



MENSAGEM EDITORIAL

A 22 de Abril, Dia Mundial da Terra, ecoaram mais uma vez os alertas para a necessidade de preservação do Planeta e de sensibilização para uma utilização moderada dos recursos naturais. Um alerta à escala mundial que, no entanto, tem de se traduzir em ações a nível local. Em Sintra, demos início a mais uma fase do projeto de recolha seletiva de biorresíduos, com o seu alargamento à Freguesia de Colares e à União de Freguesias de Sintra.

Após o projeto piloto em Rio de Mouro, lançámos o desafio para que mais municípios encaminhem os seus restos alimentares para produção de composto orgânico ou energia, transformando um resíduo em recurso, uma valorização essencial para um mundo melhor.

A nossa mensagem é simples: Deixe o(s) resto(s) connosco. Use o saco verde.

**Os SMAS de Sintra agradecem.
O Planeta agradece.**

O DIRETOR DELEGADO - Carlos Vieira

RETRATO SMAS

AS NOSSAS EQUIPAS
PAG. 2
A NOSSA ÁGUA
PAG. 5
SANEAMENTO
PAG. 7
RESÍDUOS
PAG. 9

SMAS E O AMBIENTE

PAG. 13
FAÇA VOCÊ MESMO
PAG. 15
ONDE DEITAR FORA
PAG. 16

Já lanchou?

deixe o **resto**
connosco.



FOLHA
INFORMATIVA

OPERAÇÃO

“SINTRA E OS BIORRESÍDUOS”

2.ª fase da recolha seletiva



Use o
saco verde.

RETRATO SMAS

INFO SMAS



AS NOSSAS EQUIPAS



OS SERVIÇOS
ESSENCIAIS
NÃO PARAM
MESMO EM TEMPO
DE PANDEMIA



ALARGAMENTO DO SISTEMA DE TELEGESTÃO



Os Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra) alargaram, recentemente, a cobertura do sistema de telegestão ao Reservatório de Janas (União de Freguesias de Sintra), à Estação de Tratamento de Águas Residuais de Negrais (Almargem do Bispo) e ao armazém e parque de Ouessa (Algueirão-Mem Martins).

O sistema tem a capacidade para detetar intrusões nas instalações, notificando e disponibilizando as imagens em tempo real aos operadores que se encontram na sala de comando dos SMAS. Em caso de intrusão, os operadores podem desencadear o alerta junto das forças policiais ou, por outro lado, agir remotamente sobre o sistema de distribuição de água. Em caso de intrusão numa das células do Reservatório de Janas, por exemplo, os operadores podem fechar a respetiva válvula de distribuição, mantendo a segunda célula em exploração.

Os SMAS de Sintra prosseguem, assim, o desenvolvimento e implementação de aplicações que garantam a segurança das suas instalações, assim como da água distribuída à população do concelho, no âmbito do “Projeto Água Segura” que consiste na implementação de equipamento tecnológico de segurança nas várias instalações.



Ao nível do abastecimento de água, os SMAS de Sintra contam atualmente com 53 reservatórios, 34 estações de bombagem e 157,7 km de condutas adutoras, num sistema que recebeu, em 2020, um total de 26.566.833 m³ de água, um aumento de cerca de 1 milhão de m³ (+3,7%) em relação a 2019. As condutas de distribuição perfazem 1.662 km.

O sistema de drenagem e tratamento de águas residuais é constituído por 1.020 Km de redes de coletores e emissários, assente em 17 estações de tratamento de águas residuais domésticas e 26 estações elevatórias. A rede de saneamento a sul do concelho drena para o sistema das Águas do Tejo Atlântico.

A NOSSA ÁGUA

INVESTIMENTOS SMAS



2,5%
ÁGUA DOCE



97,5%
ÁGUA SALGADA

TERRA - PLANETA AZUL



INVESTIMENTO DE 2,9 MILHÕES EUROS

REABILITAÇÃO DA ÁREA ENVOLVENTE AO MERCADO DE FANARES

O Município de Sintra vai requalificar a área envolvente ao antigo Mercado de Fanares (freguesia de Algueirão-Mem Martins), num investimento que ascende a 2,9 milhões de euros e com um prazo de execução de 30 meses, numa empreitada conjunta da Câmara Municipal e dos Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra).

A intervenção a cargo dos SMAS de Sintra vai ascender a 690 mil euros, com a requalificação das redes de abastecimento de água e de drenagem de águas residuais e, ainda, a renovação da contentorização de resíduos urbanos, com a substituição de equipamentos de superfície por enterrados. As obras da responsabilidade dos SMAS vão ser articuladas com os trabalhos da Câmara de Sintra, no valor de 2,2 milhões de euros, no sentido de minimizar os incómodos para a população.

A área de intervenção tem uma extensão de mais de 27 mil metros quadrados, abrangendo as ruas Afonso de Albuquerque e da Índia

Portuguesa e as pracetas de Goa, de Panjim, de Damão e Nau São Rafael, numa área urbana marcada ainda pela proximidade ao projeto de requalificação da ribeira da Laje (avenidas da Bela Vista e Capitães de Abril).

A empreitada visa revitalizar uma zona central da freguesia de Algueirão-Mem Martins, requalificando o espaço público com a criação de áreas de recreio, percursos cicláveis e reordenamento dos locais de estacionamento.

O projeto inclui a criação de uma praça central, englobando as pracetas de Goa, de Panjim e de Damão, beneficiando da demolição entretanto concretizada do Mercado de Fanares. A nova praça vai dispor de um café/esplanada no local do antigo mercado, sendo prevista a criação de locais vocacionados para a realização de diversos eventos, como mercados e feiras temáticas (velharias, artesanato, sazonais, gastronomia regional, etc), além da remodelação total do parque infantil com a criação de uma nova zona lúdica infantil e juvenil.

TÉCNICA DE “RELINING” APLICADA EM REMODELAÇÃO DA REDE DE ABASTECIMENTO

Os SMAS de Sintra estão a remodelar a rede de abastecimento de água num troço da Estrada Nacional 247, na Terrugem, através da técnica de “relining”. Este método consiste em introduzir uma nova tubagem no interior da existente, evitando assim a abertura de vala tradicional e minimizando os incómodos resultantes de uma intervenção que decorre na berma de uma via rodoviária com bastante tráfego.

Com recurso a uma conduta de diâmetro ligeiramente inferior à que será desativada

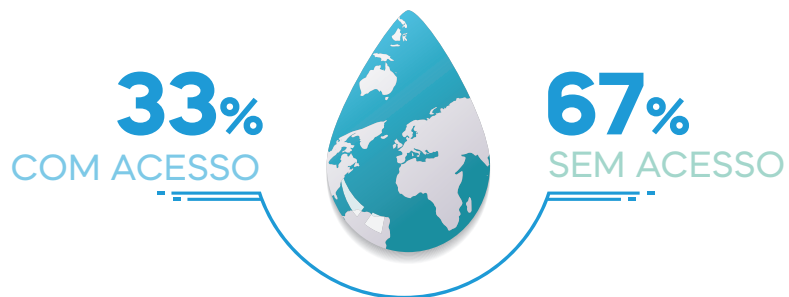


(DN160 em vez de DN200), a técnica de “relining” já foi utilizada em anteriores empreitadas dos SMAS de Sintra e assume-se como uma boa alternativa ao método tradicional, em particular em troços que apresentem um alinhamento reto com extensão considerável.



SANEAMENTO

INVESTIMENTOS SMAS



SANEAMENTO BÁSICO NO MUNDO

INVESTIMENTO DE 2 MILHÕES DE EUROS

OBRAS EM AREIAS E ALVARINHOS AVANÇAM NO TERRENO



As obras do subsistema de saneamento de Areias e Alvarinhos, em São João das Lampas, já se iniciaram, com os trabalhos a decorrerem na Rua do Campo da Bola, em Alvarinhos. Um investimento dos Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra) no montante de 2 milhões de euros.

Com um prazo de execução de 900 dias, a empreitada em Areias, Alvarinhos e A-do-Longo vai beneficiar cerca de 600 pessoas e compreende a construção da rede de drenagem de águas residuais domésticas, as quais serão encaminhadas para a futura ETAR (Estação de Tratamento de Águas Residuais) de Alvarinhos, para além da execução da rede de drenagem de águas pluviais. A intervenção contempla, ainda, a remodelação da rede de abastecimento de água, com substituição de condutas em fibrocimento.

Dada a sensibilidade arqueológica da zona, o arranque dos trabalhos esteve dependente de autorização da Direção Geral do Património Cultural (DGPC).

O estrito cumprimento das orientações da DGPC em relação ao acompanhamento arqueológico, numa zona sensível a este nível, já esteve presente na empreitada

relativa ao subsistema de Barreira, São Miguel e Funchal. Neste caso, os trabalhos encontram-se em fase de conclusão, representando um investimento de 1 milhão e 100 mil euros.

Esta empreitada compreendeu a remodelação de toda a rede de abastecimento de água, que se encontra garantido a partir do Reservatório da Amoreira, substituindo as condutas em fibrocimento que eram palco de frequentes roturas. Foram substituídos ainda os ramais domiciliários. Face à cota do lugar de Funchal, em relação ao reservatório, a intervenção compreendeu, ainda, a construção de uma estação hidropressora em Barreira, para elevação da pressão na rede de abastecimento.

As obras permitiram dotar as localidades de Barreira, São Miguel e Funchal de rede de drenagem de águas residuais, em substituição das fossas sépticas que, devido à natureza rochosa do solo, podiam originar escorrências de efluentes. O subsistema de drenagem, que beneficia cerca de 250 habitantes, é encaminhado para as estações elevatórias de Barreira e Funchal e posterior ligação à rede existente e tratamento na ETAR de São João das Lampas.

RESÍDUOS

INVESTIMENTOS SMAS



As suas atitudes fazem a diferença, salve os oceanos!

Sabe o tempo que os resíduos demoram a decompor-se no ambiente?

2 meses



10 anos



450 anos



200 anos



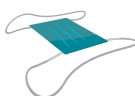
150 anos



Nunca



300 a 400 anos



Nunca





INVESTIMENTO DE 450 MIL EUROS

RENOVAÇÃO DE CONTENTORIZAÇÃO NA SERRA DAS MINAS

A renovação de contentorização na Serra das Minas (Rio de Mouro) está a avançar no terreno, com a instalação de um total de 195 equipamentos enterrados, em substituição de contentores de superfície. A intervenção dos Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra) vai ascender a 450 mil euros, contemplando 44 pontos de deposição, com as valências de recolha de resíduos indiferenciados, plásticos/metal, papel /cartão e vidro.

Os trabalhos estão a decorrer, com recurso a meios internos dos SMAS de Sintra, na Rua Américo Farinha, seguindo-se a Avenida João de Deus, após as intervenções já realizadas na Avenida Irene Lisboa e Rua Vitorino Nemésio. A empreitada de renovação de contentorização já avançou, ainda, na Avenida Maria Lamas e na Rua Planeta Mercúrio.

A instalação de nova contentorização na Serra das Minas vai traduzir-se num aumento de 187 mil litros na capacidade de deposição indiferenciada e de 227.200 litros ao nível da recolha seletiva, por se tratarem de equipamentos que variam entre os cinco e os três metros cúbicos, além de um acréscimo de 21 equipamentos.

Além do aumento da capacidade de deposição, os novos contentores vão contribuir para um melhor ambiente urbano, com benefícios em termos ambientais, incluindo a diminuição de odores, e de redução da ocupação do espaço público.



A instalação dos novos contentores está a decorrer na sequência da empreitada de remodelação da rede de abastecimento da Serra das Minas, que se encontra em fase de conclusão e representou um investimento de 1 milhão e 900 mil euros.

SMAS DE SINTRA PROMOVEM PROJETO DE COMPOSTAGEM

Os SMAS de Sintra estão a promover o projeto “Compostagem é Reciclar e Reutilizar – Ser Melhor pelo Ambiente!”, que contempla a disponibilização gratuita de 600 compostores domésticos. O projeto representa um investimento inicial dos SMAS de Sintra de cerca de 50 mil euros.

Os compostores serão disponibilizados a munícipes de Sintra que submetam a sua candidatura em formulário online disponível em Compostagem é Reciclar e Reutilizar e disponham de espaço (quinta, horta, jardim ou terraço com local em terra) para colocar o equipamento com capacidade de 330 litros. As inscrições serão analisadas por ordem cronológica de submissão até ao limite de 600 compostores. A entrega dos equipamentos será efetuada nas instalações dos SMAS, em data e hora a designar.

Mediante a assinatura de Declaração de Aceitação das normas de participação, os munícipes assumem o compromisso de utilizar o equipamento exclusivamente para o fim previsto, ou seja, a valorização de matéria orgânica, como restos de alimentos não cozinhados (vegetais, frutas e outros alimentos crus), e resíduos de jardins e hortas, para produção de fertilizante. Os SMAS de Sintra efetuarão, ainda, o acompanhamento e monitorização do projeto, através de visitas periódicas ou aleatórias aos participantes, a quem serão disponibilizados ainda um Guião de Compostagem e o apoio técnico necessário para o bom desenvolvimento do projeto, incluindo a realização de ações de formação.



O novo projeto de compostagem dos SMAS de Sintra tem por objetivo sensibilizar para o aproveitamento dos restos de alimentos não cozinhados e da manutenção dos jardins e hortas, para a produção de um fertilizante rico em nutrientes (composto orgânico). Ao potenciar a valorização dos resíduos orgânicos, o projeto visa a redução do seu encaminhamento para incineração ou aterro, mas também sensibilizar a população para a necessidade de diminuir a deposição de resíduos indiferenciados

Para concretizar este objetivo, além dos 600 equipamentos domésticos, os SMAS de Sintra vão disponibilizar 100 compostores comunitários, com capacidade de 1.000 litros, para condomínios e entidades privadas (empresas), escolares e sociais (instituições de infância ou 3.ª Idade).

Os SMAS de Sintra entregaram os primeiros compostores comunitários em meados do último mês, nas hortas solidárias da Câmara Municipal de Sintra, situadas em Rio de Mouro, Cacém, Monte Abraão e Pego Longo (Belas).

No início de 2020, os SMAS de Sintra já tinham promovido, em conjunto com a Tratolixo (empresa intermunicipal de Sintra, Cascais, Oeiras e Mafra), o projeto de compostagem “Faça mais, para fazermos melhor”, que consistiu na atribuição gratuita de 300 compostores domésticos.

INVESTIMENTO DE 670 MIL EUROS

SINTRA AVANÇA COM A SEGUNDA FASE DA RECOLHA SELETIVA DE BIORRESÍDUOS

Sintra avançou no dia 19 de abril, com a segunda fase da recolha seletiva de biorresíduos (resíduos alimentares), com o alargamento a localidades da Freguesia de Colares (Almoçageme, Azenhas do Mar, Banzão, Casas Novas, Colares, Fontanelas, Mucifal, Pinhal da Nazaré, Praia das Maçãs e Rodízio) e da União de Freguesias de Sintra (Galamares e Janas).

Para aderir, os municípios destas localidades devem preencher formulário disponível em www.smas-sintra.pt ou ligar para **910 443 505**. Em breve, serão anunciadas novas áreas abrangidas na Operação “Sintra e os Biorresíduos”.

Seis meses após o arranque do projeto piloto em Rio de Mouro, com o lema “Bio-Recursos: demasiado bons para desperdiçar!”, os Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra) arrancam com a Operação “Sintra e os Biorresíduos” que, em 2021, vai abranger 75 mil pessoas, num universo de 25 mil fogos habitacionais.

A Operação “Sintra e os Biorresíduos” representa um investimento de cerca de 670 mil euros e viu aprovada uma candidatura ao POSEUR (Programa Operacional Sustentabilidade e Eficiência no Uso de Recursos), no montante de 292.721,55 euros, num eixo de investimento que visa o aumento da recolha seletiva e a valorização de biorresíduos.

Os SMAS de Sintra vão promover ainda a recolha seletiva junto de agentes económicos, nomeadamente do setor da restauração, e em estabelecimentos de ensino, com circuito dedicado e recolha porta-a-porta, por se tratarem de produtores de grandes quantidades de biorresíduos.

O projeto desafia os municípios a efetuarem a triagem dos resíduos alimentares (restos de preparação e confeção de refeições, guardanapos de papel, saquetas de chá, restos de produtos frescos não embalados, como legumes, frutas, carnes, peixe, e pão e bolos). As famílias aderentes efetuam a deposição dos restos de alimentos em sacos verdes produzidos com 100% de plástico reciclado, que serão acondicionados num pequeno contentor castanho (de 7 litros), também distribuídos pelos SMAS de Sintra. O saco deve ser bem fechado e colocado diretamente nos contentores de indiferenciados existentes na via pública.



Os SMAS de Sintra procedem à recolha dos resíduos e à sua entrega na Tratolixo (empresa intermunicipal de Sintra, Cascais, Oeiras e Mafra). Os sacos são depois triados em unidade de tratamento mecânico que, através de sistemas óticos, efetua a separação, permitindo o seu tratamento de forma diferenciada.

Os biorresíduos recolhidos serão transformados em composto orgânico ou energia, alavancando-se desta forma poupanças públicas e privadas na gestão dos resíduos urbanos, tendo igualmente em vista as metas preconizadas para o país no PERSU 2020+.

DADOS ESSENCIAIS DA OPERAÇÃO “SINTRA E OS BIORRESÍDUOS”:

Investimento total: 670.000 euros

Financiamento do POSEUR: 292.721,55 euros

População envolvida em 2021: 75 mil pessoas

Primeiras localidades abrangidas: Almoçageme, Azenhas do Mar, Banzão, Casas Novas, Colares, Fontanelas, Galamares, Janas, Mucifal, Pinhal da Nazaré, Praia das Maçãs e Rodízio

Projeto piloto arrancou a 19 de outubro de 2020 e envolveu 15 mil pessoas na freguesia de Rio de Mouro

SMAS E O AMBIENTE

SENSIBILIZAR E CONSCIENCIALIZAR
PARA UM DESENVOLVIMENTO
SUSTENTÁVEL E RESPONSÁVEL.





SMAS DE SINTRA E CANIL MUNICIPAL PROMOVEM BEM-ESTAR ANIMAL

Num verdadeiro exercício de reutilização, os Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra (SMAS de Sintra) cederam 20 contentores de recolha de resíduos, que se encontravam já inoperacionais, ao Canil Municipal de Sintra, para que os mesmos ganhassem nova vida como “camas” para cães.

Os contentores foram cortados na Serralharia dos SMAS de Sintra para responderem às necessidades da nova utilização e entregues, recentemente, naquele serviço camarário. Destinadas especialmente aos animais que se encontram em quarentena, aquando da sua entrada no canil, estas ‘camas’ são bastantes resistentes e adaptam-se a cães de grande ou pequeno porte, apresentando ainda como vantagem o facto de serem fáceis de desinfetar.



Situado na estrada que liga a Portela a Mem Martins (Avenida Almirante Gago Coutinho), o Canil de Sintra/Gabinete Médico Veterinário é a estrutura municipal que promove e coopera em ações de preservação e promoção do bem-estar animal. Acolhendo algumas centenas de animais, desenvolvem iniciativas de adoção responsável de animais de estimação, cães e gatos, onde se pode encontrar ‘um amiguinho’ de quatro patas para toda a vida.



A comemorar o 75.º aniversário em maio deste ano, os SMAS de Sintra querem assumir-se, cada vez mais, como “a marca de referência no desenvolvimento sustentável do Município de Sintra, assente em elevados padrões de proteção e valorização dos sistemas ambientais e humanos, consolidando uma imagem de confiança, transparência e competência”.

SABIA QUE...

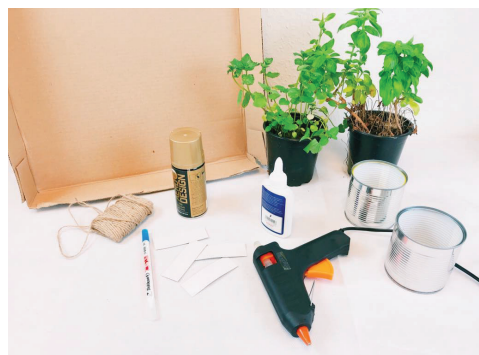
- Cada Português produz cerca de 1,4 Kg de resíduos/dia, uma média de cerca de 512 Kg de resíduos/ano.
- Ao reciclar 1 tonelada de papel evita o abate de 22 árvores e a emissão de 2,5 toneladas de dióxido de carbono para a atmosfera, além de poupar até 60% de água e energia relativamente ao processo original.
- Uma pastilha elástica pode demorar até 5 anos a decompor-se.
- 1 Litro de óleo alimentar usado pode contaminar 1 milhão de litros de água, o suficiente para a sobrevivência de uma pessoa até aos 10 anos.
- O plástico pode demorar mais de 400 anos a degradar-se no meio ambiente.
- Uma lata de alumínio pode demorar até 200 anos a degradar-se.

FAÇA VOCÊ MESMO

COMO FAZER VASO PARA PLANTAS COM LATA DE ALUMÍNIO PARA JARDIM SUSPENSO

Pode transformar latas de alumínio em lindos vasos para plantas e pendurá-los, criando um jardim suspenso ou uma horta caseira. Confira o passo a passo e faça você mesmo!

Passo 1: Guarde latas de alumínio e arranje os seguintes materiais



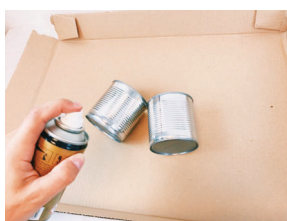
Para fazer vasos para plantas personalizados você vai precisar de:

- Latas de alumínio
- Plantas, flores ou temperos à sua escolha
- Tinta spray dourada
- Cola ou cola quente
- Corda de sisal fina
- Caneta
- Pedaço de papel para criar a plaquinha com o nome da planta
- Água quente
- Bicarbonato de sódio
- Papelão para proteger a mesa e parede em redor
- Terra para transplantar



Passo 2: Remova o rótulo da lata

Coloque as latas de alumínio numa bacia com água quente e bicarbonato de sódio para facilitar a remoção do rótulo. Também pode usar uma esponja ou tesoura para facilitar a remoção.



Passo 3: Pinte as latas

Usamos tinta spray para pintar facilmente as latas de alumínio.

Usamos um pedaço de papelão para não manchar a mesa.



Passo 4: Latas prontas

Certifique-se de pintar todas as partes da lata de alumínio.

O tempo de secagem pode variar de acordo com a tinta spray escolhida.



Passo 5: Prepare as plaquinhas com os nomes das plantas

Escreva num pedaço de papel o nome da planta escolhida e cole na lata de alumínio.



Passo 6: Comece a montar o vaso suspenso

Em seguida, faça duas voltas da corda de sisal na lata e dê um nó firme. Posicione a corda na parte central da lata e afaste as duas linhas com cerca de 1 cm.



Passo 7: Amarre o cordão que irá manter o vaso suspenso

Use a corda de sisal e faça um nó em cada um dos lados da lata. De um lado o nó deve ser feito na linha superior e no outro, faça o nó na linha inferior. Desta forma, manterá o equilíbrio quando o vaso estiver pronto.



Passo 8: Transplantar a planta para o novo vaso

O próximo passo é transplantar a planta escolhida para o seu novo vaso de lata de alumínio.



Passo 9: Agora basta pendurar

E está pronto! Já pode pendurar o vaso para plantas suspensas na sua varanda ou jardim.

ONDE COLOCAR? RESÍDUOS DE OBRAS

SMAS de Sintra - Av. Alm. Gago Coutinho - Parque de Ouessas, o utilizador poderá depositar RCD, entre as 8h30/12h00; e as 13h00/16h00, dias úteis, mediante marcação para o Atendimento Telefónico (800 210 020)

São rececionados até 1m³ por utilizador/obra, resíduos provenientes de obras particulares isentas de licenciamento e não sujeitas a comunicação prévia, nos termos do Regime Jurídico da Urbanização e Edificação (RJUE). Para tal, mediante marcação é entregue ao utilizador um saco de 1m³ de capacidade (vulgarmente designado por Big Bag), que é posteriormente recolhido pelos SMAS.



AGENDA PARA O MÊS DE MAIO

Maio						
Dom	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sab
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

- 1 - Dia do Trabalhador (sábado) Feriado;
- 2 - Dia da Mãe;
Dia Internacional da Liberdade de Imprensa;
- 3 - Dia Internacional do Sol;
- 5 - **Webinar** - Sessão Técnica - Coberturas Verdes;
- 9 - Dia Europa (Criação do Conselho da Europa, 1949);
Aprovado em Reunião de Câmara Municipal de Sintra, o resgate da concessão do abastecimento de água à Vila de Sintra e a sua Municipalização; (1946)
- 12 - **Webinar** - Obras e Investimentos dos SMAS de Sintra no sistema de saneamento;
- 14 - Dia do Comércio Justo;
- 15 - Dia Internacional das Famílias;

- 17 - Dia Internacional da reciclagem;
Webinar - Resíduos e boas práticas - CMS e SMAS;
- 18 - Dia Internacional dos Museus;
- 21 - Dia Mundial da Diversidade Cultural para o Diálogo e Desenvolvimento;
- 22 - Dia Internacional da Biodiversidade;
Publicação em Diário do Governo, Decreto-Lei 35653 - o resgate da concessão do abastecimento de água à Vila de Sintra e a criação dos Serviços Municipalizados (1946);
- 29 - Dia Mundial da Energia;
- 31 - Dia Mundial sem tabaco.



Atendimento Comercial
800 202 107 | 9h00 - 17:30



Leituras
800 505 555 | 24 horas



Resíduos Urbanos
800 210 020 | 24 horas



Avárias
800 204 781 | 24 horas



Geral
219 119 000 | 24 horas



geral@smas-sintra.pt



www.smas-sintra.pt



twitter.com/smassintra



facebook.com/smasdesintra