seguros**
SOC. MEDIAÇÃO, UNIP. LDA

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - Nº 3- TRIMESTRAL


TERRAS DE SOL
NOTÍCIAS

Fundador e Diretor: João Alberto Catalão | Editora Executiva: Ana Teresa Garcia Perloiro


ALMERINDA
- O QUEIJO D'ANTIGAMENTE -



VIVER E INVESTIR

NA MARGEM ESQUERDA DO GUADIANA

Pág. 21



**Casa da Divina Providência
e Maria Auxiliadora**

PÁG. 10



**O REI DAS IMPERIAIS!
Hélder Pera**

PÁG. 04



**Ana Arrebentinha
Comediante**

PÁG. 18



João dos Bigodes

PÁG. 09



EMPREENDER E COOPERAR
Manuel Bio

PÁG. 06



CONTRABANDISTAS
João Diniz

PÁG. 11



ESTAMOS CÁ POR UM BEM MAIOR

Não há melhor retorno que o investimento feito nas pessoas e no ambiente. Por isso, aplicamos o nosso dinheiro na proximidade, na interajuda, no desenvolvimento social e na sustentabilidade.

Acreditamos que não é o dinheiro que faz girar o mundo, mas sim o bem que se pode fazer com ele.

Alcáçovas, Amareleja, Cuba, Moura, Pias,
Serpa, Sobral da Adiça, Viana do Alentejo,
Vidigueira, Vila Nova da Baronia, Vila Nova de
São Bento, Vila Verde de Ficalho



CA
Crédito Agrícola
Guadiana Interior



PECADO CAPITAL!

Por: João Catalão
(Diretor)

jcatalao@terrasdesol.pt

Um sujeito estava a trabalhar quando viu um alentejano deitado numa rede sem fazer nada.
Dirigindo-se a ele disse-lhe:
- Sabia que a preguiça é um dos sete Pecados Capitais?
Ao que o compadre respondeu:
- Sei, sim... E a inveja também!

Decidi dedicar este Editorial ao tema da INVEJA, por várias razões.

Ao longo dos 50 anos de vida profissional, sempre tive muito apreço por alentejanos. Inclusive, sempre que precisei

de recrutar alguém, os alentejanos e os transmontanos estavam logo em vantagem no processo de seleção.
De facto, essas foram sempre escolhas que correram bem. Educados e fiéis, acima de tudo. Estou-lhes grato. Esse terá sido, decerto, um dos motivos pelos quais decidi dedicar o resto da minha vida a este projeto de partilha, que é o Jornal Terras de Sol, mas também a viver e a investir no Alentejo. Assim será. Haja saúde...

Como diz o provérbio: "Boa árvore não dá fruto ruim."

Então o que tem isto a ver com a inveja?
Após um ano de vivências e de muitas e boas descobertas por estas Freguesias, tenho sentido muito carinho do povo pelo jornal e pela nossa forma de ser e estar, sem complexos, sem distâncias, sem motivos para arrependimento. Apenas e só me preocupa o facto de ainda existirem por aí algumas (pocas) personagens que contrariam as qualidades genuínas do bom povo alentejano, revelando mesquinhez, maledicência e a malvada inveja por tudo o que mexe e faz acontecer...

Perante isso, só uma atitude todos podemos ter: ignorá-los, fazendo-os sentirem-se desconfortáveis, evitando assim um perigoso e nada saudável contágio.

Do nosso lado, continuaremos a dar eco ao que de bom por aqui existe. Sejam gratos pelo que temos e valorizemos o privilégio de estarmos vivos e de podermos usufruir de uma sã convivência.

"No Alentejo o amor é um refrão que traz à tona a alma inteira" (autor desconhecido)

AMARELEJA
Farmácia
285 982 130

SANTO ALEIXO Rest.
Posto Farmacêutico
285 965 318

farmaciaavelli@gmail.com

CAMPANHA DE VACINAÇÃO SAZONAL

Gripe / Covid 19
Outono-inverno 2024/2025

Se tem entre 60 e 84 anos, visite-nos e administre a sua vacina.
É gratuito e rápido.

A vacinação é essencial para manter a imunidade e reforçá-la.
A vacinação tem o objetivo de reduzir o risco de doenças graves, hospitalizações e morte por infeção.



ESPLANADA MERCEDES

No final de setembro, a C.M. Moura e a Junta de Freguesia de Amareleja apresentaram à população o projeto de requalificação do espaço ocupado pela antiga fábrica da Amareleja e Esplanada Mercedes.

Pretende-se devolver à população um espaço que tanto representa para a memória coletiva, e que este se assuma como um espaço central da freguesia, promovendo o convívio e lazer, capaz de promover novos hábitos de usufruto e apropriação local.

A antiga fábrica Mercedes e fábrica de Moagem é um imóvel com importante valor simbólico para muitos Amarelejenses, por ter sido local onde se produziu a primeira energia elétrica, que abastecia a fábrica, algumas sociedades e casas de Amareleja. "Ir ali ao cinema e a festas era um ponto alto na nossa mocidade", referiu uma senhora que hoje tem 84 anos.

HÉLDER PERA – O REI DAS IMPERIAIS !



Os olhos brilham-lhe intensamente quando nos recebe e nos oferece uma imperial:
"Às vezes saem tão tem que até tenho pena de as vender" – afirma Hélder Pera a sorrir.

QUEIJARIA ALMERINDA NA AMARELEJA

20 ANOS A PRODUIR O QUEIJO D'ANTIGAMENTE!



Faz 20 anos que a Almerinda começou a produzir queijo, ainda em casa.

O sucesso foi tanto que, passados 4 anos passou para as instalações onde hoje 8 profissionais – **Almerinda, Marieta, Eliana, Dina, Vanessa, Isa, Bernardo e Francisco** – produzem 3000 queijos por dia, das 5h da manhã às 6h da tarde.

"E são poucos para as encomendas que temos!", refere Bernardo Lopes, filho da Almerinda licenciado em Gestão, responsável pela Gestão, Marketing e Vendas.

"Produzimos, apenas queijo com leite de cabra fresco e curado, com e sem orégãos".

Continente, Auchan e Lidl, a par de várias lojas do comércio local, são quem faz chegar estes queijos da Amareleja a consumidores de todo o país!

"Temos Certificação HACCP, participamos em campanhas das lojas, produzimos cabazes de Natal

em parceria com produtores de mel e estamos a criar condições para crescer em quantidade, mantendo a qualidade, oferecendo novos formatos e embalagens e aumentando o número de postos de trabalho.

Era ótimo existirem aqui mais produtores de leite e de queijo para nos unirmos e certificarmos o nosso queijo como D.O.P. (Denominação de Origem Protegida). Uma certificação que identifica um produto cujas características se devem, essencialmente, ao meio geográfico específico, em que se insere" – conclui Bernardo Lopes.



Proprietário da Cervejaria Pera, nome que vem desde 1958 quando o pai Joaquim Pereira Grosso ("Pera" de alcunha), abriu o estabelecimento. Hélder transpira energia e paixão por bem servir, qualidades que lhe vêm desde tenra idade, por desde muito novo ter ganho este prazer.

Aficionado prático por touradas, benfiquista ferrenho, avô babado pela neta Teresinha, sente imenso orgulho do filho Pedro lhe seguir as pisadas e da sua mulher Jacinta, empresária de mão cheia, o apoiar no negócio. A Cervejaria tem um bom cardápio de petiscos, sendo a qualidade das imperiais o ponto alto da casa. Hélder Pera orgulha-se de ver reconhecida essa realidade pelo testemunho de muitos clientes, tanto de Portugal, como de Espanha.

Hélder também se dedica à agricultura, cuidando do olival que possui. Gosta de caça e durante a pandemia descobriu uma nova paixão: pintar! Pintou 13 quadros nesse período expondo alguns na Cervejaria. Toca viola para os amigos e sente imenso prazer em organizar o jantar semanal com amigos desde há 25 anos! A Cervejaria situa-se junto à Capela de Santo António na Amareleja, e tem salas para tertúlias.





PASSEIO NOTURNO



“Pelos campos de Salúquia”

Na noite de 30 de Agosto, pelas 21.00 horas, partiram os interessados, junto à sede da Junta de Freguesia de Póvoa de S. Miguel, para mais uma aventura pela noite dentro, por campos fora, até ao parque de merendas, na proximidade da aldeia da Estrela.

O grupo, constituído por cerca de cinquenta pessoas, percorreu 8,5 kms em três horas, com visitas e interpretação de vários patrimónios culturais, nomeadamente, curral do concelho,

antigo lagar, telheiro e anta (parcialmente destruída).

Do passeio fez parte também um programa de observação das estrelas, com duas sessões: Trincaços e Parque de Merendas.

O percurso, organizado pela CMM em parceria com a JF, foi interpretado pelos voluntários Dinis Cortes (médico) e António Montez (autarca). Dado o enorme interesse pelo público, em colaboração com a C. M. de Moura, a Junta prevê outro percurso dentro da área da freguesia e zonas limítrofes.



MOTO CLUBE “OS AMIGOS DA COITADA”

A Póvoa de S. Miguel possui uma longa tradição na dinamização de iniciativas para os apaixonados pelos veículos de duas rodas.

Fundado em 2019, com Sede na Póvoa de S. Miguel, este Moto Clube atualmente con-

ta com 63 sócios, tendo como propósito reunir amantes das motorizadas, organizando iniciativas e passeios pela região, destinados a promover a partilha e o divertimento.

Acompanhe-os no Facebook!

FESTAS EM HONRA DE SÃO MIGUEL

As festividades de verão nas Freguesias do nosso Concelho, encerraram com chave de ouro na Póvoa com as Festas em Honra de São Miguel (Arcanjo), tendo este ano decorrido de 27 a 30 de Setembro.

Tal como nas outras Freguesias, foi possível testemunhar o magnífico trabalho da Comissão de Festas, a grande adesão e participação não só dos habitantes da Póvoa e da Estrela, como de outros filhos e amigos da terra que vivem fora e ainda de gente proveniente das Freguesias da região.

As Festas nas Freguesias são, realmente, momentos de elevada importância para celebrar, unir e partilhar!

No caso da Póvoa de São Miguel destacou-se a qualidade da Corrida de Touros e a grande participação do povo na Procissão em honra de São Miguel, acompanhada pela Banda da S.F.U.M.A..





MANUEL BIO

EMPREENDER E COOPERAR SEM PERDER AS RAÍZES

Nasceu em 1967 na Póvoa de S. Miguel e entrou para a Escola em 74. Na época da reforma agrária viu muitos colegas a deixarem os estudos. Ele fez o secundário em Setúbal e depois a Licenciatura em Economia na Nova, afirmando nunca ter perdido as raízes, abandonando a agricultura e os amigos na nossa região.

O que o levou a investir nesta região?

As propriedades que tinha e o facto de a Cooperativa Agrícola da Granja estar numa situação difícil. Os meus pais tinham falecido, e o facto de sermos Associados da Cooperativa, motivou-me a ajudá-los a vender o vinho para poderem pagar as uvas aos associados. Como tinha acabado de sair do Jerónimo Martins e o meu primeiro emprego tinha sido na Procter & Gamble, tenho relação muito próxima com o comércio e as grandes cadeias. Vi que o problema não era só de vendas, mas de gestão, mentalidade, processos, ... e fui ficando cada vez mais presente e próximo da Cooperativa.

Em 2007, quando dei por mim, era Presidente da Cooperativa e essa foi a primeira razão para investir mais na região. Foram anos difíceis porque a CCA fez um processo quase de penhora à Cooperativa. Conversámos para encontrar outra solução para as uvas da região. Acordámos que o Grupo Abegoaria compraria todos os wi-

nhos da Cooperativa e assim eles ajudavam a Cooperativa, e a mim. Foi o 1º passo para hoje o Grupo Abegoaria ser um projeto de referência nacional na produção e comercialização de vinhos.

Como funciona o Grupo Abegoaria?

Temos projetos agrícolas e agroindustriais de norte a sul, na tentativa de reforçar o cooperativismo, o trabalho conjunto e em rede, para sermos mais eficientes e produtivos, alavancando projetos para o exterior.



Sozinhos somos todos demasiado pequenos! Participamos na direção e gestão de várias Cooperativas. Também fazemos projetos privados através do arrendamento de propriedades, como é o caso do Tejo, na Quinta Vale de Fornos, ou das Caves Vidigal, a nossa empresa de exportação que vende 90% do que produzimos na região de Lisboa. O nosso vinho tinto que mais vende é o Porta 6 da região de Lisboa, produzido numa adega nas Caldas da Rainha e embalado nas Caves Vidigal em Leiria.

O que pensa da região do Guadiana Interior?

A margem esquerda do Guadiana tem um potencial incrível, apesar de ser muito penalizada por decisões do passado sobre a localização das áreas de rega do Alqueva.

Os Concelhos de Moura, Mourão, Barrancos e Mértola, apesar de banhados pelo Alqueva são, claramente, os Concelhos que menos tiram partido desse grande lago, o que foi uma grande injustiça, mostrando que o país não tem gente com cabeça e que pense o território.

Temos políticos de vários quadrantes, na maioria fracos, sem grande capacidade de liderança e de fazer acontecer. Isso é o que mais me preocupa.

Os valores estão cá, a nossa gente é aguerrida e, quando bem levada, trabalha e entrega.

Temos um território com um mosaico impressionante! **Somos a região mais bem conservada em termos da paisagem de Portugal de há 200 ou 300 anos. Isso vale muito dinheiro, é uma riqueza.**

Temos de nos focar num turismo de qualidade, sem ser para massas, mas para pessoas que procuram cultura, história, dispostas a pagar e contribuir para que essa riqueza não se perca.

Em que é preciso apostar no Guadiana Interior?

Temos de convencer o Estado a criar aqui condições e não a dar subsídios.

Não precisamos de ser subsidiados, queremos receber por um serviço que prestamos em termos de ecossistema. É o caso da Rede Natura e das GPE's. Alguém tem de pagar para nós mantermos esse ecossistema, porque ao lado ninguém o está a fazer, mas estão a tirar benefícios e a criar riqueza para si próprios.

Depois devemos alavancar isso com adicionais de agricultura, azeite e vinho de qualidade, carne produzida em regime extensivo e uma rede turística com gastronomia, vinho, azeite, mosaico e biodiversidade. Se fizermos isso, vamos ter uma zona extremamente rica.

Temos de exigir que o Estado crie boas escolas, hospitais, vias de comunicação e lugares para que os mais velhos possam envelhecer aqui, perto dos seus.

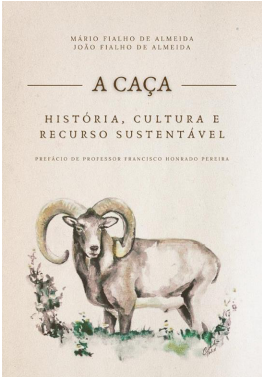
Tudo para que as gentes desta terra aqui possam ficar e atrair mais massa cinzenta.





NOVO LIVRO

A CAÇA
HISTÓRIA, CULTURA E RECURSO SUSTENTÁVEL



Autores:
Mário Fialho de Almeida
e João Fialho de Almeida

Lançamento:
12 de outubro 2024 no Salão Nobre da Sociedade Recreativa "Grupo Musical - Os Restauradores", em Santo Aleixo da Restauração

"Quando as quatro mãos, do pai e do filho, partilham a mesma dimensão sentimental sobre a natureza que nos rodeia, estão criadas as condições essenciais para que uma obra nasça e se assuma como uma visão representativa do nosso mundo, e, particularmente, do mundo rural.
Os autores convidam-nos para várias "viagens", pela História, pela Cultura, pelo Ambiente, pela Paisagem, pela Toponímia, pela Geografia, pela Ciné-gética, que nos levam a percorrer todas estas dimensões da vida, da memória e da arte.
... Somos transportados para um mundo rural que ainda existe, puro e impoluto, e que provoca um eterno retorno às origens, às nossas raízes e à nossa geografia...
E, quando recordamos os nossos, nesses momentos, estamos todos VIVOS."

Extraído do Prefácio do livro, da autoria de Professor Francisco Honrado Pereira



Por: Mário Fialho de Almeida



DESENHO DE
JOAQUIM ESPANADEIRA (2023)

CONVENTO DA TOMINA

O Convento da Tomina, tão conhecido em todo o Alentejo, foi fundado pelo Padre Manuel Jesus Maria, natural de Arrifana. Junto de outros religiosos, rumaram ao concelho de Moura, para as terras da Contenda, uma zona de grandes dificuldades.

Por essa altura, deflagrou um fortíssimo incêndio na zona das eiras de Carrascos, junto a Barrancos, ao qual acederam as populações da região, que imploraram aos religiosos que rezassem em seu auxílio e, de seguida, surgiu uma trovoadas que apagou o fogo. Foi um acontecimento com espetro milagreiro, uma vez que apenas ardeu a palha, deixando os grãos de trigo intactos.

Depois do "Milagre das Necessidades", os povos circundantes, especialmente de Santo Aleixo, como forma de agradecimento, participaram na construção do Convento, sobretudo na destruição do rochedo, onde se edificou.

A imagem de Nossa Senhora das Necessidades foi oferta de uma senhora benfeitora, Dona Isabel Xara, natural de Moura, que tinha uma importante coleção de arte sacra, fornecendo uma imagem para o culto, que ecoava em toda a região do Alentejo, numa contínua romaria de fiéis, portadores

de muitas esmolas, para esta congregação. D. Pedro II concedeu a autorização para o Padre se deslocar à presença do Papa, a Roma (por três vezes), para que se formalizasse a legalidade eclesiástica do Convento da Tomina.

O rei, rendido ao culto de Nossa Senhora das Necessidades, decide oferecer ao Convento um conjunto de oferendas de incalculável valor patrimonial e artístico, a saber: um pálio; alguns paramentos bordados a ouro e diversos objetos litúrgicos.

No início do século XIX, as ordens religiosas entram em declínio e este Convento acompanhou isso mesmo, sendo a imagem da Padroeira e o restante espólio, bastante valioso, trasladados para a igreja matriz de Santo Aleixo da Restauração

No presente, parece-nos injusto que este emblemático edifício, de indubitável interesse histórico, cultural e religioso tenha chegado ao atual estado de degradação, em que se encontra.

Inevitavelmente, deseja-se a sua recuperação arquitetónica, para que a nossa maior memória coletiva possa vir a ser uma realidade futura!...



5GAMARELEJA

DESIGN

GRÁFICA

EVENTOS

PRESENTES
TEMÁTICOS

PRINTSHOP



WWW.5GAMARELEJA.COM



DOMINGOS MARQUES

A BOA DISPOSIÇÃO EM PESSOA!



É impossível resistir ao sorriso rasgado de Domingos José Marques Felix, assim que nos abre a porta da sua casa em Santo Amador. Parece que nos conhecemos há séculos!

“Sim, sou eu que faço aquelas casinhas que viu assim em cima do banco de jardim!” - confirma.

“Quer ver? venha aqui à minha oficina”, encaminhando-nos para a porta ao lado de casa.

“Uma vez já cá estiveram uns senhores da Câmara de Moura que queriam que eu expusesse estas minhas casinhas numa Feira lá na cidade...”, refere com orgulho.

“Mas não faço só as casinhas, também faço retalha-

dores de azeitona”, aproveitando para nos demonstrar como funcionam, com uma azeitona que colhe da oliveira à beira de casa.

“A minha vida não foi isto! Trabalhava com máquinas e ceifeiras debulhadoras no Monte da Parreira, ali junto ao Sobral. Moro em Santo Amador, mas sou de ao pé de Beja.

Hoje vivo sozinho, pois estou viúvo há dois anos, mas tenho 2 filhos. Ela vive e trabalha em Moura, e o meu filho aqui na aldeia.

E já tenho 4 netas, todas meninas: **a Rute, a Raquel, a Andreia e a Filipa**”, afirma desmanchando-se num enorme sorriso a que ninguém resiste!

Em 2000, um grupo de mulheres de Santo Amador, depois de conversas largas aqui e ali, decidiu que estava na altura de se juntarem a sério para formar um grupo coral feminino e mostrar que o Cante também é das mulheres. Depois de um ano de ensaios, pela mão de Francisco Farias, atuaram a primeira vez em 27 de Outubro de 2001.

Quinze anos mais tarde, com personalidade definida e imagem renovada, assumiram-se como **Grupo Coral Feminino da ADASA - Associação de Defesa do Património Cultural e Ambiental de Santo Amador**.

“O que mais gostamos no grupo, para além de cantar, é do convívio, da amizade, das diversas atividades que organizamos, almoços, jantares e festas” - referem, todas de acordo, quando conversámos no Centro Cultural de Santo Amador onde ensaiam sempre que é preciso.

“Hoje o Grupo tem 8 mulheres, entre os 50 e os 80 anos: **Maria Rosa Faria (Presidente do Grupo), Ana Pulido, Maria Feliciano Branco, Maria Conceição Gonçalves, Ana dos Anjos Monteiro, Ana Maria Espadeiro, Isaura Barroso e a Maria José Barroso**. A Mariete Guerreiro, secretária do grupo acompanha-nos sempre! E já fomos à Suíça duas vezes! No autocarro da Câmara de Moura”, contam com orgulho.

“No CD que gravámos em 2017 cantamos modas tradicionais e uma do Francisco Farias, mas também cantamos cantigas feitas por pessoas do grupo. Em outubro, mês do idoso vamos cantar ao Lar de Safara, e também cantaremos na Festa em Honra de Santo Amador e ao Menino Jesus em Dezembro”, assinalam.

FARMÁCIA PORTUGAL



Farmácia
Rua 25 de Abril, 41 A
Telefone/Fax: 285 982 180
Telemóvel: 968 414 447
7885-025 AMARELEJA

Posto de Medicamentos
Rua da Canhota, 29
Telefone: 266 577 312
7240-012 GRANJA

SERVIÇOS

- Aconselhamento farmacoterapêutico
- Aconselhamento nutricional
- Administração de injetáveis e vacinas
- Medição de glicemia
- Medição de perfil lipídico
 - Colesterol
 - HDL
 - Triglicédeos
- Medição de Pressão Arterial
- Preparação individualizada da medicação
- Entregas ao Domicílio

GRUPO CORAL FEMININO DE SANTO AMADOR



GRUPO FLORES DE ABRIL E GRUPO CORAL DA GRANJA

- DOIS GRUPOS UNIDOS PELO CANTE E PELO AMOR

GRUPO FLORES DE ABRIL

“Fazendo justiça ao nome que adotou, este Grupo feminino de Cante Alentejano foi criado no dia 25 de Abril de 2006”, conta-nos Mariana Ricardo, sua Presidente.

“Atualmente somos 14 mulheres, dos 19 aos 78 anos. Há 10 anos, quando o Cante Alentejano foi classificado Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO, houve muita adesão aos Grupos. Atualmente, precisamos de cativar mais gente nova!”, defende.

“Às quartas-feiras, ensaiamos na nossa Sede, cedida pela Junta de Freguesia da Granja. Como temos 4 senhoras casadas com homens do Grupo Coral da Granja, o casal sai de casa para cantar na mesma noite da semana”, graceja Mariana. “Temos muitos convites para ir cantar, frequentemente com o Grupo Coral da Granja. Em Outubro vamos sempre à Nª Srª de Aires, no Pinhal Novo, no Encontro de Grupos de Cante. Tem para mim especial significado pois fui eu que há 5 anos lá lancei a 1ª pedra da Capela de Nª Srª de Aires”.

“Já gravámos um CD que está à venda na nossa Sede e a Câmara de Mourão já nos ofereceu a gravação de mais um, prevista para Dezembro!”

Sabia que nestes dois Grupos de Cante Alentejano da Granja, masculino e feminino, existem 4 elementos, casados com elementos do outro Grupo?



GRUPO CORAL DA GRANJA

Criado quase há 20 anos, em 1 de fevereiro de 2005, o Grupo Coral da Granja conta hoje com 17 elementos masculinos, dos 11 aos 93 anos.

“Recebemos convites para irmos cantar às mais variadas localidades em Portugal e em Espanha, tanto a eventos públicos como privados”, refere com orgulho Vítor Aranha, atual dirigente do Grupo.

“Tal como o Grupo das mulheres, nós também ensaiamos às quartas-feiras, às 21h na nossa Sede, um espaço cedido pela Junta de Freguesia da Granja, que pode ser visitado, onde expomos o espólio que o Grupo foi acumulando ao longo dos anos” – comenta Vítor.

O Grupo já gravou dois CD's que aí podem ser adquiridos por apenas 5€ cada.



Naturalmente bem disposto, João Leal Caetano Fernandes é conhecido por **João dos Bigodes**, fazendo jus ao seu farto bigode e herança da alcinha do avô que abriu esta Adega, a passou a um tio, antes do João dela tomar posse, com o apoio de **Ana de Jesus**, sua mulher.

Figura ímpar pela forma de ser e estar, João dos Bigodes destaca-se pelo prazer em receber os clientes e os presentear com os seus petiscos. Confessa-se grande aficionado de Corridas e Sportinguista ferrenho.

Já foi caçador e agora utiliza os tempos livres a cuidar das suas terras.

“Na Granja as pessoas são sinceras e honestas”, afirma com convicção e manifesto orgulho.

“Tenho saudades de quando o trânsito atravessava a Granja e muita gente parava aqui na Adega. Agora o mais importante é cuidar dos mais velhos e dos pobres, e desejo que cada vez mais pessoas descubram a Granja e optem por aqui viver”, afirma. Pai de dois rapazes, o **João**



José a viver na Amareleja, trabalhando como eletricista, e o **Ricardo** a trabalhar na Sagres em Reguengos, João dos Bigodes mostra especial carinho a falar dos seus cinco netos:

Tomás, Gustavo, Bárbara, Beneditas e Matias.





CAPELA DE SANTA ANA

Por: Miguel Santiago (Historiador)

Ao entrar na aldeia de Safara, somos contemplados com a Capela de Santa Ana, padroeira dos avós, já que a mesma era avó de Jesus Cristo, celebrando-se a 26 de julho o seu dia, altura em que se realizam as festas em sua honra nesta localidade.

Não se sabe com exatidão a data de construção da Capela, mas terá sido no século XVIII. Caracterizada por uma arquitetura simples, com uma planta circular, característica incomum das Capelas do distrito naquela época, uma cobertura em domo, um portal em verga reta, o qual é encimado por um pequeno friso. Para completar tem um pequeno campanário com um sino, uma cruz e pínáculos ao seu lado.

No interior tem um altar onde podemos observar a Santa Ana e ainda um conjunto de peças em cera que serviam como forma de promessas. Santa Ana não é a padroeira de Safara, mas ganhou grande devoção devido a promessas e pedidos relacionados com a agricultura, o que pode estar relacionado com o motivo da construção desta Capela em sua honração.

CASA DA DIVINA PROVIDÊNCIA E MARIA AUXILIADORA



Entrar nesta Casa é um gosto! Pelo edifício branco, a tranquilidade, os jardins cuidados, a limpeza, a liberdade, as atividades, e, sobretudo, pelas pessoas! Quem lá reside e quem lá trabalha mostra serenidade, alegria e bem-estar.

“Queremos que as pessoas aqui se sintam em casa e felizes. Sentimo-nos muito orgulhosos por termos várias que melhoram a sua condição física e mental depois de cá estarem!”, afirma com entusiasmo **Filipa Pato, Diretora Técnica e Assistente Social que, em conjunto com o Diretor Clínico, médico Yuiry Korotkevych, a Enfermeira Eliana Raposo, a Animadora Nádia Lúcio, o Encarregado Geral Jorge Pato e o Administrativo Alexandre Domingues, entre outros,** levam a cabo a missão de responder totalmente às necessidades dos idosos que ali residem, promovendo um envelhecimento ativo e garantindo-lhes todos os cuidados, com muito carinho e dedicação!

“Tratamos as pessoas como adultos capazes, com os seus gostos, vontades e amor próprio.

Não os queremos infantilizar e queremos que se sintam bem e bonitos! **A Leonor Pais, do Sobral, vem cá prestar serviço de cabeleireira.** Atualmente temos 45 pessoas, lotação máxima, e somos procurados por muitas pessoas de fora desta zona, inclusive Lisboa. Também temos quem seja de Safara, tenha vivido fora e depois nos escolhe para voltar a viver na sua terra”, refere a Filipa com orgulho.

“Para que se sintam em casa temos várias estratégias: **criamos a ementa semanal em conjunto com eles, para que nos digam o que lhes apetece.** A comida é tipicamente alentejana, adaptada. Só há dieta para quem tem receita do médico nesse sentido. **Os quartos são individuais ou de dois, com as fotos no exterior da porta para personalização e melhor orientação dos próprios.** Tentamos sempre que os casais fiquem no mesmo quarto. Esta casa não é uma prisão pelo que podem sair com os familiares e irem passar férias com eles, sendo que também fazemos aqui uma ou duas festas por ano com as famílias.



Um dos nossos pontos altos são as atividades que envolvem e estimulam, com o maior significado possível para eles, nomeadamente as do antigamente como costura, croché, cuidar da horta, construção de objetos para decorações das diversas festividades, pintura de paredes, como é habitual aqui fazer-se no Alentejo nas festas, provas de vinho, visitas a outros lares como Amareleja, Sobral, Santo Aleixo, Barrancos, Centro Social de Safara, ginástica... Adoramos surpreendê-los! Por exemplo, vamos passar o filme “Aldeia da Roupa Branca” e duas colegas vão aparecer vestidas de lavadeiras e o Jorge de alentejano! Somos um lar católico, com capela, mas aberto à prática de várias religiões. Preocupamo-nos também em aproveitar tudo e a maioria dos trabalhos que os residentes fazem é com materiais reciclados, como as cápsulas de café ou as caixas dos ovos, e temos instalados painéis solares. **São os testemunhos que recebemos que nos dão vontade de trabalhar todos os dias!”, conclui a Filipa Pato com um sorriso!**



CONTRABANDISTAS (1)

Por: João Diniz



Foto: DR

Quando aqui se fala de contrabandistas que-remos nomear homens que, depois de um dia de trabalho árduo, se prontificavam a ir até Espanha para transportar uma mochila com 25 ou 30 quilos de farinha ou de café e, em face disso, ganharem mais uns cobres para fazer face às despesas do dia a dia.

A distância entre o Sobral e Rosal de la Frontera, em linha reta, é de cerca de 7 quilómetros, pelo que não era tarefa fácil levar com uma carga, daquele peso, durante duas horas às costas, depois de um dia de trabalho e, no dia seguinte, voltar para a atividade normal no local onde trabalhavam.

Tinham mesmo de voltar ao trabalho normal para não serem suspeitos de andar no contrabando, passando a ser perseguidos pelas autoridades.

Refira-se que no Sobral existia um posto da Guarda Fiscal e um Posto da PIDE, aqui instalado para vigiar não só os considerados subversivos, ou comunistas, mas também um médico com fama de comunista empedernido, o Dr. Augusto Miranda.

Mas o objetivo deste modesto texto é apenas trazer ao conhecimento dos modernos sobralenhos, e de outros que se interessem por estas coisas, algumas passagens, sempre na primeira pessoa, para que delas fique notícia. Mas deixemos esta conversa e vamos ouvir ou ler o que os intervenientes nos disseram:

- Ainda no tempo da guerra civil da Espanha matavam-se gerações umas às outras, até irmãs lutavam uns com os outros. Depois começou lá a miséria. Eu, mais o V——, íamos a levar coisas aí à Quintina. Havia aí uma mulherzita chamada Isabel e a gente começou a ir ali fazer algum negócio. Ela levava e trazia coisas do Rosal. Um dia resolvemos ir até lá ao Rosal. Ela não queria porque dizia que, se nos vissem lá, nos davam logo um tiro mas a gente com vinte e poucos anos tinha lá algum medo? Fomos um dia por a hora da calma e vimos, óh rapaz, que miséria, raparigas novas cheias de borbulhas, daquela pulgagem, que desgraça, mãe da minha alma!

- Dormimos ali numa casa velha que ela nos indicou que era da tia Garbancera, boa mulherzita, boa. De manhã, ela coitadita fez o café. Café tinham porque a gente levava, e apresenta-nos um pedaço de pão que era mais negro que um tição. Disse ao meu companheiro: olha, eu não sou para isto, temos que fazer aqui alguma coisa. No outro dia deitámos mão a distribuir pão sem ganhar um tostão. Levávamos tabaco escondido no corpo para safar a nossa jorna, eles gostavam muito dos Kentuckys. Custavam cá 8 tostões e a gente vendia-os por 2 escudos.

Em próximas oportunidades traremos histórias mais alegres pois as situações hilariantes multiplicavam-se nas relações sempre atribuladas entre Guardas Fiscais, Carabineiros e contrabandistas.



REQUALIFICAÇÃO DO CAMINHO

1050 - FERNÃO TELES

EM SOBRAL DA ADIÇA

A Câmara de Moura adjudicou à empresa MAJA- Manuel António & Jorge Almeida - Construções o contrato para a empreitada de requalificação do Caminho 1050 - Fernão Teles.

Este caminho faz a ligação da EN 255-1 a Belmeque, no troço compreendido no concelho de Moura, numa extensão de 6,3 quilómetros.

«É um caminho com elevada importância económica dado que atravessa uma zona de olival, servindo os agricultores que têm olivais na zona» - refere a Autarquia.



tintas
compinta

- ✓ ORÇAMENTOS GRÁTIS NO SITE
- ✓ ENTREGAS EM TODO O PAÍS



tintascompinta.com

MORADA

Sede
Rua Cruz da Argola, 202
4810-225 Guimarães

CONTACTOS

Telefone: 253 283 414
Telemóvel: 937 898 166

Email: geral@tintascompinta.com





ATÉ JÁ ISTO PAGA IMPOSTO!

Por: Francisco Honrado Lucas

A debilha acabara há uma semana. Cada seareiro retirou o trigo bastante para levar ao moinho que lhe assegurasse fartura de pão à mesa durante o ano, algum pouco para a criação e o restante lá seguia em carros de bestas, a caminho de Moura, para ser vendido. Para isso juntavam-se grupos de carreiros que partiam antes do nascer do sol, fazendo a primeira paragem no poço do Monte da Rola para abeberar o gado, descansar o pessoal, reconfortando os estômagos com demoradas buchas acompanhadas de alguma água e bastante vinho, porque aquele não era dia de trabalho.

A caravana era constituída por 8 carros de parelha, capitaneada pelo Chico Zorrinho que tinha a fama e o proveito de ser um tipo desenrascado, amigo de pregar partidas a toda a hora.

Terminado o descanso, à entrada da ponte do Ardila uma patrulha da guarda mandou parar o esquadrão e, dirigindo-se ao seu comandante, solicitou a identificação de todos os participantes, bem como as respetivas licenças do transporte.

Só que o comandante ia já “de forno quente”, o que lhe aguçava ainda mais a criatividade tendo respondido, sem sequer gaguejar:

- O senhor guarda fique sabendo que nenhum dos carreiros tem qualquer documento de identificação. Quando muito algum poderá ter cédula pessoal mas não a traz consigo e da licença nem sequer sabíamos que existia. Além disso não há aqui nenhum que saiba ler ou escrever.

- E ao menos o senhor sabe o nome de todos?

- Então não havia de saber. Não se vê que é tudo gente da mesma leija? Tiran-do o mais novo, fomos todos às sortes no mesmo ano.

- Fique sabendo que temos de levantar um auto e passados uns dias receberão uma contrafé, em casa de cada um, para se apresentarem em Moura, a fim de pagar a multa que lhe for aplicada por falta de licença. Diga-me então o nome e direção de cada um a começar pelo seu.

Finda a identificação a caravana seguiu o seu caminho, sem que nenhum dos participantes se tivesse apercebido do

que acontecera. Chegados à porta do Grémio, mal integraram a fila de entrega do cereal, acercaram-se do Zorrinho para saber ao certo de que se tratara.

- Foi por causa das licenças que nós não temos e do nome de cada um. Mas descansem que nada nos vai acontecer. A armadilha ficou bem armada. É só aguardar que espeniquem.

O Zorrinho tinha dado aos guardas a identificação de um conjunto de oito indivíduos que na aldeia tinham fama de maricas, ainda que alguns, vítimas da maledicência aldeã, pudessem não ter o proveito.

Ao fim de quinze dias chegou um conjunto de contrafés à casa de cada um. No dia seguinte, o mais velho e também o mais descarado, dobrou cuidadosamente o papelinho da contrafé e colocou-o no bolso do casaco como se dum lenço se tratasse e lá foi esperar a camioneta.

O Silvinha, de todos o mais inexperiente, vendo que também tinha recebido um papel igual, acercou-se do decano e discretamente perguntou-lhe se saberia de que tratava a referida convocatória? Ao que o velho respondeu:

- Então tu não vês quem é o grupo de excursionistas que aguarda a camioneta para Moura, apesar de não mostrarem o papel? E tu Silvinha, ainda tão jovem, também já tens papelinho?

- Tenho, mas guardei-o na algibeira de trás e num trejeito ondulante batia com a mão na nádega onde o guardara. Ai mestre, o que pensa que nos vão fazer? Tenho andado tão nervoso desde que recebi o papelinho.

- Uma vez que me pedes, dou-te o palpite dum velho que anda nisto há tanto tempo. Pelo grupo que vejo, te digo: ou muito me engano ou é derrama que nos vão lançar. Calcula que até já isto paga imposto!

Entretanto chegava a camioneta e o pessoal ia-se aproximando. O Zorrinho, que do café da mana Vicência assistia à cena, com um dos companheiros da caravana, apontando para a camioneta, perguntava-lhe:

- Agora diz-me lá se és capaz de saber qual dos viajantes vai no teu lugar?

**Minimercado
AGOSTINHA**

De: Agostinha Lameira
Telem: 969 596 813
Morada: Rua do Poço do Chorão
Amareleja

DA AVERSÃO

À PAIXÃO

PEDRO PELICANO



Imaginem alguém que toda a vida teve intensa aversão, fobia mesmo, a tudo o que são penas e, em especial, a galinhas... que se predispõe a superar esse medo, tornando-se criador e apaixonado por galinhas. Essa pessoa é o Pedro Pelicano, também dono do Restaurante Corte Velha na Amareleja.

Tudo começou com a compra de um terreno e o facto de o construtor o aconselhar a construir um galinheiro. Pedro assumiu o desafio em 2019 e pesquisou uma raça diferente. Por conselho do Tiago Batista apostou numa raça autóctone, em vias de extinção: **as galinhas pretas lusitânicas**. “Que são lindas... pretas com a crista vermelha”, afirma.

“Fui buscar os pintos a uma criadora em Évora. Durante o Covid tive mais tempo para me dedicar a elas e passei de uma aversão a uma paixão. A partir daí comprei uma chocadeira e passei eu mesmo a fazer a criação e inscrevi-me na AMIBA, a associação que apoia tudo o que são raças autóctones. **Vieram cá dar-me o primeiro apoio e fiquei logo com um galo registado como um dos melhores exemplares macho preto lusitânico a nível nacional. Ficou protegido e o principal reprodutor.** Até já nos levaram ovos galados por esse galo para reprodução deste bonito exemplar. **As galinhas não mato, morrem na casa por velhice.** Quando a AMIBA vem fazer controlo e encontra algum galo com “defeito”, aproveitamos para fazer ensopado de frango do campo no restaurante. Quanto aos ovos vendo-os para quem faz doces artesanais ou uso-os no Corte Velha.

O meu pai (Zé Barranquenho), dá-me imenso apoio. Ele veio viver para a Amareleja com 15 anos, onde conheceu a minha mãe. Foram para Lisboa. Eu nasci na Amadora onde eles tiveram um restaurante 30 anos, conhecido pelo “Alentejano”, onde eu, apesar de estudar Gestão Agrícola, ajudei desde pequeno e aprendi muito!

A minha mãe aprendeu culinária com a minha avó a fazer comida para casamentos. A Cidália, minha esposa, aprendeu com a minha mãe. Depois de termos o Corte Velha como bar durante 15 anos, passámos a restaurante, para termos mais vida de família. O nosso filho Luís já tirou o curso de hotelaria e trabalha connosco. No dia em que achar que me posso afastar do restaurante, dedicar-me-ei mais à agricultura, aos olivais. **Tal como nas relações pessoais para ter sucesso é preciso colocarmo-nos no papel do cliente. Pensar como ele. Identificar lá fora coisas que faltam cá na terra. Ai não há grande perigo arriscarmos. Precisamos de ter algo que nos liberta daquilo que nos ocupa. As galinhas e cuidar dos olivais permitem-me essa evasão**”, conclui Pedro Pelicano.



GDA

GRUPO DESPORTIVO AMARELEJENSE
UM CLUBE EM PERMANENTE EVOLUÇÃO

Conversámos com António Benigno (Tó Zé), ao fim da tarde no Campo das Cancelinhas, onde decorriam treinos de futebol de atletas da Amareleja e de Moura.

Na qualidade de Presidente do GDA, o Tó Zé (como gosta de ser tratado), tomou posse no passado mês de maio, juntamente com mais 10 elementos, para um mandato de 2 anos à frente dos destinos do Clube.

“O nosso objetivo é termos quantas mais equipas melhor! Para já temos Petizes, Traquinas, Benjamins, Iniciados e Seniores (2ª Distrital). Vamos tentar criar também Juvenis”, refere o Presidente entusiasmado, lamentando que no futebol sejam quase só rapazes por algumas mães ainda acharem que a modalidade não é para meninas.

Considerando o recente investimento da Câmara Municipal de Moura na renovação dos relvados sintéticos deste campo da Junta de Freguesia da Amareleja, que implicou a remoção de relva sintética existente, reparação de depressões existentes, instalação de relva nova e alteração dos sistemas de rega, melhorando significativamente as condições para a prática e promoção do desporto, é

bom ver o campo cheio de atletas, de familiares, amigos e público.

O apoio e comportamento dos pais que assistem aos treinos e jogos é muito importante”, acrescenta, referindo-se à lona que elenca conselhos para os pais.

“Aqui nas Cancelinhas, ainda pretendemos fazer um ginásio para os atletas e pintar as paredes do campo e dos balneários.

Nas instalações da Sede queríamos fazer um campo de Padel. Vamos ter também a mesa de Teqball (jogo em duplas em mesa curva, com bola semelhante à de futebol, atingida por qualquer parte do corpo, exceto pelas mãos)”, acrescenta.

“Desde que entrámos já aderiram ao GDA uns 40 novos sócios e recuperámos bastantes quotas. Atualmente temos cerca de 500 sócios e queremos aumentar, com a integração de novas modalidades amadoras como o Padel, Atletismo, Ciclismo e Atividades Náuticas, bem como com a criação de um Moto Clube.

A Câmara e a Junta apoiam-nos e queremos conseguir mais patrocinadores!”, remata com determinação.

17 de Novembro de 2024

TRAIL DA TERRA DO SOL

AMARELEJA INSCRIÇÕES EM WWW.ACORRER.PT

ALMOÇO C/ COMIDA À DISCRICÃO

PADRINHOS

G.D. ALCOUTIM
JOÃO PAULO CORREIA

STREIBURE RUNNING TEAM - SESIMBRA
ZÉ COSTA

BARRANCOS F.C. BLOCADO
FLÁVIO BOLÃO

CASA DO BENFICA DE MOURA
FRANCISCO BOTELHO

ADN MERTOLA
JOSÉ CANILHAS

ETT COCHEIROS STO. ALEIXO
DA RESTAURAÇÃO
ANTÓNIA FACHADAS

FICP ALMOÇO
CLUBE DOS TRILHOS V.V. FICALHO
ZÉ FRANCISCO CORREIA

+ CAMINHADA 10KM/5KM
MINI TRAIL 10KM
TRAIL CURTO 16KM
+ TRAIL LONGO 30KM

Apoios:

INSCRIÇÕES ABERTAS ATÉ
9 DE NOVEMBRO DE 2024

Esta prova tem como Patrocinadores Principais:
Câmara Municipal de Moura
Junta de Freguesia de Amareleja
Crédito Agrícola Guadiana Interior
Cooperativa Agrícola de Moura e Barrancos

Serviço de Take Away de 6ª Feira a 4ª Feira.

ESPECIALIDADE FRANGO ASSADO NO CARVÃO ÀS 3ª FEIRAS

SCP SPORTING PORTUGAL

968 475 331

NUNO VALENTE

Vice-Campeão Distrital do Circuito de Trail do Baixo Alentejo



“Sabia que a nossa região oferece um mel com características excelentes e muito especiais, em termos de sabor, densidade e pouca quantidade de humidade?”, pergunta-nos entusiasmado Luis Abrantes, produtor do mel “Terra de Sol” na Amareleja, conhecido por “Calero” por ser de Moura (terra onde havia muito calicho). No XXX Concurso de Méis da Região de Moura, na Feira de Setembro 2024, ganhámos o 2º lugar na categoria Multifloral.

“É um mel multifloral, à base de rosmaninho, esteva, soagem e tojo, ou seja, da floração brava autóctone. Comecei a exploração em 2020. Fizemos este ano a 4ª cresta (extração de mel), entre julho e meados de agosto. Neste momento produzimos cerca de 300kg de mel, mas estamos a aumentar os apiários”, explicou-nos.

“Tudo começou através do meu amigo Tiago Clérigo, de Moura, a quem pedi ajuda. Fui logo “picado” pela paixão pelas abelhas, a qual já passei à Laura (filha) e esposa Lúcia (esposa). É fascinante ver a espetacularidade de uma colónia de abelhas: o respeito, a hierarquia, a organização. Já somos sócios da APIVALE – Associação de Apicultura do Vale do Guadiana”.



NUTRIÇÃO

REDUZIR A GORDURA NA ALIMENTAÇÃO

O Dia Mundial da Alimentação celebra-se, desde 1981, a 16 de outubro.

Para este ano foi escolhido o tema: “Direito à alimentação para uma vida melhor e um futuro melhor”.

Nós, enquanto alentejanos, temos uma gastronomia riquíssima de que nos podemos orgulhar de ser designada: Dieta Mediterrânica.

Esta promove um padrão alimentar baseado na diversidade, nos produtos locais e da época, tendo como base os produtos vegetais frescos à mesa.

Promove ainda o azeite como gordura principal e os preparados culinários simples como a sopa.

Nesta edição deixo-vos algumas dicas para redução do teor de gordura na alimentação e ainda métodos para leitura de rótulos, para assim escolherem os alimentos e bebidas com menos gordura (lípidos) e hidratos de carbono (açúcares).



Por: Ana Carolina Piteira
(Nutricionista - 2684N)
tlm.961444919
email: piteira92@gmail.com

- ✓ Prefira conservas ao natural (água).
- ✓ Retire a pele e gordura visível antes de cozinhar carne ou peixe.
- ✓ Marine carne e peixe no dia anterior à sua confeção.
- ✓ Em vez de refogados prefira estufados em cru.
- ✓ Utilize frigideiras antiaderentes para cozinhar sem adição de gordura.



fisioterapia, saúde e bem estar

Marcações:
☎ 961 050 805



A sua Clínica na Amareleja

- Fisioterapia
- Medicina Geral
- Nutrição
- Mesoterapia
- Electroterapia
- Pressoterapia
- Reflexologia Podal
- Terapia Termoauricular
- Drenagem Linfática
- Reiki
- Fisioterapia Dermato-Funcional (gordura localizada, celulite, flacidez, depilação definitiva, foto rejuvenescimento, melasma/manchas, acne e derrames)
- Peelings Químicos
- Massagem de Relaxamento
- Vouchers para Presente (ex. massagem de relaxamento)

f FisioAmareleja



Por: Tânia Fialho
(Fisioterapeuta)

QUAL A MELHOR POSIÇÃO PARA DORMIR?

Como fisioterapeuta, uma das maiores dúvidas que recebo é qual a melhor posição para dormir quando se tem dores ou problemas na coluna.

A melhor posição para dormir é de lado, com a cabeça apoiada no travesseiro e outro travesseiro no meio das pernas, ou seja, entre os joelhos.

Nesta posição, a coluna fica bem apoiada e em linha reta, evitando o aparecimento de

dor e lesões na coluna. Além disso, a pressão é retirada das articulações, especialmente na região do pescoço, dos joelhos e tornozelos.

Para quem não consegue dormir de lado, a segunda melhor posição consiste em dormir de barriga para cima, com as costas retas, com a cabeça apoiada num travesseiro baixo e um travesseiro debaixo dos joelhos.

Sendo assim, a posição menos correta é dormir de Barriga para baixo.

A posição de bruços é a menos aconselhada pelos médicos e especialistas. Dormir de bruços

não é correta pois o pescoço e toda a coluna não ficam numa posição neutra quando se dorme de barriga para baixo e isso pode sobrecarregar a musculatura dessas duas regiões e cau-

Se for difícil corrigir esse hábito, procure dormir sem travesseiro, ou com um travesseiro baixo.



A CHEGADA DO OUTONO



Por: Dr. José Pepo
(Médico)

Daqui a pouco temos aí à porta da mudança de estação. Com as alterações de tempo, ficamos mais expostos às doenças, nomeadamente às doenças respiratórias e reumáticas.

Em relação às doenças respiratórias, eu destacaria aquelas infeções mais frequentes, habitualmente provocadas por vírus: gripes, constipações, rinites, faringites, traqueítes e outras.

Podemos tomar algumas medidas prévias de estilo de vida para evitar que estas viroses se instalem no nosso corpo.

Em primeiro lugar, protegermo-nos do frio. Assim que o tempo mudar vistam-se com roupas quentes e agasalhem-se bem.

É conveniente protegermo-nos das correntes de ar, porque as mudanças bruscas de temperatura são favoráveis à instalação dos vírus.

Outra coisa importante é bebermos muitos líquidos, sobretudo quentes ou mornos. Chás de ervas aromáticas, mas, principalmente, água morna.

No inverno devíamos restringir ao indispensável as saídas à rua. O frio e a humidade são favoráveis às doenças.

Aos primeiros sintomas, ou sinais de doença viral é de todo o interesse recolhermo-nos à cama. Às vezes dois ou três dias de repouso na cama, imediatamente a seguir ao aparecimento dos sintomas gripais,

melhora muito as nossas defesas imunológicas e não deixa adiantar a doença.

Do ponto de vista da prevenção, a vacinação contra a gripe é fundamental. Na minha experiência de médico, a toma dos chamados Lisados Bacterianos no outono também dá bons resultados preventivos.

Se adoecerem com aquelas doenças triviais provocadas por vírus (atrás referidas) podem tomar aspirina, ben-u-ron ou brufen.

Por favor NÃO tomem antibióticos que não sejam receitados por um médico. Eles não atuam nos vírus, criam resistências e até comprometem a nossa imunidade.

ATENÇÃO: qualquer constipação, gripe ou outra parecida que dure mais de dez dias, tem uma grande probabilidade de atrair uma pneumonia e esta pode matar uma pessoa. Pela auscultação pulmonar detecta-se muito bem e deve ser tratada imediatamente.



ALQUEVA

BLOCO DE REGA PÓVOA / AMARELEJA

NEM GOTA DE ÁGUA, NEM DE PROJETO, NEM DE EUROS!

Pois é... no último número do jornal demos conta que a EDIA anunciou que o novo projeto de execução do Bloco de Rega Póvoa/Amareleja, que irá dar resposta às condicionantes ambientais existentes, identificadas pela Declaração de Impacte Ambiental (DIA), **seria lançado em julho de 2024...**

Recordamos que o novo projeto de execução prevê uma área infraestruturada de 6500 hectares, ou seja, cerca de 2100 a menos do que previsto pois, segundo os responsáveis, "foram retiradas as áreas que já têm garantia de água por captações diretas autorizadas ou fontes próprias".

Pois é... Julho já lá vai, Agosto já lá vai, Setembro já lá vai e não recebemos qualquer previsão de quando possa sair o referido projeto...

Sabemos que Álvaro Azedo, Presidente da C.M.Mora considera que,

perante o desejo antigo dos agricultores da região de verem este Bloco construído, não resta outra coisa senão acreditar que vai mesmo avançar. Porém, como o próprio refere, trata-se de um novo projeto, com tudo o que isso implica, tendo pedido à EDIA para acelerar o processo, o que, a acontecer será, na melhor das hipóteses, concluído em 2027...

Por outro lado, o financiamento do projeto, até agora da responsabilidade do Banco Europeu de Investimento, ficou indisponível, pelo que, o Ministro da Agricultura, José Manuel Fernandes, terá de arranjar outra fonte de financiamento.

Vai ter de haver mesmo muito boa vontade política, técnica, financeira e comunicação clara e objetiva para, pelo menos, diminuir o ruído e a desconfiança que pairam no ar...



AGRICULTURA E PECUÁRIA

- OUTUBRO - "Em outubro semeia e cria, terás alegria"**
- Iniciar a colheita da azeitona.
 - Semear cereais praganosos. Nos lugares secos e abrigados plantar oliveiras. Plantar árvores de fruto e podar as árvores resistentes ao frio.
 - Preparar os canteiros para semear cebola e alface.
 - Gado: fazer vermifugação preventiva.
- NOVEMBRO - "Novembro põe tudo a secar, pode o sol não tornar"**
- Estercar os pomares no Crescente e podar no Minguante.
 - Proteger das geadas.
 - Plantar pessegueiros, pereiras e macieiras, no Crescente.
 - Semear couve. Plantar batata, alho e tremço. Semear fava e ervilha.
 - Semear cereais de pragana (aveia, centeio, cevada e trigo).
 - Na adega verifivar as vasilhas do vinho novo.
 - Proteger os animais do frio intenso.
- DEZEMBRO - "Em dezembro vinho, azeite e amigo sempre do mais antigo"**
- Resguardar as plantas do gelo.
 - Arrotear as terras e mato para as sementeiras da Primavera.
 - Continuar as sementeiras de trigo e centeio se não houver geadas.
 - No Minguante continuar a poda das vinhas e a mergulhia das vides.
 - Limpar lagares.
 - Abrigar e acarinhar o gado do frio e da chuva.

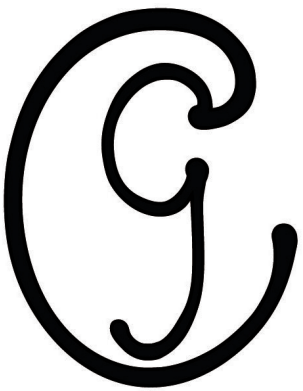


CAÇA DE APROXIMAÇÃO a brama ao alcance de todos



A Zona de Caça Associativa do Clube Desportivo de Caça e Pesca de Santo Aleixo da Restauração, fundada em 1989 gere 3 zonas de caça: Baldio da Coutada, Baldio de Rabo de Coelho e Condes e Barradinha. Trata-se de uma zona com grande apetência para a caça maior, nas modalidades de montaria, esperas aos javalis e aproximações ao veado, estas últimas calendarizadas para setembro. Apresentando um bom coberto vegetal de azinho e sobreiro, com pontos de água, permite a fixação de bons

exemplares e de aproximações bem-sucedidas. O período da brama permite ao guarda auxiliar de caça localizar os melhores troféus. Nesta caça, considerada seletiva tanto se pode caçar um animal defeituoso, como um troféu representativo ou medalhado. Para obter um bom exemplar, sobretudo em terreno aberto, não é tarefa fácil e um bom par de hastes dignifica o caçador que, com ética e regras, o conseguiu. (Texto extraído do livro "Cadernos de Campo", de Mário Fialho de Almeida)


CASA GARCIA
Vila de Amareleja



O SEU ALOJAMENTO LOCAL NA AMARELEJA

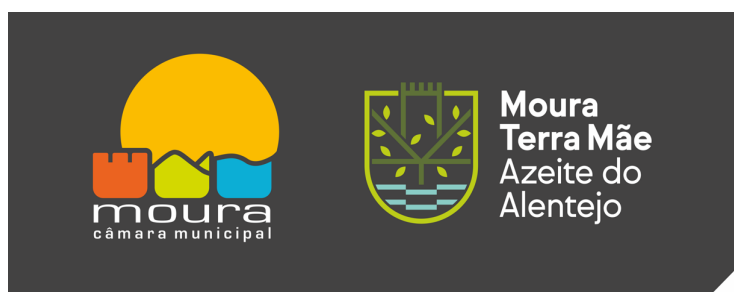
Cada umas das 6 suites tem uma personalidade única, oferecendo as mais modernas comodidades para estadias de lazer, desporto, trabalho ou retiros, para uma experiência inesquecível.

Ar Condicionado | Wi-Fi | Cozinha Comum | Atividades sob consulta

Rua de São Domingos, 2 – 7885-051 Amareleja – Portugal
Tel: +351 925 571 452 E-mails: reservas@casagarcia.pt | geral@casagarcia.pt
www.casagarcia.pt | casagarcia.amareleja



AL:136142/AL



MOURA

página da responsabilidade da câmara Municipal de moura

// SOBRAL DA ADIÇA

Concluída a Empreitada de Requalificação da Casa Mortuária de Sobral da Adiça

Encontra-se concluída a empreitada de Requalificação da Casa Mortuária de Sobral da Adiça e Zona Envolvente.

Neste âmbito, foi realizada no dia 8 de agosto uma cerimónia que assinalou a conclusão da obra.

A requalificação da Casa Mortuária de Sobral da Adiça pretendeu dotar este equipamento de melhores condições de utilização, tendo em conta

a importância que o mesmo tem para a população de Sobral da Adiça.

Tratou-se de um investimento total de €114.935,23, tendo a Câmara Municipal de Moura assegurado €65.203,98, valor correspondente a 100% do valor total investido não financiado pela candidatura. O Município assumiu ainda a elaboração do projeto de especialidades, bem como a fiscalização da empreitada, num investimento total de mais €22.447,50. A comparticipação nacional cifrou-se nos €49.731,25. A Junta de Freguesia de Sobral da Adiça, submeteu a candidatura a programa de financiamento aplicável e assumiu o papel de "Dono da Obra".



// Casa Mortuária de Sobral da Adiça

// SANTO ALEIXO DA RESTAURAÇÃO

Apresentação do livro "Arlindo da Silva Caldeira"

O livro "Arlindo da Silva Caldeira – O Humanista", da autoria de Mário Fialho de Almeida, e cuja edição contou com o apoio da Câmara Municipal de Moura, foi apresentado no dia 21 de agosto, na Igreja Paroquial de Santo Aleixo da Restauração.



// Apresentação do Livro "Arlindo da Silva Caldeira – O Humanista"

Esta obra pretende evocar o homem, enaltecer o pensador e imortalizar o poeta e o escritor – Arlindo Caldeira, um dos maiores que o Alentejo já viu nascer, de acordo com o autor do livro. Mário Fialho de Almeida é licenciado

em História pela Universidade Lusíada, em Lisboa e é, atualmente, professor do Quadro de Agrupamento de Escolas Professor Francisco Honrado Pereira – Amareleja, onde leciona as disciplinas de Português, História e Geografia de Portugal, ao 2.º Ciclo do Ensino Básico, sendo

também Coordenador do Departamento de Ciências Sociais e Humanas. Em 2015 publicou o livro Cadernos de Campo – Apontamentos sobre Caça e Conservação da Natureza, Edições Colibri.

// APLICAÇÃO PARA TELEMÓVEIS

Nova versão do MOURAmobile já se encontra disponível



Já se encontra disponível a nova versão da aplicação para telemóveis da Câmara Municipal de Moura.

A nova versão, disponível para smartphones Android e iOS, com acesso à internet, poderá ser instalada através da Google Play Store ou da App Store, bastando para tal realizar uma pesquisa pela palavra "Moura". Os links para instalação encontram-se igualmente disponíveis na página de internet do Município.

A aplicação além do design inovador disponibiliza, nesta nova versão, um conjunto de serviços, a que o utilizador poderá aceder através do seu telemóvel, como por exemplo aceder a contactos úteis, farmácias, restaurantes e alojamentos no concelho, locais a visitar, percursos pedestres, notícias, alertas, agenda cultural, submeter ocorrências e aceder aos serviços on-line, onde poderá, por exemplo, consultar os seus contratos de abastecimento de água, solicitar e consultar documentos.

A nova versão da aplicação para telemóveis da Câmara Municipal de Moura é uma ferramenta inovadora que aproxima o Município dos Municípios.

Esta atualização reforça o compromisso da Câmara Municipal em promover uma comunicação mais eficaz e transparente, permitindo aos cidadãos estarem sempre ligados ao que acontece no seu concelho.



ANA ARREBENTINHA ENDIREITA~TE!

"Sou filha da Fátima e do Zé Mário, conhecido como Arrebenta Parafusos por trabalhar numa oficina onde, por ser muito forte, rebentava os parafusos. Daí o menu nome Ana Arrebentinha, apesar de ser Ana Campaniço."

"Surji da Amareleja, das pessoas da Amareleja, do estar à mesa a ouvir histórias e anedotas dos mais antigos. No dia em que eu perder as raízes da minha aldeia, perco-me, e vou deixar de ser a Ana Arrebentinha!"

O humor é coisa da tua família?

O meu pai gostava muito de histórias e anedotas e à mesa gostava que nos estivessemos todos a rir. A minha mãe tinha um humor certo, mas não tão exuberante quanto o do meu pai.

Como foi a tua infância?

Foi toda na Amareleja. Até ao 9º ano na EBI e depois em Moura até ao 12º. Tenho 31 anos mas a minha geração, em criança, ainda via Lisboa quase como sendo do outro lado do mundo. Só quase lá íamos em visitas de estudo...

Como decidiste trabalhar como Humorista, Comediante, Atriz?

Queria ser professora de Educação Física. Por influência do meu pai contar anedotas, comecei a contar aos meus amigos e via-os a rirem-se. Surgiu-me a dúvida se seria por serem meus amigos ou por eu ter mesmo jeito para contar...

O então Presidente da Junta, António Valadas, pediu-me para ir contar anedotas em vários eventos. Comecei a gostar muito de fazer isso. A reação do público enchia-me a alma! Ficava muito nervosa mas quando chegava ao palco, o nervoso desaparecia. Quando saía sentia uma calma enorme e ficava muito feliz.

Em Moura fiz um espetáculo num bar, que correu mal porque as pessoas estavam a conversar enquanto eu estava a atuar. Aquilo irritou-me tanto que cheguei a casa e mandei um email para o Programa de TV "Boa Tarde", da Conceição Lino, a dizer "Olá sou a Ana, tenho 17 anos, sei mais de 100 anedotas,...". Ligaram-me logo da SIC.

A primeira vez que entrei num estúdio de televisão, a ideia de ser Prof. de Educação Física desapareceu... Esse dia 27 de Abril (em que a minha mãe também fazia anos), foi o mais feliz da minha vida! O meu pai e a minha mãe ficaram muito assustados porque este mundo é muito viciante, aberto e perigoso, se só quisermos fama. Expliquei-lhes que não era a questão de aparecer, mas sim eu gostar disto. Então o meu pai deixou-me fazer um curso de Teatro em Lisboa, aos fins-de-semana, enquanto acabava o Secundário, para eu perceber o que queria. Percebi que gostava muito e, quando me mudei para Lisboa, fiz o curso de Teatro na Casa do Artista, durante um ano e tal.

Como é a tua vida como Atriz?

Trabalho mais como comediante e tento aplicar o que aprendi no teatro.

O meu espetáculo "Não Estavas Capaz Não Vinhas", que estreou em Fevereiro, é sobre a Amareleja e a minha infância aqui. Tem um filme feito por um drone a sobrevoar a Amareleja, o que faz

com que a vila seja vista pelo país inteiro!

Foste ao programa "Got Talent Portugal 2017" na televisão...

Sim, foi aí que dei um grande salto. Fui e não passei à final, mas tive o Herman José a dizer que daí a uns anos iríamos ver os meus cartazes a rebentar pelo país inteiro. Não se enganou! E já trabalhamos juntos... Foi uma porta aberta que me picou para trabalhar mais, fazer o espetáculo "Coisas de Mulheres" e começar a ganhar público. Devo-o a todos os canais de TV, mas principalmente à TVI.

Também já fizeste um filme, estreado em 2023...

Sim, chama-se "Um Filme do Caraças", com o Herman José, o Eduardo Madeira,... Foi incrível fazer um filme com pessoas que eu já via há muitos anos na televisão e poder aprender com elas.

A vida de Comediante mistura-se com a vida pessoal?

Nunca saímos do papel de comediante. A diferença é que em palco qualquer artista se transforma. É mágico! Sou só eu, a minha voz, o meu olhar para o público, o que tenho para dizer, as gargalhadas das pessoas... Cá fora tiro a capa de comediante e aí já é a minha vida pessoal. Nos últimos tempos a comédia tem sido a minha salvação!

Como assim?

A comédia é terapêutica. Eu estreei em Fevereiro e a minha mãe morreu a 16 de março. Aquele espetáculo foi um descarregar de energia. Não deixei de estar triste, mas saí dali muito mais leve.

Tens de preparar ou improvisas?

Levei um ano a escrever o texto deste espetáculo, enquanto levava a minha mãe aos hospitais. O resultado final é quase um filho. Improviso bastante em palco, meto-me com as pessoas e acabo por criar coisas novas.

O Alentejo tem especial humor?

Tem! E temos capacidade de gozar connosco próprios! Somos um bocado desconfiados, mas assim que percebemos que alguém é boa pessoa, já o levamos a almoçar a casa. Também conseguimos estarmos sozinhos, o que hoje em dia é difícil, mas é bonito. Tempo é tempo!

O humor tem limites?

Para mim o limite é o outro não se sentir incomodado, porque a minha comédia é para as pessoas se libertarem de tudo. Há temas sensíveis que dependem de como os abordamos. Estamos numa altura muito perigosa.

Temos de ter consciência de que podemos dizer as coisas e os outros têm de ter consciência de que

se for de forma educada e construtiva têm de saber ouvir.

Também comunicas nas redes sociais...

Quero ser mais ativa nas redes sociais. Quando venho para a Amareleja meto lá tudo. Não falo da fotografia mais bonita, mas as pessoas gostam. Quando estava ao balcão a vender frangos ou batatas fritas nas Festas, as pessoas ficavam admiradas...

Porque decidiste integrar a Comissão de Festas 2024 da Amareleja?

A Comissão era o meu grupo de amigos e convidaram-me. Em Lisboa eu tratei da escolha e contratação da parte artística, por conhecer muita gente. Temos todas ideias muito fortes e isso era engraçado. Ora era uma explosão, ora acalmávamos, mas remávamos todos no mesmo sentido. Não é por aparecer na TV que não tenho de ser da Comissão de Festas. No dia em que eu perder as raízes da minha aldeia, perco-me, e vou deixar de ser a Ana Arrebentinha!

O que significa a tatuagem "ENDIREITA~TE"?

É o que a minha mãe dizia para si própria ao levantar-se, quando já estava doente. E o hífen é o bigode do meu pai.

E a tatuagem A.M.A.?

São as iniciais dos nomes dos meus irmãos: António, Mário e Ana (eu).

Projetos futuros?

Gosto muito de viver e atuar em Portugal, apesar de já ter atuado para comunidades portuguesas na Suíça, França, Alemanha. É giro porque levamos lá um bocadinho de Portugal. Na Suíça há muita gente da Amareleja que me vai ver. É uma super festa! Gosto muito de comédia brasileira e gostava de lá ir. Estou num ano de recomeços. Com a partida dos meus pais aprendi a ter calma... Quero investir na Amareleja, nos meus amigos, com tempo... Quero uma Amareleja viva!

Que mensagem queres deixar sobre a Amareleja?

É a terra da boa comida, bom vinho, bom Cante Alentejano, boa música, bom artesanato, arte, cultura de um povo, jovens. Tudo isto é muito vivo! Não é só calor!!!

Somos um povo com muita capacidade de se unir!





LITERACIA FINANCEIRA

TIPOS DE DEPÓSITOS BANCÁRIOS

Por: CCAM Guadiana Interior

Um depósito bancário é uma entrega de fundos a uma instituição de crédito, que fica obrigada a devolver o montante depositado, de acordo com as condições contratadas, e, em alguns casos, a pagar uma remuneração.

Depósito À Ordem: conta que permite movimentar os fundos em qualquer altura. Quando a abre o cliente pode, normalmente, aceder a outros produtos e serviços e utilizar cartões de pagamento, cheques, transferências e débitos diretos.

Depósito com Pré-Aviso: os fundos só podem ser movimentados depois de o titular da conta comunicar essa intenção à instituição, com a antecedência e forma previamente acordadas.

Depósito a Prazo: pressupõe a não movimentação de fundos pelo prazo acordado. O eventual levantamento antes do final do prazo envolve, por norma, penalização sobre o valor dos juros relativos a esse período. Estes depósitos oferecem, normalmente, remunerações mais elevadas do que os à ordem. Os juros podem ser pagos ao cliente periodicamente, ou na data de vencimento do depósito.

Depósito a Prazo não Mobilizável Antecipadamente: só dá acesso aos montantes entregues, na data do vencimento do depósito.

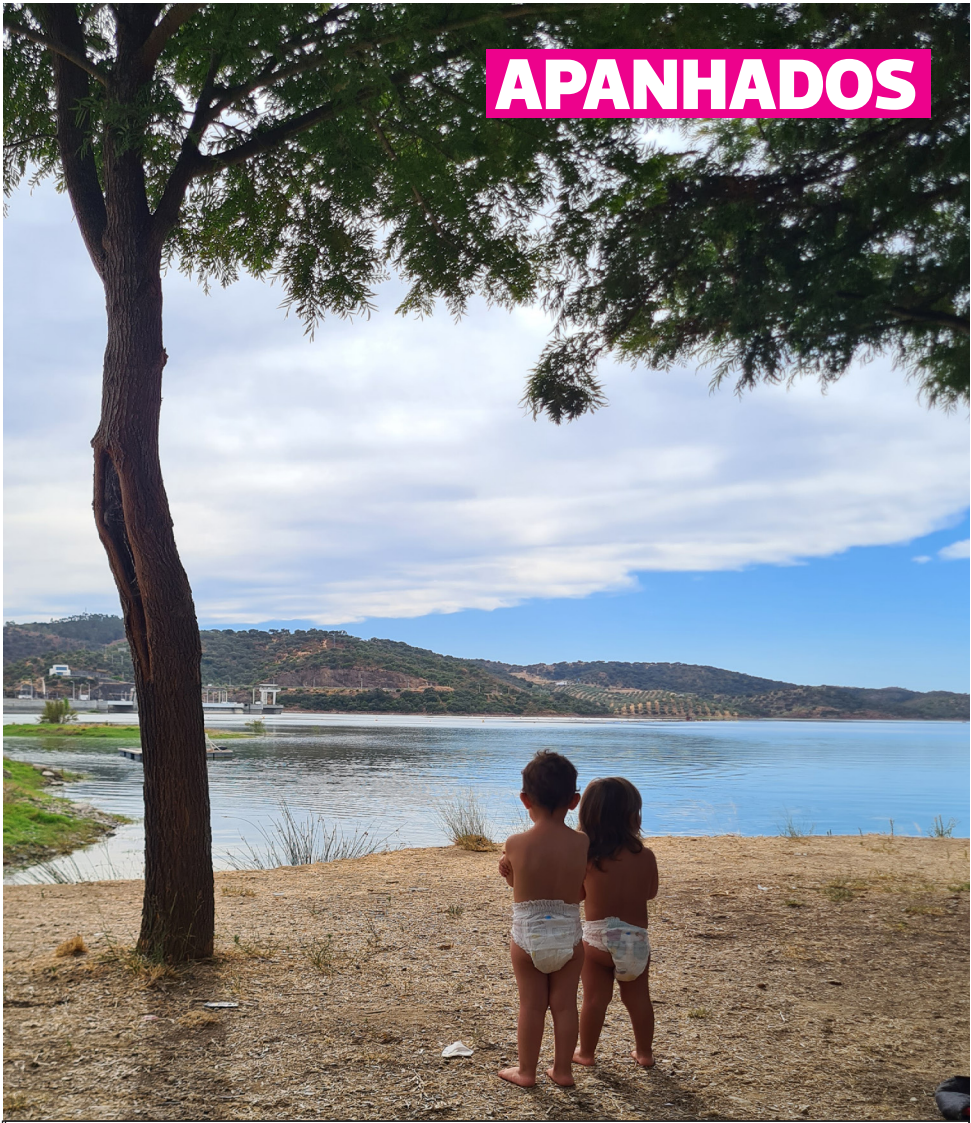
Depósitos em Regime Especial: contas de depósito a prazo com finalidades específicas, que podem conceder benefícios, tais como:

- **Conta Poupança-Habitação** – Objetivo de aforro de fundos com vista à aquisição e/ou beneficiação de habitação própria (Decreto-Lei n.º 27/2001).
- **Conta Poupança-Condomínio** – Constituída e movimentada pelos administradores de prédios em regime de propriedade horizontal, para criação de fundo de reserva para obras nas partes comuns dos prédios. (Decreto-Lei n.º 269/94).
- **Conta Poupança-Reformado** – Contempla regime especial de isenção de imposto sobre os juros (Decreto-Lei n.º 138/86), na parte cujo saldo não ultrapasse o valor definido anualmente no Orçamento do Estado.

Outros Depósitos

As instituições de crédito, com base nos contratos celebrados podem criar contas de depósito com finalidades ou destinatários específicos, como as contas poupança-jovem ou contas poupança-emigrante, às quais podem estar associadas vantagens (ex. isenção de pagamento de comissão de manutenção de conta, movimentação através de cartões e concessão de crédito).

APANHADOS



NELSON PIRES BARRADAS

- Materiais de Construção • Drogaria •
- Mobiliário • Eletrodomésticos •

AMARELEJA

Telem.: 964 532 986

AUTO MOURARENSE

COMÉRCIO DE AUTOMÓVEIS

STAND 1 – PARQUE INDUSTRIAL EM MOURÃO

STAND 2 – ESTRADA DE SAFARA EM AMARELEJA

TEL./FAX: 266 586 166 - TELEM.: 962 842 357 - 962 673 278



GALINHA PEDRÊS
PORTUGUESA

Por: Tiago Batista
(Biólogo)

Há quatro raças autóctones de galinhas em Portugal:

- Pedrês portuguesa
- Preta Lusitânica
- Amarela portuguesa
- Branca portuguesa

Escolhi criar a pedrês aleatoriamente, sem motivo! Os primeiros ovos chegaram via Internet. Deles resultaram 3 a

4 frangas. Decidi recorrer mais uma vez às vendas online para adquirir um macho e não correu bem, venderam-me gato por lebre!

Aconselhado pelos técnicos da AMIBA, Associação onde está inscrito o meu bando, recorri a um criador certificado, para com ele adquirir um galo com as características da raça. Ao longo dos anos fui criando pintos a partir das minhas primeiras galinhas, uns anos mais

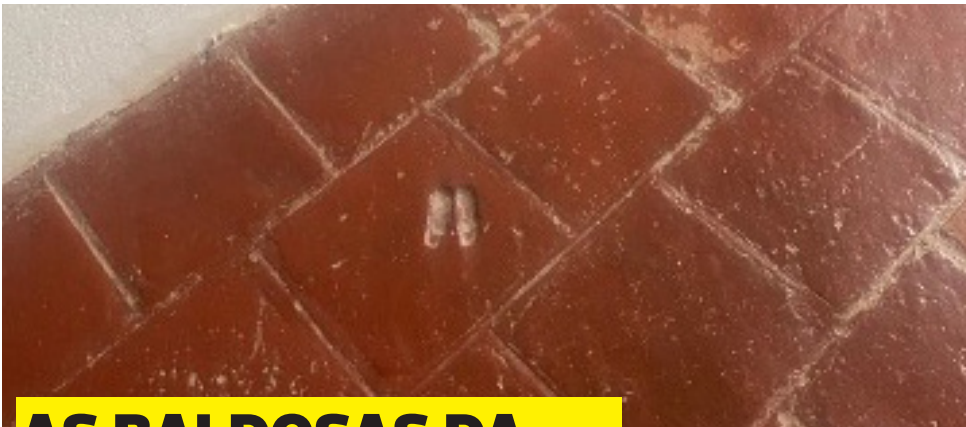


bem-sucedidos que outros, verdade seja dita! Atualmente, tenho um pequeno bando, selecionado e marcado pela Associação de criadores, contabilizando cerca de 30 fêmeas e 2 machos, sem esquecer os pintos do ano, que são perto de 12.

Conheça o Padrão da Raça em: www.amiba.pt



VALORIZE O SEU PATRIMÓNIO



AS BALDOSAS DA
CASA DA MINHA AVÓ

Por: Paulo Perloiro
(Arquiteto)

Na casa da minha avó na Amareleja há umas tijoleiras muito especiais no chão. São tijoleiras de fabrico artesanal, ligeiramente abauladas e com pequenas variações de dimensão. Ninguém sabe ao certo há quanto tempo foram feitas, nem quando foram assentes no pavimento.

Estas tijoleiras têm fantásticas variações de tonalidade, consoante a intensidade do sol no momento da sua cozedura. Em dias mais sombrios saíram de

cor mais escura, em dias de sol intenso de cor mais clara.

É um chão que tem a beleza de incorporar a energia solar da Amareleja de há 100 anos.

Foram feitas com a matéria prima de algum barreiro dos arredores da aldeia e, portanto, trazem também um pouco do campo para dentro das nossas casas. Porque foram amassadas e enformadas pelas mãos de homens e mulheres da Amareleja, são também um

testemunho humano de muito valor.

Tratadas ao longo de várias décadas com cera natural e óleo, mais queimadas junto à lareira da casa do lume e humedecidas na zona da cozinha, testemunham a passagem de várias gerações que as pisaram, talvez sem saberem a importância e o valor de cada uma delas.

Algumas trazem marcas muito peculiares como a pegada de um porco bravo, a “era” em que foram fabricadas, ou restos de palhas e pedras do campo.

São de uma beleza intemporal. Cada uma é única, permitindo-nos fazer uma espécie de leitura do chão, como se de um jogo de diferenças se tratasse. É, portanto, um chão de enorme valor cultural e relevante sustentabilidade ambiental.

E porque a Amareleja é uma terra da margem esquerda do Guadiana e muito próxima da raia, até as nossas tijoleiras

têm um nome único no Alentejo, não são tijoleiras, são Baldosas!

Se tem Baldosas no chão da tua casa não as substitua por nenhum outro pavimento cerâmico. Conserve as Baldosas no chão sua casa e tente fazer a leitura das marcas especiais que cada uma delas possa ter!

Porque a sua casa é única, mande-nos uma fotografia das Baldosas do chão da sua casa para: geral@terrasdesol.pt





VIVER E INVESTIR NA MARGEM ESQUERDA DO GUADIANA

Pensámos duas vezes antes de decidir levar este tema à capa deste jornal...
Porquê? Porque ficámos muito divididos entre guardar, só para nós, o melhor segredo do mundo, que é viver na nossa região, nas localidades a que o este jornal se dedica, ou a partilhá-lo, aquém e além Guadiana. Porém, tendo este jornal a missão de partilha, e também por verificarmos que ainda há por cá algumas pessoas que não têm total consciência do privilégio e luxo que é viver aqui, rapidamente concluímos que tinha de ser!

Só mesmo quem nunca viveu fora destas terras pode ousar não valorizar tudo o que aqui existe e tudo o que ainda está por vir e se pode criar!
Desde logo as pessoas. O seu sentido de humor único e apurado, talento artístico, musical e gastronómico, capacidade de entender a natureza, trabalhar terras e criar animais e, acima de tudo, conviver e festejar!
Depois o espaço, o silêncio e o tempo. Se por um lado aqui conseguimos estender a vista nas nossas paisagens, ver as estrelas, escutar a natureza, passear longas distâncias longe de multidões, também conseguimos estar à distância de alguns passos uns dos outros, sem termos de enfrentar engarrafamentos infernais de trânsito.
Aqui os engarrafamentos são outros... e muito saborosos!

E as oportunidades profissionais, questionarão alguns?
Ora aí está: são imensas, respondemos nós! Tanto que há por fazer... tanto que há por aproveitar... tanto que há para criar e imaginar!

A questão hoje aqui não é de isolamento e de falta de oportunidades! Na era das tecnologias em que aqui podemos estar ligados ao mundo, da ânsia crescente de contacto com a natureza, com o genuíno, com as tradições e com a simplicidade, novas oportunidades emergem para quem quer trabalhar e investir aqui, assumindo-se como motor e não reboque, longe da perspetiva de viver de subsídios ou à sombra da bananeira, que por acaso aqui até nem há.

Façamos então a diferença. Queiramos mais de nós!
Em vez de pensarmos em terras longe daqui, ficando com vontade de sair daqui, pensemos como se estivéssemos longe daqui, para querermos ficar aqui!

Falemos positivo do que temos e do que podemos criar, para que o nosso estado de ânimo nos consiga deixar ver mais oportunidades do que ameaças.
Digamos:
"Melhor do que isto, só o dobro disto!", em vez de "vai-se andando..."

CONCURSO DE FOTOGRAFIA

"FREGUESIAS EM FESTA 2024"

Na anterior edição do Jornal desafiámos os leitores a participarem no Concurso de Fotografia "Freguesias em Festa 2024".

A participação aconteceu, tendo-nos sido enviadas várias fotografias, tiradas em diferentes Freguesias do nosso Concelho. **Apraz-nos registar a qualidade das mesmas, o que colocou ao Júri o desafio da escolha das 3 primeiras, que hoje aqui apresentamos.**

Os autores das 3 fotografias escolhidas serão premiados em cerimónia a organizar pelo Jornal Terras de Sol, cujo acontecimento reportaremos no próximo número. Os restantes participantes receberão também um Certificado de Participação.

Agradecemos a competente e dedicada colaboração dos Membros do Júri:
- **Diamantina Nunes**
- **Helena Batista**
- **Sílvia Agulhas**

o qual contou ainda com a participação de Ana Teresa Perloiro e João Catalão, em representação do Jornal Terras de Sol.

1º LUGAR

António Francisco do Carmo Calado

Título da fotografia:
Fogo de Artifício de Santo Amador 2024



2º LUGAR

Jorge Campaniço

Título da fotografia:
Lágrima Amarela



3º LUGAR

António Seita

Fotografia Sem Título

**AMARELEJA****Café Sol Nascente – Bar a Tapas**

Rua das Hortas, 2
7885-064 Amareleja
924026034 | iuristevejoel@gmail.com

Encerra: segunda-feira

Especialidades: bacalhau à casa; grelhados mistos; cozido de grão.

O Amante – Café Restaurante & Petiscos

Largo General Humberto Delgado, 11A Amareleja
Contacto: 964 980 219 | rui_amante@hotmail.com

Encerra: terça-feira

Especialidades: francesinha; lagartos de porco preto; bacalhau.

Restaurante Adega Piteira

Rua da Fábrica, 2 7885-031 Amareleja
Contacto: 285 983 101 / 965 787 024 | paularodrigues01967@gmail.com
<https://www.facebook.com/Adega-Piteira-1687328594811982/>

Encerra: quarta-feira

Especialidades: açorda de perdiz; grelhados de porco preto

Restaurante Baldosa

Rua na Fonte Nova, 32
7885-033 Amareleja
Contacto: 285 982 610 / 961 576 438

Encerra: quinta-feira

Especialidades: feijoada à casa; ensopado de borrego.

Restaurante Corte Velha Wine Bar

Rua da Fonte Nova, 37
7885-033 Amareleja
Contacto: 966 219 797 | pelicano_cortevelha@hotmail.com
<https://www.facebook.com/Corte-Velha-289406458096099/>

Encerra: segunda-feira

Especialidades: berbigão à casa; migas à casa; cação panado com arroz de tomate.

Restaurante O Encalho

Rua Catarina Eufémia, 43
7885-027 Amareleja
Contacto: 285 983 263 / 936 219 065 | restauranteoencalho@gmail.com
<https://www.facebook.com/restaurante.oencalho/>

Encerra: terça-feira

Especialidades: migas de espargos; migas com entrecosto; ensopado de borrego; cozido de grão; grelhados de porco preto; gaspacho.

Restaurante O Poço do Chorão

Rua do Poço do Chorão, 15
7885-058 Amareleja
Contacto: 962 567 210 / 963 085 289 | xico.mota@hotmail.com
<https://www.facebook.com/Poço-Do-Chorão-Gastro-Bar-198025184365027/>
Encerra: segunda-feira
Especialidades: cataplana de peixe e marisco; carnes grelhadas de porco preto; migas.

A Chica

Rua da República, 5, Amareleja
Contacto: 969509550

Sabores do Guinapo

R. Nova de Barrancos 125,
7885-065 Amareleja
Contacto: 285 982 007 / 919795717

SAFARA**Restaurante O Arcada**

Praça 25 de Abril, 24 7875-053 Safara
Contacto: 285 935 164 | restaurante.o.arcada@gmail.com
<https://www.facebook.com/oarcada-safara/>

Encerra: quarta-feira ao jantar e quinta-feira todo o dia

Especialidades: ensopado de borrego à pastora, migas de espargos com mista de porco preto, migas à alentejana com entrecosto frito, caldo de bacalhau com espinafres e queijo fresco, caldo de toucinho, sopa da panela

Café Restaurante O Meia Bola

Largo Luís de Camões, 14-15
7875-052 Safara
Contacto: 285 935 152 / 966 928 241 | rest.meiabola@hotmail.com
<https://www.facebook.com/CAFE-Restaurante-MEIA-BO-LA-1647326162195036/>
Encerra: terça-feira
N.º de lugares: Interior: 52 | Exterior: 16

Tapitas Food & Drinks

Praça 25 de Abril, 4A
7875-053 Safara
Contacto: 964837679
Encerra: segunda-feira e terça-feira
Especialidades: ovos rotos com tomate e manjerição; taco de camarão com puré de abacate; naco de novilho; tarde merengada de limão

SANTO ALEIXO DA RESTAURAÇÃO**Snack-Bar D. Afonso**

Rua Lopo Sancas, 1
7875-181 S. Aleixo da Restauração
Contacto: 969 330 245 | d.afonso.santoaleixo@hotmail.com
Encerra: quinta-feira
Especialidades: cozido de grão, feijoada, choquinhos fritos

"O TIJOLO"

Telefone
285965043
R. da Igreja, 7875-358 Santo Aleixo da Restauração

SANTO AMADOR**O Recanto da Maria**

Rua do Poço, 2
7875-260 Santo Amador
Contacto: 968 358 058 | ermelinda.reis@hotmail.com
Encerra: quarta-feira

GRANJA**O Orvalha**

R. Álvaro Afonso, 40,
7240-012 Granja Mourão
Contacto: 266 577 154
Encerra: segunda-feira
Especialidades: pratos típicos alentejanos

ESTRELA**Associação de Moradores da Aldeia da Estrela**

Rua da Parreira, 7885-260 Estrela
Contacto: 927 535 131



AGÊNCIA FUNERÁRIA ROSADO

Serviços Fúnebres, Flores, Cremações

Tratamos de toda a documentação para reembolso do funeral

Mais informações
966 412 755

Rua Engº Luis Guinapo Feronha - 7995-061 AMARELEJA



	Calendário Venatório para as Épocas 2024/2025, 2025/2026, 2026/2027								TERRENOS ORDENADOS				
	Espécies Migradoras												
Espécies	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Limites
Pato-Real, Galeirão e)			3D					20					10
Galinha de Água													5
Pombo Bravo e Pombo Torcaz			3D						20				50
Codorniz				1		30							10
Narcejas						1		20					8
Tarambola Dourada						1		20					5
Galinhola						1			10				3
Tordos						1			20				40
Espécies Sedentárias													
Coelho Bravo, Lebre				1			31						b) d)
Perdiz Vermelha, Faisão					1			31					b)
Pombo da Rocha							31						25
Gralha Preta, Pega Rabuda			3D						29				b)
Raposa, Saca-rabos					1				29				b)
Javali, Gamo, Veado, Corço, Muflão	1											31	b) c)

a) 3D – Terceiro Domingo de Agosto. b) Limites diários de abate obedecem aos respetivos Planos Anuais de Exploração nas ZCM ou aos Planos de Ordenamento e Exploração Cinética, nas ZCA e ZCT. c) Batidas e Montarias apenas de 1 Outubro ao último dia de Fevereiro. d) A caça a corição e por cetraria, ao coelho e á lebre, tem início em 1 de Setembro e termo no último dia de Fevereiro. e) Outros Patos: (Frisada, Pato-Trombeteiro, Zarro-Comum, Zarro-Negrinha, de 1 de Outubro a 20 Janeiro – 1 exemplar); (Marrequinha, Arrabio, Piadeira de 1 Outubro a 20 de Janeiro - 10 exemplares).

ADIVINHAS

1. O que é feito para andar e não anda?
2. O que é que não se come, mas é bom para se comer?
3. O que é que quanto mais rugas têm mais novo é?
4. O que é que nunca volta, embora nunca tenha ido?
5. O que é que quanto mais se tira mais aumenta?
6. O que é que mesmo atravessando o rio não se molha?
7. O que é que existe no meio do ovo?
8. O que é que nasce a socos e morre a facadas?
9. O que é que enche uma casa, mas não enche uma mão?
10. O que é que tem 5 dedos, mas não tem unhas?

Soluções na Pág. 24

SABIA QUE ?

Todo o azeite português é feito a partir de azeitonas

É comum encontrar, noutros países/línguas, confusões entre óleo e azeite. Em Espanha, por exemplo, qualquer óleo é denominado de “aceite”. Em Itália, azeite é “olio di oliva” e, em França, “huile d’olive”. Já em Portugal, o que chamamos de azeite é feito apenas a partir das azeitonas, sem confusões com óleos.

Certificação Starlight, pela UNESCO

O Alentejo foi o primeiro lugar do mundo a receber a certificação Starlight, da UNESCO, que atesta a qualidade do seu céu para a observação de estrelas.

Pão Alentejano

O pão alentejano é um pão dobrado, alto e com um agradável aroma a trigo, cereal que dá força à massa. Só se pode fazer com um fermento ácido, que lhe confere um sabor característico, e deve ser cozido sempre em forno a lenha, normalmente de eucalipto. Reza a história que foram os romanos a intensificar a panificação na Península Ibérica, embora haja vestígios anteriores de um tipo de fermentação (a partir da espuma da cerveja), que fazia um pão diferente, mais leve e esponjoso. Com a ocupação moura em Portugal, a cultura alimentar muçulmana passou a fazer parte do ADN da gastronomia alentejana, influenciando até a forma de comer o pão. De facto, uma das mais antigas receitas muçulmanas – o tharid ou târida – já fala do pão mergulhado num caldo aromático e temperado com azeite, ao qual ainda se podia juntar carne ou vegetais. Tal qual as açordas ou o ensopado alentejano...

Rio Guadiana

Tem cerca de 870 km de comprimento (é como ir de Beja ao Porto e voltar), mas só 260 km são em Portugal. E sabia que mais de 100 quilómetros deste rio fazem fronteira entre os dois países da Península Ibérica?

ANEDOTAS



Um alentejano vai no comboio regional e dá-lhe uma grande “caganera”.

Dirige-se ao WC, o qual está fechado...

Decide aliviar-se no corredor... Entretanto, chega o Revisor e diz:

- “Sinto muito, mas vai ter de me acompanhar e vou ter de dar parte ao chefe”
- Ao que o alentejano responde:
- “Concerteza, e por mim até a pode dar toda...”

Conversa entre copos:

- Por quanto compras a minha sogra?
- A tua sogra? Por nada...
- Aceito! Negócio fechado...

Idoso inscreve-se no ginásio e pergunta ao Treinador:

- Que máquina devo utilizar para impressionar as miúdas?
- Recomendo a Caixa Multibanco...

Conversa entre amigas:

- A minha cozinha nova é como o Sol.
- Cozinha bem?
- Não! Queima tudo...

- Doutor. Que dizem as minhas análises?

- Restam-lhe 10...
- O Senhor Doutor quer dizer 10 anos? 10 meses...
- 9, 8, 7, 6...

Sabem daquele que morreu enquanto bebia leite?

R: O desgraçado estava descansado a beber leite e a vaca sentou-se!

RECEITAS DA AIDA

TOSQUIADOS



Por: Heidemarie Sutbner Lucas

Ingredientes:

- 12 claras de ovos
- 750 g de açúcar
- Canela em pó – 1 colher de chá
- 750 g de miolo de amêndoa



Preparação:

- Pré aquece-se o forno a 180º C.
- Unta-se um tabuleiro com margarina e polvilha-se com farinha.
- Batem-se muito bem as claras em castelo.
- Juntam-se o açúcar e a canela e continua-se a bater até a massa segurar na colher.
- Em seguida junta-se a amêndoa cortada em lascas.
- Fazem-se pequenas bolas que se dispõem no tabuleiro e se levam a forno muito brando, até ficarem louros.



FEIJOADA DE CHOCOS

E COGUMELOS, À MODA DA CIDÁLIA

Para 4 pessoas

Ingredientes:

- 1 kg de búzios
- 500 g de cogumelos
- 500 g de feijão branco
- 500 g de tomate fresco
- Meio pimento verde
- Meio pimento vermelho
- 1 ramo de salsa
- 1 ramo pequeno de coentros
- 6 dentes de alho
- 100 g de cebola
- 1 dl de azeite
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Piripiri

Preparação:

- Num recipiente ponha o feijão a demolhar em água fria de um dia para o outro, depois de demolhado, lave-o e ponha a cozer.
- Em seguida, coza os búzios cerca de 45 minutos.
- Depois de cozidos corte em pedaços e reserve a água.
- Num tacho, à parte refogue, em azeite, o alho, a cebola, picados finos, junte o louro, o pimento, o tomate e a salsa, deixe apurar.
- Junte os búzios, tempere com sal e pimenta, adicione o feijão já cozido com parte da água da cozedura dos búzios e deixa apurar, por fim mete-se os cogumelos do campo, deixa-se apurar mais um pouco e salpica-se com coentros picados...



**MULTISERVIÇOS
AMARELEJA**

FERRAMENTAS TINTAS ELECTRICIDADE CANALIZAÇÃO
ELECTRODOMÉSTICOS AR CONDICIONADO

ASSISTÊNCIA TÉCNICA CERTIFICADA

MEDIAÇÃO DE SEGUROS AGENTE URH SERVIÇOS DE UTILIDADE PÚBLICA

Email: multiservicos.amareleja@gmail.com

Tlf: 285 010 319 Tlm: 963 856 409

Rua do Coro, 23 e 23 A 7885-054 Amareleja

SOLUÇÕES DAS ADIVINHAS: 1. A rua; 2. Os talheres; 3. Os pneus; 4. O passado; 5. O buraco; 6. A ponte; 7. A letra V; 8. O pão; 9. O botão; 10. A luva.

Jornal Terras de Sol - Versão online



 terrasdesol.pt  Jornal Terras de Sol

GADELIM

TINTO RESERVA 2009



NOTAS DE PROVA:

Cor granada.

Aroma intensivo a frutos vermelhos maduros, notas de esteva, chocolate preto e algum fumado de tosta.

Na boca revela-se fresco, aromático, com taninos finos e macios. Boa estrutura que permitirá um bom envelhecimento.

A tipicidade do clima de região propicia vinhos de temperamento quente, diferenciado entre os seus pares Alentejanos, com atitude e robustez.