

LOURES

ANO 2 | Nr.26 MENSAL | 4 DE JUNHO | Director: Pedro Santos Pereira | Preço: 0.01€



PRÉMIO CARREIRA

GAGEIRO NA PRIMEIRA PESSOA

A primeira parte de uma entrevista/conversa do grande homenageado da Gala Notícias de Loures. Sem papas na língua, Eduardo Gageiro conta a sua história, num percurso de ascensão.

Págs. 10 a 12

Biblioteca Ary dos Santos abre as portas

Hoje é a inauguração de um novo espaço cultural, que valorizará a zona oriental do Concelho. Com uma arquitectura minimalista e funcional, onde a luz natural é um elemento presente em todos os locais, com conteúdo para todas as idades, pode-se esperar que existem condições para este vir a ser um espaço de conhecimento e convívio.

Págs. 6 e 7

O Mestre deixou de trabalhar

Carlos Paniágua Fêteiro não nos deixou porque, quem tem uma obra como a dele, jamais será esquecido. No entanto, é o encerrar de um capítulo de alguém que tanto fez pelo Teatro Amador.

Pág. 18

Ciência para crianças

Incentivar os mais jovens para a importância da investigação científica foi apenas um dos objectivos da Feira da Ciência, que decorreu no Castelo de Pirescoxe, em Santa Iria de Azóia.

Pág. 8

A comunidade romena

É uma das maiores comunidades estrangeiras a residir em Portugal e, porventura, também uma das que mais se identifica com o País e o povo português. A comunidade romena em Portugal regista hoje mais de 40 mil cidadãos em território nacional, dados que a colocam como a quarta maior, logo atrás da brasileira, ucraniana e cabo-verdiana.

Pág. 17

ESTAMOS A OFERECER VALES ATÉ 500€

20€ 50€

29º ANIVERSÁRIO

ZONA ÓPTICA

Cuidamos dos seus Olhos

CONSULTE NO INTERIOR



Pedro Cabeça
Advogado

“A Eternidade é o tempo exacto de uma respiração”

Carlos Paniágua Fêteiro encerrou o seu espectáculo de vida com uma enorme ovação, partiu “com o sorriso entre os astros”, humildemente orgulhoso com o que deixou por cá.

Para mim será difícil falar sobre a sua partida sem recorrer a lugares comuns, ou excessos (que como ele dizia – são para cortar), por isso neste texto vou aproveitar palavras de Jaime Salazar Sampaio (que também já nos deixou em 2010) para me auxiliar.

“Sentia que já era muito tarde, não bem nos relógios, mas em mim”. O Carlos Paniágua Fêteiro deixou Marca, influência, dedicação, consciência cívica, neste concelho de Loures. Antes do Teatro (que tinha interrompido quando saiu das Caldas da Rainha) meteu mãos à obra na ajuda às vítimas das trágicas cheias de 1967 e, dessa consciência cívica e de cidadania,

tornou-se cidadão de Loures. A tragédia e a guerra colonial foram causa do nascimento do teatro conduzido por Carlos Paniágua. Por um acaso trágico, num segundo de acaso, nasceu este fenómeno de Loures “na vida das pessoas/as grandes batalhas ganham-se ou perdem-se em alguns segundos e ficam ganhas ou perdidas para sempre.”

Eu fiquei com muitas lições, que iam muito além do palco, não só porque o que nos pedia enquanto actores era a nossa própria liberdade, limitando-a apenas à simplicidade sem excessos, sem exageros, sem irmos para além do texto, mas também porque trocávamos ideias, sobre tudo e nada, falávamos muito de Loures, das coisas positivas e negativas, nem sempre concordávamos (há 20 e tal anos tivemos mesmo uma zanga mais séria – já nem me lembro da razão), mas não

estávamos muito longe e, ideologicamente, era suficientemente livre, para opinar, sem nunca ter assumido qualquer militância, não para ser politicamente correcto, mas porque entendia que era livre de não se submeter a dogmatismos puros.

Do teatro ficou aquele prazer de ter estado tão próximo do Paniágua e dele colher a inteligência e com ele partilhar o prazer do teatro, e o orgulho vaidoso por ter assistido a “divinas” conversas entre Paniágua e Jaime Salazar Sampaio. Em 2005 fui desafiado pelo Paniágua para ler “O Homem da Gravata de Lã” de J.S.S., sem compromisso - disse. Um desafio enorme, o que me fez aceitar. No dia da estreia o Jaime Salazar Sampaio, a uns minutos de eu subir ao palco, quando estávamos apenas eu e o Paniágua numa conversa silenciosa (esperava-me 1 hora e 5

minutos sozinho em palco), olha para mim e diz: “- espero que não me estrague a peça como o último que representou isto”. O Paniágua ficou em “choque”. Mas certo é que logo no dia seguinte à estreia o Jaime escreveu uma longa carta, afinal ao que parece não tinha estragado aquilo e o Paniágua deu-me cópia de duas cartas, a do Jaime e a sua de resposta. - Senti que esta carta também lhe pertence, afinal faz parte da carta - disse-me. Deixo aqui a parte final da enviada pelo Jaime “/...../ E Pronto. Mas antes a acabar queria dizer-lhe uma coisa (e é por causa dessa coisa que escrevi este arrazoado).

- Esse espectáculo, como autor do “Texto” interessa-me muitíssimo.

Ponho-a ao lado de outras (e bem poucas!) experiências que foram para mim de desmedido interesse. Dou só dois exem-

plos “Conceição” do Rogério de Carvalho e “Adieu” do José Martins. É claro que você está no seu pleno direito de recusar toda a minha argumentação mas deixe-me que agradeça a si, ao actor e ao TIL – este espectáculo que vai a caminho de um grande espectáculo.

... E assim se encerra Talvez – e com chave de um metal já parecido com o ouro - este longuíssimo período da nossa convivência teatral.

Obrigadinho

Jaime”

Carlos Paniágua, cidadão de Mérito deste nosso concelho de Loures - “H. (muito calmo) – descontraia os ombros, endireite a coluna... continue a respirar. (pausa) A morte?... Deixe lá a Morte! Respire. (Longa Pausa) A Eternidade é o tempo exacto de uma respiração”

Jovens na Autarquia

Após um interregno de 10 anos, a Câmara Municipal de Loures volta a realizar o programa de ocupação de tempos livres “Jovens na Autarquia”, entre 1 de Julho e 30 de Agosto.

Este programa tem como objectivo o desenvolvimento e a dinamização de actividades de ocupação de tempos livres, que permitam promover a aquisição de competências pessoais, sociais e de relacionamento, num primeiro contacto com actividades profissionais, em contexto laboral.

“Jovens na Autarquia” pretende ainda dar a conhecer o funcionamento do Município e da Câmara Municipal, integrando os participantes nas diversas unidades orgânicas da Autarquia.

O programa destina-se a jovens dos 16 aos 24 anos, com o 9º ano concluído, sendo distribuídos por dois turnos de funcionamento (1 a 29 de Julho e 1 a 30 Agosto). As tarefas a desempenhar serão de carácter técnico-administrativo e darão direito a uma compensação económica no valor de 300 euros.

As candidaturas ao programa deverão ser feitas até 15 de Junho e entregues, em papel, nos Gabinetes de Apoio à Juventude em Santo António dos Cavaleiros, Camarate e Sacavém e na Loja Ponto Já, ou remetidas através do correio eletrónico gj@cm-loures.pt.



A caminho do Centro

A Junta de Freguesia de Lousa vai organizar amanhã, dia 5 de Junho, às 8:30h o 5º Passeio Pedestre, onde poderá conhecer a evolução da construção do Centro Social Paroquial de S. Pedro de Lousa e visitar a Montiqueijo. Os preços variam entre os 5€, para o passeio (para crianças até aos 10 anos é gratuito) e os 10€, para quem opte pelo passeio e/ou almoço, que inclui sopa, grelhados, bebida e fruta. As inscrições deverão ser efectuadas nas instalações da Junta de Freguesia ou na loja da D. Elsa.

Programa

7:30h Recepção aos Participantes (Jardim Público de Lousa)

8:30h Aquecimento — Aula de Zumba (Jardim Público de Lousa)

9:00h Início do Passeio

11:00h Paragem na Montiqueijo

(várias surpresas)

13:00h Fim do Passeio, Almoço e Animação Infantil (Jardim Público de Lousa)

Almoço Volante 10€

Inclui: sopa, grelhados, bebida e fruta

Passeio + Almoço 10€

Agência de investimento

A Loures Investe – agência de investimento, foi inaugurada quarta-feira, dia 1 de Junho, às 17 horas, na cidade de Loures, pelo presidente da autarquia, Bernardino Soares.

A Loures Investe é promovida pela Câmara Municipal de Loures e visa a atracção de novos projectos de investimento para o concelho de Loures. Tem como objectivos a aposta em critérios de qualidade, assente num atendimento célere, eficiente e personalizado, para produzir um valor acrescentado à economia local.

A nova agência municipal tem como principais eixos estratégicos, promover a competitividade do Concelho e a qualificação do seu tecido económico; actuar como agente dinamizador do desenvolvimento económico; dinamizar a captação de investimento; promover a criação de emprego; promover e reforçar a inovação de base tecnológica; incentivar a cooperação empresarial e a internacionalização e assegurar sistemas de informação económica.

Loures Investe

Agência de Investimento

Rua da República, nº 50 - 2670 – 455 Loures

SALDOS!

até **70%**

Até 15 de junho!

+10%
IKEA® FAMILY
Desconto adicional sobre o preço de Saldos

Mais Saldos em www.IKEA.pt/Loures

GILTIG copo 20cl
Azul 903.287.05

1,50€
~~2,50€~~



AKTAD prato de bolo c/tampa
Vidro, vermelho 202.349.08

9,99€
~~14,99€~~



ROTERA lanterna p/vela
interior/exterior, 21cm
Rosa ou Azul 502.855.81

1,99€ /ud
~~3,99€~~

SKURAR lanterna
p/vela grossa 22cm
Preto 702.855.80

4,99€
~~7,99€~~



SOMMAR 2016 tabuleiro
às riscas 38x58cm
Branco/azul 803.114.18

4,99€
~~7,99€~~



KULLAR lancheira
23x15 Alt.8cm
Azul claro 202.336.97

1,99€
~~2,99€~~



LJUST recipiente c/tampa 3,9L
Vermelho/transparente 401.933.65

3,99€
~~5,99€~~



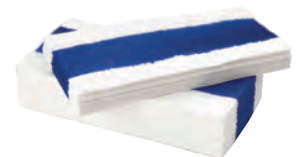
BOHOLMEN bacia
p/lava-loiça 23x40cm
Preto 502.025.38

4,99€
~~9,99€~~



SOMMAR 2016 guardanapo
de papel 38x38cm
Azul/branco 903.114.27

0,50€ /30uds
~~1,99€~~



Na sua loja **IKEA Loures** de 10 a 30 de junho 2016

KEJSARKRONA faqueiro
24 peças
Aço inoxidável 002.917.30

~~25€~~
14,99€



SKUBB caixa
Verde claro 602.997.14

~~6,99€~~
3,99€ /conj.6



LILLABO tapete pelo curto
100x133cm
Verde 201.768.09

~~9,99€~~
5,99€



SPRUTT cortina de duche
180x180cm
Branco/amarelo 802.940.89

~~9,99€~~
4,99€



GURLI manta
120x180cm
Vermelho/rosa 802.049.08

~~9,99€~~
5,99€



ÅKERKULLA almofada 50x60cm
Branco, multicolor 902.457.34

~~19,99€~~
12,99€



ADICIONE UMA PITADA DE SAL(DOS)

VÄDDÖ cadeira de exterior
Verde 402.671.39

~~25€~~
14,99€



NOT candeeiro de pé/leitura
Branco 401.451.24

~~12,99€~~
6,99€



SENSUELL
caçarola c/tampa, 2,4L
Aço inoxidável 302.731.07

~~29,99€~~
19,99€

SENSUELL frigideira 28cm
Aço inoxidável 902.073.36

~~29,99€~~
19,99€



MORVIK roupeiro 120x205cm
Preto-castanho, vidro espelhado 702.457.92

~~199€~~
119€



GALANT armário c/portas 80x80cm
Branco 502.890.27

~~149€~~
79,99€



KARIT colcha e 2 capas de almofada, 260x280/40x65cm
Castanho 602.902.52

~~49,99€~~
35€



Limitado ao stock existente e não acumulável com outras promoções.
Preços válidos na IKEA Loures, nos artigos, cores e medidas assinaladas, de 10 a 30 de junho de 2016.



Rui Pinheiro
Sociólogo

Fora do Carreiro

Retomar as freguesias

A Lei nº 22/2012 de 30 de Maio, inventada por Miguel Relvas, aprovada pela maioria PSD/CDS e promulgada pelo esquecível Presidente Cavaco Silva, pariu umas inenarráveis “uniões de freguesias”, constituindo uma espécie de “teste clínico” de um medicamento alquimista do Dr. Sy N. Tist da série Mad Scientist.

Falamos, claro, da suposta “reorganização administrativa territorial autárquica”, que não reequilibrou os municípios, não instituiu regiões e limitou-se a aglutinar freguesias, sem consultar populações, nem ouvir autarquias locais.

Foi um raio de uma “reforma” que violou princípios elementares da democracia e, seguramente, fazendo-se o balanço, pode afirmar-se que apenas cumpriu – como seria de esperar – um dos objectivos a que, aparentemente, se propunha. Recordando-os:

a) Promoção da coesão territorial e do desenvolvimento local;
b) Alargamento das atribuições e competências das freguesias e dos correspondentes recursos;
c) Aprofundamento da capacidade de intervenção da junta de freguesia;

d) Melhoria e desenvolvimento dos serviços públicos de proximidade prestados pelas freguesias às populações;

e) Promoção de ganhos de escala, de eficiência e da massa crítica nas autarquias locais;

f) Reestruturação, por agregação, de um número significativo de freguesias em todo o território nacional, com especial incidência nas áreas urbanas.

Eximo-me à tentação de enfatizar para cada um dos anunciados propósitos, o seu rotundo falhanço e, de reconhecer, que apenas a alínea f) foi cumprida e, já agora, melhor seria que nem essa o tivesse sido, na medida em que era o objecto e razão de ser da Lei. Ainda assim, sempre direi que do que me é dado ver no Concelho de Loures, emergem evidentes contradições entre os objectivos e o que se verifica na prática. Uso o exemplo da “união das freguesias de Bobadela, S. João da Talha e Santa Iria de Azóia”, onde resido, que para além de denominação indizível, não significou qualquer aprofundamento da capacidade de intervenção da Junta de Freguesia, bem pelo contrário e, os almejados “ganhos de escala, eficiência e da massa crítica das autarquias locais” são pura anedota, enquanto a “melhoria e desenvolvimento dos serviços públicos prestados pelas juntas de freguesias às populações” merecem uma sonora gargalhada. Em Santa Iria de Azóia, a perda de qualidade dos serviços prestados pela Junta de Freguesia é gritante, não existe qualquer proximidade com as populações e resta saber se o tal “ganho de escala”, não o foi para a ineficiência e para a incapacidade dos autarcas de lidarem com tal escala.

Esta União de Freguesias agrega mais de 44 mil habitantes em cerca de 17 km². Se fosse Município, ocuparia o lugar 66 no ranking dos municípios por população residente, entre os 308 existentes no País. Só isso mostra a que ponto a propalada “reorganização administrativa territorial” é um impante disparate. E o Princípio de Peter está evidentemente presente em prejuízo dos fregueses. Até podíamos ter tido a sorte de beneficiar de um Executivo da Freguesia com capacidade e visão mas, infelizmente, nem para manter o nível do que herdaram, quanto mais, mais...

Retomem-se as “velhas” freguesias e partamos então, inteligentemente, racionalmente, democraticamente, para um processo de verdadeira reorganização administrativo-territorial apontando ao desenvolvimento do País, dos portugueses e dos territórios.



«Esperamos que venha a ter muitas dezenas, senão centenas de utilizadores diariamente»

Em entrevista, o vice-presidente do Município, Paulo Piteira, descreve-nos os principais objectivos da Biblioteca Ary dos Santos, que será inaugurada hoje, dia 4 de Junho.

Qual é a expectativa relativamente a esta biblioteca no que diz respeito à afluência e interligação?

Nós temos a expectativa que este venha a ser um equipamento muito utilizado pela população da zona oriental. A construção da Biblioteca Ary dos Santos vem dotar a zona oriental do Concelho de um grande equipamento neste domínio da rede de leitura pública. Vai ter uma área de incidência que vai desde Santa Iria de Azóia até Moscavide. Desse ponto de vista esperamos que venha a ter muitas dezenas, senão centenas de utilizadores diariamente, à semelhança do que acontece com a Biblioteca Municipal José Saramago. Estes percursos demoram tempo, não acontecem de forma imediata. Havemos de construir este percurso. Temos consciência de que nos primeiros tempos não teremos essas centenas diárias de utilizadores, mas havemos de lá chegar e vai ser seguramente um dos sítios bastante utilizados na área da cultura no Município de Loures.

A população envolvente tem uma percentagem de idosos bastante elevada. Acredita que a leitura dos jornais diários, poderá ser uma forma de atrair para a leitura dos livros e tendo ainda em conta a luminosidade que a biblioteca proporciona, tornando-a num local apetecível onde as pessoas se sintam bem?

A nossa estratégia passa por termos uma oferta muito diversificada. Vamos ter no piso 0 a área de leitura de periódicos, área de leitura informal. Vamos ter igualmente no piso 1 o acesso aos livros, o acesso à internet onde as pessoas podem fazer as suas consultas e a área multimédia

com a possibilidade das pessoas poderem visionar um filme, ou ouvirem música de acordo com a sua escolha e preferência, confortavelmente instalados dentro do equipamento. É um piso intermédio, zona dos adolescentes e dos adultos, onde há uma grande concentração em termos de oferta e possibilidade de utilização do espaço.

A par disso vão existir muitas outras actividades em termos de animação. Na Sala Herberto Goulart vamos ter programação regular de actividades de animação, que podem passar por pequenos apontamentos musicais, por sessões de leitura de poesia, pelo lançamento de um livro, por sessões formativas. Será sempre um espaço colocado ao serviço da comunidade, ou seja, não vai ser só a programação própria da equipa de animação da Biblioteca Ary dos Santos que vai utilizar este espaço, ele também vai estar à disposição daqueles que apresentem propostas interessantes e queiram utilizá-lo. Desse ponto de vista, a estratégia que está criada, é nossa convicção, que vai trazer públicos muito diversificados que vão depois interessar-se por outra área de conhecimento.

A biblioteca está preparada tanto para pessoas de mobilidade reduzida como também para as pessoas que têm filhos.

Procuramos facilitar o acesso a todas as pessoas. As pessoas de mobilidade reduzida têm uma reserva de estacionamento à porta da biblioteca, o edifício foi todo ele concebido numa lógica acessível. O cidadão que se desloca, por exemplo numa cadeira de rodas pode sair no parque em frente à porta de entrada, aceder ao interior do edifi-

cio e fazer a sua circulação dentro do mesmo de uma forma fácil (o edifício foi todo pensado também com esse objectivo) através do ascensor que permite aceder aos três pisos. As instalações sanitárias também estão dotadas de equipamento adequado.

Os pais que venham com crianças, com bebés, queremos que também sejam utilizadores frequentes e regulares da nossa Biblioteca; pretendemos que não seja uma limitação, mas que seja antes um desafio, trazer os seus bebés. O equipamento está por isso dotado de um fraldário. Gostaríamos que as crianças, sobretudo as mais pequeninas, fossem grandes utilizadores: temos uma zona direccionada exactamente ao público infantil, que corresponde ao piso 2, onde vai ser possível terem acesso a actividades de animação.

Podemos dizer que o edifício está dividido por sectores?

Está, mas a ideia não é compartimentar ou segmentar. A ideia é que as pessoas possam de forma franca circular entre os diferentes espaços. É perfeitamente possível um avô ou um pai pôr a sua criança de três anos a assistir a uma actividade de animação na “Hora do Conto”, no piso 2 e ir ler um periódico na zona da entrada. Ou enquanto uma mãe faz uma consulta sobre um livro que lhe interessa na zona de adultos, a criança tem actividade lúdica na zona que lhe está destinada. Tudo isto tem complementaridade. O edifício tem uma filosofia de oferta para diferentes áreas, para diferentes faixas etárias. A ideia é que toda a família possa utilizar este espaço.

O espaço exterior também poderá ser utilizado?

Sim. O espaço exterior, tal como a sala polivalente, queremos que sejam bastante utilizados e, simultaneamente, um complemento ao que é possível encontrar em sede de sala de leitura. É um pequeno jardim, que permite às pessoas que, por exemplo queiram ler um periódico, possam estar nessa zona, não só para ler, mas também para conversar, apanhar um pouco de sol. É uma espécie de jardim privativo dos leitores da biblioteca.

Esta é uma zona de difícil estacionamento. Houve preocupações com essa área?

Sacavém, e o local onde a Biblioteca está instalada, é uma zona complicada do ponto de vista do estacionamento.

Procurámos criar condições para que os leitores possam, desde logo, ser desafiados a utilizar meios que não passem pelo transporte individual. A Biblioteca está muito próxima de paragens de transportes públicos, que asseguram tanto para as pessoas que vêm da zona de Santa Iria de Azóia, São João da Talha, Bobadela o acesso à biblioteca, como quem vem da zona da Portela, Moscavide e Camarate. A Biblioteca está por isso muito bem localizada, do ponto de vista do acesso ao serviço de transportes públicos da zona. Até para quem quiser vir de comboio, a estação dos comboios não estará a mais de 500 metros. Dentro de pouco tempo vai ser possível também as pessoas poderem utilizar a nova ciclovia, que vai permitir ligar Moscavide, Portela

e Sacavém até praticamente à porta da Biblioteca, que tem previsto estacionamento para bicicletas. O nosso incentivo é que as pessoas possam fazer as suas deslocações de forma pedestre, de transportes públicos e utilizar a bicicleta. Mas para as pessoas a quem isto não seja possível, procuramos facilitar a vida da seguinte forma: vai ser possível aos nossos leitores utilizar o Parque da Avenida Estado da Índia, gerido pela LouresParque, de forma gratuita durante duas horas, durante o período normal de funcionamento em que há um operador no parque, facilitando a utilização do transporte individual.

Qual foi o valor da obra no seu todo?

Ainda não estão completamente

apurados os valores, mas contabilizado o custo do edifício, o acervo bibliográfico, o equipamento mobiliário, etc, ficará acima de um milhão e 300 mil euros, é a nossa convicção. O financiamento é de um milhão e 200 mil euros e provém do Instituto de Turismo. Foi uma das contrapartidas para a perda de território que o município de Loures teve a favor do município de Lisboa, num processo de que todos estamos recordados e que lamentamos profundamente. Os restantes 100 mil euros são da Câmara. É de referir ainda, que são também contabilizados os custos de manutenção e conservação do edifício e a equipa de pessoal. Desse ponto de vista esta biblioteca é um pequeno milagre, porque foi montada com uma equipa de funcionários

municipais que não foram admitidos para este efeito. Fazemos um enorme esforço no sentido de rentabilizar ao máximo os recursos humanos que temos. Um equipamento desta dimensão e qualidade tem de ter uma dúzia de pessoas em permanência a prestar serviço e não foi fácil fazê-lo, sem admitir ninguém. Só foi possível porque fizemos um trabalho no interior da Câmara Municipal visando mobilidades internas, procurando encontrar pessoas que tivessem habilitações para este efeito, ou seja, que fossem BAD, bibliotecários, arquivistas e documentalistas e, por fim, convencer os outros serviços a libertá-las, o que não é fácil.

Pedro Santos Pereira



CARTÓRIO NOTARIAL EM LOURES - PORTELA

LÍGIA MAFALDA VALDEZ MILAGRES PONTES GARCIA, Notária, informa que:

Abriu Cartório Notarial em Loures, a 23 de Maio de 2016, sito à Rotunda Nuno Rodrigues dos Santos, números 2-2C, Centro Comercial da Portela, loja 41, 1º andar, 2685-223 Portela LRS.

A referida Notária encontra-se em substituição na sequência de nomeação pela Ordem dos Notários e tem à sua guarda o arquivo do extinto Cartório Notarial do Dr. Francisco José de Moura Sucena.

Contactos:

Telefone/Fax: 210 181 403

Telemóvel: 932 711 860

E-mail: cartorioloures.lg@hotmail.com



Horário de funcionamento:

De segunda a sexta-feira: das 09h00 as 18h00

Horário de Almoço: das 13h00 as 14h00

Encerra: sábados, domingos e feriados

Cientistas de palmo e meio

O Castelo de Pirescoxe, em Santa Iria de Azóia, recebeu, no passado dia 13 de Maio, a I Feira da Ciência, organizada pela União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela.



Quando o tema é a Ciência facilmente se imagina alguém de bata branca e cabelo desgrenhado, tubos de ensaio, misturas químicas, microscópios e algumas "explosões". Na União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela os laboratórios dos Agrupamentos abrem portas a uma nova geração de "cientistas", de cabelos alinhados e roupa desportiva, alunos de 2º e 3º ciclo, "sedentos" de conhecimento. Em boa verdade, são apenas jovens adolescentes, que tiveram a oportunidade de mostrar o seu empenho como aspirantes a cientistas na I Feira da Ciência local, que teve lugar no

Castelo de Pirescoxe, no passado dia 13 de Maio. Incentivar os mais jovens para a importância da investigação científica é apenas um dos objectivos alcançados pela iniciativa.

A organização

Apesar da instabilidade das condições climatéricas, foram muitos os alunos, e não só, que quiseram ver de perto experiências científicas e a exposição de trabalhos elaborados por estudantes dos Agrupamentos. Uma feira diferente que surge no âmbito do protocolo assinado, em 2015, entre a Junta de Freguesia local, os Agrupamentos de Escolas

da área geográfica, o Instituto Superior Técnico e a empresa ScienceYou, que visa o desenvolvimento do conhecimento científico e promove o contacto prático e próximo com as ciências. "A partir deste protocolo é criado o projecto Ciência 3, que tem permitido incentivar os alunos para a importância desta área, assim como lhes tem dado a oportunidade de trabalhar com materiais, equipamentos e tecnologia que de outra forma não seria possível. Uma vez por semana, deslocam-se às escolas monitores do Instituto Superior Técnico, alunos bolsistas do núcleo de apoio ao estudante, para a realização de sessões de Química, Física (Robótica e Termodinâmica) e Biologia.

O funcionamento

Na Bobadela, são cerca de 15 os alunos, do 2º e 3º ciclo, que se inscreveram no projecto. "Estas sessões de ciência decorrem fora do horário lectivo, os alunos que fazem parte do projecto prescindem de uma tarde livre para estarem aqui", explica Natércia Dias, professora e coordenadora da disciplina de Ciências, no Agrupamento de Escolas da Bobadela. Fomos assistir a uma sessão de Robótica e pudemos testemunhar o interesse e empenho dos jovens aspirantes a "Einstein". O desafio consistia em conseguir programar um robot, de forma que seguisse os comandos estabelecidos pelos jovens. Missão cumprida. O trabalho em equipa, a troca de ideias e as indicações dos monitores do Instituto Superior Técnico levaram à concretização do objectivo. A terminar a sessão, todos os robots seguiam os comandos programados informaticamente pelos alunos. "Sem este projecto não seria possível dar aos alunos a oportunidade de manusear estes robots. Estes Kits da Lego custam cerca de 500€ cada. Este protocolo entre a União de Freguesias e os Agrupamentos tem sido de facto uma mais valia. A par com o intercâmbio de conhecimentos, o acesso a novas tecnolo-

gias tem sido muito interessante. As escolas não têm capacidade financeira para ter estes equipamentos que são muito caros", refere Natércia Dias. Por isso, há regras básicas no laboratório, que os alunos bem conhecem e respeitam. Apesar da euforia de conseguir alcançar os objectivos propostos, os festejos expressam-se de forma calma e os robots são utilizados com precaução e responsabilidade. No Agrupamento de Escolas da Bobadela, onde a cooperação com o Instituto Superior Técnico tem surtido efeitos bastante positivos, à semelhança do que acontece em Santa Iria de Azóia e São João da Talha, a Ciência era já uma aposta do estabelecimento de ensino, antes da assinatura do referido protocolo. No ano lectivo de 2006/2007, foi aprovado o projecto "Laboratório de Matemática", seguido do "Clube de Ciências Experimentais". Mas a adesão aos projectos e o aumento do número de alunos no estabelecimento viria a criar a necessidade de ter um espaço próprio para estas actividades. Foi

então que a Associação de Pais e Encarregados de Educação da EBI da Bobadela apresentou um projecto à Ciência Viva, no âmbito do Concurso Pais com Ciência e assim nasceu a Fábrica da Ciência, que desde essa altura tem tido um papel importante na divulgação desta disciplina junto de todos os alunos do agrupamento, do pré-escolar ao 3º ciclo. "Com o apoio da Câmara Municipal de Loures, que contribuiu com a verba para as obras necessárias à transformação de um balneário num laboratório, e o valor atribuído pela Ciência Viva, que nos permitiu equipar o espaço, nasceu a "Fábrica da Ciência", explica a Coordenadora. Uma fábrica que pretende incutir nos mais jovens o gosto pelas ciências experimentais, a matemática e envolver a família em actividades como a Noite Astronómica. Ao que parece a Ciência tem um futuro risonho na União de Freguesias de Santa Iria da Azóia, São João da Talha e Bobadela.

Paula Gomes

CARTÓRIO NOTARIAL NOTÁRIO CARLOS BARRADAS

EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação que, no dia trinta e um de Março de dois mil e dezasseis, foi lavrada, neste Cartório, a folhas quinze, do livro trezentos e quarenta e três – A, de escrituras diversas, uma escritura de justificação, em que foi justificante:

António Cordeiro da Fonseca, NIF 124642241, divorciado, natural da freguesia de Regueira de Pontes, concelho de Leiria, residente na Rua Cidade Sá da Bandeira, Letras AC – rés-do-chão, Bairro de Angola, em Camarate;

Que, nessa escritura, o justificante declarou:

Que é dono e legítimo possuidor, com exclusão de outrém, do prédio urbano, composto de parcela de terreno, com área de setecentos e oitenta e cinco metros quadrados, sito na Quinta dos Mucharros, Bairro Maria Júlia, Rua Cidade de Lobito, União das freguesias de Camarate, Unhos e Apelação, antes freguesia de Camarate, concelho de Loures, descrito na Segunda Conservatória do Registo Predial de Loures sob o número mil cento e vinte e sete, da citada freguesia de Camarate, com aquisição a favor de Filipe Miguel Mesquita de Oliveira e de Patrícia Martins Pais de Oliveira, pela apresentação dois mil seiscientos e noventa, de dezasete de setembro de dois mil e dez, inscrito na matriz da União das freguesias de Camarate, Unhos e Apelação, sob o artigo 7901 (anterior artigo 5886, da freguesia de Camarate), com o valor patrimonial tributário de 3.368,00 euros.

Que o aqui justificante adquiriu o referido imóvel, já no estado de divorciado de Maria Fernanda Lopes dos Santos, estado que mantém, - através de compra verbal, efectuada no ano de mil novecentos e noventa, a Jaime Gomes de Oliveira, residente na Charneca do Lumiar, em Lisboa, sem que no entanto ficasse a dispor de título formal que lhe permita o respectivo registo na Conservatória do Registo Predial mas, desde logo, entrou na posse e fruição do referido imóvel, agindo sempre por forma correspondente ao exercício do direito de propriedade, nomeadamente, utilizando-o para parcar os automóveis que vai reparando na sua profissão de mecânico, quer usufruindo como tal o imóvel, quer suportando os respectivos encargos.

Que o justificante está na posse do identificado imóvel há mais de vinte anos, sem a menor oposição de quem quer que seja, desde o seu início, posse que sempre exerceu sem interrupção e ostensivamente, com conhecimento de toda a gente, com ânimo de quem exerce direito próprio, sendo por isso uma posse pública, pacífica, contínua, pelo que adquiriu o referido imóvel **por usucapião**, não tendo assim, documentos que lhe permita fazer prova da aquisição pelos meios extrajudiciais normais.

Está conforme.

Barreiro, em trinta e um de Março de dois mil e dezasseis.
O Notário,

Conta registada sob o nº 2/1261/2016

SIM!

ESTÁ A VER BEM

ESTAMOS A OFERECER VALES ATÉ

500€

**CAMPANHA
29º ANIVERSÁRIO**

PROCURE O SEU!



29º
ANIVERSÁRIO



ZONA ÓPTICA
Cuidamos dos seus Olhos

A distribuição dos vales está a ser efectuada pela Zona Óptica na Gare do Oriente, Sacavém, Alvalade, Prior Velho, Portela e Parque das Nações. Os vales são válidos em qualquer loja Zona Óptica. Consulte as condições de cada vale no verso do mesmo. Campanha válida até 31/09/2016. Não acumulável com outras campanhas em vigor.



Ricardo Andrade
Comissário de Bordo

Rumos

Mês a mês as Eleições Autárquicas de 2017 vão-se aproximando e o Concelho de Loures, como outros (ou talvez como todos), começa a consciencializar-se que o processo eleitoral e pré-eleitoral não está muito longe.

Talvez por isso se comece a falar mais na rua das próximas Eleições Autárquicas e, um pouco por todo o País, de que opções conseguirão apresentar os partidos para o futuro próximo e para oferecer soluções para os problemas existentes nos concelhos. Loures não é excepção e já se torna possível escutar a “vox pop” acerca do próximo processo eleitoral. Nos “mentideros” (como dizem os espanhóis) já se lançam ideias e até nomes de quem poderão ser os protagonistas principais e as equipas que disputarão as eleições maiores do poder local.

Percebo bem o fenómeno que leva a que opinemos mais sobre a forma e menos sobre o conteúdo. Compreendo que a noção de que “em autárquicas o voto é nas pessoas”, leva a que se olhe mais para rostos do que para projectos. Entendo ainda como normal a existência da tendência de falar mais sobre “umbigos” do que sobre o resto do “corpo”.

Permitam-me, no entanto, que defenda que, mesmo concordando que as “peças do xadrez” sejam importantes, relevante em qualquer acto eleitoral, não deve ser quantos “bispos” ou “peões” existem, nem quem é o “rei” ou a “rainha”, ou em que sentido se vão movimentar as “torres”. Essencial devem ser também as ideias e os projectos que se pretende realizar, com o objectivo de melhorar a vida dos cidadãos. Fundamentais devem ser os planos que se tem e como se pretende cumpri-los.

Talvez por isso cada vez mais acredite que o rumo deve ser o de escolher, de forma responsável, um caminho que marque a diferença para quem interessa...as pessoas! Precisamente por isso, defendo com cada vez maior convicção a importância da existência de um bom manifesto com estudos feitos, que permita a protagonistas com conhecimento do terreno provarem que, como no futebol, é o trabalho e a dedicação e não os nomes quem ganha jogos.

"Se não tivesse nascido em Sacavém era uma pessoa completamente diferente"



Eduardo Gageiro, em conversa, conta-nos o seu trajecto. Fica, nesta edição do NL, a primeira parte de uma entrevista de um dos maiores fotojornalistas mundiais. A infância, o começo da fotografia, o jornalismo e a PIDE são os temas abordados nesta primeira fase.

Infância

Eduardo Gageiro não esconde as raízes e faz questão de honrar o local onde nasceu «tive a sorte de ter nascido em Sacavém, se não tivesse nascido em Sacavém era uma pessoa completamente diferente». A infância foi vivida perto dos operários da Fábrica de Loíça, que frequentavam o estabelecimento do seu pai, uma Casa de Pasto, como o próprio define. As dificuldades eram muitas, muitos dos traba-

lhadores andavam descalços e era a mãe de Eduardo Gageiro que lhes aquecia as marmitas no seu forno de lenha. A visão era de miséria e não havia outra, mas aos 10 anos tudo se alterou. Já deitado ouviu muito barulho, levantou-se e foi ver o que se passava no estabelecimento e eis que depara com um mundo novo, homens e mulheres bem vestidos e bonitos. Assim que o pai se apercebeu da sua presença ordenou que se fosse deitar. Mas a curiosidade manteve-se e questionou, no dia seguinte,

o pai sobre quem era aquela gente. Eram pessoas que vinham do Casino e do Parque Mayer, que tornavam a Casa de Pasto, do seu progenitor, bipolar, com dois tipos de clientela totalmente díspares, os da hora de almoço e os da madrugada. Esta desigualdade chocou-o levando-o a pensar «que mundo era este com uma desigualdade tão grande». Estávamos em 1945. Entretanto fez a quarta classe e pretendia continuar os estudos, pois era um amante da leitura e, por conseguinte, do

conhecimento. O Liceu era um objectivo mas o pai assim não anuiu, pois o futuro dele seria na Fábrica de Loíça, onde iria ser empregado de escritório. Apesar de não ser o seu desejo, não teve como contrariar o pai e aos 12 anos passava a ser pacote naquela empresa. Distribuía papéis de secção em secção e demorava muito mais que o necessário, pois perdia-se sucessivamente em conversas com outros operários e artistas.

O começo da Fotografia

Foi neste ambiente que a fotografia começou a surgir, pois usava uma pequena máquina fotográfica do irmão e mostrava os resultados aos seus colegas de conversa, que achavam graça à sua vivacidade, que se traduzia também numa enorme curiosidade, querendo sempre saber tudo. Começou a receber alguns elogios e eis que surge uma pessoa determinante no seu desenvolvimento como fotógrafo, Armando Mesquita.

Depois de ver fotos suas, Armando Mesquita ordenou-lhe que passasse no seu atelier, pois precisava de aulas de arte e composição, algo do qual não percebia nada. Bem-mandado e ávido de conhecimento acedeu, começando a ter aulas. Começou a pedir máquinas fotográficas emprestadas e as películas cada vez eram melhores. Foi aí que pressionaram o seu pai para lhe comprar uma máquina em condições.

Entretanto, começou a contactar com alguns jovens mais velhos, que frequentavam a universidade, alguns conotados politicamente, que devido à curiosidade de Eduardo Gageiro o acolheram e lhe iam oferecendo livros. Esta vontade de saber levou-o a ler centenas deles, desde os clássicos portugueses e estrangeiros aos de origem ideológica. Foi um novo mundo que se abriu, com destaque para a injustiça social, que intrinsecamente lhe criou um desejo de ser jornalista, para que, desta forma, a pudesse combater e denunciar.

O jornalismo

Foi então que Mário Ventura, fiscal da Companhia das Águas, pai do amigo Ventura Henriques e vizinho da frente, organizou em sua casa um jantar com directores de jornais e redactores, para o qual o convidou. Foi aí que conheceu o director do Diário Ilustrado, Jorge Sampaio Rodrigues, irmão do Urbano

Rodrigues, que lhe disse para no dia seguinte aparecer na redacção do Jornal e levar umas fotografias. Obviamente que foi, o que lhe causou problemas, pois o pai não estava de acordo, tendo mesmo de morar em casa de uma tia durante uns tempos.

Chegado à Redacção ficou deslumbrado, estando com a sua máquina pronto a trabalhar, enquanto aguardava com expectativa. Eis quando surge um fotógrafo que lhe pergunta quem é e o que está ali a fazer, num tom agressivo. Perante os esclarecimentos dados, que estava ali para fazer fotografias, foi-lhe destinado ir para o laboratório fazer as fotografias da pessoa em causa. Foi aí que notou que havia alguns atrasos, desde a maneira como utilizavam o flash, até à forma como revelavam as fotografias que, na sua opinião, eram desinteressantes e que se resumiam a conferências de imprensa e à cobertura de alguns eventos. A desilusão assolou Eduardo Gageiro, que pensou em desistir e só o apoio dado pelos funcionários da parte gráfica, com quem tinha contacto, o foi mantendo. Foi assim durante quase um ano, até que certo dia lhe ligam para se dirigir à Redacção, que ficava noutra edifício e levar a máquina fotográfica. Devido à falta de fotógrafos disponíveis, naquele momento, foi encarregue de ir fotografar o Ferreira de Castro para um suplemento literário do Diário Ilustrado, que era feito por intelectuais e professores universitários. O entusiasmo criou-se e só pensava qual a melhor forma de obter uma boa fotografia. Por norma as fotografias destes eventos eram todas semelhantes, eram apenas rostos com gestos, mas sentiu que tinha de fazer algo diferente. Foi assim que deixou correr a entrevista, tirando fotografias, para depois fazer algumas propostas. Aproveitou o facto de Ferreira de Castro fumar para utilizar o fumo e chegou a fotografar apenas as mãos com um manuscrito. Era uma abordagem diferente do habitual, o que levou a que surdissem elogios do Director, que assumiu o gosto por aquele tipo

de visão, passando a ser o fotógrafo oficial. Este tipo de suplemento permitiu-lhe conhecer e criar amizades com as principais referências da cultura portuguesa, como escritores, pintores e escultores. Apesar da euforia nem tudo eram rosas, pois a Censura não permitia que saísse tudo o que pretendia. Mas havia mais, o ambiente com os outros fotógrafos não era o melhor, ficando para ele os trabalhos mais complicados. Esta relação criou erosão e acabou por optar sair, indo posteriormente para o Século, que ainda não era o Século Ilustrado e só o passou a ser com a chegada do Nélson de

Barros, que apostou na cultura e em reportagens sobre o Povo. Numa dessas reportagens fotografou uma menina que viu na berma da estrada, estava Trás-os-Montes e parou de imediato o carro, mas como havia pouca luz, era fim de tarde e havia uma grande neblina, apenas se focou nos olhos, pois se utilizasse o flash iria estragar a fotografia. A película foi incluída na reportagem sobre esta zona do País e gerou uma carta de alguém que queria saber quem era esta criança. Foi então que o redactor que o acompanhava, o Roby Amorim que era bastante hábil, fez de tudo para descobrir quem era,

enviando cartas para os párocos a fim de descobrir o paradeiro. A pessoa que tinha enviado a carta foi ao encontro da menina, que vivia com mais 10 irmãos e adoptou-a, levando-a para Luanda, onde acabou por casar com um filho seu. São situações como esta, em que as suas fotografias influenciam positivamente a vida das pessoas fotografadas, que o sensibilizam, mais que qualquer prémio. Foram excelentes momentos, onde percorreu o País todo, conhecendo-o, além de ter uma liberdade artística que lhe agradava.



CA Crédito Agrícola
Loures, Sintra e Litoral

O Banco do Concelho
LOURES - ODIVELAS - AMADORA
SINTRA - CASCAIS - OEIRAS

A PIDE

Foi aí que tudo começou quando estava no Século Ilustrado, tinha uma colega fotógrafa, a Beatriz Ferreira, que colaborava com a PIDE. Não foi de estranhar que certo dia, às seis da manhã, o foram buscar a casa e o levaram para a Rua António Maria Cardoso. O medo acendeu-se dele, apesar de conhecer alguns dos inspectores, porque Lisboa era uma aldeia e cruzavam-se todos na Brasileira, mas o susto sustentava-se no conhecimento de casos em que depois da detenção ficavam anos em cativeiro. Tinha noção de que havia motivos para ser acusado, mas nunca tinha sido apanhado em flagrante, pois tirava as fotografias das manifestações de estudantes e das cargas policiais e mudava imediatamente de rolo, sendo apenas confiscado o rolo seguinte. Mas não sabia qual era a acusação. Estar detido foi algo que o marcou, a privação da liberdade é algo que só se sente quando se vive. Já não conseguia olhar para as grades, virando-se para a parede branca que, durante bastante tempo, sempre que olhava para uma sentia o trauma de ter estado dentro de uma cela. Quando foi interrogado, o célebre inspector Mortágua, a quem anos mais tarde fotografou, era muito incisivo no interrogatório e era

difícil não cair. Foi aí que soube que a acusação tinha a ver com as fotografias que enviava para o estrangeiro, que davam má imagem de Portugal. Além disso era muito premiado nos países de leste, apesar de também o ser noutras nações, com menos volume, é certo. Quando o questionavam sobre o porquê de não fotografar paisagens, que tínhamos muitas e tão belas, retorquiu que gostava de pessoas e eram elas que o inspiravam. Era o caso da mulher da Nazaré, que ganhou mais de 20 medalhas de ouro, pelo mundo fora, desde a Ásia, à América e, naturalmente na Europa, em que retratava uma senhora a puxar as redes de pesca, com idade bastante avançada, porque necessitava para sobreviver. Essa injustiça sempre o tocou. O interrogatório durou até tarde e, já de noite, veio um indivíduo, com uma máquina de barbear, que lhe entregou dizendo: «é para se barbear, não queremos que ninguém saia daqui com mau aspecto». Era o fim desta seqüela. A verdade é que durante dois anos deixou de enviar fotos para o estrangeiro. Só passado muitos anos se dirigiu à Torre do Tombo para saber quem o denunciou e ficou surpreso. Alguns eram-lhe muito próximos e seus confidentes.

Pedro Santos Pereira



Quer fazer **CRESCER**
a sua empresa?



O **FACEBOOK** é uma ferramenta que deve ser usada
Somos **ESPECIALISTAS** na gestão de conteúdos

FICÇÕES MÉDIA

Rua Júlio Dinis, nº 6 - R/c | 2685-215 Portela LRS
219 456 514 | geral@ficcoesmedia.pt

SERVIÇOS INFORMÁTICOS E REPARAÇÕES

PC
assist
• INFORMÁTICA •

925320809

pcassist1977@gmail.com
www.pcastist.shopk.it

Rua Júlio Dinis nº 6 - R/C - Portela LRS





gala 2016

notícias de loures

O Notícias de Loures atribuiu, pela primeira vez, os Prémios aos projectos e personalidades que mais se destacaram no Concelho. A Gala Notícias de Loures foi um sucesso e abre o apetite para o evento do ano que vem.

Por: André Julião

Foi no passado dia 13 de Maio que o jornal Notícias de Loures organizou a Gala Notícias de Loures, um evento que juntou as caras, os projectos e as iniciativas que mais se destacaram no Concelho em 2015. O evento, que se realizou Pavilhão de Macau, em Loures, contou com a presença de ilustres personalidades do Concelho, tendo contado com a actuação da cantora Kika, com muita animação e orgulho pelo que de melhor se faz em todo o município.



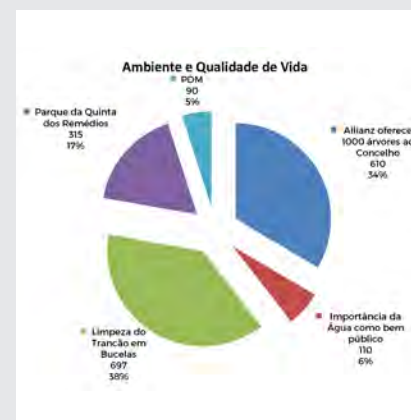
Bernardino Soares
Presidente da CM Loures

«Esta gala foi uma iniciativa muito especial, que permitiu dar visibilidade a muitas coisas que se fazem em Loures. Correu muito bem, apesar de ser a primeira, com muito profissionalismo e equilíbrio, na forma como foi organizada. Penso que é uma iniciativa que deve continuar, porque valoriza o jornal e muitas das coisas importantes que se fazem no Concelho que merecem ter o reconhecimento público que esta Gala lhes dá. Há ainda e legitimidade dos vencedores serem escolhidos pelo público e, portanto, reflectirem também a opinião dos leitores e dos seguidores do Notícias de Loures. Fico muito contente por vários projectos onde a Câmara está envolvida terem sido nomeados e alguns, de facto, venceram os troféus. Isso é um reconhecimento de que estamos a fazer coisas boas, positivas, bem feitas e que merecem o reconhecimento da população. Penso que hoje, em Loures, há uma realidade diferente, mais dinâmica, mais viva e mais iniciativa de qualidade. Penso que há também uma maior capacidade para as projectar, o que é muitíssimo importante. É decisivo para o nosso Concelho projectar as coisas bem feitas que aqui fazemos, porque isso aumenta a auto-estima dos que aqui vivem e melhora as condições para termos mais progresso e resolvermos mais problemas e conseguirmos uma vida melhor para todos os habitantes do Concelho».

Élio Matias

Presidente da Junta de Freguesia de Bucelas, em representação da Limpeza do Trancão em Bucelas
Prémio Ambiente e Qualidade de Vida

«Ficámos muito felizes por ter recebido o Prémio, mostra que o que a Junta de Freguesia de Bucelas está a fazer no Rio Trancão é reconhecido. E isso é um elemento motivador para quem todos os dias está no terreno ao lado das populações. O Rio Trancão entra no concelho de Loures pela Freguesia de Bucelas, durante anos foi um esgoto a céu aberto, o encerramento dos aviários do Freixial, o saneamento básico e mais tarde a construção da ETAR de Bucelas melhoraram substancialmente a qualidade do Rio. Mas os longos anos em que Bucelas esteve de costas voltadas para o Rio, criou graves problemas de assoreamentos e infestantes, tornando-se uma situação gravíssima em que o medo de cheias era constante. Com este projecto melhoramos a secção do Rio mais problemática, fazendo com que o perigo de cheia tenha reduzido substancialmente e, ao mesmo tempo, estamos a repor a vegetação autóctone. Os prémios foram bem atribuídos, aproveito para dar os parabéns aos vencedores nas restantes categorias, as pessoas estão atentas ao que se passa no Concelho e ao que se faz de melhor. Está de parabéns o jornal Notícias de Loures pela excelente iniciativa».

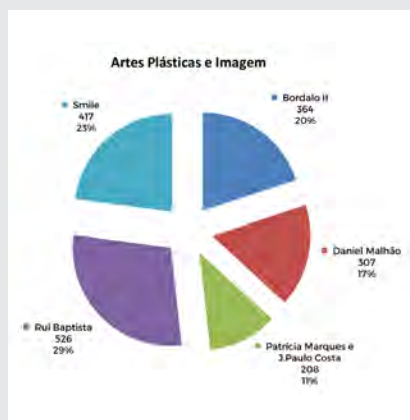


Rui Baptista

Arquitecto

Prémio Artes Plásticas e Imagem

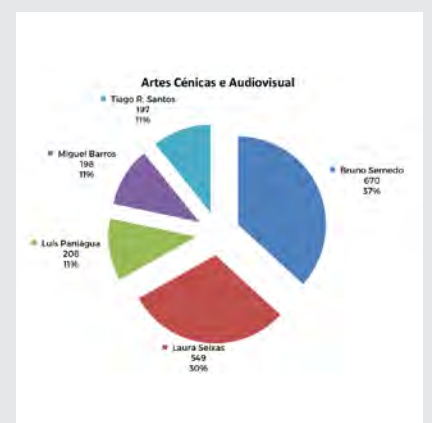
«Na presença de tantas pessoas com tanta importância na minha formação e na minha vida, e que fizeram parte do meu crescimento e dos valores morais e princípios que hoje tenho, ser homenageado e reconhecido pelo trabalho que faço diariamente é uma honra e um orgulho muito grande. O que mais me emocionou nesta gala foi, não só o facto de ser reconhecido, mas sê-lo por pessoas que cresceram comigo e viveram tantas histórias da minha vida comigo. Por eles, fico imensamente agradecido e muito feliz de que façam parte destas iniciativas e reconhecimentos. Aos mais jovens, gostaria de dizer, mais do que tudo, que sentissem os valores da terra e as tradições do Concelho, que no futuro podem ser muito importante para eles e para as próximas gerações que eles vão criar».

**Bruno Semedo**

Actor

Prémio Artes Cénicas e Audio Visual

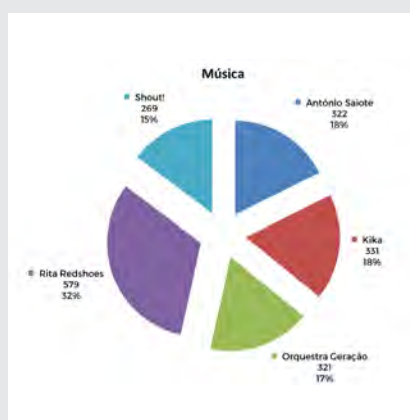
«Estava um pouco nervoso mas foi muito bom quando recebi o prémio, quase nem conseguia falar. Para mim, este projecto foi importante porque permite perceber que as pessoas gostam do meu trabalho e do trabalho do Teatro IBISCO. É um incentivo para eu não desistir e querer melhorar sempre. Para mim, estes prémios foram muito importantes porque fizeram com que as pessoas saibam o que as pessoas que vivem em Loures fazem e continuam a fazer. Não é muito fácil, mas quando se gosta do que se faz há sempre um tempinho para cada coisa. Uma das coisas que ouvi o senhor presidente da Câmara de Loures dizer e que gravei foi que o concelho de Loures é conhecido muitas vezes por coisas más. Mas o que tem de mau também tem de bom e muitas vezes não é como dizem. A Gala é um exemplo porque eu pude ver que há muita gente que tem feito muitas coisas boas e por isso foi reconhecida pelo seu trabalho. Este prémio para mim é um incentivo para ser e tentar dar sempre o melhor de mim e acho que quem recebeu o prémio também pensa assim».

**Rita Redshoes**

Cantora

Prémio Música

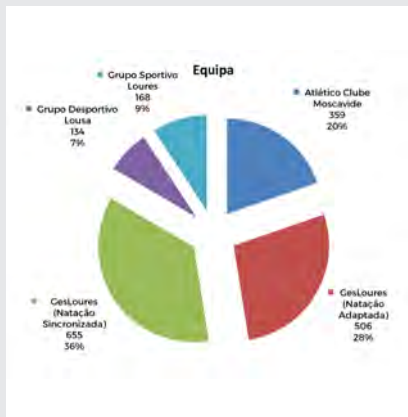
«Fiquei muito orgulhosa com o Prémio, devo confessar. O reconhecimento pelo nosso trabalho tem sempre importância e um lado motivacional. O facto de ter sido na cidade onde cresci e iniciei o meu percurso musical, acrescenta um lado emocional e simbólico muito forte. A importância é muita e prende-se com o facto de sentir que, embora actualmente não me encontre a viver em Loures, a cidade continua ligada a mim e eu a ela e que há um orgulho mútuo. Isso é especial. Sinto-me um bocadinho mimada e vaidosa até...sem exageros claro está. Não tendo um conhecimento profundo do trabalho desenvolvido por cada um dos nomeados nas diversas áreas, tendo obviamente a confiar na escolha dos nomeados e vontade do público que votou. Mas creio que acima de tudo, o mais importante é esta vontade de enaltecer o percurso dos lourenses. Sei o quão difícil é, nos dias que correm, manter vivo e activo um jornal impresso. Depois desta atitude hercúlea, ainda ter a vontade de fazer uma gala para a atribuição de prémios que distinguem figuras da cidade é no mínimo louvável. Pelo número de agraciados e nomeados, acho que a continuidade não levanta muitas questões, está mais do que justificada».



Natação sincronizada – Paulo Piteira

Presidente do Conselho de Administração da GesLoures
Prémio Desporto Equipa

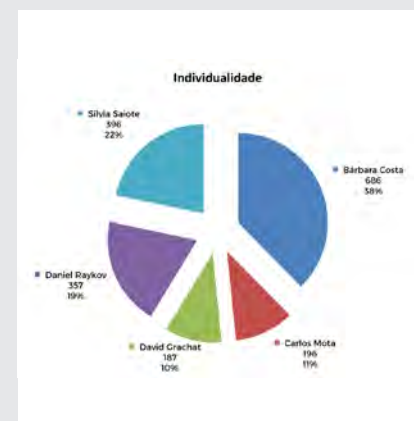
«Para nós foi, naturalmente, um motivo de grande satisfação a equipa de Natação Sincronizada da GesLoures ter conseguido conquistar um dos prémios do Notícias de Loures. Significa o reconhecimento de um trabalho que se tem vindo a fazer, de grande qualidade, que não começou agora, é certo, mas que começa a ter o reconhecimento público no domínio do Concelho e o Notícias de Loures é, nesse ponto de vista, uma entidade que põs em evidência esse trabalho continuado ao nível da natação sincronizada. Um reconhecimento que também tem sido notado no plano nacional: a equipa foi campeã nacional e isso enche-nos de orgulho, dá boa nota a importância que este projecto tem para o Concelho. Estamos a falar de nadadoras que fizeram toda a sua formação na GesLoures, que se assume como uma entidade que tem a formação como um aspecto crucial da sua actividade no concelho de Loures. Não é por acaso que hoje temos nadadores, tanto na Selecção Nacional de Paralímpicos como temos nadadores que têm estado a disputar campeonatos, a vencer campeonatos nacionais, regionais e isso é fruto de um trabalho de formação. Esta é uma empresa que tem o orgulho de ter, ao longo das suas mais de duas décadas de existência, ensinado dezenas de milhares de pessoas no concelho de Loures a nadar, dos quais alguns se distinguem passando a outro escalão do ponto de vista da qualidade da sua prestação desportiva e são campeões regionais, nacionais, como é o caso da natação sincronizada. É uma modalidade muitíssimo bonita, é pena que mais gente não possa assistir muitas vezes às competições, porque é de facto de uma beleza extraordinária. É para nós uma satisfação muito grande esta distinção que nos foi concedida pelo Notícias de Loures».



Bárbara Costa

Nadadora
Prémio Desporto Individualidade

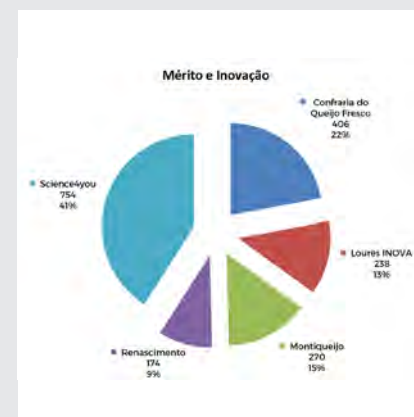
«A vitória deste prémio traduz todo o esforço e empenho com que encaro o meu quotidiano, seja no treino ou na competição. É bastante gratificante ser recompensada por tudo o que invisto nesta modalidade. Este sentimento de realização permite-me recuperar forças e otimismo na continuação do grande trabalho que ainda existe pela frente! Para mim, mais importante do que o prémio, é o reconhecimento da minha dedicação e orgulho em representar o meu clube. Desta forma, contribui certamente para me incentivar e encorajar nesta longa jornada. Não só a mim, como também à geração mais nova que, mais tarde, pode igualmente vir a receber um prémio como este. Do meu ponto de vista, apoio e continuarei a apoiar a atribuição de prémios a atletas que treinam diariamente focados, sempre com um objetivo em mente, e não desistem de lutar ao mais pequeno contratempo. A prática desportiva de competição é uma escolha de cada um. Mas se assim o é, com organização e muita força de vontade torna-se possível a conciliação com o nosso dia-a-dia. Ser o jornal Notícias de Loures a organizar uma gala como esta, permite uma maior visibilidade, e ainda, um maior apoio por parte de quem se encontra mais próximo. Da minha perspetiva, é equitativamente importante ter orgulho em fazer parte de uma comunidade que promove a prática desportiva e contribui para a evolução da respetiva modalidade».



Tiago Pegado

CCO da Science4You
Prémio Economia, Mérito e Inovação

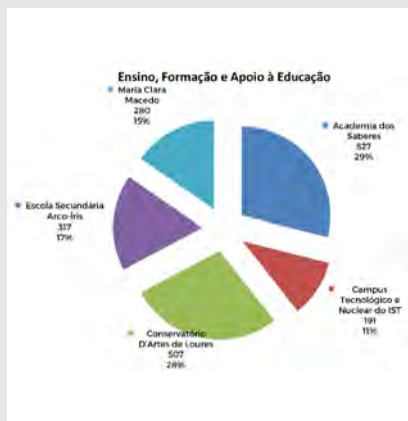
«Obviamente, é um prémio que nos enche de orgulho, como tantos outros que temos ganho, porque é sinal de reconhecimento do projeto Science4you. A escolha do concelho de Loures para a nossa empresa vem no seguimento da estratégia de nos localizarmos na zona metropolitana de Lisboa, bem como das relações já mantidas no passado com a concelhia. De salutar a importância da Câmara de Loures e, na sua esfera, da administração do MARL, no projecto de deslocalização das instalações da Science4you, do Prior Velho para o MARL. Qualquer prémio e iniciativas do género é de congratular, dar foco ao que de bom se faz na concelhia e dar conhecimento à população da existência destes casos de sucesso. A mensagem que deixo é para continuarem a lutar pela criação de valor num ambiente macro-económico difícil mas desafiante».



Maria Eugénia Coelho

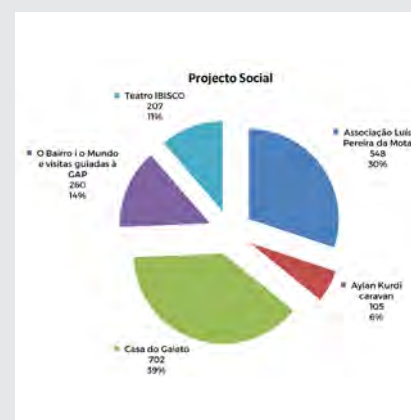
Vereadora da CM Loures, em representação da Academia dos Saberes – Universidade Sénior Prémio Educação

«Esta gala foi muito importante, porque realçou aquilo que se faz de melhor no Concelho. Penso que todos ganharam, em todas as categorias, em todas as nomeações. Este prémio sabe-nos muito bem porque é o reconhecimento do trabalho que tem sido feito, com as pessoas que o frequentam, que são mais de mil, em 100 disciplinas diferentes. É importante realçar que, independentemente da idade, têm vontade de partilhar os seus saberes, de aprender, de ensinar e ajudar a construir uma vida e um Concelho melhor. Isso só nos dá mérito e ânimo para continuar a trabalhar neste sentido. Queremos melhorar, que haja mais gente a participar e que as disciplinas sejam mais diversificadas e isto são incentivos para fazer mais e melhor. O Notícias de Loures é um bom jornal e do melhor que se faz em Loures, por isso, faria um apelo às pessoas que o leem para se juntarem a nós neste desígnio que é construir um Concelho melhor».

**Maria Teresa Antunes**

Directora da Casa do Gaiato Prémio Projecto Social

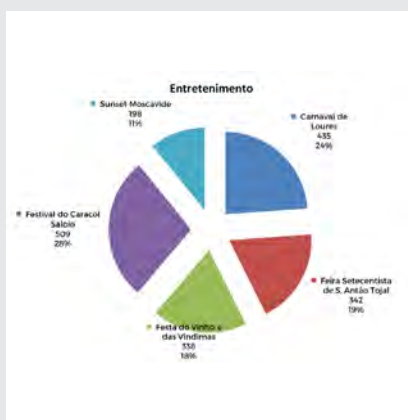
«A sensação de ter vencido este prémio é de surpresa, porque são muitas e extraordinárias as instituições que realizam, dia a dia, no nosso Concelho, trabalho de serviço à comunidade mais carenciada, são muitos os rostos que dia-a-dia tentam construir e contribuir para um mundo melhor. É também de gratidão, porque as pessoas que nos acarinham são para nós motivo de luta contra as adversidades e uma confirmação que seguimos o rumo certo. Este prémio deixa uma mensagem de ânimo para os que aqui trabalham e colaboram no dia-a-dia. Em segundo lugar, deixa uma nota de credibilidade junto de todos os que já nos conhecem e uma luz para os que por esta visibilidade nos querem conhecer. Vivemos integralmente dos benfeitores e é para nós muito importante o apontar na sociedade de um caminho credível a mais do que aqueles que já nos apoiam. Julgo que os prémios são um pretexto muito bom para nos juntarmos num querer ver positivo. A partilha de conhecimento e perspectivas, a interpelação que o outro nos faz será sempre uma fonte de um desejo de ir mais longe. Congregar a vida do Concelho numa gala dá-nos a possibilidade de olhar, como um drone, os acontecimentos, as pessoas, os projectos, as instituições que deixam circular a riqueza da criatividade, a inovação, o empenho, a ambição, a dedicação. É tornar possível uma foto concelhia, não virtual, mas com uma objectiva onde cabemos todos. E isso é extraordinário. Obrigada ao Notícias de Loures».

**Nuno Botelho**

Vereador da CM Loures, em representação do Festival do Caracol Saloio Prémio Lazer

«Foi uma Gala muito bonita, muito bem conseguida, com momentos muito interessantes – a homenagem a Eduardo Gageiro é mais do que merecida – e, para primeira vez, acho que foi extraordinária.

É sempre um prazer receber este tipo de prémios, mas o prémio atribuído ao Festival do Caracol Saloio é essencialmente dos trabalhadores da Câmara e dos serviços de Turismo e, por outro lado, dos restaurantes que têm feito um trabalho incedível durante estas 16 edições que já passaram. Continuam continuamente a melhorar as suas receitas, a sua forma de trabalhar e promovendo cada vez mais o nome de Loures. Esperamos que o Festival do Caracol seja ainda melhor este ano, com mais pessoas e visitantes, sendo que 75 por cento são de fora do Concelho. Nesta edição acreditamos que não deixe de se verificar esta tendência».

**A EQUIPA****PEDRO****FILÍPE****NUNO****PATRICIA****ANDRÉ****ANABELA****FLORELA****PATRICIA****GONÇALO****JOÃO****PEDRO****RICARDO****RUI**

Romenos em Portugal o dinheiro não é tudo

São uma das maiores comunidades estrangeiras a residir em Portugal e, porventura, também uma das que mais se identifica com o País e o povo português. A comunidade romena em Portugal regista hoje mais de 40 mil cidadãos em território nacional, dados que a colocam como a quarta maior, logo atrás da brasileira, ucraniana e cabo-verdiana. Em Loures, existem quase mil romenos residentes – 981, segundo os números oficiais –, mas as maiores comunidades romenas encontram-se nas áreas de Lisboa, Setúbal, Santarém e Algarve. A evolução do fluxo migratório da Roménia para Portugal foi meteórica, ascendendo de apenas 369, em 2000, para os números actuais. No entanto, com o agravamento da crise económica e financeira em Portugal, uma vaga de romenos deixou o País, em 2014, rumo a outras paragens em busca de uma vida melhor. «Alguns voltaram à Roménia, outros foram trabalhar para países como o Reino Unido ou a Bélgica», disse ao NL fonte da embaixada da Roménia em Lisboa.

O fluxo migratório dos romenos pode, sem melindres, ser comparado ao dos portugueses nas décadas de 1960 e 1970. De acordo com o antropólogo Vintila Mihailescu, da Universidade de Bucareste, «muito do dinheiro que vem para o país é para comprar terrenos, construir casas e equipá-las». Refira-se, a propósito, que os romenos residentes em Portugal enviaram, em 2013, cerca de 15,7 milhões de euros para o seu país natal, de

acordo com dados do Banco de Portugal. «Os romenos que vivem em Portugal sabem que países em situação económica mais favorável, como a Alemanha ou a Áustria, não têm a abertura de Portugal para os receber, por isso, houve muitos casos de romenos que saíram para outros países europeus ou que voltaram para a Roménia, mas regressaram a Portugal, um País que lhes garante tranquilidade e integração», revelou a mesma fonte da embaixada romena.

Uma comunidade qualificada e diversificada

A comunidade romena em Portugal está distribuída por vários sectores de actividade, destacando-se a construção civil, a agricultura e os serviços: empregados de mesa, mecânicos, canalizadores, jardineiros e serviços de limpeza. Existe ainda um conjunto de cidadãos romenos com pequenos negócios, nomeadamente restaurantes, lojas e oficinas automóveis, e uma comunidade de elite, composta por músicos de várias orquestras portuguesas, professores, médicos, engenheiros e arquitectos.

A grande maioria dos crentes é cristã, sobretudo ortodoxos e católicos, tendo criado igrejas ortodoxas em Faro, Portimão, Setúbal, Lisboa, Aveiro e na ilha da Madeira. Considerados trabalhadores e empreendedores, os romenos a residir em Portugal formam uma comunidade coesa e bem integrada, que preten-

de contribuir para o desenvolvimento económico do seu país de adopção. «Em Portugal, a imagem da comunidade romena é baseada numa contribuição real e positiva para a sociedade portuguesa», apontou fonte da embaixada.

Uma das provas da união da comunidade são os inúmeros eventos organizados por associações de romenos em Portugal e pela própria embaixada. «Normalmente, a 1 de Dezembro, é organizado um concerto para comemorar o Dia Nacional da Roménia e, antes do Natal, muitas vezes, a comunidade romena também se reúne para ouvir cânticos romenos clássicos de Natal», refere a embaixada. Na Páscoa, há também uma celebração conjunta que tem lugar nas igrejas ortodoxas em território nacional. «Além disso, no dia dos romenos em todo mundo, organiza-se um grande espectáculo para os que estão longe de casa, sendo que, no ano passado, este evento realizou-se no Campo Grande, em Lisboa, e juntou mais de 5 mil romenos, que se juntaram para comer e dançar música folclórica romena», adiantou a mesma fonte.

Como tal, são diversas as actividades desenvolvidas para manter o espírito romeno bem presente em território português. «Muitas vezes, são organizadas projecções de filmes romenos, como a do documentário 'Back to the Roots', de Andrei Rautu, a 11 de Fevereiro passado», avançou a embaixada. São também frequentes os lançamentos de livros, a realização de concer-



Comunidade romena em números

- 4ª maior comunidade estrangeira em Portugal
- Mais de 40 mil cidadãos
- 981 residentes no concelho de Loures
- Remessas de 15,7 milhões de euros para a Roménia
- Maiores comunidades em Lisboa, Algarve, Setúbal e Santarém
- 3500 crianças em escolas portuguesas
- Dia dos Romenos em Portugal

tos e de exposições de pintura. «Além disso, a Embaixada da Roménia em Lisboa publica, periodicamente, uma revista que se chama 'Courier Português', e é mais um caminho do diálogo com a comunidade romena, um lugar

de encontro com os romenos que aqui vivem e com os familiares deles que ficaram na Roménia», acrescentou a embaixada.

André Julião

Roménia: dados gerais

Nome: Roménia, nome adoptado em 1862 após a fundação do Estado-nação, unindo os dois principais romenos (Valáquia e Moldávia) em 1859. Abreviatura internacional ROU

Localização: Sudeste da Europa Central

Horário Oficial: GMT + 2 horas

Área: 238.391 km²

Capital: Bucareste

População: 19.042.936 habitantes (07 de Maio de 2011; Instituto Nacional de Estatística)

Língua oficial: Romeno (idioma neolatino)

Nacionalidades: romenos, húngaros (szekleres inclusive), entre outros

Religião: Ortodoxos, romano-católicos, protestantes, grego-católicos, evangélicos

Clima: temperado continental, quatro estações

Relevo: montanhas, colinas, planície, delta, mar

Organização do Estado: República; membro da NATO e União Europeia, a Roménia é um Estado soberano, independente, nacional, unitário e indivisível

Presidente da Roménia: Klaus Werner Iohannis (desde 21 de Dezembro 2014)

Poder legislativo: Parlamento da Roménia

Poder executivo: Governo da Roménia

Moeda nacional: LEUL (leul românesc)

Dia Nacional: 1 de Dezembro



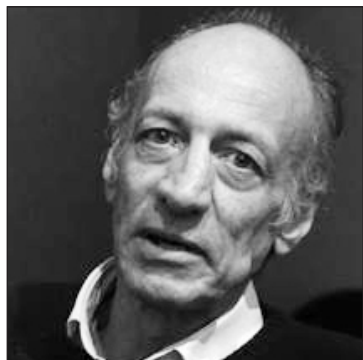
AGÊNCIA FUNERÁRIA
DE LOURES LDA

SERVIÇO PERMANENTE:
919 317 250 | 219 830 665

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE LOURES, LDA

FUNERAIS - CREMAÇÕES - TRASLADAÇÕES - DOCUMENTAÇÃO NA CAIXA DE PREVIDÊNCIA

Rua da República nº 63-A - 2671-473 Loures
Tel: 219 830 665 - Fax.: 219 838 126
www.funerariadeloures.pt | e-mail: geral@funerariadeloures.pt



Gonçalo Oliveira
Actor

P'la caneta afora

Sei que estás em festa, pá... Fico contente

Apesar de eu próprio ser uma aquisição recente para esta equipa de Magníficos, que tem levado até vós as Notícias de Loures, não posso deixar de citar Xico Buarque de Hollanda, que "puxei" para título.

O Notícias de Loures está em festa!

O jornalismo está em festa!

Loures está também em festa!

Foi bonita a Gala do Notícias de Loures!

Deixo as observações sobre as toilettes para alguma revista da especialidade, mas não posso deixar de referir, não a toilette, mas sim a imensa voz que abriu e fechou este nosso/Vosso evento: Obrigada Kika!!!

Entre entre as palavras de agradecimento pelos prémios recebidos, os discursos de Bernardino Soares, Presidente da Câmara Municipal de Loures, do nosso Director Pedro Santos Pereira e de Filipe Esménio, director da Ficções Média, o público em geral ainda teve a gentileza de ouvir poesia de José Carlos Ary dos Santos e de Manuel Francisco Soromenho, poeta lourense e, imagine-se!!!!, dita de viva voz por este Vosso escriba!

É sempre bom reconhecer-se em vida individualidades e instituições que prestigiam, neste caso, um Concelho.

Duas Artes, Dois Artistas, um mesmo fim: Comunicar e assim

Intervir socialmente!

Mestre Eduardo Gageiro foi a personalidade distinguida nesta primeira edição da Gala Notícias de Loures. Distinção mais que merecida! Uma vida cheia!!! Uma vida cheia de profissionalismo, de dedicação, de qualidade e de memórias colectivas gravadas em quilómetros de rolos de fotografia. Bem haja Mestre Eduardo Gageiro!!!!

Seria impensável referir todos os laureados. Referi Mestre Eduardo Gageiro e, em contra-ponto, vou referir Bruno Semedo.

Bruno Semedo, actor saído do berçário do Teatro Ibisco, deu a conhecer-se ao grande público, obviamente, através da televisão,

onde na telenovela da TVI "A Única Mulher", se transfigura em Kandimba.

Tive o privilégio de conhecer o Bruno na Gala do Notícias de Loures, onde ganhou o prémio de Melhor Actor. Deparei-me com um "puto" muito bem educado, muito interessante e interessado e de uma humildade enquanto profissional e ser humano, fazendo corar de vergonha muitos/as pseudo-vedetas do universo "novelístico". Para o Bruno o meu obrigado pelo teu talento, pelo teu trabalho, pelo teu "suor" e pela opção difícilíssima, mas ao mesmo tempo belíssima, pela Arte de Representar!

Dois nomes de duas gerações

completamente diferentes, ambos merecedores do nosso aplauso! Parabéns Mestre Eduardo Gageiro!

Parabéns Bruno Semedo! Assim se faz um jornal: ser transversal nas gerações! Informar sem rodeios, nem idades! Sem "partidarites agudas"! Sem facciosismos! Informação em Liberdade! Informação livre! Assim é o Notícias de Loures, que em boa hora me recebeu e acolheu! Tudo farei para continuar a merecer-vos!

Muitos Parabéns Loures!

Muitos Parabéns Notícias de Loures!

O derradeiro acto do Mestre

O Mestre Carlos Paniágua Fêteiro, a grande referência do Teatro do Concelho, deixou-nos há uma semana. Transcrevemos na íntegra o Comunicado emitido pelo TIL - Teatro Independente de Loures, em que se despede do seu Mestre, eles que o conhecem e reconhecem tão bem:

«É com pesar que o TIL - Teatro Independente de Loures informa, que no dia 28 de Maio, o Mestre Carlos Paniágua Fêteiro fechou o pano pela última vez e foi descansar. Ficam as saudades, as memórias, os momentos de convívio e o enorme historial de quase 70 anos dedicados ao Teatro, 46 deles primeiramente ao TAB e depois ao TIL. "O Verdadeiro Amador de Teatro", como foi apelidado por alguns, ou "fora-de-série", por outros, partiu agora, deixando no entanto marca por todos aqueles que cruzaram o seu caminho. E foram muitos. Felizmente. Teve uma vida cheia. A sua dimensão social foi muito para além do Teatro, exercendo a sua cidadania com empenho e prazer. No Teatro, Arte que abraçou e amou com todo o seu ser, produziu e criou personagens e encenações numa linha de trabalho cuja marca é o rigor, o respeito pelo trabalho coletivo e a dedicação ao "saber estar em palco". Disse sempre que uma das coisas que o deixaria mais satisfeito, seria que o grupo continuasse o seu labor quando ele deixasse de estar disponível. O espectáculo tem de continuar. Principalmente, trata-se de perpetuar a sua obra. O que faremos com respeito e prazer acompanhados pelo eco das suas gargalhadas e da sua boa disposição, algo com que nos brindou todos estes anos e que lhe era tão característico. É isso o mais importante. Sempre.»



Notícias de Loures, 4/6/2016, 2.ª Publicação

Comarca de Lisboa Norte
Loures - Inst. Central - Secção Criminal - J6
Palácio de Justiça, Rua Professor Afonso Costa - 2674-502 Loures
Telef: 219825200/219838430 Fax: 211987049 Mail: loures.centraledictiminal@tribna.tribna.gov.pt

Processo: 157/05.4GFVFX	Processo Comum (Tribunal Coletivo)	N/Referência: 128146912
-------------------------	------------------------------------	-------------------------

ANÚNCIO

O Mmº Juiz de Direito Dr. Pedro Roberto Fernandes Nunes, de Loures - Inst. Central - Secção Criminal - J6 - Comarca de Lisboa Norte:

Faz saber que no Processo Comum (Tribunal Coletivo), n.º 157/05.4GFVFX, pendente neste Tribunal contra o arguido, Alfredo Lacerda da Silva Filho, filho de Alfredo Lacerda da Silva e de Rita Cássia Barbosa Lacerda, natural do Brasil, nacional do Brasil, nascido em 04-09-1979, solteiro, Passaporte - Cx646534, Licença de condução - Mg10044173, domicílio: Rua Julio Dinis, Nº 1 - Vivenda S. Rafael - Portela da Azóia, 2685-216 Santa Iria da Azóia, por se encontrar acusado da prática dos crimes:

1 crime de Rapto, p.p. pelo art.º 160.º n.ºs 1, al. b) e 2 al. a) do C. Penal, por referência ao art.º 158.º n.º2, al. e) do mesmo código, na versão em vigor à data da prática dos factos, e actualmente pelo art.º 161.º n.ºs 1, al. b) e 2, al. a) do C. Penal, por referência ao art.º 158, nº2 al. a) do mesmo Código, praticado em 19-07-2005;

1 crime de Abuso sexual de crianças, p.p. pelo art.º 172.º n.º1 do C. Penal, na versão em vigor à data da prática dos factos e actualmente pelo art.º 171.º n.º1 do Cód. Penal, praticado em 19-07-2005;

foi o mesmo declarado contumaz, em 16-03-2016, nos termos do art.º 335.º do C. P. Penal.

A declaração de contumácia, que caducará com a apresentação do arguido em juízo ou com a sua detenção, tem os seguintes efeitos:

- Suspensão dos termos ulteriores do processo até à apresentação ou detenção do arguido, sem prejuízo da realização de actos urgentes nos termos do art.º 320.º do C. P. Penal;
- Anulabilidade dos negócios jurídicos de natureza patrimonial celebrados pelo arguido, após esta declaração;
- Proibição de obter quaisquer documentos, certidões ou registos junto de autoridades públicas;
- A passagem imediata de mandados de detenção, nos termos e para os efeitos do art.º 337.º n.º1 do C.P.P.

Loures, 29-03-2016.

O Juiz de Direito,

Dr. Pedro Roberto Fernandes Nunes

O Escrivão Adjunto,

Daniel Xavier

Quark Core

Tecnologias de Informação

Alojamento

Web, E-mails e Bases de Dados

Impulsione o seu negócio marcando presença na Internet com Website e endereços de E-mail personalizados com o nome da sua empresa. Nas nossas soluções de alojamento utilizamos a melhor tecnologia Microsoft, com servidores Windows Server e SQL Server, por forma a garantir uma melhor qualidade, disponibilidade e segurança de serviço, em Datacenter nacional.

Desenvolvimento



Websites e Aplicações Web

Se está à procura para a sua empresa de um novo website com painel de gestão de conteúdos, acesso mobile, integração com redes sociais, nós temos a solução para si. Desenvolvemos à medida das necessidades do seu negócio e tratamos de todo o processo de entrada na web.

Sistemas



Administração e Assistência

Quer seja uma situação pontual ou pretenda manutenção contratada para garantir a estabilidade do seu parque informático a QuarkCore é o seu parceiro ideal. Prestamos serviços de assistência técnica por telefone, ligação remota ou diretamente nas suas instalações.

Comprar para quê se pode alugar?

Renove o parque informático da sua empresa mantendo a liquidez e as linhas de crédito. As rendas contabilizam-se como custo operacional. Portanto o IVA e as rendas são 100% dedutíveis. Pagamentos fixos sem alterações durante a vigência do contrato de aluguer. Consulte-nos!

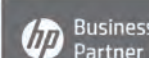
Edifício Malhoa Plaza
Av. José Malhoa, n.º 2,
1.º Andar – Escritório 1.1
1070-325 Lisboa

Para mais informações: **21 825 88 21**

<http://www.quarkcore.pt>



PartnerDirect
Registered



EVA BRACAMONTES

Biografia do Autor

Eva Bracamontes, artista mexicana de Veracruz, pinta desde 2013.

É proveniente da nova geração de artistas de rua que tem formação, combinando as suas intervenções no espaço público com a formação em desenho.

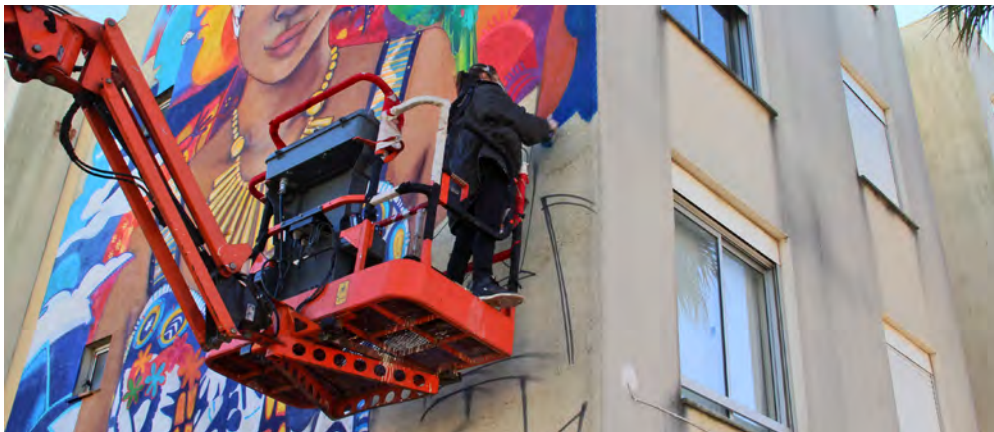
Enquanto a linha tradicional do feminino em grafiiti, inclui silhuetas esguias, tipo de figuras "pin ups"; no seu trabalho, ele visa projetar para a mulher latino-americana, simbolismos e folclore mexicano.

Já participou em eventos internacionais de grafiiti no Peru, Venezuela, Colômbia, Bolívia, Equador, Guatemala, entre outros.

É possível ver mais do seu trabalho no facebook e instagram: eva bracamontes.

Biografia da Obra

A obra pintada na Galeria de Arte Pública na Quinta do Mocho é uma mistura de cultura mexicana e africana. Retrata a importância da presença das mulheres em qualquer sociedade e a sua beleza, bem como uma mistura de simbolismos da cultura Huichola do México, como os trajes coloridos das mulheres africanas.



Festa da Ginástica

O Pavilhão José Gouveia, em São João da Talha, recebeu, no dia 9 de Abril, o 20º Gimnorações. A festa pautou-se por um desfile de talentos, acrobacias, música e boa disposição.



A ginástica foi rainha, em São João da Talha, onde teve lugar o 20º Gimnorações, que contou com a presença de clubes de renome, nomeadamente Ginásio Clube Português, Sport Lisboa e Benfica, Sporting Clube de Portugal, Associação de Educação Física e Desportiva de Torres Vedras, Albigym de

Castelo Branco e Instituto Educativo do Juncal, entre outros. "O balanço é positivo e gratificante", refere Ana Paula Zeferino, uma das responsáveis pela secção de ginástica do Grupo Dramático e Recreativo Corações de Vale Figueira e que há 20 anos é uma das principais impulsionadoras desta iniciativa.

"Os corações são como uma família. Quando se tem de ralar, rala-se e quando se tem de dar mimo, dá-se. Tenho muito orgulho em pertencer a este grupo. É importante incentivar as crianças a fazer ginástica. E é com satisfação que assisto à evolução dos nossos ginastas. Por exemplo, a actual treinadora da classe de pré-allgym, a Catarina Claudio, começou a fazer ginástica aos 3 anos na nossa classe infantil", acrescenta. Assim se vai concretizando o objectivo deste clube... Não é à toa que já conta com cerca de 150 ginastas, distribuídos por diferentes classes, que deram também o seu valioso contributo para tornar este dia inesquecível. Dos mais pequenos atletas, vestidos de minions, à classe de Formação Geral, Pré-Allgym, Allgym, Panças, Zumba ou Aeróbica todos mereceram um forte aplauso pela graça e elegância, acrobacias e

energia como demonstraram as suas habilidades e trabalho de cerca de 6 meses. "Estão todos de parabéns", refere Ana Paula Zeferino. De parabéns estão também as classes convidadas que fizeram deste Sarau, dividido em um certame à tarde e uma gala à noite, um evento desportivo digno de qualquer outro "palco" nacional ou mesmo internacional. " É um evento que dá muito trabalho mas o resultado compensa. O evento começa a ser preparado logo a seguir ao Natal, com a preparação das coreografias dos grupos e dos fatos. Depois é necessário convidar os clubes participantes. Felizmente, assim como somos bem recebidos em saraus de outros clubes, estes também gostam de estar presentes na nossa festa. Tivemos cerca de 800 ginastas a participar", indica. Quem também não faltou ao certame foi o presidente da União de Freguesia de

Santa Iria da Azoia, São João da Talha e Bobadela, Nuno Leitão, que teceu elogios a este grupo local pelo empenho e trabalho positivo que tem feito junto das camadas mais jovens, em prol do desporto. A Câmara Municipal de Loures fez-se também representar no certame, assim como esteve presente o director do Grupo Dramático e Recreativo Corações de Vale Figueira, Silvério Castro, que muito enalteceu o papel de Ana Paula Zeferino e de Lucia Fernandes, também ela impulsionadora desta secção de ginástica, no sucesso deste evento. E o 20º Gimnorações não podia terminar de melhor forma, com a elegância da prata da casa, a classe de Allgym, e a alegria da classe de Zumba, que convidou atletas e público a juntar-se à dança. Para o ano há mais...



João Alexandre
Músico e Autor

Ninho de Cucos

Festivais de Verão 2016

NOS Primavera Sound

Já na rota dos festivais de Verão, que na verdade ultrapassam largamente o espaço temporal dessa estação do ano, veja-se o caso do Rock in Rio nos últimos fins-de-semana de Maio. Rock In Rio (festival algo acidentado e com algumas peripécias pelo meio, mas capaz de nos trazer um Bruce Springsteen em boa forma) decorreu o mês passado, mais uma edição de um dos eventos mais apetecíveis e conceituado em Portugal, musicalmente falando.

O NOS Primavera Sound, que decorre no muito aprazível Parque da Cidade do Porto, junto ao mar entre os dias 9 e 11 de Junho, e com capacidade de acolher diariamente cerca de 30 mil pessoas, é o contraponto ao San Miguel Primavera Sound, que se realiza em Barcelona desde 2001 e é, também por essa via, uma réplica, num modo mais compacto, do que se passa anualmente nesse festival. A mesma diversidade de estilos e de bandas emergentes, com alguns des-

taques para bandas nacionais e momentos altos com artistas consagrados e carreiras respeitáveis.

Com os passes de três dias esgotados, há algum tempo, sobram ainda bilhetes diários para quem quiser assistir a este Festival, que o Notícias de Loures acompanha desde sempre.

No ano de 2015 passaram pelo Primavera quase 80 mil espectadores de 40 nacionalidades diferentes e, cremos que, com um índice de satisfação bem elevado.

Em 2016 o cardápio musical apresenta, como destaques, para o dia 9 de Junho os islandeses Sigur Ros, que poderão testar alguns novos temas do próximo trabalho, sem deixar de lado com certeza as suas pérolas post rock, ora intimistas ora caóticas de um mundo em apocalipse. Estarão em palco também os experimentais Animal Collective, para apresentar o último "Painting with", que oportunamente destacámos em edição anterior do NL.

No dia 10 de Junho a oferta é mais vasta e inclui pelo menos dois casos de sucesso nos palcos portugueses, casos de Beach House, com a sua dreampop cintilante e o poderio das Savages, com concertos normalmente arrasadores e que não deixarão de encantar os seus muitos seguidores. Mas o destaque de carreira e prestígio, para esse dia, ficará provavelmente a cargo de PJ Harvey, com notável carreira de 20 anos recheada de excelentes álbuns, onde as canções se encontram com poemas e ricas histórias de vida.

Neste dia ainda estará em palco Brian Wilson, dos Beach Boys, que recriará um dos álbuns clássicos mais importantes e influenciadores de sempre da música popular, "Pet Sounds". Difícil será escolher, mas com algum jogo de cintura, nestes quatro casos, tal até é possível de concretizar. A programação nos dias 10 e 11 espalha-se por quatro palcos diferentes.

Já no último dia o destaque irá, certamente, para os franceses Air, no seu pop elegante e muitas vezes electrónico, onde não faltam sucessos de rádio e

publicidade moderna. Neste dia 11, de encerramento, os estilos synth-pop, shoegaze, dreampop ou garage, com maior ou menor número de seguidores, terão clientela assegurada, via concertos de Chairlift, Explosions in the sky, Autolux e Ty Segall.

É um cartaz ainda assim "económico" mas, por outro lado, daqueles capazes de deixar recordações inesquecíveis e revelar mais algumas surpresas, que não são nada inéditas neste Festival. O NOS Primavera Sound habituou-nos a isso e nós exigimo-lo!

Banda sonora

Sigur Ros	Hoppipolla
Animal Collective	Floridada
Beach House	Majorette
Savages	Evil
PJ Harvey	Good fortune
Brian Wilson	God only knows
Chairlift	Moth to the flame
Explosions in the sky	Your hand in mine
Autolux	Selectallcopy
Ty Segall	Girlfriend



aj autoindia

aj 30 ANOS

PACK PROMOÇÃO

94,00 €



Pack Inspeção

Necessita de fazer a inspeção ao seu carro? Aproveite a nossa campanha de preparação e verificação do seu automóvel para inspeção, e aguarde sem preocupações pelo seu automóvel totalmente pronto!

SERVIÇOS INCLuíDOS NO PACK

Pré-inspeção + Inspeção + Alinhamento de direção
+ Focagem de faróis + Lavagem e aspiração

CUIDAMOS DO SEU AUTOMÓVEL

LINHA DE APOIO **219 421 506**

www.autoindia.pt



Florbela Estêvão
Arqueóloga e museóloga

Paisagens e Patrimónios

A Caminho de Santiago

Desde tempos imemoriais que a espécie humana caminha pela superfície da Terra, traçando infinitas linhas sobre o planeta, linhas essas que se interlaçam com os lugares, formando uma rede de significados que nos agarram a representações do espaço e do tempo, as nossas duas referências fundamentais. No mundo católico existem itinerários religiosos que conduzem os crentes a sítios especiais, os ditos lugares santos, com o propósito daqueles cumprirem uma determinada promessa em troca de um auxílio divino já recebido, ou para obterem uma indulgência, ou ainda, simplesmente, para conseguirem a graça divina em reconhecimento da sua demonstração de fé.

Na Idade Média, para os católicos, existiam três lugares sagrados para os quais convergiam vários percursos de peregrinação: a cidade de Jerusalém, o túmulo de São Pedro em Roma e o túmulo de São Tiago, na cidade de Santiago de Compostela. Esta crónica será justamente sobre os caminhos de Santiago com particular referência a Loures, pois, por exemplo, um desses itinerários, o que ligava Lisboa a Coimbra, atravessava (e ainda existe, é claro) a cidade de Sacavém e parte da várzea. Mas, além desse itinerário principal, havia muitos outros caminhos que nele convergiam, e um deles era o que ligava Arruda dos Vinhos a Santiago dos Velhos, passando por Bucelas e por São Julião do Tojal. Não é, portanto, de estranhar que neste eixo de passagem secundário tivessem existido pequenos hospitais

medievais, nomeadamente em Bucelas, São Julião do Tojal e em Sacavém, os quais se destinavam a dar assistência aos peregrinos. Para reconstruir toda esta rede de caminhos os investigadores podem servir-se não só de documentos, mas também do património edificado associado a Santiago ou aos itinerários religiosos, ainda existentes.

Ora, é claro que não há um só caminho para Santiago. Pelo contrário, existem vários caminhos que no seu conjunto formam uma rede que converge para a catedral onde segundo a tradição está o túmulo do Apóstolo. Evidentemente, existe uma hierarquia nessa rede de trajectos que de toda a Europa levam a Santiago de Compostela. As estradas principais são aquelas que recebem maior fluxo de caminhantes, mas para estas concorre uma miríade de estradas secundárias, na Península e na Europa em geral. Todas elas, principais e secundárias, constituem "O Caminho", porque ele não é apenas uma estrutura viária, mas essencialmente algo abstrato, o gesto de caminhar em direcção ao lugar sagrado. É, pois, mais que um caminho físico, essencialmente um percurso espiritual.

Por outro lado, e agora no plano da materialidade, os caminhos não foram sempre os mesmos. Com efeito, ao longo dos vários séculos, houve alterações em certos troços dos diversos trajectos que fazem parte de toda esta rede. Por exemplo, a construção de uma nova ponte podia levar a um desvio; o aparecimento de uma nova albergaria podia incentivar também algumas derivações. O que foi garantindo a fixação dos traçados foram as várias infraestruturas de assistência ao peregrino, construídas ao longo dos percursos, como os conventos e mosteiros, as igrejas, os hospitais, as albergarias, muitas vezes ligadas aos

Hospitalários ou às Confrarias do Espírito Santo.

Considerando a importância cultural e patrimonial deste itinerário religioso, que remonta ao século IX, o Conselho da Europa classificou, em 1987, o Caminho de Santiago como o Primeiro Itinerário Cultural Europeu. Pouco depois, a UNESCO reafirmou o seu valor ao classificar como Património da Humanidade alguns troços do mesmo em Espanha e França, nos anos de 1993 e 1998, respectivamente. Ora, em Portugal, também existem percursos associados a esta secular peregrinação, o chamado "Caminho Português". Um desses itinerários liga Lisboa a Coimbra, e parte do seu traçado segue a antiga estrada romana, circunstância muito comum. Este troço do percurso inicia-se na Sé Catedral de Lisboa, desce pelo bairro de Alfama, Campo de Santa Clara, Santa Apolónia, Xabregas, até atingir a zona ribeirinha e o actual Parque das Nações. Continua junto ao Tejo e pelo passeio do Sapal até chegar à foz do Trancão. Este trajecto está assinalado pela vieira, a simbólica concha, ligada ao peregrino, porque, desde tempos mais longínquos, comprovava a sua visita a Santiago (assim como a palma atestava a visita do crente à Terra Santa).

Perto da cidade de Sacavém o percurso segue pela foz do rio Trancão, subindo até à Praça da República, e, depois de cruzar a ponte, passa a ser um caminho pedestre que acompanha a margem direita do rio, seguindo na direcção da várzea. Mais à frente o trajecto acompanha a margem direita da ribeira de Alpriate, passa junto às ruínas da Quinta do Monteiro Mor, e, adiante, perto da Quinta do Brasileiro, já cerca do lugar da Granja e, portanto, dentro do concelho de Vila Franca de Xira.

Ligados ao culto de Santiago, e às peregrinações em Portugal,



estão também os cultos de Santo Amaro, São Roque, São Cristóvão e São Gonçalo de Amarante, padroeiros dos caminhos, dos caminhantes e das travessias de rios. Depois de formado o Reino de Portugal, os nossos monarcas demonstraram uma contínua devoção pelo Apóstolo: D. Afonso II peregrinou a Compostela em 1220, D. Sancho II em 1244. É por esta altura que surgem também os primeiros registos da prática da peregrinação "por substituição" (isto é, pagava-se a alguém para ir em nome do interessado, ou então este deixava em testamento uma verba a quem fosse a Santiago em seu nome, após a morte). A Rainha Santa Isabel peregrinou a Compostela duas vezes, a primeira, em 1325, após a morte de D. Dinis, tendo sido acompanhada de um séquito real, e a segunda em 1335, num registo mais modesto, procurando um certo anonimato. Outro monarca portu-

guês que fez este caminho foi D. Manuel I no ano de 1502. Enfim, embora muitos monarcas não tenham peregrinado a Santiago, contribuíram para a manutenção da tradicional peregrinação com doações a mosteiros, hospitais e albergarias, que cuidavam dos peregrinos no seu caminho. Actualmente há um interesse crescente por este itinerário. O número de pessoas que o fazem aumenta todos os anos, e, para além dos crentes, muitos são aqueles que o fazem pelo gosto de passear, incrementando o "turismo de natureza" e o ligado às caminhadas como uma atitude de contraponto ao stress da vida urbana. Muitos são os motivos que podem levar as pessoas a repetirem esta prática ancestral. Você, também, o poderá fazer, sobretudo caso ainda não conheça a bela cidade de Santiago e sua magnífica catedral – eis talvez uma boa sugestão para as próximas férias...

horizonte
fm 92.8

www.horizontefm.pt | Emissão Online



distribuição

ter mais de 4 milhões
de pontos de luz a
iluminar todo o país

é brilhante

De norte a sul, estamos ligados
à iluminação pública de todo o país,
promovendo simultaneamente
a implementação de novas tecnologias
eco-eficientes que contribuem, já hoje,
para que todos tenham um amanhã
melhor.

E mais brilhante!



APP edp distribuição
descarregue aqui grátis



a sua energia passa por nós

edpdistribuicao.pt

Ondas de Calor e Utilização de Abrigos



Actualmente o mundo enfrenta um período de alterações climáticas aceleradas com fenómenos meteorológicos extremos.

O calor representa um perigo efectivo para a saúde humana, dependendo da capacidade de adaptação dos grupos mais vulneráveis e dos factores individuais e ambientais.

A Direcção Geral da Saúde tem implementado desde 2004, um Plano de Contingência para Ondas de Calor, com o objectivo de minimizar os efeitos negativos do calor excessivo na saúde das populações e as medidas de actuação a desenvolver em cada caso, têm sido da responsabilidade das Administrações Regionais de Saúde e respectivos Departamentos de Saúde Pública em colaboração com as Unidades de Saúde Pública e outras entidades: Serviços de Protecção Civil e Segurança Social.

O Plano está ativo entre 15 de Maio e 30 de Setembro.

O que são Ondas de Calor?

Considera-se Onda de Calor quando no período de pelo menos, seis dias consecutivos, a temperatura máxima do ar é

superior em 5 °C.

As Ondas de Calor são mais notórias e sentidas pelos seus impactos nos meses de Verão.

Quais são os grupos mais vulneráveis às Ondas de Calor?

- As crianças nos primeiros anos de vida;
- As pessoas idosas (com idade

superior a 65 anos) e/ou acamadas;

- Os portadores de doenças crónicas;
- As pessoas obesas;
- As pessoas a tomar alguns medicamentos, como anti-hipertensores, antiarrítmicos, diuréticos, entre outros;
- Os trabalhadores expostos ao sol e/ou ao calor;
- As pessoas que vivem em más condições de habitação.

Quais os efeitos para a saúde?

A exposição a períodos de calor intenso, constitui uma agressão para o organismo, podendo conduzir à desidratação, erupção cutânea, queimadura solar, sensação de mal-estar, agravamento de doenças crónicas, a esgotamento ou a golpe de calor.

Algumas recomendações para a prevenção dos efeitos do calor intenso:

- Aumentar a ingestão de água;
- Evitar bebidas alcoólicas e bebidas com elevados teores de açúcar;
- Devem fazer-se refeições leves e mais frequentes;
- Permanecer duas a três horas por dia, na altura de maior calor, num ambiente fresco, ou com ar condicionado;
- Em casa, durante a manhã, abra as janelas e mantenha as persianas fechadas, de modo a permitir a circulação de ar;
- Durante a noite, abra bem as janelas para que o ar circule e a casa arrefeça;
- Vestir roupas leves de algodão e de cores claras;
- Usar chapéu de abas largas e

óculos escuros;

- No período de maior calor tome um duche de água ténida;
- Evite sair de casa nas horas de maior calor, em especial entre as 11 e as 17 horas.

Porque devo ingerir mais água?

Quando o nosso corpo é exposto a temperaturas muito elevadas, aumenta a produção de suor, e assim perde uma maior quantidade de água e sais minerais essenciais ao bom funcionamento do organismo. Deste modo, é essencial que seja ingerida água nas quantidades recomendadas para repor toda aquela que foi libertada pelo nosso organismo durante a transpiração.

O que são abrigos?

Os abrigos são locais ou espaços estabelecidos como capazes de atenderem às necessidades e vulnerabilidades da população necessitada. Existem 3 níveis de abrigos:

Os abrigos de nível I são os abrigos temporários de livre acesso e são locais abertos ao público que disponham de sistema de refrigeração do ar, como centros comerciais, bibliotecas, cinemas, igrejas, entre outros.

Os abrigos de nível II são locais de permanência temporária e com apoio social, onde pessoas vulneráveis podem permanecer durante as horas de maior calor, nomeadamente, centros de dia e associações de apoio a idosos.

Os abrigos de nível III são locais de permanência temporária com apoio de saúde e apoio social e são pré-estabelecidos pela Segurança Social, Serviço

Municipal de Protecção Civil e Autoridade de Saúde.

Qualquer pessoa pode ir para os Abrigos?

Em caso de onda de calor, qualquer pessoa se pode abrigar nos locais de abrigo de nível I, pois são locais abertos ao público. Os abrigos de nível II e III são destinados a pessoas mais vulneráveis, que necessitem de apoio institucional, e que serão previamente sinalizadas pelas entidades anteriormente referidas. A deslocação destas pessoas para estes abrigos encontra-se assegurada pelo Serviço Municipal de Protecção Civil.

Onde estão localizados os abrigos?

A maioria das freguesias do concelho de Loures possuem um estabelecimento definido como abrigo, capaz de responder às necessidades das populações vulneráveis, pelo que em caso de emergência deverá contactar o Serviço Municipal de Protecção Civil através do N.º Verde 800966112

Para mais informações:
Direcção-Geral da Saúde: www.dgs.pt
Linha Saúde 24: 808 24 24

Elvira Martins Coordenadora da Unidade de Saúde Pública
Anita Moreno, Raquel Fontes e Rebeca Somkerek (estagiárias de saúde ambiental) e Fernando Dias-Técnico de Saúde Ambiental da Unidade de Saúde Pública do ACES Loures-Odivelas

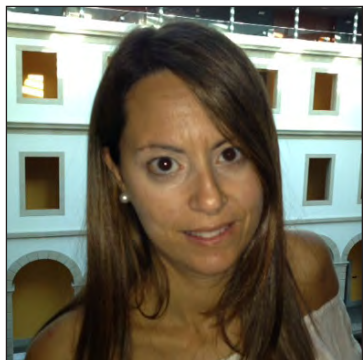
EDIFÍCIO EURO
Arrendam-se Escritórios
15m² a 90m²



Imobiliária Constructora, Lda

Av. das Descobertas, n.º15, 1.º B-C - Infantado - 2670-383 Loures
219 824 654 | 917 258 585 | geral@imovil.pt





Anabela Pereira
Nutricionista

Trabalho por turnos

Alterações dos hábitos alimentares e consequências para a Saúde

As grandes mudanças económicas, demográficas e tecnológicas promoveram uma necessidade de criar uma sociedade que funcione as 24 horas do dia, dependendo de um grande número de profissionais que trabalham por turnos rotativos.

Cada vez mais os profissionais estão preocupados com o impacto que estes horários possam ter na sua saúde.

Aproximadamente, um em cada cinco trabalhadores na Europa trabalha por turnos. Este sistema não segue o padrão habitual das oito horas diárias desempenhadas durante o dia, inclui turnos noturnos e rotação de horários. O corpo humano possui um ritmo natural próprio, o ritmo circadiano. O relógio biológico é progra-

mado para ficar activo durante o dia e dormir durante a noite.

Este regime de trabalho exige que os trabalhadores permaneçam activos num período em que o sistema biológico deveria estar em repouso, sendo por isso apontado como um dos maiores causadores de desordens fisiológicas e psicológicas. Estas desordens têm repercussões a nível da produtividade e da qualidade de vida e exigem que os trabalhadores estejam em constante adaptação física, emocional e social.

A restrição prolongada do sono e a rutura circadiana são prejudiciais para a saúde, havendo referências a alterações do sono (insónia e sonolência excessiva), humor, gástricas, podendo

levar a aumento dos acidentes de trabalho e da probabilidade de desenvolver obesidade e diabetes.

Estudos evidenciam que este tipo de regime de trabalho pode afectar a distribuição energética ao longo do dia. Há uma tendência para petiscar com mais frequência, em vez de ingerir refeições completas e para a inactividade física.

Outro tipo de comportamentos adoptados, por este tipo de trabalhadores para melhorar o desempenho, é a ingestão de substâncias que têm efeitos estimulantes sobre o sistema nervoso central, como o café. O uso excessivo de estimulantes afecta os padrões normais do sono.

Para minimizar os efeitos negati-

vos do trabalho por turnos, este tipo de trabalhadores devem, tanto quanto possível, reger-se por um padrão normal de refeições diurnas/noturnas. Evitar comer, ou pelo menos restringir a ingestão de energia, entre a meia-noite e as seis da manhã e tentar comer no início e fim do turno. Tomar o pequeno-almoço, antes de ir dormir de dia, ajuda a evitar que acorde devido à sensação de fome.

Estimulantes como a cafeína podem permanecer no organismo algumas horas após a ingestão e causar a sensação de alerta, interferindo assim com o sono. Se os trabalhadores neste regime de trabalho sentem que precisam de cafeína, devem ingeri-la no início do turno.

Devem dormir períodos de sono de 7/8 horas, sempre que possível e desligar o telefone durante as horas de descanso, para evitar que o sono seja interrompido. O processo de globalização veio alterar significativamente a relação do homem com o trabalho. Procura-se, cada vez mais, grande produtividade associada a um baixo custo de produção, o que leva um aumento dos ritmos e cargas de trabalho. Infelizmente não há solução para os problemas causados pelo trabalho por turnos, apenas recomendações que podem reduzir os efeitos nocivos na saúde física e psicológica.



quem vem...
VOLTA
Roteiro de Sabores
SANTA IRIA DE AZÓIA - S. JOÃO DA TALHA - BOBADELA

16 maio a 10 julho



*O prato é de tamanho equivalente a um prato de sobremesa.

Santa Iria de Azóia

O Caçador "Bife à Seleção"	Massacote "Massa à Tuga"	Casa das Bifanas "Bifana à Pantera Negra"	Pizzaria O Boss "Calzone CR7"	Tamuzaky Restaurante "Sushi Sashimi à Coentrão"	Zodiaco "Salada de Frango à Eliseu"	A Grade "Chanfana à Quinas"	Cantinho dos Aromas "Ronaldinha"	Rossio "Menu Euro"
-------------------------------	-----------------------------	--	----------------------------------	--	--	--------------------------------	-------------------------------------	-----------------------

S. João da Talha

O Moinho "Gambas à Cristiano"	Piccola Roma "Pizza Euro"	O Caracol Imperial "Moelas à Magriços"	O Benfica "Bifana à Chalana"	EcoBar "Dobrada à Fernando Santos"	Cervejaria Simões "Ninho D'Águia Simões"	A Colher "Tiras da Colher à Coentrão"	Pérolas do Paiva "Gambas à 2004"	Flor do Ribatejo "Bucha à Ronaldo"
----------------------------------	------------------------------	---	---------------------------------	---------------------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------------------------

Bobadela

Cantinho da São "Naco Adrien"	Concheiro do Boli/Petiscos "Bitoque à Bota de Ouro"	Casinha D'Ávo "Drible à CR7"	O Cantinho da Tia "Picapau com Queijo à Damas"	Tara Perdida "Tara Burguer à Seleção"	O Cantinho dos Fojes "Hambúrguer à Quinas"	O Casal "Moelas à Ronaldo"	Estrela da Bobadela "Chouriço Assado à Figo"	Massacote II "Hambúrguer à Tuga"
----------------------------------	--	---------------------------------	---	--	---	-------------------------------	---	-------------------------------------

Consulte:
www.quemvemvolta.pt
www.uf-ssb.pt



«Partilhar num mundo cada vez mais individualista»

É este um dos lemas que a Montiqueijo designou para o seu novo produto, o queijo fresco em barra, que lançou a 17 de Maio. Para apresentar este produto e salientar a polivalência do queijo fresco recorreu à Chef Justa Nobre, que preparou diversos pratos, para as mais variadas ocasiões.



A Montiqueijo é uma empresa familiar que se dedica à produção de queijo fresco, que controla na íntegra toda a linha de produção, desde a criação animal até ao produto final. Dina Duarte, directora geral, explica-nos a nova aposta, as principais características desta empresa, que foi fundada pelos seus pais, Ludovina e Carlos Duarte.

Como descreve este novo produto que estão a lançar no mercado?

Este novo produto assenta, nem mais nem menos, naquilo que temos de qualidade, que é o queijo fresco, produto que sabemos fazer e do qual nos orgulhamos muito. A sua base é o queijo fresco tradicional. A partir do mesmo tentamos desenvolver e inovar, não só apresentando um novo conceito em termos de embalagem, mas também através de uma nova solução introduzindo outros ingredientes no

queijo. Foi um trabalho que nos deu muita luta, começamos por fazer algumas experiências que a dada altura tivemos de abandonar.

Pensávamos que poderiam resultar, mas acordamos que não era fácil o casamento. Assim, passado quase um ano e meio, chegamos à conclusão que estes poderiam ser os primeiros passos a dar, relativos à inovação do queijo fresco, trazendo-o ao mercado de forma diferente: novos ingredientes e uma nova embalagem que permitisse apresentar o queijo num outro formato, com um aspecto enriquecedor. Simultaneamente, consideramos que esta também poderia ser uma forma de mostrar como um bom produto, feito de uma forma tradicional, pode ser também levado à mesa numa confraternização ou numa reunião de família, promovendo a partilha num mundo cada vez mais individualista.

O conceito de família está bem enraizado na Montiqueijo.

Sem dúvida. A Montiqueijo é uma família e não é só composta pela família de sangue, mas também por toda a equipa que compõe a Montiqueijo.

Na sua opinião, essa característica tem sido uma das chaves do sucesso?

Sim, também. É uma das principais chaves do sucesso. Um grupo de pessoas que vivem a Montiqueijo como a sua própria casa, como o seu trabalho. Ao trabalhar neste tipo de produtos tradicionais e de fabrico artesanal, não é fácil manter o nível de qualidade que nós apresentamos no mercado, quando começa a haver um crescimento em termos de produtividade. Isto só se consegue pela sabedoria das pessoas que estão a trabalhar conosco ao longo dos anos e que vão transmitindo o conhecimento a trabalhadores novos, que vão entrando para dar resposta às exigências da produção.

Uma das grandes notícias do ano passado, aliás, um dos motivos pelos quais a Montiqueijo foi nomeada para a Gala do Notícias de Loures, foi a comercialização na China. Como é que está a decorrer a entrada nesse mercado?

Esta a decorrer a uma velocidade extremamente interessante. Estamos nesta fase a oficializar toda a documentação.

Tivemos, no início de Abril, a visita do nosso futuro cliente às nossas instalações, o que foi uma surpresa muito grande. Vinham com o objectivo de trabalhar apenas o queijo curado, mas depois de provarem o queijo fresco e o requeijão, alteraram o seu objectivo e equaciona-se agora enviar queijo fresco e requeijão via aérea para a China.

O facto de trabalharem sempre novas etapas, alcançando novos objectivos, são também chaves que contribuem para o sucesso?

Como em tudo na vida, parar é morrer. Uma das características que a Montiqueijo tem tido é a facilidade da adaptação, de criar sempre algo inovador, criar dinâmicas que permitam agarrar e fazer com que tudo vá evoluindo,



quer a nível interno, quer a nível externo, mantendo a empresa activa e atingindo o sucesso.

Referiu o facto de toda a linha de produção ser totalmente controlada pela Montiqueijo. Crê que esse é um factor de diferenciação?

É um factor de diferenciação. Aliás, nós temos um conjunto de factores de diferenciação que todos somados fazem a grande diferença. Nós temos o leite de produção própria, nós conseguimos garantir ao consumidor o paladar e textura do queijo durante o ano inteiro, através da uniformização da alimentação dos animais durante todo o ano, não sofrendo oscilações.

Isso obrigou a que a Montiqueijo se expandisse para fora do concelho de Loures?

Em 1997 fomos obrigados a tomar decisões e, uma delas, foi abalar com a parte da produção de leite do concelho de Loures, porque as instalações onde nós tínhamos os animais e a queijaria, não nos permitiam fazer o crescimento. Tínhamos um terreno que nos permitia fazer o crescimento, no que diz respeito à parte da unidade da produção

de queijo, mas na parte da unidade dos animais não tínhamos área. Na altura surgiu-nos uma oportunidade, perto, no concelho do Montijo, para onde optamos por ir.

Outra estratégia foi a elaboração da Confraria do Queijo Fresco, onde a Montiqueijo também está integrada. Pensa que isso pode trazer novos clientes e dinamizar a marca, nacional e internacionalmente?

Penso que a Confraria do Queijo fresco é mais um reforço para valorizar o produto em si, no todo, sem se falar em marcas. É esse o objectivo também da Confraria, a promoção de um produto muito rico que temos na região saloia. Temos produtos muito bons que temos que agarrar e saber evidenciá-los. O queijo fresco é de facto um produto diferente, que não tem concorrência a nível internacional. A única concorrência que existe é entre colegas dentro da zona limítrofe do concelho de Loures e do concelho de Mafra. Na minha opinião, a Confraria traz a possibilidade de promover um produto rico como ele é, sem o objectivo de distinguir marcas.

«Todas as receitas incluíam o queijo, mas na quantidade adequada, para não cansar»



A Chef Justa Nobre ficou encarregue de explanar as qualidades do queijo fresco para as mais diversas situações. Desde entradas a pratos principais, passando por sopas e sobremesas não faltou nada a esta apresentação.

Foi fácil preparar toda esta ementa?

Foi sim porque trabalhei com um produto de excelência: tanto o queijo curado como o queijo fresco. Por outro lado é fácil usar estes queijos neste género de ementa, que integra tanto as confecções salgadas como as confecções doces. Depois é só ter imaginação, gosto pela cozinha, que é uma coisa que graças a Deus tenho e ter um produto bom, como estes queijos da Montiqueijo que são espectaculares. Fizemos uns pratos simpáticos.

No conjunto do que fez, que prato destacaria, ou qual foi aquele cujo resultado final

mais lhe agradou?

Todos tiveram um bom resultado: por exemplo, o requeijão no doce, que fiz com abóbora funcionou bem. Nós estamos habituados a comer uma fatia de requeijão e uma colher de doce de abóbora. Eu transformei isso numa sobremesa. Evidenciou-se bem o requeijão e a abóbora. Depois as bolinhas que fiz com peito de frango, bom para crianças, para um cocktail, para uma festa, para um lanche, acho que ficaram muito bem. A mousse, que fiz com queijo e alperces, também adorei. Portanto, é difícil dizer o que gostei mais. Até sopa fiz, uma sopa de beterraba que servi com cubinhos de queijo fresco. É uma sopa que podemos comer no verão, bem gelada, numa festa, num almoço de amigos. Todas as receitas incluíam o queijo, mas na quantidade adequada, para não cansar. Havia bastante leveza, pratos delicados e bem saborosos, estando tudo muito bem combinado.

Costuma afirmar que gosta quando os produtos são nacionais e de qualidade.

Sim. Sou uma cozinheira que defende e usa produtos nacionais em todas as áreas. No que diz respeito ao queijo, nós temos queijos mesmo muito bons. A Montiqueijo tem realmente um queijo de excelência, que me deu muito prazer trabalhar. É um queijo já virado para o modernismo: os queijos temperados, com tomate e manjerição, com alecrim, que abrangem gostos mais delicados e mais variados. Esta característica é uma vantagem para a marca, para quem compra e para quem confecciona. Já é fácil chegar a estes produtos portugueses e, simultaneamente, já incluem outros ingredientes como o tomate ou o manjerição. É só transformar o queijo naquilo que quisermos. São só vantagens.

Pedro Santos Pereira

PSICOLOGIA



Patrícia Duarte e Silva
Psicóloga Clínica

Geração Sanduíche

Só há pouco tempo me deparei com esta nova terminologia. Ao analisarmos esta expressão, vemos o quanto esta se enquadra na nova realidade dos adultos de hoje, adultos com um intervalo de idades entre os 50 e os 65 anos, que gerem a sua vida entre filhos em busca da sua autonomia e pais que começam a perdê-la.

O que é um cuidador?

Como o próprio nome indica, é alguém que cuida do outro, sendo o outro um idoso ou um dependente.

Esta geração tem a seu cargo dois tipos de dependentes: os pais, quer por incapacidade física, quer por cortes sofridos nas

reformas, quer por crescente falta de autonomia e os filhos presos entre vínculos laborais precários e a falta de oportunidades no nosso País. Estão “ensanduichados” entre duas gerações.

Com o aumento da esperança média de vida, os agregados familiares têm uma maior presença de idosos nas suas redes familiares, ao mesmo tempo que se regista uma saída tardia dos jovens da casa dos pais. O desemprego tardio também vem agravar este panorama. Adultos com filhos, que devido a situações de desemprego ou dificuldades na gestão do orçamento familiar, passam a depender dos pais, quer monetariamente, quer no apoio e na educação das crianças. Existem dois sentimen-

tos associados a estes adultos, o de que estão a retribuir o apoio que lhes foi dado no passado e o sentimento de culpa, associado à gestão da vida pessoal/novo papel de cuidador. Como é que as organizações olham para esta nova realidade? Como situações de menor disponibilidade, desinteresse e baixa produtividade por parte dos seus trabalhadores. Qual a razão? A nova rotina familiar. Os novos papéis e exigências colocados a esta geração nem sempre são ajustáveis às obrigações decorrentes do contexto de trabalho. O desafio está em conseguir conciliar a multiplicidade de exigências que se lhe deparam diariamente. É o confronto entre a gestão das obrigações profissionais e a das

personais e familiares sem comprometer nenhuma delas.

Este confronto constante pode conduzir a situações de exaustão física/psicológica e a problemas de saúde derivados desse suporte. Não se deixe chegar ao limite da exaustão! Se não cuidar de si em primeiro lugar, não terá condições para cuidar do outro.

Deixo-lhe aqui algumas sugestões:

- Encare a situação! Além de mulher/homem, mãe/pai, filho/filha, agora também é cuidador;
- Procure ajuda! Doenças mais graves, como Alzheimer, cancro, etc. exigem uma maior dedicação. Peça ajuda às pessoas que o rodeiam. Se o seu orçamento o

permite, contrate um enfermeiro ou alguém que o possa ajudar com os cuidados necessários enquanto está ausente. Noutros casos, fale com as juntas de freguesia ou centros paroquiais;

- Converse sobre o assunto! Fale com as pessoas que lhe são próximas, tente com a ajuda de todos adequar as novas rotinas;
- Informe-se! Ao saber lidar com determinadas situações e comportamentos, previne o seu desgaste. Fale com a assistente social do hospital ou com um profissional de saúde ou com um psicólogo;
- Cuide de si primeiro! É vital cuidar do seu bem-estar físico e emocional. Tente descobrir o que lhe dá prazer e o motiva fora da nova rotina imposta.



LOURES - QUINTA DO CONVENTINHO

Excelente apartamento 3 assoalhadas na Quinta do Conventinho. Bons acessos, zona sossegada. Cert.Energético - Classe C

\ 092160056

118.000 €



LOURES - QUINTA DO CONVENTINHO

Excelente apartamento 3 assoalhadas em zona calma com bons acessos. Boa oportunidade. Cert.Energético - Classe C

\ 092160152

117.500 €



LOURES - TORRES DA BELA VISTA

Excelente apartamento 3 assoalhadas completamente remodelado. Bons acessos, próximo de zona comercial, hospital, espaços verdes e escolas. Cert.Energético - Classe C

\ 092160075

85.000 €



LOURES - TORRES DA BELA VISTA

Apartamento 3 assoalhadas bom estado conservação. Recentemente remodelado. Com boa vista, boa acessibilidade a auto-estradas e transportes. Junto a zonas comerciais, hospital, escolas e zonas verdes. Cert.Energético - Classe D

\ 092160061

85.000 €

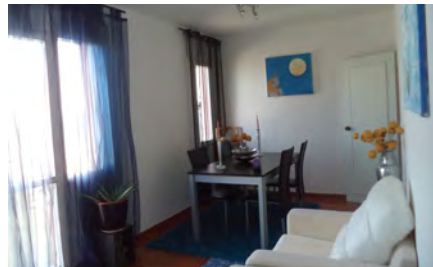


LOURES - TORRES DA BELA VISTA

Ótimo apartamento 3 assoalhadas em bom estado de conservação. Situado junto a zonas verdes, escolas, centro comercial, hospital e auto estradas. Cert.Energético - Classe D

\ 092160136

69.000 €



LOURES - SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Apartamento 3 assoalhadas remodelado, cozinha equipada Boa exposição solar. Zona de transportes e comércio. Fácil acessibilidade. Cert.Energético - Classe D

\ 092160048

72.000 €

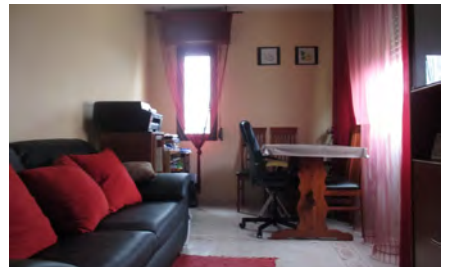


LOURES - SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Apartamento 3 assoalhadas com boas áreas, remodelado. Junto a transportes públicos em zona sossegada. Cert.Energético - Classe C

\ 092160151

70.000 €

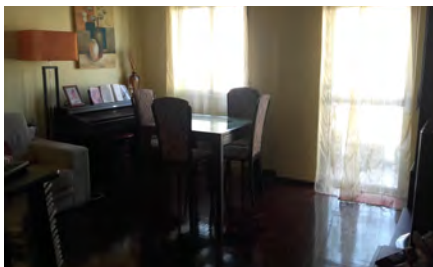


LOURES, SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Apartamento 3 assoalhadas, boas áreas, em zona calma e com ótimos acessos. Boa oportunidade de negócio. Cert.Energético - Classe B-

\ 092160098

65.500 €



LOURES - FLAMENGA

Apartamento 4 assoalhadas remodelado, em zona calma e com bons acessos. Cert.Energético - Classe C

\ 092160129

97.500 €

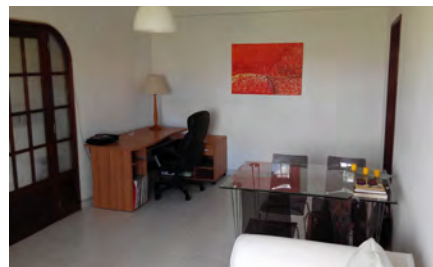


LOURES - PONTE FRIELAS

Apartamento 3 assoalhadas remodelado. Excelente zona, boas áreas, junto a transportes públicos, parque infantil e ringue de futebol. Cert.Energético - Classe C

\ 092160108

97.000 €

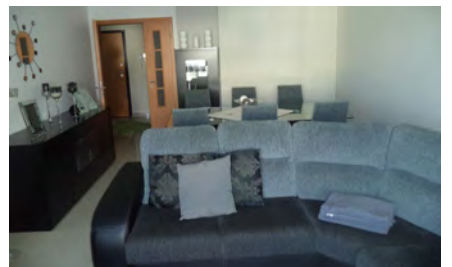


LOURES - SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Apartamento 4 assoalhadas com áreas amplas, quartos com roupeiros embutidos e sala com vista panorâmica. Zona calma e com bons acessos. Cert.Energético - Classe D

\ 092160110

86.000 €

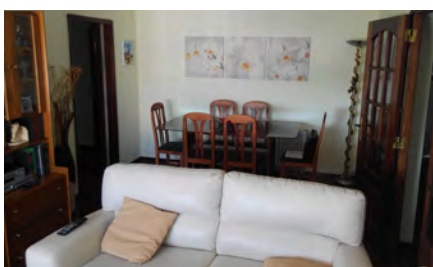


LOURES - SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Fantástico apartamento 4 assoalhadas, situado num excelente espaço urbanístico. Boas áreas com excelentes acessos. Cert.Energético - Classe C

\ 092160066

147.000 €



LOURES - SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS

Apartamento 4 assoalhadas, remodelado. Bem localizado, perto de comércio, transportes e serviços. Cert.Energético - Classe D

\ 092160007

99.000 €



LOURES - PARADELA

Fantástica moradia 5 assoalhadas como nova, com excelente acabamentos. Domótica completa e piso radiante. Bons acessos. Venha visitar. Cert.Energético - Classe C

\ 092150246

555.000 €

SR. PROPRIETÁRIO SE QUER VENDER O SEU IMÓVEL

CONTACTE-NOS