

CAFÉ MIRA FÓIA, UM RESTAURANTE COM TRADIÇÃO ALENTEJANA

CULTURA p8

SOCIEDADE COLUMBÓFILA "ASAS DO LITORAL ALENTEJANO", CAMPEÃ CONCELHIA DESDE 2012

CULTURA p9

Nº 13

# são teotónio

JORNAL DA FREGUESIA DE SÃO TEOTÓNIO



## É PRECISO NÃO FICAR EM SILÊNCIO

Entrevista a Francisco Ferreira, encenador do teatro sénior da Sociedade Recreativa São Teotoniense

CULTURA p7

## FEIRA DE ARTESANATO NO QUINTALÃO, TODOS OS TERCEIROS SÁBADOS DO MÊS

CULTURA p8

CENTRO DESPORTIVO DO CAVALEIRO COM NOVA DIREÇÃO E NOVAS ATIVIDADES

ASSOCIATIVISMO p10



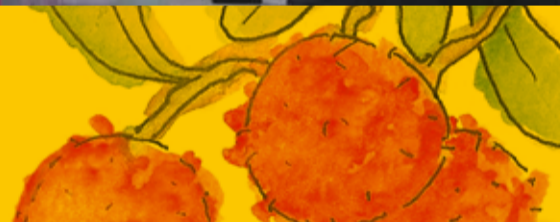
## PROJETO ST

DESDE 2013 A CONTRIBUIR PARA UMA IMIGRAÇÃO SUSTENTÁVEL EM SÃO TEOTÓNIO

AÇÃO SOCIAL p3

## DESTILARIAS EM SÃO TEOTÓNIO

DESTAQUE p5



## Entrevista a Daniel Bernardo

Gerente da destilaria Casa Nova da Alagoa, em Delfeira

DESTAQUE p4

## Entrevista a Ana Pacheco

*“Os cogumelos são parte de um ecossistema, como todos os seres vivos”*

ENTREVISTA p14



# 2 EDITORIAL



## Dário Guerreiro

Presidente da Junta de Freguesia de S. Teotónio

Nesta edição do jornal decidimos dar destaque aos produtos endógenos da nossa freguesia e a quem os produz e transforma de modo a valorizar o seu papel fundamental na preservação de costumes, tradições e cultura deste território. Numa altura em que assistimos a uma rápida alteração e perda de identidade local, é fundamental salutar quem desenvolve estas actividades, que felizmente estão hoje em franco desenvolvimento e crescimento. O sucesso e viabilidade económica em sectores primários onde se insere por exemplo a produção de medronho na zona interior da freguesia, de batata doce na zona do Cavaleiro e de gado limousine um pouco por toda a freguesia prova que é possível obter mais valias a partir de pequenas explorações e deita por terra a ideia que só as explorações intensivas de grande escala podem ser geradoras de lucro.

Gostaria de aqui expressar uma palavra de felicitação para os nossos campeões que entre as várias modalidades elevam o nome da freguesia a nível nacional e internacional e votos de sucesso em próximas competições.

Aproveito para informar que este ano voltaremos a comemorar o dia de Portugal com actividades que terão lugar junto ao monumento dos combatentes (frente à escola EB23), seguida de missa na Igreja Matriz em São Teotónio e pequeno arraial no jardim Quinta da Elsa, pelo que convido todos a marcarem presença neste dia tão especial.

Contamos este ano com mais um festival de mastros, por isso faço aqui um apelo a todos para ajudarem na concretização deste evento, de modo a que este continue a ser um motivo de orgulho para todos os São Teotonienses. Um bem Haja! 🍀

## JUNTA DE FREGUESIA INICIA OBRAS PARA REABILITAR EDIFÍCIOS E ESPAÇOS PÚBLICOS DE SÃO TEOTÓNIO

- Pintura exterior e requalificação energética do edifício da Junta de Freguesia;
- Pintura do armazém junto ao Jardim de Infância de São Teotónio;
- Pintura exterior do edifício do Quintal d'Aldeia;
- Substituição de telhado, limpeza exterior e obras de manutenção na Praça do Mercado da Zambujeira do Mar;
- Alargamento da rua dos Alteirinhos na Zambujeira do Mar



## QUINTAL D'ALDEIA PARTILHA DE ESPAÇOS

O espaço está em obras e irá, futuramente, congrega a partilha de espaços da Casa das Coisas, do CLAIM e de várias associações da freguesia (Admira, a Caútku e a Associação de Combatentes). 🍀

## ALMOÇO DE NATAL PARA OS IDOSOS DA FREGUESIA

A Junta de Freguesia de São Teotónio ofereceu um almoço de convívio aos idosos e reformados da Freguesia de São Teotónio, durante o qual foram sorteadas 10 viagens de avião, a realizar no primeiro semestre de 2019.

Os bilhetes sorteados foram oferecidos a: Vítor Garcia (Brejão), Genoveva Correia (Malavado),

António José (Seladinha da Ribeira), José Maria Pacheco (Cavaleiro), Maria Leonor (Centro de Dia da Zambujeira do Mar), António Portela (Malhão da Corcha), Pedro Silva (São Teotónio), João Guerreiro (São Teotónio), Alcía Cândida (Monte Branco). 🍀

## A CASA DO PAI NATAL

As crianças de São Teotónio visitaram a casa do pai Natal durante o mês de dezembro. Todos receberam uma caneca, oferecida pela Junta de Freguesia. 🍀

# são teotónio

JORNAL DA FREGUESIA DE SÃO TEOTÓNIO

EDIÇÃO QUADRIMESTRAL

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

**Edição:**  
Freguesia de São Teotónio

**Diretor:**  
Dário Filipe da Conceição Guerreiro

**Colaboradores:**  
Claudia Marques,  
Laura Tschampel.

**Fotografias:**  
Freguesia de S. Teotónio,  
Andre Gonçálinho,  
João Brilhante,  
Laura Tschampel.

**Design/paginação:**  
Monte d'Ideias  
www.montedideias.pt  
info@montedideias.pt

**Tiragem:**  
1000 exemplares  
**Produção:**  
Gráfica Funchalense  
DL: 412254/16

# PROJETO ST

DESDE 2013 A CONTRIBUIR  
PARA UMA IMIGRAÇÃO  
SUSTENTÁVEL  
EM SÃO TEOTÓNIO



O projeto ST é um projeto que existe em São Teotónio com o objetivo de contribuir para a integração das crianças e jovens migrantes residentes nesta freguesia. É executado e gerido pela TAIPA e tem consórcio com várias entidades- a CPCJ, o Agrupamento de Escolas de São Teotónio, a Junta de Freguesia de São Teotónio e o Município de Odemira. Surgiu em 2013 e foi o primeiro projeto

**Gosto muito das saídas, de fazer teatro.**

**Também gosto muito do canto e das danças.**

**Acho que o projeto tem sido muito importante para falar sobre “faltar às aulas” e no apoio aos trabalhos de casa.**

Donka Hristova

na área da imigração no concelho de Odemira, tendo começado a sua intervenção com a comunidade de imigrantes de países do Leste.

Financiado pelo programa Escolhas, o projeto ST recebeu a aprovação da sua candidatura E7G (Escolhas, 7ª Geração) em fevereiro do corrente ano. Para além da promoção da integração de crianças e jovens de meios desfavorecidos, o projeto visa igualmente contribuir para o sucesso escolar e a diminuição do absentismo escolar, assim como para o desenvolvimento das competências pessoais e sociais dos jovens. Para tal, o projeto prevê uma intervenção próxima e regular que continuará a incluir o apoio ao estudo e realização de trabalhos de casa, reforçando a aprendizagem da língua portuguesa e a melhoria dos resultados escolares. Durante o ano de 2018 e início de 2019, o projeto ofereceu também várias atividades: a possibilidade de capacitação na área digital, através das novas tecnologias; projetos

**Gostei muito de conhecer outras pessoas.**

Pavlina Zheleva

de formação cívica e orientação vocacional em colaboração com a escola; o desenvolvimento de competências e melhoria da indisciplina em sala de aula através de sessões de teatro; a produção de maquetes de locais emblemáticos de São Teotónio com o projeto INARTE; o apoio para a realização de festas durante o ano letivo na EB 1 de São Teotónio, entre muitas outras.

Tânia Santos coordena desde 2017 as atividades do projeto e verifica com satisfação o impacto positivo das intervenções junto das famílias: “As famílias ganharam mais confiança. Trabalhámos primeiro com as crianças e agora as famílias têm menos receio

de pedir ajuda.” Na intervenção com as crianças e jovens, Tânia Santos sublinha a importância das artes, sobretudo da dança e da música. As novidades do projeto E7G incluem oficinas de dança, música e edição de vídeo em parceria com a associação Pédexumbo- o projeto “ST Nã drome”- que visa dar a conhecer e envolver a comunidade migrante na celebração e dinamização de eventos culturais e comunitários locais. A atividade “Rota ST” prevê a criação de um roteiro turístico que defina um percurso histórico, étnico e cultural que combine a identidade local com a diversidade e a riqueza de culturas a



residir na freguesia. Também está a decorrer uma oficina de percussão e música tradicional local, com Tó Mandala. Hugo Gomes, técnico do Espaço ST, oferece formação na área da música- teclado, bateria e guitarras. E, com o objetivo de aproximar e envolver a cultura migrante e local, o projeto ST está também a desenvolver o programa “Mediadores de rua”, que visa o encontro e capacitação de jovens mediadores que representem e interliguem as diversas culturas. Pretende-se que esses mediadores se tornem uma figura de referência dentro da sua comunidade no sentido de levar e trazer informação. ◉



## 4 DESTAQUE

# Entrevista a Daniel Bernardo

gerente da destilaria  
Casa Nova da Alagoa,  
em Delfeira

*“Quisemos legalizar uma destilaria diferente, que pudesse oferecer a destilação do produto de terceiros”*



### **Q**uando começou a gerir a destilaria de Casa Nova da Alagoa?

Há cerca de 6 anos, fizemos a legalização da destilaria, juntamente com o Município de Odemira. Quisemos saber o que era necessário para conseguir legalizar uma destilaria um pouco diferente, que pudesse oferecer a destilação do produto de terceiros, que é uma tradição antiga na nossa região. Nós temos um rótulo e produzimos o nosso medronho. Mas existem muitas pessoas que fazem medronho para consumo próprio e não têm espaço para destilar. Algumas não têm caldeira, outras têm uma caldeira, mas não está legalizada. Assim, têm a possibilidade de destilar na nossa destilaria. É como se fosse uma cooperativa privada.

### **Como funciona, na prática, esse serviço?**

As pessoas apanham e conservam o fruto. Antigamente, trazia-se à destilaria medronho e lenha e pagava-se ao destilador. E davam a maquia (que era meio litro de aguardente) à destilaria. Na nossa destilaria, trabalhamos de maneira um pouco diferente. O cliente paga um valor para as despesas da destilaria (água, luz e documentação), acorda-se um preço para o destilador e pode-se escolher o destilador. Um deles é o senhor Leonel Alvino, que faz a demonstração de medronho durante a FACECO e tem muita experiência e conhecimento na área. A destilaria fica também com os resíduos da destilação. Por lei, é obrigatório ter um processo de separação de líquidos e sólidos, porque o líquido é poluente. Nós temos um sistema que filtra o líquido, que fica numa fossa e é recolhido pela Câmara Municipal. O resíduo sólido, depois de seco, pode ser espalhado pelo solo como fertilizante.

### **Qual é a quantidade anual de produção da vossa destilaria?**

Nós somos micro-produtores e usamos métodos

tradicionais. Com métodos tradicionais não se consegue produzir muita quantidade. Tentamos produzir qualidade e não quantidade. O ano passado tivemos um ano record, com uma produção de 120 litros. Não queremos entrar num mercado competitivo e não queremos crescer muito. Só manter-nos.

### **Como se distingue a qualidade da aguardente de medronho?**

É importante uma total maturação do fruto, colher o mais maduro possível. Se colhemos o fruto amarelo, o teor de acidez não vai permitir que a aguardente tenha qualidade.


### **Há certezas em relação à melhor forma de manter as árvores?**

O melhor é “passar uma lâmina” e destruir a árvore, deixando ficar só uma cepa. Depois tem de ser desbastada, mas não em excesso, para ser orientada no seu crescimento. Queremos que cresça em largura e não em altura. Demora alguns anos a voltar a dar fruto, mas o corte é importante e a planta depois rebenta rapidamente.

### **O medronheiro parece ser uma árvore que permanece robusta. Existem ameaças à sua produção?**

Às vezes, a cochonilha altera um pouco o crescimento das novas ramificações da planta. Se temos precipitação na altura certa, é fantástico. Se temos vento ou geada demais durante a floração, é muito mau.

### **Que inovação poderá existir na área da produção de medronho?**

Pode-se fazer um investimento como “fruto vermelho”, como já existe em Almodôvar, que pode rentabilizar imenso o fruto e será uma boa oportunidade de negócio. Mas, para isso, é preciso uma plantação consecutiva e intensiva, que influencia a qualidade. A maior parte dos medronheiros que tenho são espontâneos, não regados e não fertilizados. 

# DESTILARIAS EM SÃO TEOTÓNIO

*O fruto do medronheiro é recolhido no Outono. Depois de fermentar, destila-se a aguardente durante os primeiros meses do ano. As destilarias de São Teotónio convidam a uma visita para provar este produto regional de grande qualidade.*



DESTILARIA MONTE DA MEDRONHEIRA, CASANOVA DA CRUZ  
**JORGE GROSSKOPF**



DESTILARIA GOMES AIRES, PARCELA 2, VALE GRANDE, POMBA  
**MARLENE DIOGO COSTA**



DESTILARIA GOMES AIRES, PARCELA 3, VALE GRANDE, POMBA  
**ANTÓNIO VIANA DA COSTA**



DESTILARIA CASA NOVA DA ALAGOA, DELFEIRA  
**DANIEL BERNARDO E JOÃO PACHECO DUARTE**



DESTILARIA ALMA ORGÂNICA, SÃO MIGUEL  
**AFONSO PEREIRA**

DESTILARIA RIBEIRA DOS GALEGOS  
**MANUEL FERNANDO BATISTA**



## 6 CULTURA

# NATAL EM SÃO TEOTÓNIO

No dia 15 de dezembro, o Natal passou pelas ruas de São Teotónio. A Companhia Xpto alegrou o comércio local, chamando os passantes com a sua banda natalícia. Para as crianças, houve diversão com insufláveis no Largo Gomes Freire. A Feira do livro da Associação Admira terminou com a visita do Pai Natal, ao qual as crianças escreveram cartas com os seus pedidos de presentes. Pelas 17h30, houve teatro de improviso pela BYForção, no auditório SRST. A peça “A Branca de neve e os 7 anões” foi contada com muita imaginação, com a participação dos pais das próprias crianças, que foram chamados a subir ao palco. A festa de Natal terminou com um “miminho” - todas as crianças presentes receberam um saquinho de gomas, oferecido pela Associação São Teotónio Nã Drome, organizadora do evento. ◻



## FEIRA DO LIVRO NO QUINTALÃO APRESENTA LIVROS DA EDITORA KALANDRAKA

A associação Admira realizou uma feira do livro no largo do Quintalão, integrada no programa de Natal. A feira deu a conhecer os álbuns ilustrados da editora Kalandraka. Entre clássicos de literatura infantil, adaptações de contos tradicionais e obras de produção própria, esta editora apresenta livros cheios de magia, que contribuirão para despertar a imaginação das crianças e suas famílias. ◻

## SONORIDADES TRADICIONAIS E SABORES REGIONAIS EM CASANOVA DA CRUZ

Durante os meses de novembro, dezembro e janeiro, provaram-se petiscos regionais e ouviu-se canto ao baldão, viola campaniça, acordeonistas, poetas populares e grupos de música tradicional em várias localidades da região interior do concelho de Odemira. No dia 3 de novembro, o roteiro de música tradicional e gastronomia “Sonoridades & Sabores” passou por Casanova da Cruz, na freguesia de São Teotónio. Durante a tarde, o café Caçador serviu vários saborosos petiscos, entre os quais torresmos, farinheira e outros enchidos, ao som do cante a baldão. Pouco antes do jantar, que apresentou em ementa sopas de batata com toucinho frito, o grupo musical “Cantigas d’Outrora” terminou a festa, calorosamente acompanhado por todos os presentes. ◻

# É PRECISO NÃO FICAR EM SILÊNCIO

Entrevista a Francisco Ferreira, encenador do teatro sénior da Sociedade Recreativa São Teotoniense



**O grupo de teatro sénior apresentou a sua nova peça “A galinha, a burra, a flor” encenada por si. Como começou o seu interesse pelo teatro e encenação?**

Tive uma amiga em Moçambique que me desafiou para uma peça de improviso. Foi uma experiência de que gostei muito. Também fazíamos festas de aniversário, trabalhámos como palhaços. Participámos em vários eventos, para além do teatro que eu organizava na escola, com crianças, enquanto educador de infância.

“É uma boa experiência. Eu achava que não era capaz de representar e agora faço qualquer um. A família aplaude e gostam. **Francisco Inácio Fino**”

**Como surgiu a ideia de trabalhar com o teatro sénior ?**

Quando voltei para Portugal, um dos meus objetivos era começar a trabalhar em teatro com seniores. Tem a ver com a minha profissão, com o trabalho com as crianças. Penso que devia haver uma fusão maior entre gerações porque os mais idosos têm muita

experiência de vida que podem partilhar. Eu gosto de trabalhar com esta faixa etária. Este grupo de pessoas ainda tem uma vida ativa e já se conheciam de outras peças anteriores.

“Já fomos a Odemira, a Portimão e ao Brejão... Gosto muito do convívio. Nestes momentos, estamos animados uns com os outros. **Mª Catarina**”

**Como tem corrido a experiência?**

A experiência parece-me ser gratificante para todos, rejuvenescedora. Funciona um pouco como terapia. Serve para recriar crenças, para voltar a acreditar nas capacidades de cada um. Forma-se um espírito de grupo, uma família em que todos se sentem apoiados. No início, procurámos temas e tentámos construir uma história, sem impor guião. Todos participaram na criação. Primeiro fizemos exercícios de expressão corporal, começaram a dançar nos ensaios, a expressar emoções. Foi um trabalho evolutivo. Foram trazendo pedaços de história e juntámos, não forçámos quem se sentia menos à vontade. Criaram-

“A experiência do teatro para mim é uma alegria. Primeiro achava que não me dizia nada, agora adoro. Gosto muito da personagem que desempenho nesta peça, tem muito a ver comigo. As pessoas dizem que, para a idade que temos e o pouco tempo que ensaiámos, somos uns artistas. Quando ouvimos estas palavras, parece que “subimos” mais um bocadinho..

**Maria da Piedade Marcelino**

se personagens e fomos construindo um guião mais estruturado, mas sempre com a preocupação de dar liberdade à expressão, sem rigidez. Penso que eles gostaram da liberdade de criarem as personagens.

“Eu sou sozinha e este grupo ajuda muito, convivemos e divertimo-nos. **Ascensão José Santos**”

**O que lhe parece que o grupo ganhou com esta experiência?**

Tentei sempre passar-lhes a ideia de que, se se perderem, durante a peça, devem “dar a volta”. É preciso é não ficar em silêncio. Tem sido muito importante para o bem-estar deles, ficaram radiantes a seguir à primeira peça. Eles ficam a remoer porque são muito perfeccionistas. Digo-lhes que é preciso é continuar. 🟢

“Divertimo-nos muito!”  
**Mª José Fino**

## 8 CULTURA

### FEIRA DE ARTESANATO NO QUINTALÃO, TODOS OS TERCEIROS SÁBADOS DO MÊS



**T**odos os terceiros sábados do mês, o Largo do Quintalão recebe uma feira de artesanato. Para além disso, a feira irá também oferecer para venda produtos frescos e biológicos. A feira é cada vez mais participada e todos são bem-vindos. Ania Kopec é a organizadora do evento. Explica que a motivação partiu da vontade de várias pessoas de ter um espaço para expor e vender os seus trabalhos de artesanato que seja, igualmente, um espaço de encontro e partilha de informação. O encontro tem por base a ideia de sustentabilidade, estando previstos workshops de educação ambiental, compostagem ou de alternativas à utilização de plástico no quotidiano. “Partilhar, preparar um futuro mais sustentável para a próxima geração e encontrar um local para plantar árvores, são os próximos passos” comenta Ania. “Guiado pelo coração”, este convívio é um espaço aberto para todos os que se queiram envolver. Os feirantes são residentes em São Teotónio ou pessoas de passagem, de várias nacionalidades. Chás e plantas biológicas a granel, trabalhos em cortiça, sabonetes artesanais que prescindem de embalagem de plástico ou trabalhos em crochet são alguns dos produtos que os visitantes podem encontrar expostos. Brevemente, está prevista a troca de brinquedos por e para crianças, para que possam ser reciclados. ◻



### CAFÉ MIRA FÓIA, UM RESTAURANTE COM TRADIÇÃO ALENTEJANA

**O** Café Mira Fóia é um restaurante com duas salas para refeições, situado a poucos minutos de São Teotónio, na Choça dos Vales. Susana Conceição gere este restaurante com vista para o sossego do campo, muito procurado pelos seus petiscos alentejanos com longa tradição familiar. Passou por outros restaurantes na Zambujeira do Mar, trabalhou em turismo e na prisão em Odemira. Mas, há cerca de três anos, decidiu investir no Café Mira Fóia. “O melhor amigo que tive na vida foi o meu avô, que reconstruiu o restaurante para mim”, explica Susana. Nessa altura, fez as obras necessárias para poder servir refeições ao público e, apesar de ser um trabalho exigente, com horários pela noite adentro, tem a valiosa ajuda dos seus familiares, que partilham a preparação dos almoços, ajudam na manutenção do espaço e com a decoração, a que gostam de dar um toque alentejano. A avó era excelente cozinheira e ensinou a Susana os segredos da cozinha caseira, sendo hoje muito procurados o seu prato de couve alentejana feita em “fogo de chão”, cozinhado em fogo brando durante muitas horas para ganhar sabor, os “rojões de matança de porco” ou o peixe frito com papas de milho. Quanto aos petiscos, Susana menciona os torresmos guardados e fritos em banha, as chouriças de farinha frita, ovos com toucinho, a linguiça e picos de toucinho frito. A partir do meio-dia, servem-se os almoços e a bebida mais vendida é claro, é o medronho regional. ◻



*“Temos pena que não haja mais interesse por esta modalidade. Durante os anos 80, havia muitos columbófilos em São Teotónio. Hoje em dia, é preciso aprender muitos detalhes, as viagens são calculadas ao minuto. Antigamente era o dia todo”*

## SOCIEDADE COLUMBÓFILA “ASAS DO LITORAL ALENTEJANO”, CAMPEÃ CONCELHIA DESDE 2012



**N**elson Ramos e Valter Rosalino fizeram sociedade em 2010, altura em que começaram a concorrer juntos. No entanto, o Nelson já “voava” desde 1997. Os sócios reúnem esforços para tratar das suas instalações, um pombal de borrachos e um pombal para a equipa de Velocidade (300 km), Meio Fundo (até 500 km) e Fundo (até 800 ou 1000 km) situados na Zambujeira do Mar. A paisagem plana favorece a orientação dos pombos, e é com orgulho que referem o que aprenderam ao longo dos anos sobre treinos ou alimentação com remédios naturais caseiros. “Temos pena que não haja mais interesse por esta modalidade. Durante os anos 80, havia muitos columbófilos em São Teotónio. Hoje em dia, é preciso aprender muitos detalhes, as viagens são calculadas ao minuto. Antigamente era

o dia todo”, comentam.

Durante a altura da campanha, de janeiro a julho, os pombos são treinados todos os dias e existem pombos diferentes para os diferentes percursos, dependendo das raças, que são previamente selecionadas por criadores. As provas e os primeiros treinos são realizados em Espanha, medindo-se as distâncias em linha reta. Pombos machos e fêmeas estão juntos durante todo o ano, mas, apesar de o pombal ter ninhos, os pombos-fêmea não chocam durante a fase das corridas.

Os dois columbófilos da Zambujeira do Mar ganharam a 1ª e 2ª Distrital de Fundo de Maratona e conseguiram três títulos durante a 45ª Exposição Nacional- o 1º, 2º e 3º lugar em Fundo Maratona. Na mesma Exposição Nacional, que decorreu entre os

dias 18 e 21 de janeiro de 2018 em Tavira, obtiveram também o 2º, 4º e 5º lugares na Feira Ibérica, uma prova que se realiza entre equipas de Portugal, Espanha e Itália.

Nelson e Valter são, igualmente, campeões concelhios desde 2012, tendo vencido na coletividade da Boavista e no Concelho de Odemira. “Gostávamos de ser campeões de Fundo do bloco 4. Já ficámos em 2º lugar em 2017/ 2018. Mas é difícil, porque corremos contra adversários que estão 50 ou 60 km mais perto da meta”, explicam. Na Freguesia de São Teotónio, juntamente com o senhor Francisco Aníbal da Entrada da Barca, são os únicos que treinam pombos-correios. ◻

## ÚLTIMO PÔR-DO-SOL DE 2018 NA ZAMBUJEIRA DO MAR COM A BANDA LINHAS CRUZADAS

**F**oram muitos os que apreciaram o último pôr-do-sol de 2018 na Zambujeira do Mar e que ficaram para ver o festival pirotécnico, durante a noite de ano novo. O fogo de artifício acontece apenas uma vez por ano naquela localidade e é uma parceria da Freguesia de São Teotónio com o município de Odemira. Durante a noite, a ACRDZ (Associação Cultural Recreativa da Zambujeira do Mar) organizou um concerto com a banda “Linhas Cruzadas”, em parceria com a Junta Freguesia de São Teotónio. A banda é composta por músicos locais. “É uma banda que faz covers de tudo e agradou muito aos presentes, tem uma boa leitura do público”, afirma Daniel Coelho, o vice-presidente da ACRDZ. A associação zambujeirense organizou este evento para convidar as pessoas a prolongar a festa na passagem de ano, proporcionando uma noite de agradável convívio a todos os presentes. ◻



# 10 ASSOCIATIVISMO

## CENTRO DESPORTIVO DO CAVALEIRO COM NOVA DIREÇÃO E NOVAS ATIVIDADES

**S**ara Lourenço é a nova presidente do Centro Desportivo do Cavaleiro. A nova direção tomou posse em abril de 2018 e inclui a vice-presidente Núria Salvador, António Lourenço, Elisabete Pacheco, Sílvia Campos, Susana Martinho, Luís Ramos, Miguel Matos, Inês Pacheco, Ricardo Nobre, entre outros. Segundo Sara Lourenço, há muita motivação para criar novas atividades. Mas, para já, gostariam, sobretudo, de manter o espaço e a cozinha sempre abertos. No entanto, não é possível ter sempre alguém na cozinha e atrás do balcão, por isso tentam que a comunidade participe e traga petiscos. O espaço está aberto das 4h da tarde até às 2h da manhã e, em programação



regular, têm uma equipa de snooker, BTT e futebol aos domingos. As matinés passaram para o segundo e quarto fim-de-semana do mês, porque foi necessário alternar as datas com os encontros de BTT, de forma a poder servir almoços nesses dias. Aos sábados, são servidos frangos assados e a segunda-feira está reservada para os encontros de snooker. Durante o mês de fevereiro, foi realizado um torneio de snooker. No futuro, está planeada uma noite de fados e gostariam de continuar a organizar a festa da batata doce, tentando expandi-la. Quanto ao balanço da 10ª edição da Festa da Batata Doce, Sara Lourenço descreve que houve uma inovação no

espaço: “dividimos o espaço da feira em dois sítios para podermos alargar os stands dos feirantes. Tivemos a apresentação do rancho folclórico, ritmo-bidons, e um showcooking da escola profissional. A associação serviu os almoços no centro e foi mais trabalhoso, mas correu bem, a matiné encheu.” Na passagem de ano, por exemplo, o centro recebeu cerca de 80 inscrições para a noite de convívio. Têm uma lareira nova e estão a tentar tornar o espaço mais acolhedor. É um sítio onde se cruzam gerações, em que todos ajudam e, desde as crianças que vêm brincar, à avó que vem ajudar, todos participam. ◻



## DIA DE PORTUGAL

A Associação de Combatentes celebrou o Dia de Portugal – 10 de junho – com uma cerimónia junto ao Monumento dos Combatentes, com a presença da Banda Filarmónica de Odemira e o apoio da Junta de Freguesia de São Teotónio. Seguiu-se uma missa em homenagem aos falecidos no Ultramar e o encontro terminou com uma sardinhada no “Quintalão”, aberto à comunidade. Ainda em 2018, a associação também celebrou o Dia de Finados – 1 de Novembro - depondo uma coroa de flores junto ao Talhão dos Combatentes no cemitério de S. Teotónio e organizando a realização de uma missa. ◻



## *Festival do Milho e do Feijão apresenta gastronomia tradicional*

O Festival do Milho e do Feijão decorreu em São Teotónio, no Parque de Feiras e Exposições, nos dias 10 e 11 de novembro. Este festival acontece por altura da tradicional desfolhada, apresentando uma grande variedade de iguarias confeccionadas com milho ou feijão, assim como uma exposição de artesanato, animação musical e insufláveis para divertimento das crianças. Os grupos ST e Soul Beat, com Daniela Loução, animaram a tarde de 10 de novembro, seguindo-se as danças tradicionais do rancho folclórico de Odiáxere. Pelas 18 horas, os presentes puderam participar numa aula aberta de Sala e Bachata com Volodymyr e a noite terminou com o duo musical Eurico Martins & Cristina. No dia 11 de novembro, a abertura do festival teve início com uma missa campal. Ainda no domingo, os participantes no 6º concurso de papas de milho apresentaram ao júri os seus pratos, ao que se seguiu a desfolhada, com a participação d'As Gentes do Alto Mira que

prepararam cantares tradicionais para a ocasião. O habitual magusto comunitário realizou-se durante a tarde, com animação musical pelo grupo Rock Nã Drome e Mata Bicho.

### **Resultados do Concurso das Papas de Milho:**

- 1º lugar – 1 noite no Pé no Monte (S. Teotónio) – Paróquia
- 2º Lugar – 1 noite na Casa do Adro (Vila Nova de Milfontes) – Lar de S. Teotónio
- 3º Lugar – 1 noite na Casa da Seiceira (Brejão) – António Martins
- 4º Lugar – 1 almoço para 2 pessoas Marisqueira I – Ana Mercês
- 5º Lugar – 1 almoço para 2 pessoas sabores da Vila – Guilhermina Salvador
- 6º Lugar – 1 lanche para 2 pessoas Pastelaria Pôr do Sol – M<sup>a</sup> Luísa Pacheco

### **A desfolhada do milho**

A desfolhada do milho é a antiga tradição de retirar

a espiga (também chamada maçaroca) do resto da planta. Ao serem desfolhadas, as espigas vão-se amontoando e são, de seguida, armazenadas. No final de setembro, ou princípio de outubro, cortam-se as canas do milho, que são depois transportadas para a eira, o local onde se secam legumes e cereais. Porque se cantavam cantigas de amor na desfolhada? Por altura da desfolhada, cantavam-se cantigas e tocava-se concertina ou acordeão. Fazia-se um baile de roda e havia um par ao centro. Quando se cantava “tira o cravo, tira a rosa...”, o par que estava ao meio escolhia um novo parceiro para dançar entre os que estavam na roda. Há maçarocas que, por vezes, têm bagos mais escuros. Todos participavam na desfolhada para tentar encontrar um bago de outra cor, porque ganhavam um beijo da pessoa que escolhiam. Todos queriam encontrar um bago diferente para ganhar um beijo. ◻



*“Tira o cravo, tira a rosa, deixa a moça, deixa já, que ela não é teu amor...”*

# 12 DESPORTO

## 1ª ETAPA

# CIRCUITO DE BODYBOARD 2019

## RESTAURANTE O SACAS

A época competitiva do “Núcleo de Bodyboard da Zambujeira do Mar” teve início no passado sábado, com a 1ª etapa do “Circuito de de Bodyboard 2019 - Restaurante O Sacas”.

Tal como previsto, o mar apresentou-se com tamanho (1,5m/2m)! Apesar do pouco vento, as condições não eram as mais fáceis, devido à forte corrente.

O dia começou com os mais jovens bodyboarders locais a fazerem uma limpeza de praia, algo que mostra que os bons valores estão a ser passados para a nova geração!

No que toca à competição, a prova iniciou com a primeira ronda da categoria OPEN, onde os bodyboarders conseguiram contornar a dificuldade de se posicionarem no pico (muita corrente) e se proporcionaram alguns bons momentos de bodyboard! Destaque para um rollo grande do André Gonçalinho e um reverse aéreo (não terminado) do quarteirense Luis Gonçalves.

Com o mar bem exigente, alguns dos mais novos atletas da categoria sub-18 optaram por não entrar, o que transformou a categoria sub-18 numa final directa de 5 bodyboarders.

Deste modo, adiou-se o heat de sub-18 para a tarde e seguiu-se com os 1/4 de final da categoria OPEN com Carlos Guerreiro e André Gonçalinho a destacarem-se no ataque ao lip. Bom bodyboard também apresentado pelo jovem bodyboarder de Quarteira, Ricardo Mendonça!

Depois de uma breve pausa para almoço e para deixar a maré descer um pouco, foi hora de disputar a categoria Masters, onde se disputaram as meias finais. Com a malta mais velha, a mostrar que ainda “está aí para as curvas”.

Seguimos para as meias finais da categoria Open, onde, no meio de heats difíceis, continuámos a assistir a bom bodyboard, como foi o caso do ARS para a direita do campeão 2018, Diogo Jesus. Nota positiva para o jovem bodyboarder Sebastião Modesto que conseguiu avançar no seu heat para a final Open. Esta fase ficou também marcada pela desistência de Carlos Guerreiro, devido às insistentes câibras numa

perna, que o impediam de remar.

A primeira final a seguir para a água foi a de sub-18, onde, face às condições do mar, podemos dizer que a nova geração se portou bastante bem! Sendo que Sebastião Modesto se destacou, pelo conhecimento da praia, que foi um fator fulcral para escolher as ondas certas para pontuar.

Quando já o dia caminhava para o fim, a final de masters foi para a água e o pessoal “old school” fez o melhor que conseguiu entre as bombas que varriam o pico de tempo a tempo.

Já perto das 18h, na esperada final OPEN, os destaques foram para André Gonçalinho (Zambujeira do Mar) e André Rodrigues (Vieira de Leiria), sendo que, desde cedo, se destacaram dos demais, e acabaram por lutar até ao fim pelo lugar cimeiro.

Ao pôr do sol clássico da Zambujeira do Mar e em ambiente descontraído, o dia foi finalizado com a entrega de prémios .

### Resultados:

#### OPE

- 1º - André Gonçalinho
- 2º - André Rodrigues
- 3º - Ricardo Mendonça
- 4º - Sebastião Modesto

#### Sub-18

- 1º - Sebastião Modesto
- 2º - Rui Gonçalves
- 3º - Pedro Silva
- 4º - João Viana

#### Masters

- 1º - Sandro Nóbrega
- 2º - João Mendes
- 3º - Luis Gonçalves
- 4º - Carlos Guerreiro

**A PRÓXIMA ETAPA SERÁ EM MAIO! MAIS INFORMAÇÕES BREVEMENTE!**

Até lá, fica um agradecimento especial aos nossos patrocinadores:

Restaurante O Sacas  
Sw.surfshop  
Tales from the Wild South  
Box SW  
Futah  
Miramarbbshop  
IODO  
SuperCarvalhal  
Hakuna Matata Hostel - Zambujeira do Mar  
Município de Odemira  
BaBu  
Sunset café  
Science Bodyboards Portugal  
Zambujeira Adventures  
Pacifique Sud  
Sudoberry  
Freguesia de São Teotónio  
Município de Odemira 📍

Texto de João Mendes  
Núcleo de Bodyboard da Zambujeira do Mar

# Fernando Glória

## GANHA 3º LUGAR NO CAMPEONATO DO MUNDO DE PESCA DESPORTIVA MASTER NA ÁFRICA DO SUL

*Fernando Glória tem 64 anos, é natural da freguesia de São Teotónio e representou o Clube Desportivo de Caça e Pesca de São Miguel na Seleção Nacional do Campeonato do Mundo de Pesca Desportiva Master na Categoria de Veteranos.*



**Quando se começou a interessar pela pesca?**

Há muitos anos, desde pequeno. Comecei a pescar com cana, apeada. Mais tarde inscrevi-me no clube de São Miguel, já há vários anos. Gosto de pescar e todos os outros sócios têm gosto em ir à pesca. Temos ali uma boa equipa.

**Onde se realizam os campeonatos?**

Em Portugal, fazemos as competições nas praias entre Sines e Troia. Nessa zona há mais praia, cá não temos areal com espaço para 50 pescadores.

**Como foi a experiência no Campeonato na África do Sul? Que diferenças sentiu?**

Foi uma experiência nova. Do nosso concelho, acompanhou-me António Pais, do Almogrove. Ficámos lá cerca de 10 dias. Todas as casas estão cercadas com arame eletrificado. Eu não senti

perigo, mas no nosso alojamento havia seguranças na entrada. Havia muitas pessoas negras e ainda se sente que ouve apartheid. Estranhei bastante a alimentação, utilizava-se muito pouco sal. Era tudo grelhado e os molhos eram muito diferentes, sem o sabor da comida caseira. Senti muito a diferença de temperatura, nós viajámos em fevereiro e cá estava frio mas lá era verão, faziam 40 graus. São muitas horas de viagem.

**Como correu a competição?**

Correu muito bem, todos os participantes eram muito sociáveis, a organização funcionou bem. Havia muitos participantes, de várias nacionalidades, franceses, ingleses, brasileiros.... Foi muito interessante. Havia muito vento. Não reconheci peixe nenhum, a areia era muito fina, diferente da nossa.

**Como explica que, no meio de tantos concorrentes,**

**num país que não era o seu, numa costa que não conhecia e com peixe que nunca tinha visto tenha conseguido ganhar o terceiro lugar?**

Às vezes posso estar num pesqueiro e apanhar peixe e o companheiro do lado não apanhar nada. Tenho pescado com muita gente. Pescamos com o mesmo isco e no mesmo sítio, mas há zonas que têm peixe e outras não. A pesca aprende-se com o tempo, com a experiência. Temos sempre de fazer o melhor que pudermos.

**Como reagiu a comunidade quando voltou?**

Comentaram que não sabiam como tinha conseguido! Tenho muito a agradecer ao Clube e à Junta de Freguesia de São Teotónio, sem o apoio deles a viagem não teria sido possível. ◻

# 14 ENTREVISTA

## Entrevista a Ana Pacheco

*“Os cogumelos são parte de um ecossistema, como todos os seres vivos”*

**A**na Pacheco apanha cogumelos desde que se lembra. Em pequena, quando a avó a ia buscar à escola, dava muitos passeios pelo pinhal que tinha atrás da casa e apanhava cogumelos. Nessa altura, só apanhava uma variedade- os “boletos”, um cogumelo cor-de-laranja, que se encontra por baixo da caruma. Foi crescendo e continuou sempre com essa prática, com amigos e familiares.

Quando estava a decidir que formação escolher, fez um estágio na empresa Ecosativa. Foi nessa altura que organizou um encontro micológico, juntamente com um colega biólogo muito interessado em cogumelos. O encontro começou pela identificação e colheita. De seguida, foi realizada a identificação dos cogumelos em laboratório, terminando com a degustação dos mesmos.

Entretanto, formou-se em engenharia do ambiente, terminou um mestrado em agronomia e cria mirtilhos. Mas nos tempos livres ainda apanha cogumelos. São muitos os amigos que lhe pedem para os levar a apanhá-los e gosta de mostrar e sensibilizar as pessoas para os cuidados a ter durante a colheita. Os “cantarelos” e os “míscaros” são bastante conhecidos na região, mas existem outras espécies comestíveis no campo que as pessoas arrancam e desprezam porque não conhecem. Nas matas mais antigas, encontram-se cogumelos chamados “raros”.

Há variedades de árvores para cada tipo de cogumelo. Os boletos, por exemplo, encontram-se no montado, junto a castanheiros ou eucaliptos. Estes são cogumelos com um grande valor gastronómico. Como explica Ana Pacheco: “Se as pessoas que colhem não tiverem uma prática adequada, vai chegar a uma altura, provavelmente daqui a 20, 30 anos, em que deixará de haver cogumelos nas florestas”. Todos os anos regista a sua 1ª colheita e nunca fez uma tão tardia (com um atraso de quase um mês) como este ano. As alterações climáticas e o período de verão, cada vez mais prologado, também prejudicam o crescimento destes fungos, que precisam de temperatura e humidade para sobreviver.

O que é importante saber durante a colheita de cogumelos para melhorar práticas e promover o seu crescimento?

- É muito importante cortar sempre o pé do cogumelo, utilizando uma faca, para se deixar que fique o micélio. Assim promovemos o crescimento de mais cogumelos. O micélio é uma raiz, o fungo cria uma teia. Se arrancarmos o cogumelo todo, estamos a quebrar a raiz e há uma quebra de produção.
- Os cogumelos são parte de um ecossistema, como todos os seres vivos. Se colhemos muito uma determinada espécie, estamos a criar um desequilíbrio. É importante não ir para o campo e colher “tudo o que se vê”.
- Devemos utilizar utensílios que não façam grandes mobilizações de solo como, por exemplo, espátulas de madeira.
- O cogumelo precisa de amadurecer para libertar os seus poros e para germinar na mesma zona, terminando o seu ciclo de crescimento. Sempre que possível, deve-se colher o cogumelo maduro e não demasiado jovem.
- Quando colhemos, devemos utilizar um cesto de verga arejado, de forma a deixar libertar os poros durante a colheita.
- Os cogumelos absorvem metais pesados e ambientes tóxicos. Não se deve colher junto a fábricas, na berma de estradas ou em terrenos onde houve incêndios, porque, certamente, foram aplicados produtos nocivos para apagar fogos. ◻



# VOX POP!

## No seu país celebra-se o Natal?



*“No meu país, a Índia, não se celebra o Natal. Mas temos, no dia 13 de janeiro, o Lohri. Neste dia, as famílias reúnem-se, cantam as canções de Lohri e acendem-se pauzinhos de fogo de artifício. As crianças recebem nougats e amendoins que recolhem num saquinho.”*

**Tripta Devi**



*“Na Dinamarca, celebramos o Natal nos dias 24 e 25 de dezembro. É uma reunião familiar, comemos pato ou ganso com couve roxa. A sobremesa típica é arroz doce com natas, baunilha e amêndoas.”*

**Aase Sørensen e Randi Theil**



*“No Cambodja não celebramos o Natal. Tradicionalmente, reunimos a família no dia 13 de abril. Nesta data, celebramos o ano novo. A festa dura três dias. Não trocamos presentes, mas a família reúne-se para festejar e cozinhamos juntos.”*

**Cheung Prum**

## O DIA DE REIS

**E**m Portugal, o dia de reis encerra os festejos de Natal e marca o dia de veneração dos reis magos. Terá sido no dia 6 de janeiro, que Jesus Cristo recebeu a visita dos magos Melchior, Gaspar e Baltazar, vindos do oriente. Tradicionalmente, este é a altura em que se arrumam os presépios e enfeites de Natal e em que é confeccionado o bolo-rei ou bolo de reis, com uma fava e um brinde dentro. Quem encontra a fava ao comer o bolo, deverá oferecer o bolo de reis no ano seguinte. É também por esta altura que se ouvem “cantar as janeiras” nas aldeias ou cidades pequenas. Grupos de amigos ou vizinhos cantam canções, acompanhados de instrumentos populares. A quem canta de porta em porta oferecem-se moedas ou comida e bebida. ◻

### Canção de Janeiras

Aqui vimos, Aqui vimos  
Aqui vimos bem sabeis  
Vimos dar as Boas Festas  
E também cantar os Reis.

Nesta casa há amor  
Junta-se a Paz á lareira  
Para ouvir cantar em grupo  
Cantadores e cantadeiras.



Ainda lhe canto mais esta  
Em louvor de São Roberto  
Venham-nos dar uma esmola  
Que o saco já está aberto.

Letra dos Reis 2018,  
cedida por Lúcia Silva

### FREGUESIA DE S. TEOTÓNIO

**Sede:**  
Rua Luis de Camões  
7630-634 S. Teotónio  
Horário de Funcionamento:  
9h às 16h30

**Delegação da Zambujeira:**  
Rua do Sol Nascente, L118  
7630-801 Zambujeira do Mar  
Horário de Funcionamento:  
9h às 12h30 e das 14h às 17h  
(Disponível Posto dos CTT)

Telefone: **283 958 218 / 283 961 105**  
E-mail: **j.f.s.teotonio@mail.telepac.pt**

### CEMITÉRIOS DA FREGUESIA

**S. Teotónio**  
Horário 8h30 às 16h30

**Zambujeira do Mar**  
(mediante solicitação da chave)

### SERVIÇOS DA JUNTA DE FREGUESIA

- > Emissão de declarações e atestados
- > Registo e licenciamento de canídeos e gatídeos
- > Licenciamento de atividades diversas (vendedores ambulantes, arrumador de automóveis, licença para a realização de atividades ruidosas);
- > Transporte de doentes;
- > Serviço de máquinas;
- > Ocupação de domínio público por motivo de obras;
- > Serviço de CTT
- > Balcão Sénior

### NO BALCÃO SÉNIOR, PODE FAZER:

- > Pedido de alteração de dados de pensionista;
- > Pedido de pensão de velhice;
- > Complemento por dependência - regime contributivo;
- > Complemento por dependência - regime não contributivo;
- > Pedido de pensão social de velhice;
- > Pedido de informação de cálculo de montante provável de pensão;
- > Pedido de subsídio por morte;
- > Pedido de pensão por viuvez;
- > Pedido de reembolso de despesas de funeral;
- > Pedido de complemento solidário para idosos;
- > Pedido de subsídio de funeral;
- > Pedido de subsídio para assistência a neto;
- > Pedido de declaração de situação contributiva / não aplicação de sanções.

**Brevemente novo site da freguesia!**

**Quer divulgar o seu alojamento ou restaurante?**

**contacte-nos : J.F.S.TEOTONIO@MAIL.TELEPAC.PT / 283 961 105**

## CA Soluções de Crédito Pessoal

# NOVOS HORIZONTES PARA OS SEUS PLANOS.



PUBLICIDADE 09/2018

Simule ou transfira o seu Crédito Pessoal para o Crédito Agrícola e descubra as vantagens.

INFORMAÇÕES NA AGÊNCIA OU LINHA DIRECTA:  
**808 20 60 60**  
Atendimento 24h/dia, personalizado 2ª a 6ª feira: 8h30 às 23h30; sábados, domingos e feriados: 10h às 23h.  
[www.creditoagricola.pt](http://www.creditoagricola.pt)

SIGA-NOS



  
**Crédito Agrícola**  
O Banco nacional  
com pronúncia Local  
Desde 1911