

LIBERDADE



LIBERDADE



Nem sempre se escreve
da mesma forma
mas Liberdade significa
sempre o mesmo.

Há 46 anos saímos para a rua, mas este ano
Abril tem de ser diferente. O combate à covid-19
faz-se a partir de casa e todos contam como soldados.
Se fizer a sua parte agora, em breve vamos todos poder
voltar a sair – e a escrever Liberdade com todas as letras,
a forma de que mais gostamos.

Contamos consigo!

O Presidente

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Armando', written in a cursive style.

Armando Jorge Paulino Domingos, Dr



Junta de Freguesia sensibiliza para uso de máscaras

A Junta de Freguesia de Encosta do Sol procedeu no dia 17 de abril à distribuição de cerca de 200 máscaras cirúrgicas pelos clientes do Mercado da Brandoa com o **propósito de sensibilizar as pessoas a usar máscara em espaços interiores fechados** com múltiplas pessoas (supermercados, farmácias, lojas ou estabelecimentos comerciais, transportes públicos, etc.).

A Junta de Freguesia reforça, no entanto, o apelo ao cumprimento rigoroso das medidas de prevenção implementadas, nomeadamente o distanciamento físico, a higiene das mãos e, sempre que possível, o isolamento em casa.

Vamos Todos Ficar Bem!



Reforço da limpeza e da desinfeção do espaço público



Praça Teófilo Braga



Rua da Liberdade

Desde o dia 23 de Março que a Junta de Freguesia está a reforçar as ações de limpeza e desinfeção urbana do espaço público, de modo a mitigar a propagação do novo coronavírus responsável pela doença COVID-19.

Foram adquiridos novos equipamentos, nomeadamente, uma lavadora de alta pressão a quente para apoio na desinfeção intensiva de todos os arruamentos da freguesia. Esta campanha irá decorrer em permanência com garantias de segurança individual e coletiva dos trabalhadores.

Concurso Eco-famílias XXI

A partir de 3 de maio até 30 de junho irá decorrer um concurso destinado a todos os Vizinhos e Vizinhas da nossa freguesia: o "Eco-Famílias XXI – Freguesia de Encosta do Sol".

Esta iniciativa implementada pela Junta de Freguesia em parceria com a Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE) visa informar e motivar as famílias para a temática do ambiente e sustentabilidade. Concretiza-se com o preenchimento online de um questionário, o qual depois de avaliado pela ABAE, evidenciará as famílias "mais eco" da freguesia, que serão premiadas pela JFES conforme consta do regulamento.

Basta que realizem o registo neste link: <https://ecofreguesias21.abae.pt/eco-familias-2020/freguesia-de-encosta-do-sol/> e preencham o questionário.

A sua participação será um contributo para que a nossa Freguesia possa obter o título de Eco-Freguesia XXI.

Contamos com as famílias da Encosta do Sol.



SE TEM CONHECIMENTO DE PESSOAS ISOLADAS:

- ▶ idosos
- ▶ doentes crónicos
- ▶ em situação de dependência

contacte:

21 476 84 00

Por Si, Por Nós, Por Todos!

Sente-se triste ou ansioso com o isolamento?

A Junta de Freguesia criou um serviço de apoio que pretende disponibilizar sessões pontuais de aconselhamento psicológico e parental gratuito a residentes da freguesia. O objetivo é dotar as pessoas de recursos internos para gerirem o stress e ansiedade decorrentes da situação pandémica. A intervenção assenta em dois pilares de apoio e orientação: - tranquilizar (ajudar a acalmar, confortar e orientar) e dar confiança (esclarecer boatos e distorções). As consultas são feitas por telefone ou videochamada. Os especialistas inscritos são voluntários e com cédula ativa na Ordem dos Psicólogos. Marcações através do telefone **214768400**.



Campanha Máscara SOLidária

Procuramos voluntários para costurarem máscaras

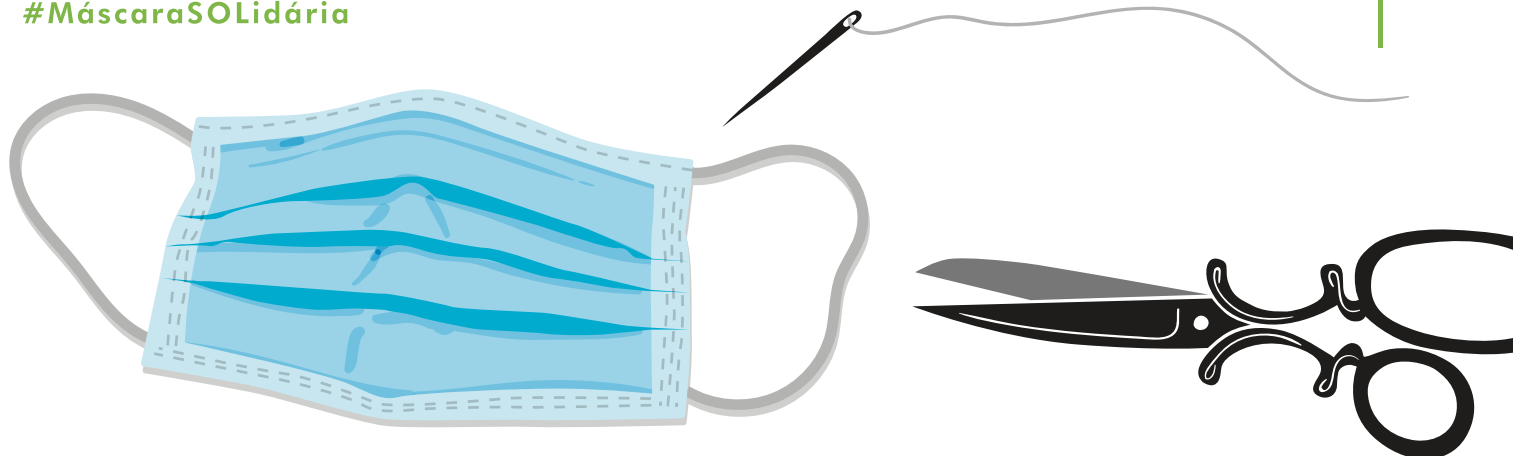
A Junta de Freguesia de Encosta do Sol pede ajuda para produzir centenas de máscaras para distribuir por diversas instituições da freguesia e garante o material necessário (tecido, TNT e elástico).

O objetivo é produzir máscaras de proteção reutilizáveis em tecido para fazer face às necessidades locais e distribuir em função das necessidades das instituições.

Se quer ajudar e tem uma máquina de costura, junte-se a esta causa! Os interessados deverão contactar a Junta de Freguesia através do telefone **214768400** ou formulário online.

Por Si, Por Nós, Por Todos!

#MáscaraSOLidária



Cesta do Bairro

Entregas ao domicílio de cabazes
(alimentos e bens de 1ª necessidade)

A Junta de Freguesia de Encosta do Sol, face às medidas de contenção relativas ao vírus Covid-19, criou o serviço "Cesta do Bairro" que consiste na entrega de cabazes (pré-definidos) ao domicílio.

Esta iniciativa é realizada em parceria com os concessionários do Mercado da Brandoa e tem como objetivo garantir os bens essenciais aos grupos mais vulneráveis residentes na freguesia, nomeadamente:

- **Idosos com +65 anos ou doentes crónicos** (sem limite de idade) sem rede suporte familiar ou institucional;
- **Pessoas sob quarentena obrigatória ou profilática**, com sinalização Covid-19 (sem limite de idade);
- Aos interessados ou aos familiares e vizinhos que tenham conhecimento de uma situação que preencha um dos critérios acima referidos, apelamos para que partilhem o seguinte contacto **21 476 84 00** para a realização de pedidos.

Vamos Todos Ficar Bem!



Encosta do Sol
Freguesia

Cesta do Bairro

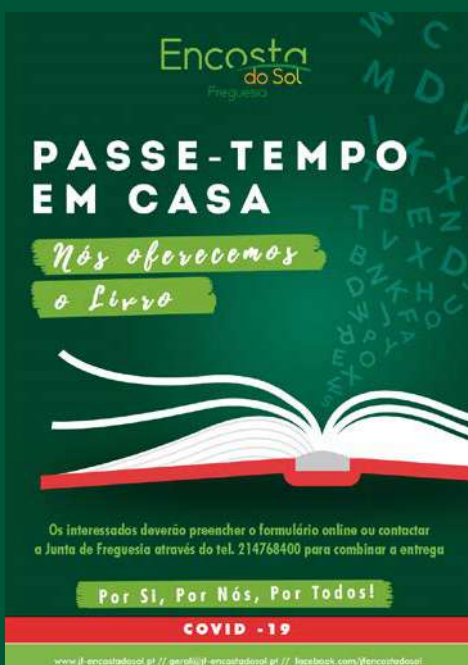
Entregas ao domicílio de cabazes

(alimentos e bens de 1ª necessidade)

- +65 anos
- Doentes crónicos
- Sem rede suporte familiar ou institucional
- Sob quarentena obrigatória ou profilática

contacte:
21 476 84 00

COVID-19



Encosta do Sol
Freguesia

PASSE-TEMPO EM CASA

Nós oferecemos o Livro

Os interessados deverão preencher o formulário online ou contactar a Junta de Freguesia através do tel. 214768400 para combinar a entrega

Por Si, Por Nós, Por Todos!

COVID - 19

www.jf-encostadosol.pt // geral@jf-encostadosol.pt // facebook.com/jfencostadosol

Passe-Tempo em Casa. Nós oferecemos o livro.

Quer colocar a leitura em dia?

A Junta de Freguesia coloca à disposição dos moradores uma lista de livros atualizada, semanalmente. Só tem de escolher um livro e o mesmo será entregue na sua caixa do correio, de forma gratuita.

Os interessados deverão preencher o formulário online ou contactar a Junta de Freguesia através do tel. 214768400.

Comerciantes da Freguesia

serviços de Take Away e/ou Entregas ao Domicílio.

Bruno Paixão – Frutas, Legumes e outros
- 963 661 954

Café da Teresa
- 961 675 339

Café Snack-Bar “O Costa”
- 218 224 330 e/ou 963 274 496

Café Snack-Bar “O Segredo do Tomé”
- 925 088 343

Churrasqueira “Central”
- 214 747 907

Churrasqueira “Dona Maria”
- 212 452 032 e/ou 961 491 061

Churrasqueira “O Frango”
- 214 749 426

Churrasqueira “O Tachadas”
- 214 751 375

Churrasqueira do Bairro
- 214 765 094

Mina da Viana - Churrasqueira
- 964 942 227

Congelados Mirita
- 211 392 079

Eduardo Reis - Plantas Hortícolas e Árvores de Fruto
- 912 957 704

Fruto Dias
- 964 662 736 e/ou 937 372 297

Pastelaria Óbvio
- 967 972 238, 916 528 728 e/ou
218 086 258

Pastelaria/Cafetaria “Banho Maria”
- 2147 537 89

Petisqueira Careca
- 965 456 591

Restaurante PAUFIFER
- 969 025 187

Restaurante Liscarla
- 214 740 576 e/ou 968 554 586

Revendedor de Gás GALP - Firmino e Miranda,
- 214 740 435 e/ou 961 329 630

Revendedor de Gás REPSOL - Marques e Santos
- 966 593 271

Revendedor de Gás RUBIS - Firmino e Irmão
- 214 740 888

Segredo dos Doces e Salgados
- 926 652 670 e/ou 962 229 381

Talho do Arlindo
- 214 765 734

Talho João Batista
- 967 853 216

Talho Nacional
- 930 546 882 e/ou 218 208 903

Talho Prestígio
- 933 352 929

Fique a par das últimas notícias da freguesia.

www.jf-encostadosol.pt



VAMOS
TODOS
FICAR
BEM!



Junta de Freguesia de Encosta do Sol
Rua Luís Vaz de Camões, Brandoa, 2650-197 Amadora



214 768 400



geral@jf-encostadosol.pt



jf-encostadosol.pt



facebook.com/jfencostadosol

Encosta
do Sol
Freguesia