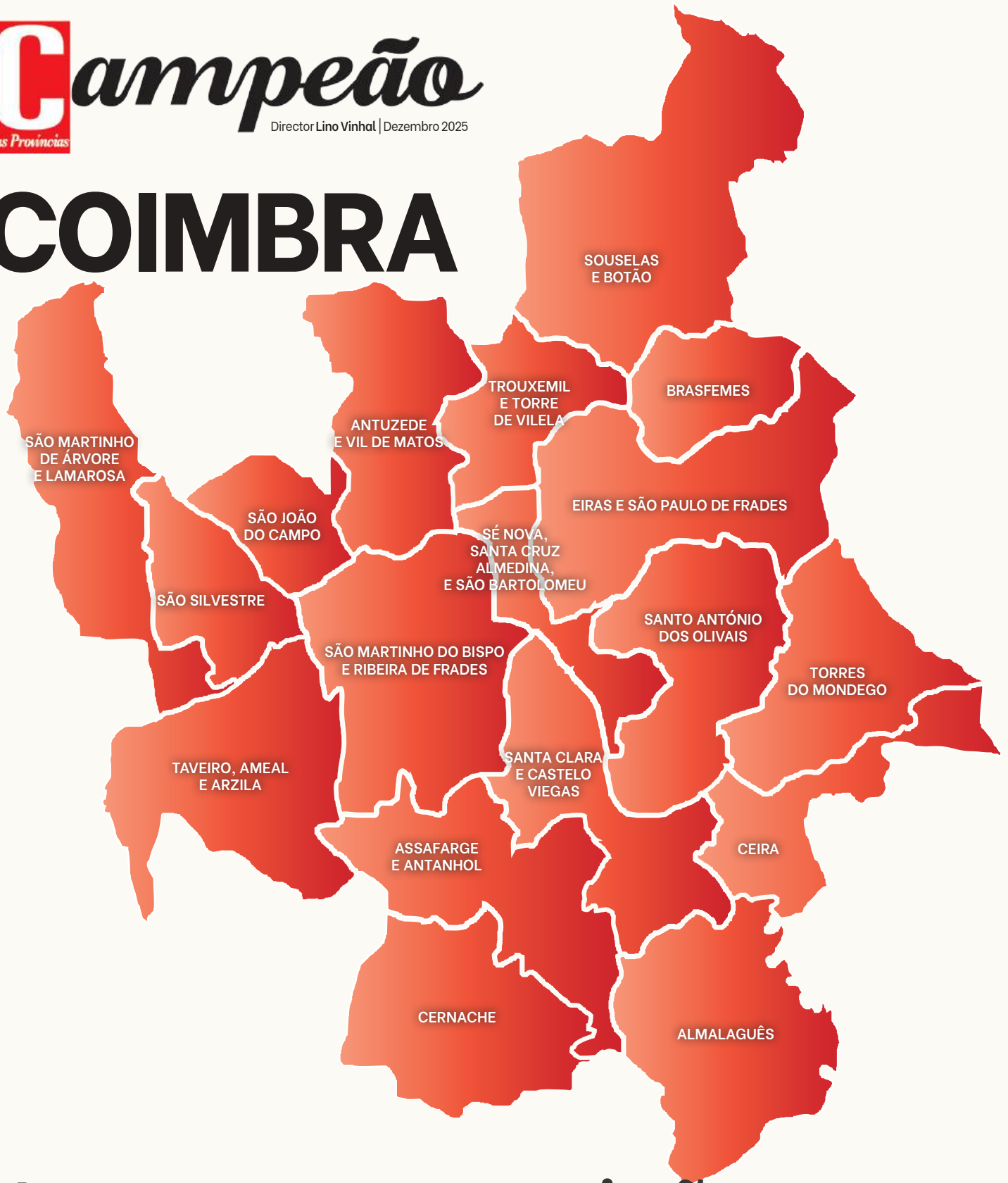


COIMBRA

Esta revista faz parte integrante do "Campeão das Províncias" (edição de 23 de Dezembro de 2025) e não pode ser vendida separadamente.



A nova composição

2025 / 2029

das **Freguesias** do Concelho



Índice

Editorial	2
“Um concelho, 18 identidades”	3
“Combater o bom combate: IA, Poder Local e Liberdade”, por Barbosa de Melo	4
“Minha experiência pelas freguesias”, por Jorge Veloso.....	5
Almalaguês.....	6-7
Antuzede e Vil de Matos	8-9
Assafarge e Antanhol.....	10-11
Ceira	12-13
Cernache.....	14-15
Coimbra.....	16-17
Eiras e São Paulo de Frades	18-19
Santa Clara e Castelo Viegas	20-21
Santo António dos Olivais	22-23
São João do Campo	24-25
São Martinho de Árvore e Lamarosa.....	26-27
São Silvestre.....	28-29
Souselas e Botão	30-31
Taveiro, Ameal e Arzila	32-33
Torres do Mondego.....	34-35
Trouxemil e Torre de Vilela.....	36-37
Brasfemes.....	38

Ficha Técnica

Director Lino Vinhal

Coordenação Editorial Marcelo Domingues Tomaz

Textos Marcelo Domingues Tomaz

E-mail campeaojornal@gmail.com

Coordenação Comercial Adelaide Pinto

E-mail jornalcp.adelaidepinto@gmail.com

Contactos Tel. 239 497 750 Telm. 917 039 033

Site www.campeaoprovincias.com

Paginação e Maquetagem Bárbara Sobral

Impressão FIG Coimbra

Os lapsos que possam ter sido cometidos serão devidamente rectificadados nas páginas do “Campeão das Províncias”.

Editorial

As Freguesias são a porta de entrada para a gestão pública local, a linha da frente do exercício democrático em Portugal. É por intermédio deste nível de proximidade que o cidadão dá voz às necessidades da sua comunidade, participa politicamente e influencia, colectivamente, o seu próprio futuro.

No concelho de Coimbra, em particular, onde a transição entre espaços rurais e urbanos se faz de forma contígua, a relação entre autarcas e fregueses reflecte as dinâmicas internas de cada território. Compete aos primeiros assegurar a continuidade e a manutenção de serviços e equipamentos essenciais — das escolas às acções de protecção civil, passando pela limpeza urbana e pelo saneamento. São eles, muitas vezes divididos entre as suas actividades profissionais e a função pública, que amparam a comunidade e assumem, no dia a dia, papéis efectivos de liderança e dinamização das suas freguesias.

Nesse contexto, associações e outras entidades, com profundo vínculo identitário aos seus territórios, tornam-se essenciais. Desempenham um papel preponderante, sobretudo onde, por vezes, a presença do Estado é insuficiente. Não raro, também os autarcas locais são oriundos desses movimentos de cidadãos e mantêm uma ligação directa às localidades que lideram, tendo servido a comunidade durante muitos anos, antes mesmo de serem eleitos. Esta proximidade é um dos traços distintivos deste nível do poder, por proporcionar conhecimento concreto das necessidades e dos anseios de cada freguesia do concelho.

Em Coimbra, esta realidade faz-se de múltiplas pertenças: Almalaguês; Brasfemes; Ceira; Cernache; Santo António dos Olivais; São João do Campo; São Silvestre; Torres do Mondego; Antuzede e Vil de Matos; Assafarge e Antanhol; Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu; Eiras e São Paulo de Frades; Santa Clara e Castelo Viegas; São Martinho de Árvore e Lamarosa; São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades; Souselas e Botão; Taveiro, Ameal e Arzila; Trouxemil e Torre de Vilela. Mais do que uma separação administrativa, estas freguesias são determinantes para o entendimento — e para a experiência e sensação — do que é ser conimbricense.

A ambição e o maior compromisso do Campeão das Províncias é servir a população que, com as suas tradições e o seu trabalho, constrói, dia após dia, a história deste concelho e a sua importância no País. Daí a razão de ser desta “Revista das Freguesias”, que, na sequência das Eleições Autárquicas de 2025, volta a actualizar os leitores, num documento que evidencia cada particularidade do território, sublinhando virtudes, desafios e projectos de futuro apresentados pelos seus representantes para os próximos quatro anos.

A democracia, afinal, é isso mesmo: um processo contínuo de compromisso e aproximação, um exercício de partilha e de transparência. E, do ponto de vista do jornalismo, é fundamental a disponibilização da informação necessária para acompanhar e avaliar o trabalho desempenhado pelos governantes.

Boa leitura!

Um concelho, 18 identidades

Enquanto as atenções se centravam nos resultados que levaram Ana Abrunhosa à presidência da Câmara Municipal, com cinco mandatos para a Avançar Coimbra (PS/L/PAN), cinco para a Juntos Somos Coimbra (PPD/PSD/CDS-PP/IL/NC/PPM/VP/MPT) e um para o Chega, a democracia também pulsava com força noutros lugares. Em 12 de Outubro de 2025, o destino dos conimbricenses não foi traçado apenas nos Paços do Concelho, mas igualmente nas 18 freguesias. É nessa disputa que os votos ganham o seu peso máximo.

O executivo camarário e a Assembleia Municipal definem as grandes linhas estratégicas, mas muitas vezes estão distantes da população. As freguesias, pelo contrário, contam com órgãos executivos e deliberativos próximos, onde a abstracção política morre e nasce a gestão concreta. Os resultados deste ano mostram que essa é, cada vez mais, a percepção da população. A subida da afluência para 56,5%, com mais 3.195 votantes em relação ao acto eleitoral de 2021, foi também para decidir quem cuida do seu bairro.

O mapa do poder

Se na Câmara o cenário se mostrou equilibrado, nas freguesias a vontade popular foi clara e cirúrgica. O mapa territorial pintou-se novamente: a Avançar Coimbra conquistou a liderança em 12 freguesias, provando-se, de novo, a força dominante no território, enquanto a Juntos Somos Coimbra assegurou 6 bastiões. Esta distribuição de poder nas bases é, objectivamente, mais impactante no dia-a-dia do que a vereação, pois determina a cor política de quem está na primeira linha de resposta ao cidadão.

Quando uma dezena de votos muda tudo

A prova de que a «política de vizinhança» é a mais valiosa reside na dramaticidade dos números. Esqueçam as dezenas de milhares da contagem municipal: a democracia local

é feita de nomes e rostos conhecidos.

Em Cernache, o futuro da freguesia decidiu-se por uma margem pequena, com a eleição da presidente Marta Ferro. Já na União de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades, a diferença, ainda menor, gera interrogações e impede-nos, até à data desta publicação, de informar os nossos leitores sobre a formação deste executivo.

A grande lição das Eleições Autárquicas de 2025 não vem dos resultados do executivo concelhio, mas da vitalidade das freguesias. Ver Coimbra como um bloco monolítico, gerido por vereadores, é um grande engano: ela é uma confederação de 18 identidades vivas. E é nessas 18 urnas locais que a democracia vence no quotidiano.

FREGUESIA	2021	VOTAÇÃO	2025	VOTAÇÃO	HOUVE MUDANÇA?
ALMALAGUÊS	PS	973	PS.L.PAN	1042	NÃO
ANTUZEDE E VIL DE MATOS	PS	814	PS.L.PAN	961	NÃO
ASSAFARGE E ANTANHOL	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	1264	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	1299	NÃO
BRASFEMES	PS	643	PS.L.PAN	650	NÃO
CEIRA	PS	861	PS.L.PAN	826	NÃO
CERNACHE	PCP-PEV	911	PS.L.PAN	814	SIM
COIMBRA (SÉ NOVA, SANTA CRUZ, ALMEDINA E SÃO BARTOLOMEU)	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	2923	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	2525	NÃO
EIRAS E SÃO PAULO DE FRADES	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	3040	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	3368	NÃO
SANTA CLARA E CASTELO VIEGAS	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	2128	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	2324	NÃO
SANTO ANTÓNIO DOS OLIVAIS	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	9193	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	8879	NÃO
SÃO JOÃO DO CAMPO	PS	554	PS.L.PAN	619	NÃO
SÃO MARTINHO DE ÁRVORE E LAMAROSA	PS	833	PS.L.PAN	1074	NÃO
SÃO MARTINHO DO BISPO E RIBEIRA DE FRADES	PS	3245	PS.L.PAN	2211	NÃO
SÃO SILVESTRE	PS	702	PS.L.PAN	616	NÃO
SOUSELAS E BOTÃO	PPD/PSD.CDS-PP.NC.PPM.A. .RIR.VP	1200	PS.L.PAN	986	SIM
TAVEIRO, AMEAL E ARZILA	PCP-PEV	1153	PPD/PSD.CDS-PP.IL.NC.PPM.VP.MPT	669	SIM
TORRES DO MONDEGO	PS	627	PS.L.PAN	439	NÃO
TROUXEMIL E TORRE DE VILELA	PS	933	PS.L.PAN	1023	NÃO

Combater o bom combate: IA, Poder Local e Liberdade



João Barbosa de Melo*

Estamos num tempo de grandes mudanças no mundo, com re-composição e alteração dos grandes blocos económicos e políticos, com o enfraquecimento da ideia de democracia como espaço de tolerância e respeito entre adversários, com uns poucos a deterem uma parte gigantesca dos rendimentos e do património da Humanidade, com a evolução tecnológica a ameaçar as liberdades como nunca tinha acontecido depois das grandes guerras do século XX...

O rápido desenvolvimento que estão a ter os sistemas e as soluções a que se convencionou chamar “Inteligência Artificial” apresenta um enorme potencial de melhoria da eficiência da gestão de muitos sistemas e organizações, mas aumenta exponencialmente os riscos para a privacidade, para o emprego, para a desigualdade social e para as liberdades cívicas. Hoje, um punhado de empresas e de organizações, que visam ou o lucro ou a dominação geoestratégica, monitoriza, em tempo real, quase tudo o que quase todos fazemos, gostamos ou julgamos querer.

Com a tecnologia atual, estas empresas e organizações já o fazem de forma muito “eficiente”, mas as mudanças estão a ocorrer a tal ritmo que deixa antever poucas escapatórias, no futuro próximo. Se deixarmos andar e nada fizermos em sentido contrário, a modelação do que achamos que é o nosso livre-arbítrio vai ser cada vez mais perfeita e correremos o risco de acabar por entregar a nossa liberdade em troca do que julgamos ser alguma segurança para nós e para os nossos. É verdade que



ainda permanecem limitações tecnológicas à capacidade de armazenar e trabalhar, em tempo real, tantos triliões de dados, mas o investimento astronómico que está a ser feito por algumas empresas e Estados permitirá, no futuro próximo, resolver essas limitações.

De quem gere e administra uma autarquia local espera-se que, antes de tudo, esteja bem ciente da revolução em curso, para poder ser um agente ativo na garantia de que a mudança será feita em prol da liberdade das pessoas e do desenvolvimento integral da sociedade, salvaguardando sempre os valores que são os mais preciosos para quem aposta numa comunidade humana mais livre, por ser mais justa.

A alteração do paradigma de sociedade que está em curso obriga os governos locais a encontrar formas renovadas de cumprir a missão de serem estruturas de poder próximas das pessoas e ao serviço do bem comum, às quais a sociedade confia a gestão de funções públicas essenciais para o quotidiano das pessoas como, entre muitas, a gestão do espaço público, a provisão de serviços públicos essenciais (iluminação pública, abastecimento de água, recolha de resíduos, limpeza do espaço público,...), a coordenação dos sistemas de mobilidade de pessoas e bens, ou a boa gestão de proximidade da resposta pública nos âmbitos da saúde, do social ou da educação.

Encontrar as pessoas certas para inspirarem e guiarem as autarquias locais nestes tempos agitados é um dos maiores desafios com que se confrontam os eleitores dos países democráticos. Independentemente dos sobressaltos no caminho dos governos nacionais e das organizações transnacionais, acredito que a defesa da liberdade, da privacidade ou da justiça social devem hoje ir de baixo para cima, do mais próximo para o mais longínquo, começando por aquilo que, por estar perto, é mais fácil de vigiar, de conter e de controlar.

Quanto mais autarquias locais forem bastiões firmes no combate civilizacional pela liberdade que se trava no mundo, quanto mais confiança elas instilarem aos membros de cada comunidade local, mais luzes de esperança num futuro melhor se irão ligando. E o mundo precisa de veras de vozes que inspirem e façam acreditar que o que aí vem pode ser melhor do que o que temos. Como dizia S. Paulo, cada um de nós terá de “combater o bom combate” (2 Timóteo 4:7).

* João Paulo Lima Barbosa de Melo é economista, docente convidado e investigador na Universidade de Coimbra. Exerceu funções como Presidente da Câmara Municipal de Coimbra, Presidente do Conselho Diretivo do Centro de Estudos e Formação Autárquica e Deputado à Assembleia da República na XV Legislatura.

Minha experiência pelas freguesias



Jorge Veloso*

As freguesias são, sem sombra de dúvida, a primeira porta de contacto das populações com o Estado. Importa salientar a importância crescente destes órgãos da administração pública — parceiros sociais do Governo — e da sua entidade agregadora, a Associação Nacional de Freguesias (ANAFRE).

O propósito deste texto é colocar a experiência que fui acumulando ao serviço dos presidentes eleitos e dos respectivos executivos, contribuindo para uma actuação mais informada, próxima e eficaz, assente em práticas testadas no terreno e em articulação institucional.

Iniciei a participação cívica e política, em 1985, como presidente da Assembleia de Freguesia de Ribeira de Frades, cumprindo dois mandatos até 1993. Em 1993, fui eleito presidente da Junta de Freguesia de Ribeira de Frades, renovando quatro mandatos até 2013, sempre com maioria absoluta. Em 2003, integrei o Conselho Directivo da ANAFRE como vogal, passando, mais tarde, a vice-presidente e, em 2020, assumi as funções de presidente do Conselho Directivo, como substituto legal do presidente, cargo que terminará em Fevereiro de 2026, no Congresso.

Em 2013, devido à Lei Relvas, candidatei-me à União de Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades, renovando mais dois mandatos com maioria absoluta. Acresce que todas as candidaturas que apresentei foram sempre pelo Partido Socialista.

Este percurso — entre órgãos deliberativos e executivos e entre

a escala local e a associativa nacional — permitiu-me consolidar competências úteis a quem inicia ou renova funções: planeamento e execução de Planos de Actividades e orçamentos, definição de prioridades, acompanhamento de obra e manutenção, gestão de expectativas das populações e articulação com entidades públicas e sociais. Justo é acrescentar que contei com os demais membros dos executivos e órgãos deliberativos que me acompanharam: ninguém faz nada sozinho.

Entre realizações e objectivos concretizados, destaco áreas estruturantes, nem sempre visíveis, que melhoram a qualidade de vida: saneamento básico, águas pluviais e rede de água canalizada, servindo 100% das populações.

Na Acção Social, priorizei sempre esta valência, com a criação da primeira Comissão Social de Freguesia em Ribeira de Frades, há mais de vinte anos, e, na União de Freguesias, a preservação de respostas efectivas, com a colaboração de organismos sociais. Esta área sublinha a importância de mapear respostas existentes, formalizar redes de cooperação e garantir continuidade, medindo necessidades e resultados, com proximidade e discrição.

No Desporto, o apoio às colectividades, às infra-estruturas e ao transporte de atletas exige equilíbrio entre apoio regular e investimento estruturante, com critérios transparentes e articulação com escolas, clubes e município. Na Cultura, a programação consistente e as parcerias com colectividades podem gerar identidade local: o investimento na Semana Cultural de S. Martinho e nas tasquinhas da Ribeira projectou marcas relevantes para o concelho e a região, por exemplo.

Em vias e obras, realço a requalificação do Largo do Chafariz, do Cemitério de S. Martinho do Bispo e do Recinto da Feira dos 7 e 23, bem como a criação e requalificação de parques infantis. Crescem

pavimentações betuminosas, em investimento conjunto com a Câmara Municipal de Coimbra, ultrapassando um milhão de euros, o que exige planeamento plurianual, acompanhamento técnico e comunicação regular com a população.

Em síntese, é importante observar os recursos práticos, os métodos de organização, a relação institucional e a intervenção nas áreas essenciais, com enfoque na proximidade e na execução. No âmbito da ANAFRE, reitero a disponibilidade para promover a troca de boas práticas entre presidentes eleitos e os seus executivos.

Foi uma enorme honra para mim poder servir as cidadãs e os cidadãos de S. Martinho do Bispo e de Ribeira de Frades durante estes anos da minha vida, e sei que assim o será também para cada um dos senhores e das senhoras eleitos este ano. Que assim o seja!

*Jorge Manuel Lebre da Costa Veloso é dirigente associativo e tem percurso autárquico no concelho de Coimbra. Foi presidente da Assembleia, da Junta de Freguesia de Ribeira de Frades e, mais recentemente, da União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades. Assumiu a presidência do Conselho Directivo da ANAFRE no XVII Congresso Nacional e foi reeleito para o mandato em exercício.





Área 22,7 km²

População (Censos 2021) 2.853 residentes

Pontos a visitar Ponte Romana, Moinhos de Almalaguês, Torre de Bera, Igreja Matriz, Capela de Nossa Senhora da Alegria, Cruzeiro Manuelino, Pelourinho



CAPELA DE SÃO PEDRO E IGREJA PAROQUIAL DE ALMALAGUÊS

Conjunto religioso com a Capela de São Pedro em primeiro plano, com paredes caiadas, cantaria marcada nos cunhais e um frontão ornamentado, coroado por cruz e pináculos. Ao fundo, a Igreja Paroquial, com torre sineira e volume simples, voltada para um adro amplo e elevado. A relação entre os dois edifícios destaca a paisagem construída, a visibilidade do património e a centralidade deste espaço no traçado da localidade.



FESTAS POPULARES

O Encontro de Gaiteiros inserido nas Festas em Honra do Martir São Sebastião, percorre as ruas de Almalaguês, com músicos na linha da frente: gaitas de foles e percussão e uma multidão a acompanhar. Os moradores e visitantes observam, fotografam e dão passagem, enquanto o som dos instrumentos marca o ritmo da caminhada. A imagem evidencia a ocupação coletiva do espaço público e a forma como as celebrações locais transformam Almalaguês num lugar de encontro.

Freguesia de Almalaguês

Com os seus habitantes distribuídos por uma vasta malha de lugares, Almalaguês afirma-se como uma freguesia onde a ruralidade convive com uma vida comunitária intensa. Entre vales, quintas e memória patrimonial, a identidade local tem-se projectado muito além do concelho: a tecelagem manual, marca maior da freguesia, conquistou neste ano o Prémio Europeu do Património Cultural, distinguindo o saber das artesãs e reforçando o caminho para a sua certificação definitiva. O reconhecimento chegou no mesmo ano em que a Feira de Gastronomia e Artesanato voltou a mobilizar colectividades, produtores e visitantes, consolidando a freguesia como referência regional.

É neste cenário que Luís Miguel Ferreira Lemos assume a presidência da Junta, eleito com larga maioria. Conhecido pela proximidade às pessoas – fruto de décadas de associativismo e do trabalho quotidiano como carteiro – o novo presidente sublinha que as expectativas são elevadas: “Se não fossem grandes, não teríamos a votação que tivemos. Agora é trabalhar, trabalhar, trabalhar”.

No plano das obras, identifica três prioridades claras. A primeira é a construção da nova sede da Junta, já com projecto entregue e maquete apresentada. “A grande obra é, sem dúvida, a nova sede. “Estamos a

avancar” afirma, vendo nesse edifício a oportunidade de concentrar serviços e melhorar o atendimento. A segunda é o ansiado Pavilhão Multiusos, junto ao campo de futebol, pensado para acolher a feira, festas, actividades desportivas e eventos culturais que hoje “não têm um espaço com condições”, com bancas pequenas e pouca margem de crescimento.

A terceira prioridade é a conclusão do saneamento básico nas zonas ainda sem cobertura, uma reivindicação antiga que depende da Câmara Municipal: “Já foi prometido muitas vezes, mas não saiu das palavras. Cabe-nos influenciar para que aconteça”.

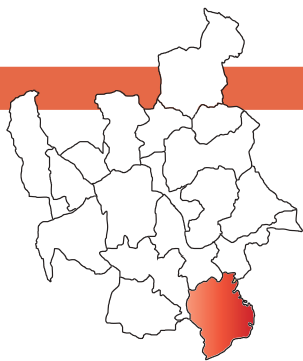
Paralelamente, Luís Lemos faz questão de reforçar a importância do apoio às colectividades. “Nestas freguesias rurais, se queremos ajudar uma terra, é ajudar a colectividade”, resume.

Protocolos escritos, financiamento reforçado e uma equipa alargada são, para o Executivo, a base de uma governação próxima e pragmática. “Eu não sou um político. Sou um homem da terra que quer trabalhar e proporcionar o melhor para todos os fregueses”, afirma. Entre a tradição que já obteve reconhecimento europeu e os projectos que desenham o futuro, Almalaguês cresce com os seus valores: trabalho, cooperação e um profundo sentido de pertença.



TECELAGEM

A artesã trabalha num tear manual de madeira, com os fios de urdidura esticados e o pano a ganhar forma à medida que a trama é batida: o ambiente de trabalho doméstico e a continuidade do processo de produção, do fio ao tecido, são tradições em Almalaguês, proporcionando Prémios Internacionais para os artesãos, um saber-fazer associado às práticas da aldeia.



Endereço Rua da Estrada Nova, n.º 14, 3040-432

Telefone 239 931 708 **Telemóvel** 917 187 290

E-mail geral@jf-almalagues.pt

Site jf-almalagues.pt



Executivo

PRESIDENTE



LUÍS MIGUEL
FERREIRA LEMOS

SECRETÁRIA



SOFIA CATARINA
SOARES PRIMO

TESOUREIRO



ANTÓNIO
FERREIRA COELHO

Assembleia

Bruno Miguel Fonseca (Presidente); Noémia Margarida Costa Carvalho (1.ª Secretária); Catarina Isabel Simões dos Santos (2.ª Secretária); João Machado, Jaime Silva, Diana Rodrigues, Nuno China, Filipa Carina Antunes, Catarina Cancela.

História

Almalaguês tem raízes antigas, reconhecíveis nos vestígios românicos da Torre de Bera e na organização tradicional dos seus lugares, que se estendem pelos vales a sul de Coimbra. Ao longo da Idade Média, a freguesia consolidou-se em torno da agricultura, da pastorícia e das pequenas explorações familiares, moldando um território de forte identidade comunitária. A tecelagem artesanal, hoje marca distintiva da região, ganhou expressão nos séculos XIX e XX, transmitida sobretudo por mulheres que trabalhavam em tear manual e levaram o nome da terra além-fronteiras. Também o vinho, produzido nas encostas soalheiras, integrou durante décadas a economia local. Já no século XX, o associativismo, os ranchos e as festas tradicionais reforçaram laços sociais que ainda definem Almalaguês. Entre património, ofícios e vida colectiva, a freguesia construiu uma história de continuidade, resistência e profundo enraizamento cultural.



TORRE DE BERA

Um tesouro histórico em Almalaguês: atalaia medieval da linha defensiva a sul do Mondego, datada da Alta Idade Média (sécs. IX–XI) e discutida até à viragem do séc. XII. Em ruína, preserva dois alçados e mantém-se como ponto de leitura do território e da memória local.





Área 17,62 km²

População (Censos 2021) 2.842 residentes

Pontos a visitar Igreja Paroquial de Antuzede, Capela de São Facundo, Capela de Santo Outeiro, Igreja de Santa Marinha, Igreja da Senhora da Guia



IGREJA PAROQUIAL DE VIL DE MATOS

Igreja Paroquial de Vil de Matos, dedicada a São João Evangelista. De estilo neoclássico. Em seu interior, destacam-se a base da pia batismal do século XVI, azulejos coimbrões com cenas bíblicas da segunda metade do século XVIII e retábulos com fases dos séculos XVII a XIX.



IGREJA PAROQUIAL DE SÃO FACUNDO

Este templo paroquial está associado à vida religiosa da comunidade, onde se realizam missas, celebrações e outros momentos do calendário litúrgico. A igreja integra o património local e serve como ponto de encontro para práticas de fé e atividades pastorais, acolhendo também eventos comunitários em datas específicas. Sua presença no espaço público e a relação com o quotidiano da freguesia, com moradores e visitantes, é parte fundamental de Antuzede e Vil de Matos.

União das Freguesias de Antuzede e Vil de Matos

“Entre o vale do Mondego e as encostas que antecedem Coimbra, a União das Freguesias de Antuzede e Vil de Matos reúne tradição agrícola e forte cultura de vizinhança. Eleito este ano, o presidente Rui Marcelino define três prioridades para o mandato: reforçar a proximidade aos fregueses, responder às famílias jovens e preparar a freguesia para o envelhecimento.

O primeiro eixo passa por “desenvolver estratégias, aplicações informáticas e estar disponível para as pessoas”, aproximando a Junta dos residentes, num território servido por atendimento presencial e balcão virtual.

O segundo eixo tem rosto claro: a falta de respostas para a infância. “Não temos um berçário para acolher as nossas crianças dos 0 aos 3 anos e precisamos criar condições para isso”, afirma. A ambição do executivo é garantir, nos próximos dois anos, “educação dos 0 aos 10 anos”, articulando equipamentos, recursos humanos e apoios municipais, de forma a fixar população jovem e evitar que as famílias procurem soluções em freguesias vizinhas.

No pólo oposto da pirâmide etária, a prioridade são os idosos. “Provavelmente não conseguiremos, ao longo dos quatro anos, criar uma

grande estrutura para os absorver”, reconhece o autarca. O objectivo é “lançar a pedra fundamental e preparar terreno para os próximos mandatos”, deixando um sítio identificado, solução desenhada e parcerias sociais alinhadas.

Também o desporto surge como área relevante. Em Vendas de Sant’Ana, o pavilhão gimnodesportivo viu concluída a estabilização do muro e talude, mas persistem problemas que a Junta quer ver resolvidos com apoio da Câmara. Noutros pólos sem cobertura, a meta é criar condições para a prática regular de várias modalidades, envolvendo escolas, associações e grupos informais.

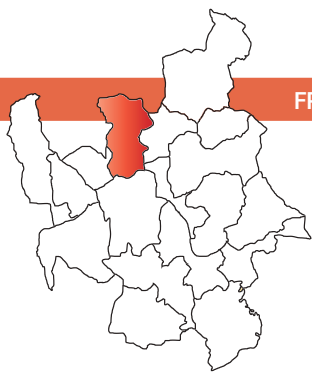
O tecido associativo é uma das principais características de Antuzede e Vil de Matos. Ranchos, grupos culturais e colectividades mantêm activa a tradição popular e funcionam como espaços de encontro. A Junta promete reunir com todos, ouvir prioridades e canalizar apoios para qualificar sedes, parques e equipamentos.

“Eu sou nascido, criado e vivo aqui. Por isso, tenho um amor especial pela minha terra e quero tentar promover a melhoria das condições de vida junto de todos e para todos”, resume Rui Marcelino.”



IGREJA PAROQUIAL DE ANTUZEDA

A Igreja Paroquial de Antuzede, marcada por traços barrocos e por uma implantação destacada no centro da localidade, é um dos símbolos históricos da União de Freguesias. O templo, que consolidou a autonomia religiosa no século XVI, permanece como ponto de referência espiritual e cultural, reunindo a comunidade em celebrações, festividades e eventos que preservam a identidade local ao longo das gerações.



Endereço Rua da Fonte, n.º 60, 3025-018 Antuzede
Rua de Coimbra, n.º 21, 3025-622 Vil de Matos

Telefone 239 964 949

E-mail ufantuzedevildematos@sapo.pt

Site ufantuzedevildematos.pt



Executivo

PRESIDENTE



RUI MANUEL FERREIRA
MARCELINO SANTOS COSTA

SECRETÁRIO



RICARDO ISIDRO
MAIA CORTESÃO

TESOUREIRA



ALCINDA MARIA FERREIRA
BORGES BAPTISTA

Assembleia

Fernando Jorge Coelho (Presidente); Susana Isabel Loureiro da Costa (1.ª Secretária); Hugo Marques da Fonseca (2.º Secretário); Catarina Alexandra Ferreira Gomes, Diamantino Jorge, Pedro Miguel Nogueira Coelho, Célia Maria Ferreira Lourenço, Sandra Ferrão Ferreira da Silva e José Alves Marques.



SEDE DA UNIÃO DE FREGUESIAS DE ANTUZEDE E VIL DE MATOS

No edifício funciona o núcleo administrativo da freguesia, com atendimento e serviços de proximidade que apoiam moradores no dia a dia. É aqui que se centralizam procedimentos, informação e articulação com outros organismos, além de reuniões de trabalho e momentos de participação pública ligados à gestão do território, equipamentos e iniciativas locais. No espaço, funciona ainda o Centro de Saúde de Antuzede e Vil de Matos para o atendimento da população.

História

A história de Antuzede e de Vil de Matos acompanha, de perto, a própria afirmação de Coimbra no mapa medieval. Em Antuzede, as referências apontam para um povoamento estável já no final do século XI.

Em 1122 surgem registos de compra de propriedades e, duas décadas depois, um testamento de 1142 entrega bens ao Mosteiro de Santa Cruz, sinal da importância religiosa e económica da zona.

A autonomia paroquial ganha corpo em 1592, com a construção da igreja matriz. São Facundo, hoje integrado, manter-se-ia freguesia até meados do século XIX. Vil de Matos entra nos registos em 1527, incluída no termo de Ançã.

A extinção desse concelho, em 1853, levou-a a passar por Cantanhede antes de ser incorporada, em 1855, no município de Coimbra, onde permanece. Também no século XIX, a vida quotidiana organizava-se em torno da agricultura: cereais, vinho e, de forma muito marcante, o arroz. A orizicultura trouxe emprego, mas também conflitos e alertas de saúde pública. Para reconstituir este percurso, são fontes essenciais as Memórias Paroquiais de 1758 e os registos guardados no Arquivo da Universidade de Coimbra.

Área 19,51 km²

População (Censos 2021) 4.993 residentes

Pontos a visitar Sítio Arqueológico da Cidade dos Mouros, Trilhos e Miradouros, Igreja Matriz de Assafarge, Igreja Matriz de Antanhol, Capelas de Nossa Senhora da Ajuda, Nossa Senhora da Paz, São Simão, São Silvestre e Santo Amaro



ESCULTURA AOS OLEIROS

Na Rua Nossa Senhora da Conceição, em Antanhol, a escultura dedicada aos oleiros recorda uma das actividades que mais marcaram a freguesia ao longo de décadas. A figura do artesão à roda da olaria homenageia quem viveu deste ofício e mantém viva a memória do trabalho nas antigas fábricas locais.



FEIRA DE OUTONO

No pavilhão do Centro Social e Polivalente da Palheira, a Feira de Outono da União das Freguesias de Assafarge e Antanhol reúne artesanato, trabalhos escolares, produtos locais e gastronomia. O painel de boas-vindas, as bandeiras e os arranjos em fardos de palha sublinham o envolvimento das instituições e o ambiente familiar do evento.

União das Freguesias de Assafarge e Antanhol

A União das Freguesias de Assafarge e Antanhol situa-se no limite sul do concelho de Coimbra, articulando núcleos rurais com a expansão urbana da cidade. Criada em 2013, pela agregação das antigas freguesias de Assafarge e de Antanhol, mantém sede administrativa em Assafarge e assume competências na manutenção da rede viária local, dos espaços verdes, da limpeza urbana e de pequenos equipamentos de proximidade.

A paisagem é marcada por encostas e vales com vista sobre o Mondego, onde se combinam manchas florestais, terrenos agrícolas e habitação dispersa com zonas mais densas junto às principais vias de acesso a Coimbra. O património religioso e arqueológico tem peso próprio, com a Igreja Matriz de Assafarge e Igreja Matriz de Antanhol, a capela de Nossa Senhora da Ajuda e o sítio romano da Cidade dos Mouros/Cidade da Mata de Antanhol, integrado em trilhos e miradouros naturais frequentados por residentes e visitantes.

A freguesia dispõe de serviços de proximidade essenciais, estabelecimentos de ensino, equipamentos desportivos, espaços associativos, rede de transportes e estruturas municipais descentralizadas. Em Antanhol foram inaugurados o Espaço Cidadão e um posto dos CTT, aproximando a Administração Pública da

população. O dinamismo comunitário ganha expressão em sítios como o Aeródromo Bissaya Barreto, e em iniciativas como a Feira de Outono, que, nas palavras do presidente, junta “25 expositores de artesanato da nossa União das Freguesias e a representação de todas as associações e coletividades existentes”.

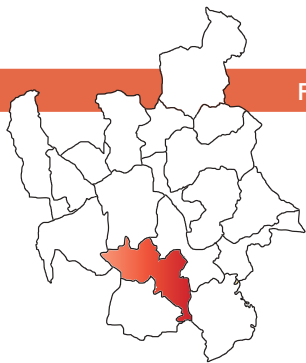
Reeleito pela coligação Juntos Somos Coimbra, António Lopes Fernandes Teodoro identifica quatro eixos centrais: a construção de um lar de idosos, a requalificação da zona de Santo Amaro e a pavimentação da estrada que liga a Palheira à Quinta do Limoeiro, entre a Rua da Salvação e a Rua Carreira da Vila. “Além dessas prioridades, ainda buscaremos uma nova sede para a Junta de Freguesia”, sublinha, ligando investimento social e melhoria das acessibilidades.

O projeto do lar encontra-se em apreciação pelas entidades competentes e responde, nas palavras do autarca, a “uma necessidade muito forte: aqui não temos nenhum nesta zona e, cada vez mais, a população é idosa e necessita de cuidados sociais”. No plano comunitário, o executivo faz questão de valorizar o movimento associativo e deixa uma mensagem aos moradores: “Podem contar connosco, desde que sejam residentes. Quero concretizar os projetos que tinha em mente e vou fazer tudo por tudo para que sejam concluídos.



CAPELA DE SANTO AMARO

A capela de Santo Amaro, em Carvalhais de Cima, é um dos marcos religiosos e paisagísticos da União das Freguesias de Assafarge e Antanhol. O adro elevado, o casario em redor e os caminhos que aqui convergem mostram a ligação entre fé, tradição e a vida quotidiana das pessoas da freguesia.



Endereço Largo da Igreja, 3040-657

Telefone 239 438 801

E-mail geral@assafargeantanhol.pt

Site assafargeantanhol.pt



Executivo

PRESIDENTE



ANTÓNIO LOPES
FERNANDES TEODORO

SECRETÁRIA



SANDRA ISABEL
CORREIA DE MATOS

TESOUREIRO



VIRIATO ANTÓNIO
DA SILVA DIAS

Assembleia

Rui Manuel Alves Simões Dias (Presidente); José Luís Pinto da Silva Matos (1.ª Secretário); Francisca Rodrigues Machado (2.ª Secretária); Bruno André Mendes Valério, Paulo Jorge Borges Loreto, Jorge Manuel de Oliveira Fernandes, António José da Veiga Lúcio, Paula Cristina Pais Baptista e Andreia Andrade Coelho Nina.

História

Assafarge e Antanhol são territórios de ocupação antiga, com raízes medievais. Assafarge surge documentada em formas como “Assafargea”, topónimo de provável origem árabe, e consolidou uma organização comunitária em torno da igreja matriz, dos terrenos agrícolas e dos caminhos que a ligavam à cidade e ao vale do Mondego. Antanhol desenvolveu-se em lugares como Albergaria e Valongo, marcados por culturas de sequeiro, olival, pequenas explorações pecuárias e forte relação com a mata envolvente.

O património histórico integra várias capelas rurais e cruzeiros, com destaque para a capela de Nossa Senhora da Ajuda, em Abrunheira. O principal testemunho arqueológico é a Cidade dos Mouros, conjunto romano classificado como Monumento Nacional desde 1943, que evidencia a importância estratégica do relevo sobre o vale do Mondego. Nos séculos XIX e XX, a proximidade a Coimbra intensificou a mobilidade pendular e estimulou nova habitação ao longo das vias principais; a agricultura perdeu peso relativo, mas manteve relevância na paisagem, lado a lado com actividades ligadas aos serviços urbanos. Em 2013, no contexto da reforma administrativa, as duas freguesias foram agregadas, dando origem à actual União das Freguesias de Assafarge e Antanhol.



A rua da Ladeira da Paula recebeu obras no âmbito da empreitada da Águas de Coimbra. A intervenção incluiu instalação de coletor de grandes dimensões para drenagem de águas pluviais, reabilitação da rede de saneamento e remodelação de ramais de água, com condicionamentos de trânsito. O investimento rondou os 640 mil euros e os trabalhos foram concluídos este ano



Área 12,42 km²

População (Censos 2021) 3.244 residentes

Pontos a visitar Rio Ceira e margens ribeirinhas, Açude da Boíça e Ponte do Cabouco



ASAS NO SILÊNCIO

O cruzeiro e o espaço envolvente preservam a memória do acidente com dois caças F-84 da Força Aérea Portuguesa, ocorrido em 1955, durante um exercício condicionado por nevoeiro, que vitimou oito pilotos. O local viria a ser marcado, em 1957, pela construção do cruzeiro e da Capela de Nossa Senhora do Ar, mantendo-se como ponto de homenagem e cerimónias evocativas. Em 2025, a memória foi reforçada com um novo monumento, “Asas no Silêncio”, concebido pelo arquiteto Rui Bernardino.



ZONA CENTRAL

Principal palco cívico de Ceira e peça-chave da requalificação do centro urbano. Mais do que um largo, o local vem sendo pensado para acolher iniciativas comunitárias, apoio ao comércio local e atividades culturais que reforçam a identidade do território. O sítio voltou a receber a Ceirarte neste ano, evento que cruza artesanato, tradições e programação local, funcionando como âncora anual de dinamização e encontro entre moradores e visitantes.

Freguesia de Ceira

Ceira entra no mandato 2025-2029 com uma agenda assente em duas frentes: cumprir os compromissos assumidos com a população e clarificar, sem ambiguidades, o que depende da Junta e o que exige intervenção municipal. O executivo liderado por Fernando Almeida assume a intenção de manter uma Junta “ativa, presente e com soluções, colaborando com a Câmara Municipal de Coimbra, mas reforçando a exigência de respostas nas áreas onde o investimento ultrapassa a capacidade local”.

No terreno, são apontados como marcos de proximidade a concretização da Praça da Central, com ligação entre a Rua da Igreja e a Rua das Lavadeiras, a instalação de um quiosque com caixa Multibanco em fase de conclusão e a criação de um estaleiro nas traseiras do edifício-sede.

O movimento associativo é tratado como prioridade transversal. A Junta assume o papel de parceira das coletividades – do

desporto à cultura e à solidariedade – defendendo reforço de meios, melhoria de infraestruturas e maior articulação entre associações, com processos mais simples e apoio regular a projetos, não apenas a eventos.

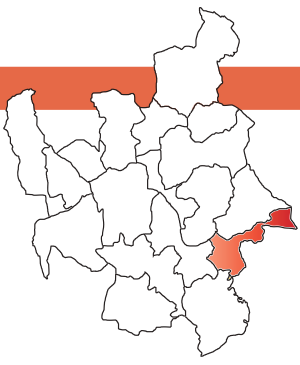
Na modernização administrativa, a aposta recai na digitalização de serviços, sem perder o atendimento presencial, e no reforço da comunicação pública, com informação mais frequente sobre obras, iniciativas e serviços. O plano inclui ainda medidas de higiene urbana de resíduos, transportes e infraestruturas, com foco em segurança pedonal, iluminação pública, sinalética e pontos de carregamento elétrico.

Entre as matérias que exigem articulação com o Município, o presidente Fernando Almeida destaca: “Entre outras, intervenções em equipamentos escolares, soluções para ligações e pontes locais e requalificações viárias consideradas estruturantes para a mobilidade e a coesão territorial.

“O VIVEIRISTA”

A escultura “O Viveirista”, inaugurada no ano passado, assume-se como homenagem pública a uma atividade que marcou a economia local e a paisagem agrícola de Ceira: o trabalho de produção e comércio de plantas. A peça foi apresentada no contexto da Ceirarte, articulando identidade cultural e memória do trabalho, ao mesmo tempo que reforça a Praça Central como lugar simbólico e de programação comunitária. A referência aos viveiristas não é apenas patrimonial: documentos oficiais listam, há décadas, profissionais do setor associados a Ceira, evidenciando a profundidade histórica desta ligação.





Endereço Rua Dr. Manuel Chaves e Castro, 3030-853

Telefone 239 923 351

E-mail freguesiaceira@gmail.com

Site freguesiaceira.pt



Executivo

PRESIDENTE



FERNANDO JORGE
LOPES DE ALMEIDA

SECRETÁRIA



ANA TERESA
MARQUES PALMEIRA

TESOUREIRO



SÉRGIO MANUEL
NEVES FERREIRA

Assembleia

José Fernando dos Santos (Presidente); Maria Elisabete Simões Santos (1.ª Secretária); Maria Júlia Simões Antunes (2.ª Secretária); Luís Abel Carrito Amado, Libânia Sofia Rosa Santiago, Ana Patrícia Vicente Saro, Paulo Jorge Melo Alexandre, Ricardo José Santos Cioga, Eduardo Manuel dos Santos Vieira Borges.



JUNTA DE FREGUESIA DE CEIRA

A sede da Junta de Freguesia de Ceira integra um conjunto de equipamentos e arranjos urbanos que procuram concentrar serviços e melhorar a experiência de quem vive e circula no centro da freguesia. A lógica é a de proximidade: facilitar deslocações a pé, articular o edifício administrativo com outros polos do quotidiano local e qualificar os espaços de estadia.

História

Elevada à categoria de vila em 1997, Ceira tem a sua identidade historicamente ligada ao curso de água que lhe dá nome. O rio Ceira — afluente do Mondego — estruturou a ocupação humana, as práticas agrícolas e a memória coletiva das margens, servindo de referência territorial e de suporte ao regadio e a aproveitamentos hídricos. Essa relação tem sido objeto de estudo académico sobre padrões de povoamento e usos do território, ajudando a compreender continuidades e mudanças na forma como a comunidade se organizou em torno do vale.

A presença do rio é, contudo, também um desafio contemporâneo: exige planeamento e manutenção de infraestruturas e atenção à qualidade ecológica do curso de água. Trabalhos técnicos dedicados ao Ceira e às suas estruturas, incluindo o Açude da Boiça, enquadram-se em debates atuais sobre gestão de recursos hídricos, segurança, mitigação de riscos e reabilitação ambiental. Na transição entre a área urbana de Coimbra e uma paisagem de vales e frentes ribeirinhas, a freguesia consolidou-se como território de proximidade: suficientemente perto da cidade para beneficiar do seu dinamismo, mas com características próprias que a comunidade procura preservar, valorizando a identidade local e a relação com o rio.

Área 19,17 km²

População (Censos 2021) 3.962 residentes

Pontos a visitar Museu Moinho das Lapas, CITA e Rota das Quelhas e Cortelhas, Museu do Brinquedo Tradicional Popular e Igreja Matriz Nossa Senhora da Assunção



MUSEU MOINHO DAS LAPAS

O equipamento recupera a memória da moagem e das infraestruturas hidráulicas associadas à ribeira, tornando visível a relação entre trabalho, paisagem e recursos naturais. Ele situa o visitante, contextualiza a tradição local e propõe uma leitura patrimonial do lugar. Em paralelo, o registo do canal e da zona envolvente evidencia a escala do sistema e a integração do espaço no quotidiano da freguesia.

O mecanismo de moagem do milho remete para uma prática produtiva que atravessa gerações e para um saber-fazer de Cernache, em que a transformação do cereal em farinha depende da afinação das peças, do controlo do fluxo de grão e do domínio do ofício. Para além do valor económico, o moinho afirma-se como património vivo, útil para demonstrar técnicas, vocabulário e rotinas de trabalho que moldaram a identidade local.

FONTE DA BARROCA

O curso de água dialoga com a vista do rio, onde se observa um desnível que cria pequena queda de água e alimenta a ribeira. A presença de margens trabalhadas, vegetação espontânea e estruturas de suporte mostra como a água organiza o território, define percursos e sustenta usos múltiplos — do antigo aproveitamento energético e agrícola ao lazer contemporâneo e ao contacto direto com a natureza.



Freguesia de Cernache

Com uma herança rural ligada à água, aos moinhos e aos moinhos, Cernache oferece habitação, lazer e potencial para o turismo. Recém-eleita, Marta Ferro define como prioridade “a unificação de tudo que existe nas aldeias da freguesia”, para evitar a dispersão de equipamentos e iniciativas.

“No coração da freguesia, temos o centro da freguesia, o Museu Moinho das Lapas, na zona mais baixa o rio, as regueiras e os moinhos. Na parte superior, temos o Museu-Escola do Brinquedo, uma referência nacional e uma paisagem deslumbrante! Entre estes, não há ainda uma rota de ligação e nós queremos integrá-los”. Propõe “criar um percurso eco cultural”. O património ecológico e rural “queremos iniciar no Caminho dos Joais, até ao CITA, onde há uma nascente de água pura, pelo percurso da Rota das Quelhas e Cortelhas, muito ligada à pastorícia, continuando pelo percurso do caminho de Santiago na Feteira e Pousada, seguindo rumo ao Loureiro, onde fica o Museu-Escola do Brinquedo, sem deixar de visitar a Invíborá”.

Sublinha a dimensão educativa do percurso: “Para as escolas, famílias e associações, acabamos por oferecer não só um percurso pedestre, mas um conhecimento maior da parte histórica e cultural da freguesia”.

Enquadra o plano na procura de alojamentos locais: “Estamos com

um crescimento de alojamentos locais que necessitam de ter opções para incentivar a permanência na freguesia e não fazer dela um dormitório apenas. Queremos promover o turismo local, valorizando a história da moagem, fontes, reserva da Morena e as nossas gentes, assim como as três rotas de peregrinação que atravessam o território. São ligações que precisamos de trazer novamente à tona”, defendendo que a valorização do património pode gerar um aumento da economia local sem descaracterizar o espaço rural.

“Queremos oferecer formas de as famílias permanecerem cá e, de quem visite, desfrute e fique rendido a Cernache”. A aposta é potenciar recursos endógenos e reduzir deslocamentos, articulando requalificação hídrica, formação profissional e melhorias nas rodovias, e a oferta de “uma bolsa de emprego para impulsionar a economia local”, afirma.

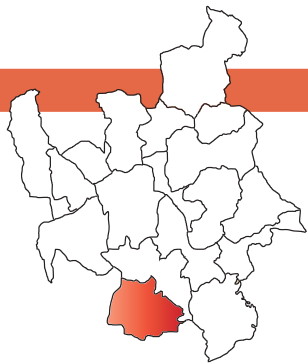
Insiste na participação: “Nunca deixar de ouvir a opinião da comunidade fará com que ela se sinta envolvida, preservando a nossa identidade de aldeia e de espaço rural, dando espaço à modernização controlada”. Fixa uma meta: “Uma Junta de Freguesia acessível... Não só pessoalmente, como também pelo site, aplicações e outras ferramentas digitais”.

“Cernache não é apenas um local, Cernache é uma forma de vida!”, declara.

CAMINHO DE SANTIAGO NA ESTRADA DA CASCONHA

Marco do Caminho de Santiago (km 100), na Estrada da Casconha, assinalando em Cernache o cruzamento da rede de mobilidade entre a Rota de Fátima, a Rota Carmelita e o Caminho de Santiago, e orientando os peregrinos a seguir diretamente para o centro da freguesia. Na Quinta da Esperança, é ainda possível usufruir de momentos de reflexão e encontro.





Endereço Rua Moinho das Lapas, 3040-850

Telefone 239 947 0370

E-mail geral@freguesiadecernache.eu

Site freguesiadecernache.pt



Executivo

PRESIDENTE



MARTA ISABEL FERRO

SECRETÁRIO



ARMANDO SOUSA

TESOUREIRO



PEDRO ROSÁRIO

Assembleia

Marco Rodrigues (Presidente); Maria Céu Bogalho (1.ª Secretária); Ana Beatriz Caiiro (2.ª Secretária); Antonio Fontes, Fernando Parola, Victor Carvalho, António Lopes, Vera Martinho, Nuno Rodrigues.

História

Com vestígios de ocupação antiga, Cernache ganhou relevância pela fertilidade do vale, onde a água sustentou agricultura e dezenas de moinhos ao longo da ribeira. Em 1420, foi elevada a vila por carta régia e tornou-se sede de concelho, estatuto que manteve até à reforma administrativa de 1836. Recebeu foral manuelino, documento que enquadró direitos e deveres locais e confirma a centralidade da povoação na rede de jurisdições do Baixo Mondego.

Ao longo dos séculos, a Igreja Matriz de Nossa Senhora da Assunção consolidou-se como referência religiosa e artística, com campanhas construtivas e decorações que atravessam vários períodos. Em paralelo, o património rural — caminhos murados, casas de pastor e estruturas hídricas — permaneceu como marca identitária.

Hoje, a freguesia procura conciliar esta herança com novas funções residenciais, turísticas e culturais, valorizando a memória da moagem e do território.



IGREJA MATRIZ E VIVÊNCIA RELIGIOSA

Igreja Matriz de Nossa Senhora da Assunção e celebração litúrgica no interior: duas imagens que evidenciam o peso do património religioso em Cernache e a sua dimensão comunitária. No adro, a saída da Procissão de Nossa Senhora dos Milagres, padroeira da freguesia, é de extrema importância para quem vive em Cernache e uma referência na religiosidade e na devoção à Santa, que recebe honras durante a Pascoela. Já no interior, o retábulo dourado, a imaginária, as pinturas e a assembleia reunida durante a missa mostram a igreja como espaço de sociabilidade, memória e transmissão cultural, onde fé, património artístico e vida quotidiana se cruzam.



Área 8,33 km²

População (Censos 2021) 13.880 residentes

Pontos a visitar Universidade de Coimbra – Alta e Sofia, Sé Velha, Sé Nova, Mosteiro de Santa Cruz e Claustro da Manga, Arco e Torre de Almedina, Igreja de São Bartolomeu e Praça do Comércio



CABAZ DE NATAL

A União das Freguesias de Coimbra distribui mensalmente centenas de cabazes com bens essenciais a famílias em situação de maior vulnerabilidade, reforçando este apoio social na época natalícia.



FESTIVAL DAS SOPAS

No Terreiro da Erva, a edição de 2025 reuniu 20 instituições locais, cada uma a apresentar a sua sopa tradicional, com malga incluída, numa iniciativa que dinamizou a Baixa de Coimbra e gerou receita solidária. A edição de 2026 já está prometida.

União das Freguesias de Coimbra (Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu)

O Presidente da União das Freguesias de Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu, Carlos Rogério Antunes Pinto, assume o cariz social como prioridade do mandato. Depois de oito anos como Vice-Presidente, destaca a proximidade como marca da sua liderança. A preservação do espaço público é outra linha central, com foco na limpeza urbana e na manutenção dos passeios, maioritariamente em calçada portuguesa. O autarca alerta para a rápida degradação deste pavimento e defende uma intervenção contínua para garantir segurança e qualidade no espaço

público.

Na área social, reconhecendo os limites de competências, a União das Freguesias aposta numa resposta de proximidade, com acompanhamento de situações de vulnerabilidade, através do apoio alimentar.

A colaboração com associações e coletividades locais é apontada como extensão desta política social, com os lucros das iniciativas da União a reverterem a favor das instituições. Para o Presidente, a ação política deve assentar na cooperação institucional, acima de lógicas partidárias. “Estou na política para servir as pessoas”, conclui.



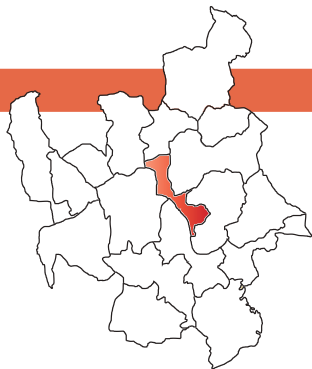
LIMPEZA E MANUTENÇÃO

A pressão pedonal na Alta e Baixa torna a conservação de calçadas e passeios um tema recorrente na cidade, fundamental de ser articulando entre a União de Freguesias e a Câmara Municipal.

MERCADO DE NATAL

Coorganizado pela União das Freguesias de Coimbra e pela Câmara, o Mercado de Natal regressou à Praça do Comércio em 2025 com 42 expositores e programação orientada para famílias, turismo e dinamização do comércio tradicional da Baixa.





Endereço Bairro Sousa Pinto,
nº 37, 3000-393
Telefone 239 095 439
Telemóvel 914 635 393
E-mail ufcoimbra@gmail.com
Site ufcoimbra.pt



Executivo

PRESIDENTE



CARLOS ROGÉRIO PINTO

SECRETÁRIA



ALBERTO BRAVO

TESOUREIRO



ANA ISABEL SIMÕES

VOGAL



HUGO SIMÕES

VOGAL



MAFALDA FAGULHA

Assembleia

Manuel Barata de Tovar (presidente), Afonso Miguel Madeira (1.º. Secretário) e Cláudia Cristina Silvestre (2.ª. Secretária); Hugo António de Abreu, Luís Estevão Oliveira, João Gabriel Ribeiro, Raquel da Fonseca Veiga, Ricardo Manuel Andrade, João Paulo Nunes, Sílvia Alexandra Barbeiro, Rita Luís Namorado, Lourenço Madeira Porto e Henrique José da Silva.

História

A União das Freguesias de Coimbra integra antigas freguesias urbanas que estruturam uma parte significativa do centro histórico e do principal eixo patrimonial e institucional da cidade. Neste território concentram-se referências maiores do património edificado, como o Mosteiro de Santa Cruz, fundado em 1131, a Sé Velha e a Sé Nova, bem como elementos da antiga cerca medieval, com destaque para o Arco e a Torre de Almedina. A centralidade histórica e cultural da área é ainda reforçada pela classificação da Universidade de Coimbra – Alta e Sofia como Património Mundial da UNESCO.



ESPAÇO CIDADÃO

Instalado no Mercado do Calhabé desde 2023, o Espaço Cidadão da União das Freguesias de Coimbra reúne, num único balcão, serviços de várias entidades, permitindo aos munícipes tratar de documentos como o Cartão de Cidadão, a Carta de Condução, entre outros.

Área 24,78 km²

População (Censos 2021) 17.574 residentes

Pontos a visitar Igreja Matriz de São Paulo de Frades, Complexo de Piscinas Rui Abreu, Parque de Lazer do Escravote, Baloço Panorâmico de Eiras, Igreja Matriz de Eiras



BALOÇOS PANORÂMICOS DE EIRAS E DIANTEIRO

Entre o pôr do sol e a cidade ao fundo, os baloços de Eiras e São Paulo de Frades convidam a uma pausa fora do centro. No alto, o território aparece inteiro: bairros, vales e a linha de Coimbra. Um gesto simples que recoloca a paisagem no centro do espaço público.



CAPELAS DE NOSSA SENHORA DO LORETO E DO ESPÍRITO SANTO

Em ruas de bairro, as capelas do Loreto e do Espírito Santo funcionam como marcos de vizinhança e de calendário comunitário. Pequenas na escala, grandes na função: acolhem celebrações e lembram que a identidade local também se constrói fora dos grandes monumentos.

FONTE D. JOÃO V

No Terreiro da Fonte, água e praça contam a história do lugar: o chafariz setecentista remete para a infraestrutura que sustentou o quotidiano; o largo organiza encontros, circulação e permanência. Património e uso corrente no mesmo quadro, onde o espaço público se mede pelo movimento das pessoas.



União das Freguesias de Eiras e São Paulo de Frades

A União das Freguesias de Eiras e São Paulo de Frades integra a faixa norte do concelho de Coimbra e combina áreas urbanas com lugares de transição rural. Do eixo de Eiras, com zonas como Ingote, Loreto, a estação Coimbra-B e Santa Apolónia, aos núcleos de São Paulo de Frades, o território concentra necessidades de mobilidade, manutenção do espaço público e resposta social.

No arranque do mandato 2025–2029, o presidente Luís Correia define três eixos estratégicos: “pessoas e coesão social”, “espaço público seguro e funcional” e “planeamento estratégico e defesa da freguesia”. O primeiro aposta no reforço do Gabinete Social e em serviços mais ágeis, orientados para idosos, famílias e crianças. O segundo aponta para ruas, jardins e percursos naturais bem cuidados, com enfoque na segurança e na sustentabilidade ambiental. O terceiro projeta uma Junta mais interventiva na execução de projetos estruturantes, com negociação firme junto da Câmara Municipal e gestão transparente de recursos públicos. O objetivo político, afirma, é “fortalecer a confiança da população e consolidar a Junta como interlocutor sério. A meta é ganhar unidade com trabalho contínuo, diário”, afirma.

Entre as frentes mais urgentes está

a mobilidade e a segurança rodoviária. A Junta identifica “atravessamentos pedonais inseguros”, excesso de velocidade, passeios incompletos e obstáculos à acessibilidade. Em negociação com a Câmara Municipal, o desejo é a “requalificação de passeadeiras e sinalização, medidas de acalmia de tráfego e melhoria da iluminação pública”, defendendo que o objetivo é proteger a população e exigir soluções estruturadas.

Nos serviços de proximidade, a Junta assume atendimento simplificado e eficiente e pretende consolidar o Gabinete Social como referência territorial, articulando respostas com IPSS, escolas, forças de segurança e associações. Na vertente ambiental, a estratégia anunciada para 2026 concentra-se em limpeza, conservação e sustentabilidade, incluindo manutenção regular do território, valorização ambiental e projetos energéticos e ambientais.

O associativismo e a cultura surgem como linha de continuidade, com apoio financeiro, logístico e institucional às coletividades, colaboração em eventos e compromisso de transparência. Luís Correia resume o objetivo deste mandato: “Proximidade, rigor e determinação, com diálogo permanente e firmeza na defesa dos interesses de Eiras e São Paulo de Frades”.

IGREJA DE SÃO PAULO DE FRADES

A Igreja de São Paulo de Frades permanece como referência visual e simbólica. Torna-se o 17.º mosteiro da Ordem de Cister em Portugal no ano de 1221, é o ponto que orienta chegadas e concentra memórias — entre culto, festas e rotinas. A torre recorda que a identidade da freguesia também se lê na sua arquitetura.



PARQUE DE LAZER DO ESCRAVOTE

Mesas, grelhadores e sombra: o Parque de Lazer do Escravote oferece uma sala



de estar ao ar livre. Num tempo de bairros dispersos, o equipamento cria condições para refeições e convívio, reforçando a ideia de proximidade. O valor do espaço mede-se no essencial: estar, partilhar e regressar.



Endereço Rua Dr. Alfredo Freitas, n.º 17-19,
3020-167

Telefone 239 431 487

E-mail sede@eirasspfrades.pt

Site eirasspfrades.pt



Executivo

PRESIDENTE



LUÍS MIGUEL
LOPES CORREIA

VOGAL SUBSTITUTO



HÉLIO SÉRGIO
SOARES PAULINO

TESOUREIRA



GISELA MARGARIDA
GONÇALVES CURTO

SECRETÁRIO



FAUSTO EMANUEL
FORTE DOS REIS

VOGAL



ANA PATRÍCIA
MADUREIRA DE ALMEIDA

Assembleia

José Eduardo Dias Borges de Viterbo Correia (Presidente); Nuno Manuel Simões Laranjeira (1º Secretário); Susana Magnólia Forte dos Reis (2ª Secretária); Alberto Ferraz de Carvalho, Fernando José Baptista Marques, Andreia Marisa Gonçalves Vilas, Ricardo Filipe Terceiro Carrasqueira, Laurentino Manuel Simões Martins, Márcio Filipe Valença Teixeira, Camila Sofia da Cruz Bernardes, Joaquim Manuel Craveiro Rodrigues, João Nuno Martins Bastos Africano Fernandes e Teresa Maria Martinho Martins de Sá.

História

A União das Freguesias de Eiras e São Paulo de Frades agrega duas antigas freguesias num único ente administrativo. Território integrado na zona urbana de Coimbra, atravessado pela Ribeira de Eiras e composto por um conjunto alargado de lugares e bairros que acompanharam a expansão urbana para norte, a evolução do território ocorreu ao longo de vários séculos, sublinhando as mudanças do perfil económico e social e a transição de um espaço fortemente agrícola para uma freguesia progressivamente urbanizada.

No caso de São Paulo de Frades, a memória local está fortemente ligada ao antigo mosteiro de São Paulo de Almaziva e à sua transformação ao longo do tempo. Existia desde o século XII uma comunidade religiosa no local e, por volta de 1220, Fernando Peres doou à Ordem de Cister o lugar e a capela de São Paulo e, em 1221, uma bula papal consolidou a integração do mosteiro na ordem. Reformas em diferentes períodos, a anexação do mosteiro ao Colégio do Espírito Santo em 1555 e a sua afirmação como igreja paroquial a partir do século XVII, evidenciam a continuidade de uso religioso apesar das mudanças institucionais e arquitetónicas.

A história recente da União das Freguesias resulta, assim, da articulação entre estes dois percursos: a urbanização acelerada de Eiras, em proximidade imediata à cidade, e a preservação de núcleos e referências patrimoniais em São Paulo de Frades. No presente, a escala demográfica e a diversidade interna do território colocam desafios de governação local que cruzam serviços de proximidade, espaço público, mobilidade e valorização do património.



Área 17,63 km²

População (Censos 2021) 11.858 residentes

Pontos a visitar Mosteiros de Santa Clara-a-Velha e Santa Clara-a-Nova, Portugal dos Pequenitos, Convento de São Francisco, Quinta das Lágrimas, conjunto religioso de Castelo Viegas (Igreja Matriz de Santo Estêvão, Convento de S. Jorge de Milreus e capelas), UC Exploratório



FEIRA POPULAR DE COIMBRA

Areal nocturno da Feira Popular de Coimbra na Praça da Canção, em plena União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, com luzes, diversões e público junto ao Mondego, ilustrando o papel da freguesia na organização de grandes eventos que atraem visitantes de toda a cidade e da região envolvente.



BALOIÇO PANORÂMICO DA VALDOSA

Baloço panorâmico da Valdosa, integrado no território de Santa Clara e Castelo Viegas, com vista sobre o rio Mondego e o centro histórico de Coimbra, simbolizando a aposta recente da União de Freguesias em criar novos miradouros e espaços de lazer na margem esquerda.

União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas

Na margem esquerda do Mondego, em frente ao centro histórico de Coimbra, a União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas junta frentes ribeirinhas, bairros recentes e aldeias em encosta. Aqui convivem vários ícones patrimoniais da cidade – Santa Clara-a-Velha, Santa Clara-a-Nova, Portugal dos Pequenitos, Convento de São Francisco e Quinta das Lágrimas – com zonas residenciais em expansão e núcleos rurais como Castelo Viegas, Marco dos Pereiros ou Casal de S. João.

A Junta apresenta-se como ponte entre estas realidades com um princípio declarado: “as pessoas são sempre a prioridade”. Bertília Simão assume o combate à solidão como eixo do mandato e diz que quer “tirar as pessoas de casa”, provando que “envelhecer pode ser muito fixe e muito saudável e fazê-lo de forma activa”. Excursões, Feira do Envelhecimento Activo, saídas à praia, a Fátima ou a festas regionais criam companhia organizada para quem, sozinho, dificilmente participaria em grandes eventos.

Nas escolas, a freguesia trabalha a ideia de comunidade desde cedo. A Junta leva o bolo de aniversário quando se assinalam os anos da freguesia, distribui pequenas lembranças solidárias e envolve as crianças em projectos de cidadania ambiental. A presidente explica que quer que elas cresçam a saber “o que é o presidente

de Junta, o presidente de Câmara, o Presidente da República” e que ganhem “amor pela freguesia”, através de iniciativas para a cidadania.

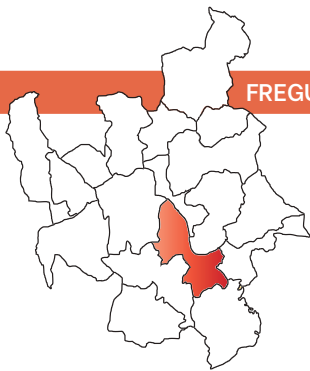
Nos serviços, a União aposta na modernização administrativa e na criação de um Espaço Cidadão em Santa Clara, para evitar deslocações ao centro e oferecer “mais dezenas de serviços às pessoas”. Bertília Simão diz querer “criar uma imagem nova da Junta de Freguesia” e que quem entra no atendimento sinta que “estamos acompanhando os tempos”, com menos ruído e um ambiente mais organizado.

Entre as iniciativas recentes contam-se as caixas de denúncia anónima de violência doméstica em casas de banho de supermercados e equipamentos públicos, pensadas principalmente para mulheres em situação de vulnerabilidade, e a parceria nos Mercadinhos da Margem Esquerda, organizados com o Exploratório – Centro Ciência Viva de Coimbra. Com orçamento limitado, a União reclama melhores infra-estruturas para grandes eventos na Praça da Canção e no Parque Verde e uma participação plena na Feira Popular, que a presidente vê como “muito mais do que uma festa”. Entre a cidade consolidada e o mundo rural, Santa Clara e Castelo Viegas afirmam-se como freguesia em desenvolvimento, com ambição de ser tratada como parceira central de Coimbra.



MARGEM ESQUERDA

Vista sobre a margem esquerda de Coimbra a partir de Santa Clara, com o Parque Verde, a zona da Praça da Canção e o casario da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas em destaque, sublinhando a relação directa entre o rio Mondego, os principais equipamentos culturais e os bairros residenciais da freguesia.



Endereço Urbanização Santa Isabel, lote 21,
3040-092

Telefone 239 813 734 (Santa Clara)
239 437 291 (Castelo Viegas)

Telemóvel 969 533 925

E-mail santaclaracasteloviegas@gmail.com

Site uf-santaclaracasteloviegas.pt



Executivo

PRESIDENTE



BERTÍLIA SIMÃO

SECRETÁRIA

ANA CATARINA
DE OLIVEIRA FERREIRA

TESOUREIRO

JOEL CARLOS
PATRÍCIO PEREIRA

VOGAL

MÁRIO CASSIANO
FERREIRA ALVES

VOGAL

JOSÉ AUGUSTO
GOMES DA SILVA SIMÃO

Assembleia

João José Matos Alves Aldeia (Presidente); Filipe Alexandre Madeira Rodrigues Neves (1.º Secretário); Virginia Celeste Saraiva de Abreu Marques (2.ª Secretária); Lídia Joana Martins Falcão, Cláudia Berta Pereira Nunes, Luís Miguel Cardoso Vilhena Pereira da Silva, Rui Manuel Agapito Marques, Maria Daniel dos Santos Moreira, Gustavo André Gonçalves Rocha, Andreia Sofia Carvalho Rodrigues, Celso André Ferreira Jordão, Sérgio André Moura Portugal Silva Fernandes e Ricardo Rafael da Costa Domingos.

História

A história da atual União das Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas resulta do encontro de dois percursos distintos. Santa Clara afirma-se como freguesia suburbana de Coimbra em 1854-1855, no âmbito de uma reforma administrativa que cria novas paróquias nos subúrbios da cidade, tendo como referência o antigo Convento de São Francisco da Ponte e, mais tarde, os mosteiros de Santa Clara-a-Velha e Santa Clara-a-Nova. Castelo Viegas, documentado desde o século XII, desenvolve-se como pequeno núcleo rural de encosta, com povoamento disperso por aldeias como Conraria, Marco dos Pereiros e Casal de São João.



Castelo Viegas, às portas de Coimbra, combina paisagem serena e matriz rural, com agricultura e viveirismo beneficiados pela água e pelos rios Ceira, Dueça e Mondego. A freguesia acolhe o Hospital Sobral Cid e as quintas da Conraria e do Carmo, reforçando a resposta em saúde mental e apoio especializado. O património destaca fontanários e o conjunto religioso local. Com acessos fáceis e serviços essenciais, preserva qualidade de vida perto da cidade. Adequada para viver e visitar com calma hoje

Área 19,27 km²

População (Censos 2021) 41.107 residentes

Pontos a visitar Igreja de Santo António dos Olivais, Mosteiro de Santa Maria de Celas, Cruzeiro dos Olivais, Cruz de Celas, Igreja de S. José, capelas do Senhor dos Remédios, de São Sebastião e de Nossa Senhora de Guadalupe, Mata de Vale de Canas, Penedo da Meditação, Praia Fluvial do Rebolim



IGREJA DE SANTO ANTÓNIO DOS OLIVAIS

Igreja de Santo António dos Olivais, com a escadaria setecentista ladeada por capelas que representam passos da vida de Cristo. O conjunto, no alto da colina, marca o núcleo histórico da freguesia e domina o largo onde se situa também a sede da Junta de Freguesia de Santo António dos Olivais, em Coimbra.



CLAUSTRO DO MOSTEIRO DE SANTA MARIA DE CELAS

Claustro do Mosteiro de Santa Maria de Celas, fundado por D. Sancha no século XIII. O espaço conventual, hoje envolvido por bairros residenciais de Santo António dos Olivais, recorda a origem religiosa e agrícola de uma freguesia que cresceu entre quintas, campos de cultivo e a expansão da cidade universitária.

Freguesia de Santo António dos Olivais

Santo António dos Olivais é a maior freguesia de Coimbra e uma das maiores do país. A sua malha resulta de uma expansão que ligou o núcleo em torno da igreja e do Mosteiro de Celas, a zonas como Solum, Vale das Flores, Tovim, Chão do Bispo, Casa Branca, como Picoto, Vale de Canas, Casal do Lobo, Cova do Ouro, Serra da Rocha, Rocha Nova, Bemposta ou Vale Linhares e São Romão, Corrente e Lordemão.

Num território onde se concentram escolas, unidades hospitalares, equipamentos sociais, serviços municipais e o corredor do Metro-Bus, a Junta de Freguesia funciona como primeira porta de entrada no poder local. A pressão diária sobre ruas, passeios e jardins é elevada e obriga a uma gestão permanente do espaço público. “Os residentes têm o direito de reclamar em matéria de higiene e limpeza urbanas”, sublinha o presidente Francisco Rodeiro, lembrando que muitas artérias e espaços verdes “reclamam urgentemente intervenção”.

Entre as prioridades assumidas estão a requalificação de arruamentos estruturantes, como as ruas Nicolau Chanterene, Brigadeiro Correia Cardoso e José Alberto dos Reis, e o reforço da rede de parques infantis e de lazer. Depois de intervir no Norton de Matos e na Mainça, a Junta prepara novos equipamentos

na zona central dos Olivais, na Urbanização das Nogueiras e na Fonte da Talha, bem como a ampliação do parque da Portela, hoje insuficiente para aquela que o presidente descreve como “uma autêntica cidade dentro da cidade”.

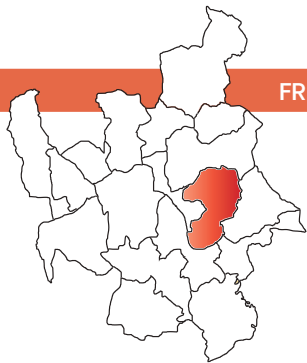
A dimensão social distingue igualmente a freguesia. A Junta articula uma Comissão Social que integra dezenas de instituições, da Segurança Social à Caritas, da PSP à Liga Portuguesa Contra o Cancro e instituições da área da deficiência. “É impossível eliminar a pobreza, mas podemos reduzi-la substancialmente”, afirma Francisco Rodeiro, destacando o apoio a famílias vulneráveis e um conjunto estável de actividades para centenas de seniores, da ginástica e hidroginástica ao chi kung, ao coro e ao teatro, que ajudam a combater a solidão.

Na cultura e no lazer, Santo António dos Olivais combina tradições populares, como a Romaria do Espírito Santo, com uma programação que valoriza o património e autores ligados ao território. A requalificação do Anfiteatro da Calçada do Gato e do espaço da Romaria surge como projecto prioritário: “está ali um espaço nobre, bonito, apazível” que a Junta quer devolver em pleno às pessoas, reforçando a identidade própria desta freguesia na cidade de Coimbra.



PRAIA FLUVIAL DO REBOLIM

Praia Fluvial do Rebolim, na margem do Mondego, espaço de lazer gerido em articulação com a Junta de Freguesia de Santo António dos Olivais. Areal, zona de banho e áreas verdes fazem desta praia um ponto de encontro de moradores e visitantes durante os meses mais quentes do ano.



Endereço Rua Flávio Rodrigues, n.º 21,
3000-550

Telefone 239 790 900

E-mail geral@jfsao.pt

Site jfsao.pt



Executivo

PRESIDENTE



JOSÉ FRANCISCO
PEREIRA RODEIRO

SECRETÁRIO



MARIA FREDERICA
RESSANO GARCIA
MORÃO CHICHORRO

TESOUREIRO



DIOGO DIREITO
GONÇALVES FAGUNDES

VOGAL



JOÃO CARLOS
FERREIRA GASPAR

VOGAL



JOÃO JOSÉ FERREIRA
DOS SANTOS MADEIRA

VOGAL



CARLA MARIA SIMÕES
MOURA AGOSTINHO

VOGAL



JOSÉ MANUEL
DOS SANTOS BAPTISTA

Assembleia

Jaime Maria Monteiro de Carvalho e Silva (Presidente), Helena Filipa Bigares Grangeia (1.º Secretário), Anabela Fonseca Pereira Bandeirinha Ramos (2.º Secretário), João Pedro Ferreira Rafael, João Paulo Serrado Assis, Ana Paula Teixeira de Araújo, Jorge Manuel Cordeiro da Conceição, Carlos Miguel Fernandes Vitor Dias, Lúcio Manuel Fernandes de Oliveira Pratas, Pedro Alexandre de Brito Marques Almeida Malta, Américo Manuel da Costa Figueiredo, Andreia Joana Marques Cidade, Rui Miguel Rodrigues Moreira Claro, Filipe Rafael Pereira da Rocha, Raquel Catarina Gonçalves da Silva Maricato, Mariana Sofia Gouveia Valente, Emanuel Monteiro Candeias, Manuel Vasco da Costa Ferreira Paiva e Pedro Nuno Ferreira Pires de Vieira e Sousa.

História

“A freguesia de Santo António dos Olivais foi criada em 1854, por decreto régio que reorganizou as paróquias de Coimbra. O território, então com 749 fogos, assentou numa ocupação religiosa anterior: ermida de Santo Antão, frades franciscanos desde o séc. XIII e o Mosteiro de Santa Maria de Celas, fundado por D. Sancha. Durante séculos, pinhais, olivais e campos agrícolas coexistiram com o povoamento em torno da colina e das vias para o centro. No séc. XX, a urbanização fez da antiga periferia rural um eixo da expansão da cidade universitária, com bairros, escolas e serviços. Mantêm-se festas e romarias (Romaria do Espírito Santo) e referências patrimoniais como a Igreja de Santo António, o Mosteiro de Celas, o Cruzeiro de Olivais e a Cruz de Celas”.



Área 7,92 km² População (Censos 2021) 1.825 residentes

Pontos a visitar Igrejas Paroquial de São João do Campo e da Imaculada Conceição, Cruzeiro de São João do Campo, Casa das Rosas e Casa de Jaime Cortesão, Mata de Geria, Fontes e Fontenários, Campos do Mondego, Vala do Norte, Paul da Cioga e Feira Dominical no Largo da Cruz e na Rua Nova



LARGO ADRO DOS BURROS

Entre São João do Campo e Cioga do Campo, o Largo Adro dos Burros é hoje um ponto renovado de encontro. Convida ao lazer, ao descanso e à convivência ao ar livre, com áreas cuidadas, mobiliário urbano e zonas de sombra, num ambiente seguro e acolhedor para brincar e socializar. Intervenção que reforça acessibilidade e valoriza comunidade.



REQUALIFICAÇÃO DA ENTRADA PRINCIPAL À FREGUESIA

A entrada principal de São João do Campo foi requalificada e recebe quem chega com uma imagem renovada e identitária. Na margem direita do Rio Mondego, o novo 'cartão de visita' integra sinalética institucional moderna, enquadrada pelo verde da paisagem e pelas vistas amplas sobre os campos.

ESPAÇO CIDADÃO: SERVIÇOS MAIS PRÓXIMOS DE SI

O Espaço Cidadão de São João do Campo aproxima serviços da população e reforça a modernização administrativa. Num único balcão, reúne respostas de várias entidades, simplificando pedidos e reduzindo deslocamentos. O atendimento é simples, rápido e eficaz, colocando o cidadão no centro e aumentando a comodidade no acesso ao essencial.



Freguesia de São João do Campo

São João do Campo afirma-se como uma freguesia com forte identidade comunitária e ambição renovada. Entre o Mondego e a Mata da Geria, a vila combina tradição agrícola, vitalidade associativa e uma agenda que procura responder às necessidades atuais. “A política é trabalho e responsabilidade: temos de colocar o diálogo acima de tudo”, afirma o presidente Valter dos Santos, sublinhando a importância da cooperação entre a Freguesia, a Câmara Municipal de Coimbra, instituições de ensino, associações e coletividades.

A prioridade imediata é a saúde. A Junta quer avançar com a requalificação da Extensão de Saúde, já protocolada com o Município. “É essencial para a freguesia. Precisamos garantir condições para a transferência temporária dos serviços para a USF São Marcos do Mondego (Polo de São Silvestre), para iniciarmos as obras em São João do Campo. É fundamental para os nossos idosos e para todos os fregueses.” O objetivo é assegurar atendimento de proximidade e melhores condições de trabalho para os profissionais, evitando deslocamentos desnecessários à cidade.

No desporto e na juventude, a requalificação do Polidesportivo será estruturante. “Queremos um espaço multiusos, onde os jovens e crianças possam brincar e praticar desporto e as associações possam desenvolver o seu plano de atividades.” O equipamento servirá o Sanjoanense Atlético Clube, o Grupo de Escoteiros 258, o grupo de motard Milhafres do Campo e o Centro Social Paroquial, a Espalhafolia — Associação Cultural e Recreativa da Cioga do Campo, a Associação de

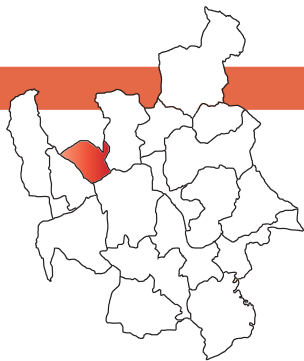
Pais da Escola EB1 e Infantário, assim como as diversas atividades realizadas pelas Comissões de Festas, reforçando uma dinâmica desenvolvida pela Junta de Freguesia que se expressa também em eventos como a Feira de Artesanato e Gastronomia e o Mercadinho de Natal.

“O trabalho em conjunto é motivo de orgulho”, destaca o presidente, ressaltando o papel das coletividades na animação da freguesia. Na ação social, a Junta pretende colaborar com o Centro Social Paroquial, que é uma valência muito importante no apoio à terceira idade e a crianças em ATL, em concreto no apoio às famílias.

Na educação, na escola e no infantário, a Junta pretende colaborar em tudo o que for possível para manter as crianças na freguesia. A aquisição de um veículo (de 9 lugares) para o desenvolvimento das atividades da Junta de Freguesia e apoio a todas as associações é um valor acrescentado. A valorização da Mata da Geria é outro compromisso: “Queremos dar mais dignidade, ela precisa de cuidados”, resume Valter dos Santos, apontando para a preservação ambiental e a criação de espaços de lazer. Entre obras em andamento e futuros projetos, destaque para a ampliação do cemitério, a requalificação da Casa do Povo, a mobilidade e infraestruturas.

O executivo assume uma orientação clara: “Somos todos de uma só freguesia. Vamos fazer o melhor possível para melhorar a qualidade de vida de todos.”

Numa vila marcada pelo envolvimento dos moradores, a mensagem é simples: ninguém fica para trás no caminho de um futuro melhor para São João do Campo.

**Endereço** Largo do Freixo, n.º 1, 3025-438**Telefone** 239 964 300**E-mail** jfsaojoaodocampo@sapo.pt**Site** freguesiadesaojoaodocampo.pt

Executivo

PRESIDENTE

VALTER JOSÉ
AMARO DOS SANTOS

SECRETÁRIA

CIDÁLIA VARELA
PEREIRA BIZARRO

TESOUREIRO

MIGUEL ÂNGELO
OLIVEIRA FERREIRA

Assembleia

Hugo Filipe Neves Delgado (Presidente); Rui Alexandre Branco Pereira (1.ª Secretário); Marina Isabel Ferreira Salvado (2.ª Secretária); José Domingos Gomes Coutinho; Carlos Manuel Nobre Cortesão; José Pedro de Almeida Piedade; Jorge Manuel Dinis Cordinhã; Leticia Margarida de Almeida Santos; Bruno Alexandre Coelho da Silva.

REQUALIFICAÇÃO DOS FONTANÁRIOS

A requalificação dos fontanários de São João do Campo valoriza a memória coletiva e as tradições ligadas ao uso da água. Espaços antes centrais no quotidiano recuperam simbolismo e preservam usos e costumes. A intervenção inclui pintura manual em azulejo com cenas do passado, como mulheres a caminho da fonte, e integra o logótipo da freguesia. Com identidade renovada.



MURAL NACIONAL 111

No túnel da EN111, uma das entradas da freguesia, a arte urbana foi usada para afirmar identidade: o mural de João Ribeiro retrata o ciclo agrícola do Baixo Mondego (milho e arroz) e remete para a gastronomia local. A intervenção convoca ainda a antiga designação “Lavarrabos”, ligada à história local.



História

No Baixo Mondego, São João do Campo formou-se entre a lógica dos campos agrícolas e a influência de grandes instituições de Coimbra. A Junta aponta registos que ligam o território ao Mosteiro de Santa Cruz desde 1244 e descreve como, durante séculos, Santa Cruz e, mais tarde, a Universidade de Coimbra marcaram a ocupação e a exploração dos terrenos, organizados em “casais”, num mosaico de propriedades onde também atuaram outras entidades religiosas. Um marco jurídico é o foral concedido ao lugar de Lavarrabos em 1446, atribuído ao Mosteiro, associado ao povoamento e ao incentivo ao cultivo. A documentação municipal volta a referir Lavarrabos em 1516, num acordo entre a Câmara e moradores, sinal da integração do lugar nas dinâmicas do termo de Coimbra.

A freguesia é descrita como tendo pertencido ao concelho de Ançã, regressando ao Município de Coimbra com a extinção daquele concelho, em 1853. No final do século XIX, a geografia administrativa muda: a sede transfere-se da Ciga do Campo para Lavarrabos em 1872 e o topónimo São João do Campo substitui Lavarrabos em 1879, consolidando-se como designação oficial da freguesia em 1880. Em 1989, a povoação é elevada a vila por lei. Mais recentemente, a Mata da Geria afirma-se como referência ambiental, com cedência formalizada e ações municipais de limpeza e gestão.



Área 20,88 km²

População (Censos 2021) 2.716 residentes

Pontos a visitar Convento de Sandelgas, Igreja de São Martinho de Árvore; Capelas de Andorinha, de Nossa Senhora dos Aflitos, de Santo António, de São Sebastião e de Vera Cruz



ESCOLA PRIMÁRIA DOS CASAIS DE VERA CRUZ

A Escola Básica de Casais de Vera Cruz foi requalificada com investimento municipal de 125 mil euros. Os obras foram entregues em Junho, reforçando a aposta na “escola de proximidade” para os alunos da União de Freguesias de São Martinho de Árvore Lamarosa.



ESPAÇO CIDADÃO

O Espaço Cidadão funciona como ponto de atendimento digital assistido, aproximando serviços do Estado aos residentes. Instalado na antiga sede da Junta de São Martinho de Árvore, opera em dias úteis, das 09h30 às 18h30, em articulação com o município e a AMA.



POSTO MÉDICO EM ARDAZUBRE

O pólo de Ardazubre da Unidade de Saúde Familiar São Marcos do Mondego entrou em funcionamento em Agosto, após requalificação e ampliação priorizadas pela União de Freguesias. O investimento rondou os 200 mil euros e incluiu novos consultórios e sala de tratamentos, reforçando a resposta de cuidados de saúde na área.

União das Freguesias de São Martinho de Árvore e Lamarosa

A União das Freguesias de São Martinho de Árvore e Lamarosa combina a serenidade do meio rural com uma comunidade coesa e participativa e afirma-se hoje como um território com identidade própria, avanços recentes e desafios que pedem continuidade.

Entre as obras realizadas no mandato, a intervenção mais significativa ocorreu na área da saúde. A requalificação da USF São Marcos do Mondego, em Ardazubre, devolveu vida a um edifício que, nas palavras do presidente João Pimenta, “era obsoleto”, mas que, após um investimento de quase 200 mil euros do município, passou a oferecer “melhores condições: consultórios, área de enfermagem, copa e receção”.

Na educação, a renovação da Escola Básica de Casais de Vera Cruz representou um marco. “As crianças estavam a sair da freguesia e a ir para outros sítios”, recorda o autarca, sublinhando que a reabilitação da estrutura foi “uma conquista importante”. A criação da Academia de Férias reforçou esse compromisso, proporcionando atividades e acompanhamento nos períodos não letivos.

Outro avanço estrutural foi o Espaço Cidadão, instalado no edifício da Junta em São Martinho de Árvore. Para Pimenta, esta resposta foi crucial num território afastado da cidade: “Dá muito jeito às pessoas que têm dificuldade em deslocar-se”. Renovar documentos e tratar de serviços básicos tornou-se mais

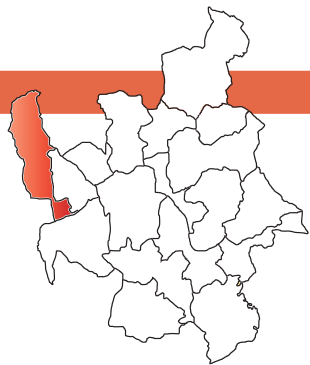
simples e acessível.

A festa anual da freguesia também se consolidou como momento central da vida comunitária. “A comunidade junta-se, une-se”, descreve o presidente. O evento promove associações, empresas e convívio, criando uma base financeira essencial para as coletividades locais.

Olhando em frente, o autarca aponta três áreas prioritárias. Na educação, a EB1 de Vila Verde precisa urgentemente de uma nova estrutura: “Alguns miúdos estão a ter aulas num contentor e essa é a nossa prioridade.” No social, “é muito importante” criar um centro de convívio para idosos, respondendo ao envelhecimento demográfico. No desporto, o objetivo é renovar o pavilhão de Vila Verde e recuperar um campo com relvado sintético: “Queremos que os atletas da freguesia tenham as melhores condições.”

A mobilidade continua a ser batalha permanente: “Vamos continuar a lutar pela ampliação dos horários e pela oferta de autocarros.” Reeleito com expressiva confiança, João Pimenta deixa claro o compromisso: “O meu partido é a freguesia. Podem contar comigo e com a minha equipa para desenvolver e melhorar a nossa terra.”

Entre tradições, obras concluídas e ambições claras, São Martinho de Árvore e Lamarosa segue afirmando a sua vocação: ser um bom lugar para viver, com comunidade forte, identidade preservada e vontade de progredir.



Endereço Rua do Lagar, n.º 9, Ardazubre,
3025-347

Telefone 239 951 444

E-mail saomartinhodearvorelamarosa@sapo.pt

Site uf-saomartinhodearvorelamarosa.pt



Executivo

PRESIDENTE



JOÃO ANTÓNIO
SOUSA PIMENTA

SECRETÁRIA



HELENA MARIA
CORTESÃO GASPAR

TESOUREIRA



SÓNIA ISABEL
CRUZ GASPAR

Assembleia

Manuel Veloso da Costa (Presidente); Dinis Pascoal Delgado (1.ª Secretário); Cláudia Sofia da Silva Rangel (2.ª Secretária); Dalila Sofia Cruz Gaspar, Marta Alexandra Travassos Faria, José Manuel Gonçalves Macedo, Rafaela Alexandra Matias Tinoco, Filipe Fernandes Rainho e Carina Isabel Rangel Silva.

FEIRA MENSAL NOS CASAIS DE VERA CRUZ



A Feira Mensal de Casais de Vera Cruz realiza-se no segundo sábado de cada mês e assinala três anos no próximo Fevereiro. Criada para reativar um antigo espaço esportivo, reúne

cerca de 30 feirantes e procura dinamizar comércio, produção agrícola e convívio comunitário.

FESTA DA UNIÃO DE FREGUESIAS DE SÃO MARTINHO DE ÁRVORE E LAMAROSA

A Festa da União de Freguesias de São Martinho de Árvore e Lamarosa realizou sua quarta edição no mês de Junho em Andorinha. Visa aproximar populações e valorizar coletividades locais, reunindo dezenas de stands e tasquinhas de gastronomia tradicional, num evento itinerante que muda de local a cada edição.



História

A União das Freguesias de São Martinho de Árvore e Lamarosa, no concelho de Coimbra, reúne dois territórios com identidade própria, moldados pelo Mondego, pela agricultura e por uma rede entrelaçada de pequenos sítios. A história local guarda ainda a memória do antigo concelho de Tentúgal, extinto em 1853, quando estas comunidades passaram a integrar Coimbra.

Em Lamarosa, o principal marco patrimonial é a Igreja Matriz de Nossa Senhora da Conceição, de 1740, que continua a concentrar a vida religiosa e o calendário festivo.

Em São Martinho de Árvore — que inclui também Fonte de S. Pedro e Sandelgas — o património liga-se à presença conventual: o Convento de Nossa Senhora de Campos tem documentação associada a uma bula de 1503 e a sua fixação em Sandelgas ocorreu em 1691, num processo relacionado com as cheias do Mondego.

Entre campos agrícolas e aldeias dispersas, a São Martinho de Árvore e Lamarosa cruzam património, memória e quotidiano rural, procurando hoje conciliar a preservação destes marcos com uma resposta mais integrada às necessidades de proximidade da população.

Área 10,27 km²

População (Censos 2021) 3.122 residentes

Pontos a visitar Palácio de São Marcos, Igreja Matriz, Capela de Nossa Senhora da Ajuda, Capela de Quimbres e Mata do Cameleão



PALÁCIO DE SÃO MARCOS

Muito além de um edifício emblemático, o Palácio de São Marcos funciona como “marca” patrimonial de São Silvestre e ajuda a explicar a relação histórica da freguesia com a paisagem agrícola e com os grandes conjuntos arquitetónicos do concelho. A sua presença, frequentemente mobilizada em roteiros e iniciativas culturais, projeta o território para lá do quotidiano administrativo: é um ponto de reconhecimento externo e um ativo de identidade local, onde a memória construída se converte em palco de fruição e programação.



IGREJA PAROQUIAL DE SÃO SILVESTRE

A Igreja Paroquial de São Silvestre é um dos eixos de continuidade da freguesia: mais do que um templo, é um lugar de calendário e pertença, que estrutura a sociabilidade local e preserva uma gramática visual própria do património religioso do concelho. Num território marcado pela proximidade a Coimbra, a matriz funciona também como sinal de autonomia comunitária: um “centro” simbólico que atravessa gerações e ancora a vida coletiva.

Freguesia de São Silvestre

São Silvestre inicia o ciclo autárquico de 2025–2029 sob uma presidência que coloca a ação social no centro da governação local. Fernanda Antunes assume como prioridade reforçar a proximidade da Junta com os moradores e enquadra a sua forma de trabalhar no percurso pessoal e profissional.

“Vivi em Angola, formei-me e trabalho como assistente social, principalmente na área da toxicodependência, e me elegi para privilegiar a acessibilidade, a comunicação fácil e a presença no terreno de São Silvestre, ouvindo e atendendo os anseios da nossa população”.

Para o mandato, define como prioridade “humanizar” a intervenção da Junta, num contexto que descreve como de população envelhecida. Entre as medidas, aponta atividades para maiores de 60 anos — “como ginástica sénior” —, a reativação do grupo de cantar e “um apoio mais próximo ao associativismo local”. A ambição, sublinha, é “fazer pontes” entre estruturas já existentes — do clube desportivo ao centro de dia e à IPSS de Quimbres — para dinamizar a freguesia e reforçar a

resposta social.

No plano das obras e serviços, Fernanda Antunes destaca “o arranjo de estradas”, a necessidade de concluir a Rua da Mina, a criação de um Espaço Cidadão para reduzir deslocações a Coimbra e a pressão por melhorias nos transportes, sobretudo para os estudantes.

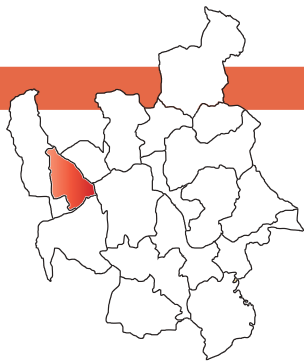
A instalação do executivo após um impasse político resultou numa equipa composta por ela, Elisabete Silvestre e Fernando Cortesão. A presidente diz que já há convergência: “Apesar de reconhecer um executivo politicamente plural, o objetivo de todos nós é responder os anseios de nossos fregueses trabalhando com as pessoas e para as pessoas, mantendo diálogo com coletividades e com o Município para acelerar soluções de proximidade”.

No espaço público, a agenda inclui abertura e manutenção de caminhos, melhorias em ruas e a criação de passeios onde a segurança pedonal o exija, assumindo que parte destas intervenções depende de orçamento e de coordenação com a Câmara Municipal de Coimbra.

CENTRO SOCIAL, CULTURAL E RECREATIVO DE QUIMBRES

O Centro Social, Cultural e Recreativo de Quimbres representa uma das infraestruturas de coesão comunitária do território: é ali que se cruzam dimensões de apoio, convívio e dinamização cultural, num modelo típico das coletividades que sustentam a vida local fora dos grandes centros. A relevância institucional desta entidade reforça o seu estatuto como ator organizado da freguesia e ponto de referência para respostas e atividades de proximidade.





Endereço Rua A, n.º 1, 3025-539

Telefone 239 051 893

E-mail geral@freguesiadesaosilvestre.pt

Site freguesiadesaosilvestre.pt



Executivo

PRESIDENTE



FERNANDA ANTUNES

SECRETÁRIA



ELISABETE SILVESTRE

TESOUREIRO



FERNANDO CORTESÃO

Assembleia

Pedro Coutinho (Presidente); Suzana Silvestre (1.ª Secretária); Aurora Gaspar (2.ª Secretária); José Seça, Mauro Cortesão, Suzana Gudinho, Filipa Santos, António Almeida, Alberto Martins.

História

São Silvestre desenvolveu-se num território de matriz rural, marcado por caminhos históricos de ligação a Coimbra e por referências patrimoniais como o conjunto de São Marcos, cuja presença influenciou a ocupação do espaço e a memória coletiva local.

Do ponto de vista administrativo, fontes institucionais indicam que a freguesia integrou o concelho de Tentúgal e transitou para Coimbra após sua extinção em meados da década de 1850. Hoje, o território concilia lugares habitacionais e áreas de paisagem agrícola, valorizando património religioso, cruzeiros e tradições de base comunitária, com a Junta a posicionar-se como estrutura de proximidade na resposta social e na gestão quotidiana do espaço público.



MATA DO CAMALHÃO

A Mata do Camalhão surge como um espaço onde natureza e uso público se tocam: um enquadramento verde associado a permanência e lazer, com referência a zona de estadia ligada a São Silvestre. Para além do valor ambiental, este sítio tem peso social: é onde se faz pausa, passeio e encontro, ajudando a fixar rotinas comunitárias e a criar uma imagem de freguesia viva fora do betão urbano.



ENTIDADES CULTURAIS, DESPORTIVAS E SOCIAIS

Associação Cultural, Desportiva e Social de Castanheira e Zouparria e Centro Social e Paroquial de São Silvestre: duas das entidades mais tradicionais e importantes da freguesia pelo trabalho que desenvolvem em prol da população.

Área 33,01 km²

População (Censos 2021) 4.188 residentes

Pontos a visitar Igreja Matriz de São Tiago, Capela do Senhor do Terreiro, cruzeiro e chafariz de Souselas, Igreja Paroquial de São Mateus em Botão, Cruzeiro do Botão



IGREJA MATRIZ DE SOUSELAS

Interior da igreja matriz de Souselas, dedicada a São Tiago, com o altar-mor e os retábulos laterais a envolverem quem entra. Entre celebrações, batizados e festas do padroeiro, este é um dos lugares onde a União das Freguesias de Souselas e Botão se reconhece como comunidade e renova, geração após geração, os seus laços de vizinhança.



IGREJA DE SÃO MATEUS

Igreja paroquial de São Mateus, em Botão, com o adro verde, o campanário antigo e a torre sineira a marcarem a paisagem. Aqui se reúnem vizinhos, familiares e conterrâneos emigrados para missas, procissões e festas, mantendo vivo o coração religioso e social da União das Freguesias de Souselas e Botão.

União de Freguesias de Souselas e Botão

Situada na extremidade norte do concelho, a União de Freguesias de Souselas e Botão faz a transição entre o campo do Mondego e a cidade de Coimbra. Nos dezasseis lugares que a compõem convivem várzeas irrigadas, encostas florestadas, aldeias compactas e um relevante número de industriais. “Somos uma União grande em território, mas próxima das pessoas”, sublinha o presidente da Junta, João Paulo Silvestre Paulino.

A acessibilidade é uma das principais forças da freguesia: a rede viária e a linha de caminho-de-ferro garantem ligações rápidas à cidade, ao parque industrial de Coimbra e às auto-estradas, permitindo que muitos residentes trabalhem ou estudem fora e escolham viver num ambiente mais calmo. “Tratamos com equidade todos os lugares, de Souselas a Botão”, afirma o autarca, apontando a limpeza urbana, a manutenção de caminhos e a melhoria da recolha de resíduos como prioridades permanentes.

O executivo vê na paisagem agrícola e nas áreas florestais um potencial para circuitos de fruição, combinando património religioso, percursos pedestres e leitura das transformações industriais. A dinamização do recinto de festas de Souselas como parque urbano, a

valorização do centro de Botão e a análise da ampliação do centro de saúde integram o caderno de encargos do novo mandato. “Queremos transformar o que hoje é problema em oportunidade, envolvendo as associações e as instituições sociais”, nota o presidente.

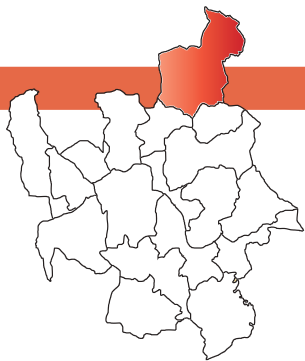
Neste território, o movimento associativo assume um papel central na dinamização cultural e desportiva. Colectividades, comissões de festas e instituições sociais garantem actividades, acolhendo crianças, jovens e população sénior. A Junta reforça o apoio logístico e financeiro a estas entidades e procura estar presente nas escolas, nas IPSS e nas iniciativas locais. “A proximidade faz-se ouvindo, explicando e prestando contas”, sintetiza João Paulino.

Outro eixo de trabalho é a relação com a Cimpor, indústria de cimentos, e com o tecido económico local, procurando compatibilizar emprego, investimento, qualidade ambiental e segurança. A recente passagem pedonal inferior junto ao rio Botão é exemplo dessa cooperação em benefício dos moradores. Para o futuro, João Paulino define uma meta clara: “Construir uma União coesa, onde cada rua conte e onde o cidadão sinta que a Junta está presente no seu dia-a-dia”.



VISTA AÉREA DE SOUSELAS E COMPLEXO INDUSTRIAL

Vista aérea do complexo industrial de Souselas e das pedreiras envolventes, com o casario, os campos agrícolas e as manchas de floresta a enquadrarem a fábrica. A imagem mostra como indústria, ruralidade e habitação convivem no território da União das Freguesias de Souselas e Botão.



Endereço Travessa Dr. Alberto Dias Pereira, n.º 2, 3020-834

Telefone 239 914 094

E-mail uniaofsouselasbotao@gmail.com

Site uf-souselasbotao.pt



Executivo

PRESIDENTE



JOÃO PAULO
SILVESTRE PAULINO

SECRETÁRIA



MARIA AMÉLIA SOARES
ESTEVES DE ALMEIDA

TESOUREIRA



OLGA CATARINA
DA COSTA MOURA

Assembleia

Rui Manuel de Sousa Soares (Presidente); José António dos Santos Baptista (1.º Secretário); Mauro Filipe Baptista Oliveira (2.º Secretário); Bruno Filipe dos Santos Marques, Sónia Margarida da Silva Ribeiro, Ana Rita Pinto Marques, Carlos Manuel da Silva Tragedo, Paulo Daniel Lopes Craveiro, Jorge Humberto Guedes Cardoso.

ROTA DA ÁGUA (PR 10 CBR) E ROTA DO VINHO (PR 11 CBR)

Em 2026, a Rota da Água (PR10 CBR) e a Rota do Vinho (PR11 CBR) integrarão a rede de percursos pedestres do concelho de Coimbra, destacando a riqueza natural e cultural das freguesias de Souselas e Botão.

A primeira percorre vales, nascentes e levadas, revelando antigas infraestruturas hidráulicas e paisagens entre as serras. Já a segunda conduz o visitante por vinhedos, quintas e patrimónios rurais, valorizando a tradição vitivinícola e a identidade agrícola da região.



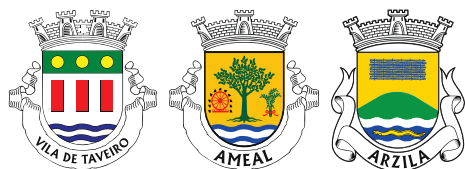
História

A União de Freguesias de Souselas e Botão reúne duas comunidades de raízes antigas. Em Botão, há registo de passado concelhio e de foral manuelino (1514), com regras fiscais sobre géneros agrícolas como pão, vinho, linho e azeite. A base económica manteve-se ligada ao minifúndio e à exploração de solos argilosos, enquanto o património religioso foi marcando o espaço público.

Em Souselas, a Igreja Matriz de São Tiago, classificada como Monumento de Interesse Público, tem origem renascentista e foi amplamente transformada por campanhas barrocas do século XVIII, com a Capela do Sacramento (1593), imaginária do século XV e talha dourada setecentista.

No centro, o Senhor do Terreiro — cruzeiro em templete dos séculos XVI–XVII — foi adaptado a capela em 1809 e continua a organizar o largo e a devoção popular. Em Botão, a Igreja Paroquial de São Mateus está em vias de classificação e o cruzeiro do largo reforça a identidade do núcleo antigo.

A modernização intensificou-se com IC2, IP3 e Linha do Norte, e com a indústria do cimento: o Centro de Produção de Souselas da CIMPOR opera desde 1974, com investimento iniciado em 2025. Apesar das mudanças, persistem sociabilidades rurais e um calendário de festas, romarias e procissões.



Área 24,34 km²

População (Censos 2021) 3.997 residentes

Pontos a visitar Reserva Natural do Paul de Arzila, Igreja Paroquial de São Lourenço, Igreja Paroquial de São Justo e Igreja Paroquial de Nossa Senhora da Conceição



RESERVA NATURAL DO PAUL DE ARZILA

Área protegida no Baixo Mondego, criada como Reserva Natural em 1988, com o objetivo de salvaguardar habitats e avifauna associados ao paul e às galerias ripícolas. Para além do valor ecológico, o Paul tornou-se um ativo de educação ambiental e fruição responsável, com observação de aves, percursos e interpretação, reforçando a ligação entre conservação e qualidade de vida local.



IGREJA MATRIZ DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO (ARZILA)

Referência identitária de Arzila, a matriz concentra a vida religiosa e parte relevante do calendário comunitário, com especial expressão na devoção mariana e nas celebrações associadas. No plano patrimonial, há registos que apontam para marcações históricas do templo, incluindo referência datada de 1672, integrando-o num continuum de memória local que atravessa gerações. Para além do culto, o espaço enquadra tradições que continuam a mobilizar coletividades e moradores, reforçando coesão social e transmissão cultural.

União de Freguesias de Taveiro, Ameal e Arzila

A União das Freguesias de Taveiro, Ameal e Arzila entra no mandato 2025-2029 com uma linha de ação centrada na proximidade, na articulação entre coletividades e no reforço da ligação ao tecido empresarial local. “Estou aqui pelas pessoas”, afirma o presidente António Cândido da Silva Mendes Malva, sublinhando que o objetivo é imprimir “dinamismo” e uma presença mais regular no terreno, com uma equipa que “está muito unida”.

Entre as prioridades enunciadas está a mobilização das “forças vivas” das três localidades, reduzindo a sobreposição interna de eventos e aumentando a participação. “Só a conversar é que nós nos entendemos”, defende, apontando a necessidade de calendarização partilhada, maior divulgação e soluções práticas que aproximem moradores e iniciativas, incluindo apoios logísticos.

Na agenda cultural e económica, a FAGIC terá novidades: “A ideia é

manter a nossa feira e dar-lhe o nosso cunho”, diz, defendendo “pouco, mas bom”, com melhores condições e maior envolvimento das empresas do Parque Industrial e outras instituições.

No plano de obras e equipamentos, Malva identifica necessidades com impacto direto na comunidade: o alargamento do cemitério de Arzila, a recuperação das escadas de acesso ao cemitério do Ameal e, em parceria com a Câmara Municipal, obras no pavilhão da União de Freguesias para garantir sua utilização para além da época sazonal. Acresce a intenção de criar respostas de espaço para associações e comissões sem sede, reforçando a capacidade de organização local.

Sobre a relação com o Município, o presidente aponta temas que quer colocar na agenda, incluindo o acompanhamento de eventuais impactos em transportes, saneamento e escolas, defendendo diálogo e planeamento de resposta.

IGREJA MATRIZ DE SÃO JUSTO E SANTO SACRAMENTO (AMEAL)

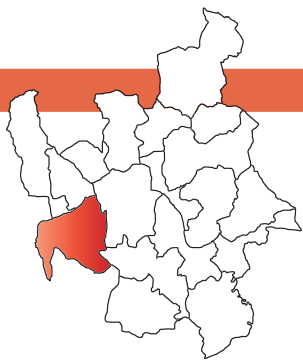
A matriz do Ameal funciona como ponto de ancoragem das práticas religiosas e das dinâmicas comunitárias, num território onde as tradições operam como linguagem de pertença. No calendário local, as festas de São Justo, habitualmente entre o final de Junho e o início de Julho, são um dos momentos estruturantes de encontro intergeracional, com impacto direto na mobilização do voluntariado e das associações. A igreja é, assim, simultaneamente espaço de culto e infraestrutura social: acolhe, organiza e dá sentido a uma parte decisiva da sociabilidade local.



IGREJA MATRIZ DE SÃO LOURENÇO (TAVEIRO)

Em Taveiro, a matriz dedicada a São Lourenço enquadra-se como marco de continuidade histórica e de organização simbólica da comunidade: é a partir destes espaços que se fixam memórias, se estruturam rituais e se sedimenta a identidade local. No ciclo religioso, destacam-se práticas como a Procissão dos Passos, realizada tradicionalmente nas semanas que antecedem a Páscoa, e a Visita Pascal, que reforçam laços entre lugares e famílias e ajudam a manter viva a ideia de união para lá da geografia administrativa.





Endereço Rua Professor Guilherme Tomé,
3045-503

Telefone 239 983 289

E-mail taveiroamealarzila@sapo.pt

Site uftaveiroamealarzila.pt



Executivo

PRESIDENTE



ANTÓNIO CÂNDIDO
DA SILVA MENDES MALVA

SECRETÁRIA



BEATRIZ ARAÚJO
MARTINS

TESOUREIRA



SÓNIA ISABEL
DA SILVA SANTOS

Assembleia

Marisa Isabel Roseiro Pimentel (Presidente); José Torres dos Santos Pereira (1º Secretário); Isabel Maria Pereira (2º Secretário); Luís Miguel Alves Vaz Valério, Jorge Manuel Ramalho Simões, Marisa Isabel dos Santos Simões, Fernando Lourenço Soares Marto, Jorge do Espírito Santo Mendes e Carlos Miguel Mendes de Oliveira.

FAGIC (FEIRA DE ARTESANATO, GASTRONOMIA, INDÚSTRIA E COMÉRCIO)



Mais do que um evento de calendário, a FAGIC funciona como montra do tecido associativo e económico de Taveiro, Ameal e Arzila, cruzando produção local, gastronomia, comércio e participação comunitária. A continuidade do certame é assumida como estratégica, mas com margem para dar um cunho novo — incluindo melhoria de infraestruturas, maior qualidade dos expositores e aproximação ao tecido empresarial, para que o evento reflita melhor os recursos do território.

História

A União de Freguesias de Taveiro, Ameal e Arzila reúne lugares com referências documentais e patrimoniais relevantes no Baixo Mondego. Taveiro surge em fontes do último quartel do séc. X e, em 980, os moçárabes Bahri e Trunquili doaram ao Mosteiro de Lorvão a herdade situada na então “villa Talabario”.

Após a reconquista e o repovoamento conduzido pelo Mosteiro de Santa Cruz de Coimbra, grande parte dos casais passou, já no séc. XVI, para a Universidade. Em 1851, D. Maria II criou o Viscondado de Taveiro.

No Ameal, o topónimo relaciona-se com a abundância de amieiros; destaca-se a igreja paroquial de S. Justo, com núcleo do séc. XVI (porta manuelina e arco-cruzeiro), acrescentos no séc. XVII e reformas no séc. XIX.

Em 1901, D. Carlos I concedeu o título de Conde do Ameal a João Maria Correia Aires de Campos. Arzila é apontada, na tradição toponímica local, como termo de origem arábica.

Aí se integra a Reserva Natural do Paul de Arzila, criada em 1988 e com Plano de Ordenamento aprovado em 2004. Classificada como Reserva Biogenética do Conselho da Europa em 1990, a zona húmida mantém práticas como o corte do bunho e o fabrico artesanal de esteiras.

Área 16,67 km²

População (Censos 2021) 2.034 residentes

Pontos a visitar Igreja Matriz, Praia Fluvial de Palheiros e Zorro, Mata Nacional de Vale de Canas, trilhos ribeirinhos do Mondego e trechos dos caminhos de Santiago e de Fátima



PRAIA FLUVIAL DE PALHEIROS E ZORRO

A Praia Fluvial de Palheiros e Zorro, em Torres do Mondego, é um espaço equipado com zona de banhos, relvado, parque infantil e apoio de bares sazonais, que serve de ponto de encontro para famílias, praticantes de desporto e visitantes que procuram o rio Mondego como alternativa de lazer fora do centro.



MATA NACIONAL DE VALE DE CANAS

Mata Nacional de Vale de Canas, grande zona verde da freguesia, conhecida pelos trilhos pedestres e pelos exemplares arbóreos de grande porte. Um espaço de natureza, silêncio e sombra, onde a população de Torres do Mondego e quem a visita encontra refúgio, passeio e contacto direto com o bosque.

Freguesia de Torres do Mondego

À porta de Coimbra, mas ainda claramente rural, a Freguesia de Torres do Mondego vive entre o rio, a mata e pequenas localidades dispersas pelas encostas. O executivo liderado por Nuno Carvalho assume um mandato assente em três ideias que o próprio resume como “uma grande proximidade entre a Junta e toda a população da Freguesia, dinamizar a Freguesia utilizando o que temos de melhor que é o rio e a natureza, e a execução de algumas obras pendentes na Freguesia”.

No plano das infraestruturas, o presidente destaca três prioridades: “Temos o caso do espaço multiuso, temos a questão da construção do estaleiro da Junta de Freguesia, espaço para termos nossos equipamentos, assim como a qualificação do adro da Junta de Freguesia de Torres do Mondego. São as três prementes, entre muitas outras que irão aparecer”. Obras já aprovadas em termos camarários e orçamentais, mas que, lembra, “devido à falta de candidaturas de construtores civis para realizá-las, tivemos algumas dificuldades. Mas, como elas estão aprovadas, queremos começar o quanto antes”.

Em paralelo, decorre a fase final do saneamento em Carva-

lhosas e prepara-se a extensão a Palheiros e Zorro. “Durante este mandato, embora não seja obra nossa, as Águas de Coimbra irão efetuar a última fase do saneamento para a Freguesia, Palheiros e Zorro”, sublinha, apontando a freguesia “quase totalmente atendida” quando os trabalhos estiverem concluídos.

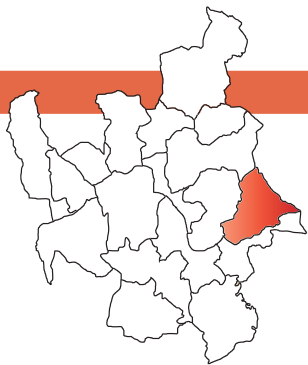
A segurança da floresta é outra preocupação central: “Quando chega o verão ficamos com o coração nas mãos. A Junta assume o corte de faixas de combustível junto das aldeias, mas necessitamos do apoio da Câmara para que as estradas de terra tenham melhores condições para a circulação de bombeiros, da Proteção Civil e das forças de segurança”. Ao mesmo tempo, a Junta “tem intenção de desenvolver e estruturar o espaço das imediações da Praia Fluvial”, apostando no binómio rio-natureza para valorizar o território.

O papel das associações é decisivo na freguesia. “As nossas coletividades são os nossos parceiros no entretenimento e no bem-estar da nossa população”, afirma, prometendo um mandato com um “executivo de todos e para todos” e “de proximidade, empenho, dedicação e compromisso”.



IGREJA MATRIZ

Igreja Matriz de Torres do Mondego e adro envolvente, ponto central da vida religiosa e comunitária da freguesia. À sua volta organizam-se ruas, serviços e encontros que trazem a identidade rural e a proximidade entre vizinhos e instituições locais.



Endereço Calçada da Igreja, número 2
3030-348

Telefone 239 718 742

E-mail geral@jf-torresdomondego.pt

Site jf-torresdomondego.pt



Executivo

PRESIDENTE



NUNO CARVALHO

SECRETÁRIA



DÁLIA SUSANA
DUARTE COSTA

TESOUREIRO



FAUSTO MANUEL
DINIS DE ALMEIDA

Assembleia

Paulo José Diogo dos Santos Serra Cortez (Presidente); Sónia Mafalda de Almeida Cardoso (1.ª Secretária); Renato Jorge Serra Diogo do Amaral (2.º Secretário); António Francisco Matias Roque, Marco Alexandre Costa Santos, Diogo Filipe Araújo Vicente, João Paulo dos Reis Simões, Ângela Teresa Simões Silva Campos e Gonçalo Jorge Serra dos Santos Silva.

História

Torres do Mondego é uma localidade antiquíssima associada à defesa periférica de Coimbra. A freguesia civil foi criada em 1934, por decreto, quando vários lugares foram desanexados de Santo António dos Olivais e integrados numa nova unidade administrativa, com Torres do Mondego como sede.

Ao longo do século XX, as aldeias do vale encaixado do Mondego mantiveram um perfil rural: pequenas explorações agrícolas, emigração, trabalho pendular para Coimbra e forte vida comunitária. O quotidiano foi, durante décadas, marcado por economias domésticas de baixa escala e por redes de vizinhança que reforçavam a coesão local.

A paisagem estrutura-se em torno do rio, dos socalcos e da Mata Nacional de Vale de Canas, hoje também valorizada por percursos pedestres. As festas, os pavilhões associativos e a praia fluvial de Palheiros e Zorro prolongam essa relação com os espaços comuns e com o uso social do Mondego, numa freguesia que procura equilibrar memória rural, qualidade de vida e ligação diária à cidade.



Sede da Junta de Freguesia de Torres do Mondego, na Calçada da Igreja, o edifício branco que marca o coração administrativo desta freguesia ribeirinha do concelho de Coimbra



Área 10,56 km²

População (Censos 2021) 3.659 residentes

Pontos a visitar Igreja Matriz de Trouxemil, Igreja Matriz Torre de Vilela, Mural dos Caminhos de São Tiago, Monumento dos 700 anos da Peregrinação da Rainha Santa e Capelas da União das Freguesias



MONUMENTO AO ESTUDANTE

Painel de azulejo dedicado aos estudantes, junto à sede da União das Freguesias, em Trouxemil. A obra, oferecida pelo professor José Torres, natural da terra, representa Coimbra, o fado, o Mondego e a Queima das Fitas, marcando a ligação entre a freguesia, a universidade e gerações de jovens que aqui vivem e estudam.



FESTA "SABORES DA NOSSA TERRA"

A Festa da Freguesia "Sabores da Nossa Terra" afirmar-se definitivamente como um espaço privilegiado de celebração da cultura, da gastronomia e do dinamismo associativo de Trouxemil e Torre de Vilela.

União das Freguesias de Trouxemil e Torre de Vilela

A União das Freguesias de Trouxemil e Torre de Vilela afirma-se como uma área de transição entre o meio rural e o urbano. "Somos uma freguesia de matriz rural, mas queremos as mesmas oportunidades e o mesmo tratamento que as restantes. As pessoas que escolheram viver aqui e constituir família devem ter os mesmos direitos e acesso a serviços que as freguesias menos rurais. Esta luta pela igualdade e pelo tratamento igualitário é o que me motiva a continuar este trabalho", sublinha o presidente Horácio Costa.

A pressão demográfica sente-se no parque escolar: "Três escolas e dois jardins de infância, com lotação no limite. É sinónimo de que há procura: estamos perto de tudo, é uma zona calma, onde as pessoas são bem recebidas e procuram aqui morada", resume. Em parceria com o município, a Junta aposta na requalificação dos estabelecimentos e na criação de melhores estruturas para crianças e jovens. A abertura do Espaço Cidadão em Trouxemil é outro marco: "Faz com que estejamos mais próximos dos nossos residentes", sobretudo de uma população envelhecida que evita deslocações à cidade.

"A nossa ginástica sénior é gratuita para todos, duas vezes por semana", descreve o autarca, destacando também a Festa da Freguesia "Sabores da Nossa Terra", que ajuda associações a angariar fundos e divulga pratos tradicionais da localidade e da região.

A economia local ganha novo fôlego com empresas que se instalam na freguesia e com a requalificação de áreas industriais em centros empresariais. "Há necessidade de continuarmos a criar condições de mobilidade e segurança", afirma Horácio Costa, apontando a melhoria do transporte público — agora em articulação com o Metro Monde-

go — como prioridade. O executivo apresenta três investimentos estruturantes em infraestruturas de lazer e desporto — parque urbano em Torre de Vilela, parque verde em Nossa Senhora das Neves e centro cívico em Alcarraques — para criar "espaços de união e convívio".

"Temos de ter uma freguesia limpa e cuidada, com os espaços verdes bem mantidos. A limpeza é algo que nos orgulhou nos últimos oito anos", afirma. E sintetiza a linha política: "Nós nunca abdicaremos do que achamos que a nossa freguesia tem direito, independentemente do executivo da câmara. Hoje a responsabilidade é maior, porque confiaram novamente em nós, e o grau de exigência precisa ser maior".

No arranque do novo mandato, o presidente Horácio Costa afirma fazê-lo "com profundo sentido de honra e responsabilidade", sublinhando que a confiança renovada pela população representa "um compromisso firme de dedicação ao serviço público" e ao desenvolvimento da União das Freguesias. O autarca realça a ligação pessoal e familiar ao território, defendendo que servir a comunidade é "mais do que uma função institucional: é uma missão". Para este ciclo, aponta como prioridades a educação — com continuidade no investimento nas escolas, apoio às famílias e criação de "ambientes educativos seguros, modernos e inclusivos" — e a valorização de equipamentos de desporto e lazer, com o objetivo de promover bem-estar, convívio e dinamização social. Horácio Costa destaca ainda a requalificação urbana, o trabalho na cultura e no património e a cooperação com associações e instituições locais, assegurando que cada projeto será conduzido com "responsabilidade" e "transparência", em colaboração com a população.



Endereço Rua da Escola, número 2, 3025-070
Telefone 239 911 529 **Telemóvel** 967 220 060
E-mail uf.trouxemil.torredevilela@gmail.com
Site uf-trouxemiltorredevilela.pt



Executivo

PRESIDENTE



HORÁCIO VALDEMAR
RODRIGUES DA COSTA

SECRETÁRIO



FRANCISCO JOSÉ
CARVALHO MOREIRA

TESOUREIRO



CÁTIA SOFIA MARQUES
DE CARVALHO

Assembleia

José Maria Ferreira Nunes (Presidente); Cristina Maria Barros Andrade (1.ª Secretário); Vítor Fernando Rodrigues Costa (2.º Secretário); Diogo Fernandes Pais da Silva, Ana Filipa Gomes Oliveira, Ana Raquel Craveiro Valença, Fátima Isabel Rebelo Henriques, Eugénia Maria Fonseca Ribeiro, Carlos Alberto Leite da Silva.

A PEREGRINAÇÃO DA RAINHA SANTA

Encenação histórica dos 700 anos da peregrinação da Rainha Santa Isabel, diante da Igreja de São Tiago, em Trouxemil. Moradores e grupos locais recriam a chegada da rainha peregrina, com trajes de época e música, sublinhando o papel da freguesia no Caminho de Santiago e a continuidade das suas tradições religiosas e comunitárias.



História

Trouxemil e Torre de Vilela têm história longa e memória local bem presente. A maior extensão do Caminho de Santiago no concelho de Coimbra passa por este território e a peregrinação da Rainha Santa Isabel, assinalada por um monumento em Trouxemil, reforça a ligação às rotas de devoção e de passagem.

As antigas casas senhoriais, a agricultura ainda ativa e a gastronomia feita de pratos tradicionais mantêm um modo de viver em que vizinhança e proximidade têm peso. A Festa da Freguesia “Sabores da Nossa Terra” demonstra isso: associações nas tasquinhas, voluntários ao serviço e famílias a partilhar receitas e recordações.

Ao mesmo tempo, novos moradores, estudantes e trabalhadores imigrantes vão restaurando casas, abrindo negócios e ocupando o centro empresarial instalado em antigas unidades industriais. Entre quem sempre aqui viveu e quem chegou há pouco, forma-se um povo diverso, que procura oportunidades sem perder a identidade local.

O Parque de Merendas no Largo da Fonte Grande, oferece um ambiente tranquilo para caminhadas e piqueniques



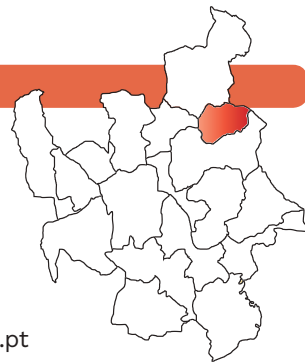


Área 9,18 km² **População (Censos 2021)** 1.932 residentes

Pontos a visitar Serra do Ilhastro, Cruzeiro de Brasfemes, Chafariz de Vilarinho, Igreja Matriz de São João Baptista

Endereço Rua do Tapado, n.º 4, 3020-571

Telefone 239 914 283 **E-mail** jf.brasfemes@gmail.com **Site** jfbrasfemes.pt



ROTA DAS ORQUÍDEAS – ILHASTRO



A Rota das Orquídeas (PR8 CBR) é um circuito com início nos Jardins do Largo Marcelino Ivo de Vasconcelos e passagem pela

Serra de Ilhastro, onde se observam orquídeas silvestres. A regra é clara: ver e fotografar, nunca colher.

ROTA DA ÁGUA E DA PEDRA



A Rota da Água e da Pedra (PR7 CBR) é um percurso circular com partida

nos Jardins do Largo Marcelino Ivo de Vasconcelos que leva até fontes, ribeiras e pedra. O trilho conta a história do uso da água na paisagem e na comunidade – excelente para caminhar devagar e deixar o lugar falar.

Freguesia de Brasfemes

Brasfemes é uma freguesia de transição entre o campo e a cidade, a poucos minutos do centro de Coimbra. Mantém um ambiente de aldeia, com serviços que servem quem aqui vive e trabalha. Brasfemes e lugares vizinhos formam um território marcado pelas encostas da Serra do Ilhastro e por forte identidade comunitária.

A Junta definiu três prioridades: mobilidade, segurança e ambiente. Paulo Santos, presidente da Freguesia, resume o plano imediato: “São duas vias de comunicação que queremos concluir. Uma já está projetada e outra ainda será”. Uma melhora o acesso ao pavilhão da Associação Cultural de Vilarinho, onde a patinagem da AAC treina e compete; a outra, pela Estrada da Horta da Serra, desvia o trânsito do interior de Vilarinho.

A segurança rodoviária passa pela construção de passeios e lombas nas zonas mais críticas. “A segunda será termos uma freguesia mais segura no trânsito, principalmente para os peões”, sublinha Paulo Santos. Em paralelo, o Executivo quer uma agenda ambiental clara, depois da instalação de uma central fotovoltaica na serra, com medidas para proteger a natureza.

O grande projecto social é apoiar a conclusão do lar residencial para idosos do Centro de Bem-Estar Social de Brasfemes e da nova creche da freguesia. Estes equipamentos reforçam uma rede que já integra centro de dia, extensão de saúde, escolas e Espaço do Cidadão. “O papel das juntas é que as associações tenham tudo para exercer a sua actividade. Nós directamente não podemos financiá-la, mas podemos oferecer espaços e infraestruturas”.

História

A história de Brasfemes cruza lendas e documentos. Após a conquista de Coimbra em 1064 por Fernando I, a tradição local liga o repovoamento da área a Alvito “Abrafemes”, num território que leituras locais relacionam com o Mosteiro de Lorvão e com a Serra do Ilhastro. Em doações do século XII surge a forma Abrahemes, apontada como etapa na evolução do topónimo para Brasfemes, entre hipóteses toponímicas e etimologia popular. Ao longo do tempo, a freguesia manteve perfil rural, com milho, azeite e pequenas vinhas, e vida paroquial em torno da Igreja Matriz de São João Baptista, do Cruzeiro e das capelas de Vilarinho e Sinceira. As festas de São Sebastião e a Feira Gastronómica, associada ao Dia da Freguesia, reúnem a comunidade.

Executivo

PRESIDENTE



PAULO ROBERTO
DA SILVA SANTOS

TESOUREIRA



LICÍNIA ISABEL
CARVALHO OLIVEIRA

SECRETÁRIO



RICARDO PEDRO
DA SILVA OLIVEIRA

Assembleia

João Paulo Nunes Marques (Presidente); Hugo André dos Santos Silva (1.º Secretário); Ana Sofia Carvalho Relvão (2.º Secretária); José Casimiro Duarte de Oliveira, Mariana Forte Dinis, Rui Manuel Machado Ferreira, António José Oliveira Cunha Lopes, Pedro Miguel Forte de Aguiar e Carla Maria Carvalho Lopes.

Media Centro

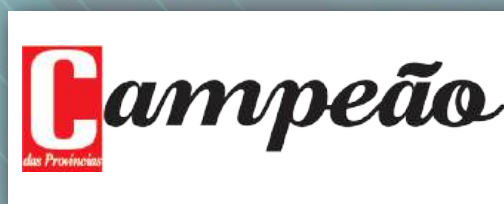
Rua Adriano Lucas, 216 - Fracção D, Eiras
3020-430 Coimbra

Tel. 239 497 750

Mail: campeaojornal@gmail.com

radioregionaldocentro@gmail.com

GRUPO EDITORIAL COIMBRA · AVEIRO · VISEU · LAFÕES



**jornal
despertar**
JORNAL DAS PRECISÕES E DAS COMUNIDADES LOCAIS



Beira Vouga





D. Duarte Dois

restaurante | marisqueira | típica tradicional portuguesa

Especialidades

PEIXE E MARISCO

- Açorda de Marisco
- Arroz de Marisco
- Maionese de Gambas
- Paelha de Marisco
- Polvo à Lagareiro
- Bacalhau à Dom Duarte
- Espetada de Tamboril com Gambas

CARNES

- Cabrito Assado à Padeiro
- Pato assado com arroz à antiga
 - Mar e Terra Especial
- Picanha na Brasa à D. Duarte
 - Rosbife à inglesa
 - Bife à casa
- Costeleta de Novilho de Churrasco



Mantenha uma alimentação saudável e viva mais e melhor

Alimentação saudável é connosco!

No nosso Restaurante confeccionamos uma variedade de pratos saudáveis sempre à sua disposição. Diariamente peixe fresco da lota e legumes frescos

Take-Away (encomendas)



HORÁRIO

12h às 14h30
e das 19h às 22h

Encerra: domingo ao jantar
e segunda-feira todo o dia



Rua de Moçambique, 34
3030-062 Coimbra



239 701 461
914 856 104



restaurantedomduarte@gmail.com