



Candidaturas validadas - para votação

Primárias do LIVRE
Eleições Autárquicas de 2025

Coimbra

**Luis Neto****Nacionalidade**

Portugal

Residência

Coimbra

Naturalidade

Coimbra

Profissão

Analista de Negócios

Santo António dos Olivais

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Chamo-me Luis Neto, tenho 38 anos e sou natural de Coimbra, onde resido atualmente, na freguesia de Santo António dos Olivais. Vivi praticamente toda a minha vida nesta cidade, o que me proporcionou uma ligação profunda a tudo o que ela tem para oferecer, ao seu tecido urbano, a sua rede social e cultural. Ao longo do meu percurso académico, foquei-me nas áreas do urbanismo e dos transportes, tendo completado o Mestrado em Planeamento com passagens pela Universidade de Manchester e pela Universidade de Barcelona. Esta formação permitiu-me consolidar uma visão integrada do território e das dinâmicas que moldam a vida urbana, no que diz respeito às políticas públicas de mobilidade e urbanismo. Procuro manter um forte envolvimento comunitário e associativo. Sou membro do Movimento Cívico pela Estação Nova, que lutou contra o encerramento da Estação Central de Coimbra - e agora se está a reinventar para os desafios seguintes. Integro também o colectivo Coimbr'a Pedal, que procura defender uma cidade para as pessoas, onde a mobilidade suave é acessível para todos. Sou também apaixonado por basquetebol, modalidade que pratiquei e na qual fui treinador durante vários anos, orientando rapazes e raparigas dos 8 aos 18 anos. Esta experiência ensinou-me o valor da cooperação, da escuta mútua e do que se constrói com o trabalho em equipa. Identifico-me politicamente com os princípios do municipalismo e do socialismo libertário, acreditando que as soluções mais eficazes e justas para os desafios sociais e territoriais surgem do envolvimento direto das comunidades e de uma organização democrática e descentralizada da sociedade.

Apresentação de Candidatura

Candidato-me à Assembleia de Freguesia de Santo António dos Olivais com a convicção de que é possível fazer política local de forma diferente: mais próxima, mais justa e mais participativa. Esta freguesia é um dos espaços mais dinâmicos e diversos de Coimbra, abrange quase todo o perímetro urbano central, é uma das mais populosas do país, sendo mesmo maior do que grande parte dos concelhos. Por isso, merece uma ação política que esteja à altura do seu potencial humano e comunitário. Quero contribuir para uma freguesia onde as necessidades reais do povo sejam ouvidas e valorizadas. Onde o acesso à habitação, à cultura, à mobilidade sustentável e aos serviços públicos seja encarado como prioridade, e onde se promova o bem-estar coletivo acima de interesses particulares ou clientelares. Defendo a criação de mecanismos efetivos de participação cidadã (como sejam as assembleias de bairro, orçamentos participativos, processos de consulta pública e referendos locais) que devolvam à população o poder de decidir sobre os assuntos que afetam diretamente a sua vida. A democracia local só é viva quando é realmente vivida por todos. Acredito numa freguesia com mais espaço público de qualidade, onde seja seguro andar a pé, de bicicleta ou em transporte coletivo. Uma freguesia onde o comércio local seja apoiado, as redes de vizinhança valorizadas e o combate à solidão e ao isolamento seja levado a sério. Onde se criem respostas sociais inovadoras e solidárias, sobretudo com vista a quem mais precisa. Com esta candidatura, quero trazer para a Assembleia de Freguesia uma voz progressista, inclusiva e ecologista. Quero defender o futuro com coragem, mas também com escuta ativa, diálogo e cooperação. Uma voz que represente o LIVRE, mas primeiramente que represente as pessoas - todas as pessoas - que aqui vivem e trabalham. A política local começa na rua onde vivemos. E é aí que começa também o compromisso com uma freguesia mais justa, um município mais democrático e um país mais feliz.



**Mariana Gouveia Valente****Nacionalidade**

Portuguesa

Residência

Coimbra

Naturalidade

Oliveira do Hospital

Profissão

Psicóloga

Santo António dos Olivais

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Sou a Mariana Gouveia Valente, nasci em Coimbra e vivi em Oliveira do Hospital até vir estudar para Coimbra. Sou mestre em Psicologia Clínica e da Saúde pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação de Coimbra. Desde pequena que tenho uma forte ligação a Coimbra por causa dos meus avós maternos terem vivido aqui e considero esta cidade a minha verdadeira casa. Atualmente sou psicóloga júnior e além disso faço parte de dois projetos de voluntariado relacionados com o combate ao isolamento social de idosos e outro ao combate do insucesso escolar. O meu interesse pela política surgiu desde cedo, devido aos vários professores de história que fui tendo que sempre me cativaram para a importância da política na nossa vida, em especial a minha professora do secundário. Desde aí percebi que a minha posição política estaria no espectro político da esquerda, porque percebi desde cedo que nem todas as pessoas partem do mesmo ponto e que por isso é necessário que se garanta e promova a equidade de oportunidades para que todas as pessoas tenham as condições necessárias para viverem uma vida digna, em que a educação, saúde e habitação estão garantidas. Durante a minha adolescência e uma parte da minha jovem adultez não tinha nenhum partido com que me identificasse totalmente. Até que nas eleições de legislativas de 2019 conheci o LIVRE e identifiquei-me muito com os seus ideais europeístas, de justiça social e ecologista, como também com a forma transparente, ética, autêntica e firme de fazer política. Isto levou-me a que nas últimas legislativas me tivesse voluntariado para apoiar na campanha eleitoral do LIVRE em Coimbra e a ter-me inscrito como membro (que ainda estou a aguardar confirmação).

Apresentação de Candidatura

Candidato-me à Assembleia de Freguesia de Santo António dos Olivais porque quero levar os ideais e valores do LIVRE até esta freguesia, porque acredito que só uma política de proximidade faz a diferença real na vida das pessoas. Neste sentido considero importante que esta freguesia tenha políticas no âmbito da justiça social, solidariedade e sustentabilidade e ecologia. Esta é uma freguesia de grande dimensão e que se encontra bastante envelhecida, urge criar mecanismos que pretendam além de promover o envelhecimento ativo, combater e prevenir o isolamento social de idosos. Considero importante também fortalecer o sentido de comunidade em que os vizinhos se conhecem e na qual existam redes de apoio informal e contacto intergeracional. É importante também promover iniciativas associadas a um estilo de vida sustentável, como por exemplo, uso mais bicicletas, transportes públicos, reciclagem de grandes resíduos e produtos eletrónicos, reduzindo o desperdício e estimulando a consciência ecológica; apoiar os produtores locais, a agricultura biológica e comércio local; garantir o espaço público acessível e com qualidade; dar ferramentas aos cidadãos para tomar decisões acerca do que é feito na freguesia, por exemplo, através de orçamentos participativos e também a sensibilização e promoção da saúde mental em várias faixas etárias, como também criação de iniciativas associadas ao empreendedorismo social. Pretendo representar o LIVRE na Assembleia de Freguesia para demonstrar que é possível fazer uma política de proximidade que seja simultaneamente solidária, inclusiva e ecologista e que se foque em resolver os problemas reais das pessoas, por meio de soluções concretas.



**Miguel Gouvêa****Nacionalidade**

Portugal

Naturalidade

Portalegre

Residência

Coimbra

Profissão

Economista

Santo António dos Olivais

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Nasci em Portalegre e só aos 14 anos vim morar para Coimbra. Aqui concluí a minha licenciatura e mestrado na Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra. Pelo meio tive a possibilidade de estudar um ano na University of Glasgow, através do programa Erasmus. Em Coimbra, entre outros interesses, tornei-me adepto ativo da Associação Académica de Coimbra e um apaixonado pela música / canção de Coimbra. Trabalhei vários anos no departamento financeiro de uma multinacional em Moçambique, e quando decidi regressar a casa, optei por continuar os meus estudos e concluí o doutoramento em Economia na FEUC. Entretanto, depois de ter conhecido o Mundo e ter trabalhado um ano no Canadá, e decidi voltar novamente a Coimbra, a cidade onde me sinto em casa, e mais concretamente à minha freguesia de sempre, Santo António dos Olivais. Coloco agora todo o meu empenho, conhecimento e experiência ao dispor, com o objetivo claro de ter um impacto positivo no desenvolvimento económico, social e ambiental sustentável da minha freguesia.

Apresentação de Candidatura

Até conhecer o partido LIVRE nas eleições Europeias de 2019, nunca me senti verdadeiramente representado pelos ideais de nenhum partido político em Portugal, pois apesar de sempre me ter revisto em várias políticas públicas conectadas com os partidos de Esquerda, sou um Europeísta convicto e um Cidadão com preocupações ambientais profundas. Já participei nas primárias do LIVRE nas últimas eleições autárquicas para a Freguesia de Santo António dos Olivais, onde defendi a necessidade de uma coligação alargada à Esquerda, mas concluí que na altura não estavam reunidas as condições mínimas à realização de tal objetivo. Volto a participar agora, ciente que não há acordos perfeitos, neste caso bem longe disso, mas que só uma participação forte do LIVRE na coligação Avançar Coimbra, pode permitir ter uma freguesia de Santo António dos Olivais mais equitativa, sustentável, verde e justa. Conto com contributo de todos os membros do LIVRE Coimbra na elaboração de propostas que permitam contribuir para o desenvolvimento da freguesia. Juntos vamos fazer a diferença.



**Pedro Valente****Nacionalidade**

Portuguesa

Naturalidade

Coimbra

Residência

Coimbra

Profissão

Empresário

Santo António dos Olivais

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Nasci em Coimbra em 1985 e, desde cedo, desenvolvi um profundo interesse pela diversidade cultural e pelas formas como o património, nas suas múltiplas expressões, molda as sociedades. Esta motivação levou-me a seguir o curso de Antropologia, área na qual aprofundei o estudo das culturas e das dinâmicas humanas. Posteriormente, complementei a minha formação com uma pós-graduação em Direitos Humanos, o que me permitiu adquirir uma perspetiva mais abrangente sobre os desafios sociais e culturais do mundo contemporâneo. Iniciei o meu percurso profissional na Universidade de Coimbra, onde integrei projetos de investigação científica, experiência que me permitiu desenvolver competências analíticas e metodológicas, bem como um maior rigor académico. Mais tarde, tive a oportunidade de colaborar com o Ministério da Cultura, especificamente na área do Património Cultural Imaterial, onde trabalhei na identificação, documentação e valorização das manifestações culturais que fazem parte da memória coletiva das comunidades. A minha trajetória profissional levou-me, entretanto, a explorar outras formas de expressão cultural e tecnológica. Trabalhei na Olympus, uma empresa de referência no setor da fotografia, o que aprofundou os meus conhecimentos técnicos e artísticos nesta área. Esta experiência foi determinante para a fundação da minha própria empresa, da qual sou atualmente sócio-gerente. A empresa atua nas áreas da multimédia, fotografia, vídeo, fotografia 360 graus e 3D, com um enfoque particular no Património Cultural. Procuramos conjugar a inovação tecnológica com a valorização do património, criando soluções criativas e interativas para instituições culturais, museus, municípios e outras entidades. A nossa missão é contribuir para a preservação e divulgação do património, tornando-o acessível a diferentes públicos, através de experiências visuais imersivas e envolventes. Este percurso, que cruza ciência, cultura e tecnologia, reflete o meu compromisso pessoal e profissional com a valorização do património, o respeito pela diversidade cultural e a aposta contínua na inovação como forma de comunicar e preservar a nossa herança coletiva.

Apresentação de Candidatura

Chamo-me Pedro Valente e sou candidato à Assembleia de Freguesia de Santo António dos Olivais, em Coimbra, pelo Livre. Esta candidatura nasce do compromisso com a construção de uma freguesia mais justa, participativa, ecológica e solidária. Acredito que a política começa no território onde vivemos, nas ruas por onde andamos todos os dias, nas escolas, nas associações, nos espaços verdes e nos mercados de bairro. É aí que podemos – e devemos – transformar o nosso quotidiano e melhorar a qualidade de vida de quem vive ao nosso lado. Vivemos tempos que exigem respostas ambiciosas e inclusivas. O aumento do custo de vida, o isolamento social, a crise climática e a degradação dos serviços públicos são desafios reais, que se fazem sentir também a nível local. Por isso, apresento-me com propostas inspiradas nos valores do Livre: ecologia, justiça social, liberdade, participação cidadã e solidariedade intergeracional. Quero contribuir para uma freguesia que respeita e valoriza os seus espaços naturais, onde a mobilidade é segura, acessível e sustentável, com mais caminhos pedonais e ciclovias que liguem pessoas e serviços. Uma freguesia onde ninguém fica para trás: com respostas sociais para os mais vulneráveis, com apoio aos cuidadores informais, com habitação digna e acessível, com espaços públicos acolhedores para todas as idades. Acredito numa democracia viva, onde todos têm voz. Por isso, defendo a criação de assembleias cidadãs locais, que envolvam vizinhos e vizinhas nas decisões que lhes dizem respeito. Quero apoiar as associações culturais, as colectividades juvenis, os projetos comunitários e cooperativos, que tornam Santo António dos Olivais um lugar vibrante e diverso. Apresento-me como uma pessoa disponível, com espírito crítico e vontade de trabalhar em equipa. Acredito que só com diálogo, escuta ativa e ação concreta podemos construir comunidades mais coesas e resilientes. Quero estar próximo de quem vive a freguesia, para juntos pensarmos soluções e criarmos alternativas reais. É com esta visão progressista e comprometida que me coloco ao serviço da nossa comunidade. Porque cuidar da freguesia é cuidar das pessoas.



**Francisco Joel Ferreira****Nacionalidade**

Portuguesa

Residência

Coimbra

Naturalidade

Coimbra

Profissão

Professor

São Silvestre

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Ao longo do tempo, desenvolvi um forte interesse pelas dinâmicas da nossa terra e pelas pessoas que a tornam especial. Tenho um grande gosto pelo envolvimento comunitário e acredito na importância de uma junta próxima, que escute e trabalhe para todos. Os meus interesses passam por áreas como a ação social, a juventude e o desenvolvimento sustentável. Acredito que é possível criar uma freguesia mais dinâmica, inclusiva e atenta às necessidades dos seus habitantes. Quero contribuir com ideias novas, trabalho dedicado e espírito de cooperação. A minha ambição é ajudar a construir uma freguesia mais ativa e participativa, onde todos se sintam ouvidos e representados. Candidato-me com vontade de servir, de aprender e de dar voz à comunidade.

Apresentação de Candidatura

Quero candidatar-me à Assembleia de Freguesia porque acredito que posso contribuir ativamente para o desenvolvimento da nossa comunidade. Tenho um profundo sentido de responsabilidade cívica e um grande respeito pelos valores da proximidade, escuta e trabalho em equipa. Conheço bem as necessidades da freguesia e estou motivado para ajudar a encontrar soluções práticas e realistas que melhorem a qualidade de vida de todos. Com honestidade, dedicação e espírito de serviço, quero fazer parte de um projeto que valorize as pessoas e promova um futuro melhor para todos.



**Miguel Campizes****Nacionalidade**

portuguesa

Residência

Coimbra

Naturalidade

Coimbra

Profissão

Ajudante eletrecista

União de Freguesias de Taveiro, Ameal e Arzila

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Olá, o meu nome é Miguel Campizes. Sou do Ameal (Coimbra). Licenciado em História e faço parte da equipa de relatos da RUC. Aderi ao Livre este ano, por querer despertar o meu lado político (que acredito que todos temos), para lutar pela social democracia e para tentar travar o crescimento do neofascismo. Tenho também bastante apreço pelas ideias desenvolvidas por José Felix Henriques Nogueira. Fora do Livre, podem encontrar-me numa aleatória sala de cinema de Coimbra, num Museu ou num Estádio.

Apresentação de Candidatura

Politicamente, sinto que esta candidatura é um veículo de aproximação da minha freguesia à política e uma tentativa de demonstração que a política concelhia pode ser mais que concertos internacionais de 3 em 3 anos. Tenciono demonstrar isso aproximando as nossas associações civis do poder político, permitindo-lhes assim serem mais livres e mais criativas no realizar das suas funções. Olho também com grande atenção para a criação do Bairro das Bicas, que no contexto atual, pode criar bastantes anti corpos na população local. Tenciono lutar contra eles e auxiliar os mesmos a integrarem-se no tecido social da freguesia.



**Daniel Malva de Novais****Nacionalidade**

Portuguesa

Residência

Coimbra

Naturalidade

Coimbra

Profissão

Estudante

União das Freguesias de Trouxemil e Torre de Vilela

Coimbra

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Conimbricense, 22 anos. Sou estudante de Mestrado em Ciência Política na Universidade de Aveiro e Licenciado em Relações Internacionais pela Universidade de Évora. Tenho como principais interesses: Política, Direitos Humanos, Organização de Eventos e Desenvolvimento de Projetos. Combino os meus interesses com o que faço no dia a dia e é por isso que mantenho uma ligação muito forte com o associativismo juvenil. Desde o início da minha licenciatura, pertenci ao Núcleo de Estudantes de Relações Internacionais e atualmente sou Secretário-Geral da FNEE – Federação Nacional dos Estudos Europeus e Fundador/Coordenador da Liberalitas – Youth Minds Think Tank, um projeto focado nas Relações Internacionais e áreas adjacentes, nas quais se inclui a política. Desde que me lembro, o meu pensamento é de esquerda e, quando comecei a votar, o meu sentido de voto refletiu isso mesmo. Quando conheci o projeto do LIVRE, rapidamente percebi que o que é defendido pelo partido vai ao encontro daquilo que defendo e apoio para o país e para a sociedade. A decisão natural foi juntar-me ao LIVRE e começar a minha vida político-partidária no partido da esquerda verde europeia em Portugal.

Apresentação de Candidatura

A minha candidatura à Assembleia de Freguesia da União das Freguesias de Trouxemil e Torre de Vilela deve-se à necessidade de integrar os princípios do LIVRE neste órgão executivo. O LIVRE tem de estar o mais representado possível, de forma a poder transmitir e fazer valer as suas ideias, desde a Freguesia mais pequena até à maior do território nacional. Vivo há quase 20 anos em Torre de Vilela e tenho um enorme sentimento de pertença a esta terra, pelo que não posso deixar de querer o melhor para os seus habitantes e o território, o que se consegue através de uma política mais inclusiva e representativa dos interesses de todos os cidadãos. Para isso, é essencial ouvir os cidadãos e responder às suas necessidades, em prol de uma melhoria na vida de todos e de cada um. Sabemos que o LIVRE defende o melhor para a vida das pessoas, partindo dos valores democráticos e do sentimento de liberdade, apoiando o Estado Social para defender os Direitos Cívicos e Humanos fundamentais. Agora, é hora de ganhar representatividade para o demonstrar ainda mais, especialmente, em tempos como os de hoje, em que vemos Direitos básicos contestados, a Democracia fragilizada e a Liberdade colocada em questão.



**Daniel Blanc da Rocha****Nacionalidade**

Francesa

Naturalidade

Toulouse/ França

Residência

Figueira da Foz

Profissão

Médico

Quiaios

Figueira da Foz

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Europeu, francês, residente e trabalhando há cerca de dez anos em Portugal, na Figueira da Foz, a viver há 6 anos na Murtinheira e Quiaios. Membro do Livre desde 2020, ativo na equipa do Núcleo Territorial de Coimbra, candidato ao conselho jurisdicional no XII Congresso em 2022. Um pouco de história Adolescente, filho de maio 1968 em França, visitou Portugal da Revolução dos cravos aos 20 anos em 75/76, na continuidade dos movimentos de 2 séculos de lutas de classe, descolonização e todas as lutas pela liberdade. De esquerda histórica, do livre pensamento à esquerda institucionalizada. Ativista associativo, sempre em equipa, nos setores social, médico-social e desportivo, cerca de quinze anos, 80/90. Médico há 40 anos, principalmente empregado, depois independente, com a função de médico coordenador dum centro mutualista da Eletricidade de França, mais de 10 anos. Eleito do pessoal para a CGT-“encadrement”, com responsabilidades (secretário de concelho de empresa de mais de 100 empregados(s) nos organismos mutualistas em Toulouse, depois conselheiro “prud’homme” (juiz do trabalho eleito) e presidente da secção de gestão do 4o maior tribunal do trabalho da França. Anos 90/2010.

Apresentação de Candidatura

A ação local com Livro numa coligação PAN e Bloco de Esquerdo: Apresento-me como candidato às Primárias do Livre, para a junta de Freguesia de Quiaios, conselho de Figueira da Foz. Reunir numa coligação que potencialize as forças progressistas, o agrupamento dos movimentos de emancipação locais e todas as boas vontades ativas localmente. Mais inspirado pelo municipalismo, do que pela política parlamentar, pela militância de terreno ecológico, pela vontade de reunir os ambientalistas e a população. Disponível para defender, lutar e desenvolver a democracia, a justiça social no terreno, no nosso tempo conturbado, nas áreas de competência das juntas e dos municípios, conforme as competências atribuídas pela lei, no âmbito dos objetivos definidos nos congressos do Livro.



**Joana Loureiro****Nacionalidade**

Portuguesa

Naturalidade

Coimbra

Residência

Figueira da Foz

Profissão

Freelancer

Quiaios

Figueira da Foz

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Sou a Joana Loureiro (ela/dela), tenho 25 anos e sou mestre em Estudos Europeus. Nasci em Coimbra, mas foi na Figueira da Foz onde vivi grande parte da minha infância e para onde regressei depois de concluir dois ciclos de estudos na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra. Desde tenra idade que lido com duas realidades da Figueira – a do centro urbano, e a do norte rural do concelho, o que me alertou para desigualdades entre figueirenses e para o perigo da extrema-direita captar populações com acesso mais dificultado à cidadania. Foi a justiça social que despertou o meu interesse pela política e entendo-a da forma mais abrangente possível, devendo compreender questões que vão desde o combate às desigualdades económicas, ao combate às desigualdades de género e ao racismo, xenofobia, homo, bi e transfobia, e a acessibilidade até à proteção do nosso planeta e o combate à crise climática. Foram estas múltiplas lutas (aliadas ao meu Europeísmo convicto) e a minha vontade de fazer parte de uma solução ecossocialista que me conduziram ao LIVRE, do qual sou membro desde 2024. Faço também parte da equipa de voluntários que gere a comunidade digital da Federation of Young European Greens, organização essa com a qual estou ativa desde 2023

Apresentação de Candidatura

Candidato-me às primárias do LIVRE para a Assembleia de Freguesia de Quiaios porque acredito que a transformação começa onde vivemos, e porque Quiaios é muito mais do que uma paisagem bonita entre a serra e o mar – é uma freguesia com história, identidade e imenso potencial humano que precisa de ser valorizado. Quiaios está condenado enquanto a conservação e valorização do património natural não forem prioridades do poder local. As lagoas, a serra, as dunas e as praias do nosso território são ecossistemas únicos, cujo valor reside na biodiversidade e no bem-estar que proporcionam. Mas são ameaçados por projetos de “desenvolvimento” turístico que pouco mais são do que projetos de destruição ambiental que não servem a população. Quiaios deve ter uma voz firme no município contra políticas que ameacem o seu território e deve ter uma Junta que promova a educação ambiental e envolva a comunidade na proteção dos seus espaços. Viver em Quiaios durante a minha adolescência foi muitas vezes sinónimo de isolamento quando terminava o período escolar. A ligação entre vários lugares à sede de freguesia e ao restante concelho é difícil, especialmente para quem não tem transporte próprio. Isto é uma escolha política, não um facto inevitável. É urgente combater o isolamento das populações rurais - começando pelos mais jovens e pelos idosos, que são mais vulneráveis. É urgente exigir opções de transportes públicos regulares que liguem a freguesia entre si e ao resto do concelho, e circuitos seguros, acessíveis a todas e todos, destinados à mobilidade suave. Para além da falta de espaços e serviços de proximidade, falta escuta ativa na freguesia, sobretudo das populações em áreas mais isoladas. Faltam ofertas diversificadas de cultura e desporto. Falta diálogo intercultural e intergeracional. A Junta tem de abrir portas à participação ativa de quem cá vive e tem de se adaptar às necessidades reais da população. Construir Quiaios deve ser um trabalho conjunto, transparente e que valorize as comunidades. Quiaios também é Figueira da Foz – e a Figueira da Foz também é Quiaios. Quiaios merece mais e melhor: mais justiça social e ambiental, mais escuta, mais ação. E é com este espírito que me candidato – para participar na construção de uma freguesia mais verde, mais coesa e, acima de tudo, mais LIVRE.



**António Pedro Panão Girão****Nacionalidade**

Portuguesa

Residência

Figueira da Foz

Naturalidade

Montemor-o-Velho

Profissão

Empresário (Mediação Imobiliária e Intermediação de Crédito)

Tavarede

Figueira da Foz

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Sou António Girão da Figueira da Foz, e sou de esquerda (desde que me lembro), europeísta (desde que aderimos à então CEE) e ecologista desde que pequeno. Sou o filho mais novo de uma família de militantes de esquerda. Sou pai de 2 filhos, em que eu e a minha mulher inculcamos os valores de esquerda europeísta e ecologia e de respeito pelo próximo. Pretendo com a minha participação nesta eleição contribuir para uma cidade mais inclusiva, com uma mobilidade ecológica, acessível e de qualidade e com uma estratégia de desenvolvimento sustentável. Pretendo ajudar na criação de uma cidade equilibrada e que posso atrair pessoas (de todas as idades e estratos sociais). Pretendo também contribuir para uma cidade em que novos e velhos possam ser apoiados.

Apresentação de Candidatura

No último mandato, a freguesia foi governada pelo PS com confronto (muitas vezes sem ideias) com o movimento independente e o PSD. Muitas vezes sem preocupação da população. Pretendo trazer para a ordem do dia uma visão ecológica para a freguesia, que tem uma parte urbana e outra parte rural, e promover uma integração harmoniosa entre as duas realidades. Pretendo promover, juntamente com serviços camarários e associações locais, um levantamento social da freguesia para promover intervenção social e a integração das pessoas. Pretendo, através dos serviços da freguesia, promover a autonomia energética da freguesia, através de comunidades energéticas nos vários bairros, lugares e aldeias da freguesia.



**José Gomes Duarte****Nacionalidade**

Portuguesa

Naturalidade

Coimbra

Residência

Lisboa

Profissão

Assistente Administrativo

Montemor-o-Velho

Câmara Municipal**Apresentação Pessoal**

Tenho 30 anos, sou natural de Coimbra, mas fiz da vila de Pereira a minha casa. A família é das coisas mais importantes da minha vida e sou o mais velho de três irmãos. Tenho uma licenciatura em Estudos Europeus e trabalho num Monumento em Lisboa. Gosto de aprender línguas, absorver muita cultura e partilhar as minhas ideias. Considero-me um convicto progressista, ecologista e europeísta. Gosto muito de ler, pensar e tenho um espírito crítico aguçado. A História, a Filosofia, a Ciência Política, feliz ou infelizmente, são as minhas paixões. Tento ter uma vida ativa e uma alimentação saudável. Gosto de desporto e sou adepto dos clubes das minhas terras - a Associação Académica de Coimbra e a Associação Desportiva, Cultural e Recreativa de Pereira - mas também sinto algo especial pelo Futebol Clube do Porto. Estou no Livre há cerca de dez anos, já participei em várias campanhas eleitorais, fiz parte do GOL de Coimbra e integrei algumas candidaturas para eleições autárquicas e legislativas. Acredito genuinamente que as nossas comunidades, os nossos territórios, precisam das ideias e dos contributos do Livre: um partido da esquerda verde europeia que existe para enfrentar os maiores desafios do século XXI - desde as alterações climáticas, o combate aos autoritarismos ou as crescentes desigualdades sociais - e para unir a esquerda em torno dessa luta. Um partido progressista, com uma visão cosmopolita, com propostas inovadoras e que fazem a diferença nas vida nas pessoas. Pensemos no Passe Nacional Ferroviário ou na futura semana de 4 dias que vamos conseguir alcançar. O partido Livre faz parte do presente e do futuro da política portuguesa. As nossas ideias, as nossas propostas políticas, vão ajudar a resolver os problemas reais dos nossos concidadãos e vão contribuir para o progresso das nossas sociedades e da nossa democracia. É esta a minha convicção. Juntos, com os nossos princípios e valores, vamos lutar pelas nossas utopias. Juntos, vamos conseguir!

Apresentação de Candidatura

Montemor-o-Velho tem um enorme potencial para se afirmar como uma das maiores referências do Baixo Mondego. Tendo esse objetivo em mente, o município precisa de mais eleitores e eleitos Livres. Precisa de uma voz que reclame ecologia nas políticas públicas e que valorize o seu património natural. Precisa de uma voz que exija justiça ambiental e justiça social em nome do nosso presente e futuro. Precisa de uma voz que perceba a urgência de adaptar o concelho perante as alterações climáticas. Precisa de uma voz que reivindique direitos laborais, mais tempo para os nossos concidadãos e que procure promover uma economia de conhecimento. Com toda a humildade e vontade em servir os nossos concidadãos, o concelho pode ter muito a ganhar com mais vozes Livres. Temos de saber aproveitar a geografia que caracteriza o município; potencializar o nosso património natural, material e imaterial; apoiar as nossas comunidades, em particular aquelas mais desprotegidas; criar condições para um desenvolvimento justo e sustentável. Infelizmente, há muito para fazer em Montemor-o-Velho, em diversas áreas temáticas e em diferentes localidades. O nosso compromisso deve ser o de construir um programa eleitoral que faça justiça aos nossos princípios e valores, em prol do bem comum do nosso concelho e em nome dos nossos concidadãos.



**José Gomes Duarte****Nacionalidade**

Portuguesa

Naturalidade

Coimbra

Residência

Lisboa

Profissão

Assistente Administrativo

Montemor-o-Velho
Assembleia Municipal**Apresentação Pessoal**

Tenho 30 anos, sou natural de Coimbra, mas fiz da vila de Pereira a minha casa. A família é das coisas mais importantes da minha vida e sou o mais velho de três irmãos. Tenho uma licenciatura em Estudos Europeus e trabalho num Monumento em Lisboa. Gosto de aprender línguas, absorver muita cultura e partilhar as minhas ideias. Considero-me um convicto progressista, ecologista e europeísta. Gosto muito de ler, pensar e tenho um espírito crítico aguçado. A História, a Filosofia, a Ciência Política, feliz ou infelizmente, são as minhas paixões. Tento ter uma vida ativa e uma alimentação saudável. Gosto de desporto e sou adepto dos clubes das minhas terras - a Associação Académica de Coimbra e a Associação Desportiva, Cultural e Recreativa de Pereira - mas também sinto algo especial pelo Futebol Clube do Porto. Estou no Livre há cerca de dez anos, já participei em várias campanhas eleitorais, fiz parte do GOL de Coimbra e integrei algumas candidaturas para eleições autárquicas e legislativas. Acredito genuinamente que as nossas comunidades, os nossos territórios, precisam das ideias e dos contributos do Livre: um partido da esquerda verde europeia que existe para enfrentar os maiores desafios do século XXI - desde as alterações climáticas, o combate aos autoritarismos ou as crescentes desigualdades sociais - e para unir a esquerda em torno dessa luta. Um partido progressista, com uma visão cosmopolita, com propostas inovadoras e que fazem a diferença nas vida nas pessoas. Pensemos no Passe Nacional Ferroviário ou na futura semana de 4 dias que vamos conseguir alcançar. O partido Livre faz parte do presente e do futuro da política portuguesa. As nossas ideias, as nossas propostas políticas, vão ajudar a resolver os problemas reais dos nossos concidadãos e vão contribuir para o progresso das nossas sociedades e da nossa democracia. É esta a minha convicção. Juntos, com os nossos princípios e valores, vamos lutar pelas nossas utopias. Juntos, vamos conseguir!

Apresentação de Candidatura

Montemor-o-Velho tem um enorme potencial para se afirmar como uma das maiores referências do Baixo Mondego. Tendo esse objetivo em mente, o município precisa de mais eleitores e eleitos Livres. Precisa de uma voz que reclame ecologia nas políticas públicas e que valorize o seu património natural. Precisa de uma voz que exija justiça ambiental e justiça social em nome do nosso presente e futuro. Precisa de uma voz que perceba a urgência de adaptar o concelho perante as alterações climáticas. Precisa de uma voz que reivindique direitos laborais, mais tempo para os nossos concidadãos e que procure promover uma economia de conhecimento. Com toda a humildade e vontade em servir os nossos concidadãos, o concelho pode ter muito a ganhar com mais vozes Livres. Temos de saber aproveitar a geografia que caracteriza o município; potencializar o nosso património natural, material e imaterial; apoiar as nossas comunidades, em particular aquelas mais desprotegidas; criar condições para um desenvolvimento justo e sustentável. Infelizmente, há muito para fazer em Montemor-o-Velho, em diversas áreas temáticas e em diferentes localidades. O nosso compromisso deve ser o de construir um programa eleitoral que faça justiça aos nossos princípios e valores, em prol do bem comum do nosso concelho e em nome dos nossos concidadãos.



**José Gomes Duarte****Nacionalidade**

Portuguesa

Residência

Lisboa

Naturalidade

Coimbra

Profissão

Assistente Administrativo

Pereira

Montemor-o-Velho

Assembleia de Freguesia**Apresentação Pessoal**

Tenho 30 anos, sou natural de Coimbra, mas fiz da vila de Pereira a minha casa. A família é das coisas mais importantes da minha vida e sou o mais velho de três irmãos. Tenho uma licenciatura em Estudos Europeus e trabalho num Monumento em Lisboa. Gosto de aprender línguas, absorver muita cultura e partilhar as minhas ideias. Considero-me um convicto progressista, ecologista e europeísta. Gosto muito de ler, pensar e tenho um espírito crítico aguçado. A História, a Filosofia, a Ciência Política, feliz ou infelizmente, são as minhas paixões. Tento ter uma vida ativa e uma alimentação saudável. Gosto de desporto e sou adepto dos clubes das minhas terras - a Associação Académica de Coimbra e a Associação Desportiva, Cultural e Recreativa de Pereira - mas também sinto algo especial pelo Futebol Clube do Porto. Estou no Livre há cerca de dez anos, já participei em várias campanhas eleitorais, fiz parte do GOL de Coimbra e integrei algumas candidaturas para eleições autárquicas e legislativas. Acredito genuinamente que as nossas comunidades, os nossos territórios, precisam das ideias e dos contributos do Livre: um partido da esquerda verde europeia que existe para enfrentar os maiores desafios do século XXI - desde as alterações climáticas, o combate aos autoritarismos ou as crescentes desigualdades sociais - e para unir a esquerda em torno dessa luta. Um partido progressista, com uma visão cosmopolita, com propostas inovadoras e que fazem a diferença nas vida nas pessoas. Pensemos no Passe Nacional Ferroviário ou na futura semana de 4 dias que vamos conseguir alcançar. O partido Livre faz parte do presente e do futuro da política portuguesa. As nossas ideias, as nossas propostas políticas, vão ajudar a resolver os problemas reais dos nossos concidadãos e vão contribuir para o progresso das nossas sociedades e da nossa democracia. É esta a minha convicção. Juntos, com os nossos princípios e valores, vamos lutar pelas nossas utopias. Juntos, vamos conseguir!

Apresentação de Candidatura

Sendo uma das vilas mais importantes do concelho de Montemor-o-Velho, e gozando de uma posição geográfica favorável, Pereira deve ser um farol de inspiração para o resto da região. Podemos e devemos criar condições para a valorização do nosso património natural, material e imaterial, através do envolvimento das diferentes instituições e organizações que já existem no terreno. Temos de implementar uma estratégia para o desenvolvimento de uma economia local dinâmica, sustentável, justa e que não deixe ninguém para trás. Precisamos de colocar em prática as nossas ideias que visem tornar a nossa vila uma referência na ecologia, na cultura, na educação, na justiça social e ambiental. Sabemos das limitações que existem, sejam elas de natureza legal ou orçamental, mas nada impede a Junta de Freguesia de ser um poder moderador e que coordene os diferentes agentes da região, sejam eles do setor público, privado ou cooperativo. Tendo em consideração os nossos valores princípios e valores, temos de ouvir as pessoas e encontrar soluções que melhorem as suas vidas. Este deve ser o nosso compromisso; construir um programa eleitoral que apresente as nossas respostas para os problemas existentes e que reflita os nossos valores e princípios.



**Andreia Nabeiro****Nacionalidade**

Portuguesa

Naturalidade

Soure

Residência

Soure

Profissão

Consultor

Soure

Assembleia Municipal**Apresentação Pessoal**

Sou uma pessoa com uma veia curiosa, com espírito de iniciativa e um tanto metódica. Se por um lado me atrai a aventura, o desconhecido e o conhecimento em geral, por outro o enraizamento junto de pessoas casa dão-me a estabilidade que necessito. A consciência, essencialmente, com as causas ambientais e sociais foram desde sempre uma preocupação e motivação rumo a uma mudança mais justa, equitativa e solidária! A temática em torno do ESG (Environmental, Social and Governance) faz parte de mim desde que tenho memória. Facilmente recuou a lembranças com 6 ou 7 anos, de implementar a reciclagem em casa dos meus pais ou reciclar pacotes de leite nos intervalos da escola primária. A sustentabilidade é um prolongamento dos meus valores! Ter-me tornado membro do LIVRE reforçou e reavivou essa vontade idílica e apaixonada de querer mudar o mundo :)

Apresentação de Candidatura

Está na altura de o LIVRE e as suas ideias estarem presentes nos debates políticos da Assembleia Municipal de Soure. Embora o Município seja um dos mais envelhecidos do país, com uma percentagem de 33,9% de pessoas com mais de 65 e mais anos face aos 24% em Portugal (dados da Pordata, de 2023), o LIVRE obteve 237 votos nas legislativas de 2024 no Concelho de Soure. Isso demonstra a vontade dos eleitores por uma sociedade com liberdade, de esquerda, ecologista e europeísta. É por isso urgente semear papoilas num território fértil, onde o LIVRE possa contribuir para a construção de um local coeso, forte e unido nos seus valores. Há muitas ideias que podem ser aplicadas num concelho com baixa densidade populacional como Soure (65,14 hab./km²), com aproximadamente 17 mil habitantes, tais como: > Na mobilidade, promover o transporte flexível e a pedido; > Na economia circular e no consumo responsável com estratégias “zero resíduos”, ao criar o ecocupão local para pagamentos e transações locais de produtos e serviços previamente classificados como reutilizados, reciclados, recicláveis, biodegradáveis, disponíveis nas escolas e cantinas, serviços autárquicos, comércio e serviços locais; > Fomentar os mercados locais, as pequenas e médias iniciativas e as redes de produção e consumo local; > Promover as Comunidades de Energia Renováveis (CER) e democratizar o acesso à produção de energia elétrica a partir de fontes renováveis; > Disponibilizar uma plataforma online, que permita a qualquer pessoa reportar problemas relacionados com a via pública (estrada, passeios, mobiliário urbano, etc.) de forma direta e pouco burocrática e assegurar um sistema semelhante nos locais de proximidade (junta de freguesia, centro de saúde, etc.) onde pessoas com menor literacia informática possam recorrer; > Criar a Casa Municipal das Associações, um espaço de trabalho comum aberto às atividades das associações locais, dedicado a promover sinergias entre as diferentes associações e a incentivar o trabalho colaborativo entre os municípios e a sociedade civil; > Fomentar a participação cidadã na decisão política recorrendo, por exemplo, à realização de referendos locais; > Criar uma ONGA (Organização Não Governamental Ambiental) que proteja e promova as espécies autóctones; > Etc. Para tudo isto e muito mais é preciso estes temas serem levados a discussão, para posterior execução!

