



CRESCEMOS CONSIGO

ficçõesevents

ficçõesgifts

ficçõesmídia



Notícias de

Distribuído no Concelho de Loures

LOURES

ANO 11 | Nr. 132 MENSAL | 5 DE ABRIL DE 2025 | Diretor Fundador: Pedro Santos Pereira | Diretor: Filipe Esménio | Preço: 0,01€

APRESENTADO
O TRAÇADO DO LIOS

LOURES ENTRA NA NOVA ERA DA MOBILIDADE URBANA

Foi oficialmente apresentado o traçado do LIOS — Linha Intermodal Sustentável — um novo sistema de metro ligeiro de superfície que ligará os municípios de Loures, Lisboa e Oeiras. Com este projeto, Loures dá um passo firme rumo a uma mobilidade mais sustentável, acessível e eficiente, com impacto direto na vida de milhares de residentes.

Pág. 5

LIGAÇÃO NOTURNA ENTRE SANTA IRIA DE AZÓIA E ESTAÇÃO DO ORIENTE

Nova Rede Noturna arranca a 1 de abril com mais horários e percursos otimizados. A partir de 1 de abril, a Carris Metropolitana reforça a sua oferta de transportes públicos durante a madrugada, com a entrada em funcionamento da Nova Rede Noturna, uma aposta para responder à crescente procura por mobilidade acessível e eficiente fora dos horários habituais.

Carris Metropolitana 24h

Os dias vão ficar
mais longos a partir de abril.



Pág. 3

Crie os óculos
com a sua
personalidade

Veja mais detalhes no interior



ZONA ÓPTICA
Cuidamos dos seus olhos



Filipe Esménio
Diretor

ANO DE ELEIÇÕES, CANDIDATOS E... GRELHAS DE ESPETÁCULOS!

Se 2025 fosse um prato típico, seria uma feijoada democrática, ou uma Sopa da Pedra: temos legislativas marcadas, autárquicas a aquecer, presidenciais no horizonte e pré-campanhas a borbulhar por todo o lado. Há tanto boletim a caminho que o papel pode começar a escassear mais depressa que os sacos do pão. No Notícias de Loures, decidimos estar à altura da maratona e começámos a revelar, em primeira mão, quem são os rostos que vão (ou querem muito) entrar na corrida.

Desta feita temos Rita Sarrico, candidata do Bloco de Esquerda à Câmara de Loures. Diz que "jamais virará costas a quem mais precisa" e acusa o executivo de ter um discurso "sem dó nem piedade". Se as eleições fossem um musical, o título seria: A Oposição Ataca Outra Vez.

Por falar em artes de palco, o Clube do Palco celebrou o Dia Mundial do Teatro com uma exposição cheia de figurinos e um espetáculo com lotação esgotada. Como diz um aluno de 17 anos: "Aqui posso ser eu mesmo, sem ter de ser sempre

perfeito." É quase política, mas com mais talento.

Em Santa Iria de Azóia, o Mercadona abriu as portas e criou 90 empregos. Tem sumo de laranja espremido na hora, arroz de pato para levar e prateleiras a brilhar. Ricardo Leão esteve presente e lembrou: "Loures está no centro do investimento." E pelos vistos, também no centro do carrinho de compras. Para este ano mais um novo se espera para os lados de Frielas.

A mobilidade também evoluiu: a Carris Metropolitana reforçou a linha noturna 2730, ligando Santa Iria à Estação do Oriente entre a 01h00 e as 05h00. Agora, sair às 4 da manhã já não é desculpa para não aparecer. A noite tem caminhos — e horários.

No Centro Comercial Continente Loures, a gestora Isabel Pereira destaca os eventos, dos fados ao Dia de Portugal e os desejos para o futuro: "Uma estação de Metro aqui à porta seria transformador." Quem sabe? Já temos lojas de tudo, só falta a estação e...

2025 vai ser animado. Fiquem connosco. Aqui, temos a informação que faz falta.



Cristina Fialho
Chefe de Redação

LOURES, NETFLIX E A VIDA REAL

Vi a série Adolescência, da Netflix, e confesso: esperava mais um retrato exagerado de miúdos mimados a dramatizar a vida. Mas não. Vi algo cru, desconfortável, e, acima de tudo, verdadeiro. Demasiado verdadeiro. Vi o reflexo da juventude que vive

ao nosso lado, que estuda nas escolas de Loures, que apanha o mesmo autocarro que nós. A série mostra-nos jovens desorientados, mergulhados num mundo de aparências, redes sociais e influencers que ditam quem se deve ser e como se deve parecer. Mostra-



nos o abandono emocional, a ausência de diálogo, o desespero de querer ser visto — mesmo que seja por estranhos no Instagram.

E é aqui que entra a nossa realidade. Há poucas semanas, Loures foi abalada pela notícia da violação de uma rapariga de 16 anos. Um crime hediondo, cometido por outros jovens. A pergunta impõe-se: como é que chegámos aqui? Como é que não vimos os sinais? Que sinais são esses?

Pais e educadores perguntam-se, com razão, como podem proteger os seus filhos. Mas antes disso, talvez devamos perguntar: como podemos conhecê-los verdadeiramente? Sabemos o que eles veem no TikTok? Sabemos quem são os seus ídolos? Sabemos como se sentem quando não recebem "likes" suficientes? E, acima de tudo, sabem eles que podem falar connosco — sobre tudo?

A juventude de hoje vive entre ecrãs e expectativas irreais. Dentro e fora das escolas, o telemóvel é um apêndice do corpo. Influencers e streamers tornaram-se guias espirituais de uma geração que, muitas vezes, não encontra referências em casa. E nós, adultos, estamos a conseguir acompanhar? "Adolescência" não é só entretenimento. É um espelho. E Loures, como qualquer outra cidade, deve olhar-se nesse espelho com coragem. Porque por trás de cada caso que chega às notícias, há muitos mais que passam despercebidos — e muitos podem ser evitados se estivermos atentos, presentes e dispostos a ouvir sem julgar.

A série acaba. Mas a realidade continua. E talvez seja altura de fazermos menos scroll e mais conversa. Porque, no fim, todos queremos o mesmo: que os nossos filhos cresçam em segurança, livres — e sobretudo, escutados.

Geral
geral@ficcõesmedia.pt

Editorial
cristina_fialho@ficcõesmedia.pt

Comercial
noticiasdeloures@ficcõesmedia.pt

f Notícias de Loures

www.noticias-de-loures.pt

219 456 514



Conheça o novo conceito de óculos criados especialmente para si. **Exclusivo na Zona Óptica.**

zonooptica.pt

DISPONÍVEL NO
Google Play

Disponível na
App Store



ATUALIDADE

Notícias de **LOURES** 3

LIGAÇÃO NOTURNA ENTRE SANTA IRIA DE AZÓIA E ESTAÇÃO DO ORIENTE

Nova Rede Noturna arranca a 1 de abril com mais horários e percursos otimizados.

A partir de 1 de abril, a Carris Metropolitana reforça a sua oferta de transportes públicos durante a madrugada, com a entrada em funcionamento da Nova Rede Noturna, uma aposta para responder à crescente procura por mobilidade acessível e eficiente fora dos horários habituais.

No concelho de Loures, será a linha 2730, que liga Santa Iria de Azóia à Estação do Oriente, a beneficiar deste reforço, com mais quatro horários entre a 01h00 e as 05h00.

Horários noturnos da linha 2730:
Sentido Estação do Oriente: 01h15, 02h45, 04h15

Sentido Santa Iria de Azóia: 02h00, 03h30, 05h00

Esta medida insere-se no plano de modernização da Carris Metropolitana, que visa facilitar a mobilidade noturna entre zonas residenciais e áreas de centralidade metropolitana, como a Estação do Oriente, promovendo a equidade territorial e o acesso a oportunidades a todas as horas do dia. Segundo a empresa, os novos horários foram definidos com o objetivo de tornar as deslocações noturnas mais rápidas, diretas e confortáveis, reforçando a conectividade entre os vários concelhos da Área Metropolitana de Lisboa (AML).

Anova grelha de horários e as linhas abrangidas pela Rede Noturna podem ser consultadas no site

oficial da Carris Metropolitana, na opção "Pesquisar linhas".

Serviço metropolitano integrado

A Carris Metropolitana é uma marca conjunta dos 18 municípios da AML, coordenada pela Transportes Metropolitanos de Lisboa (TML), que unifica a operação rodoviária da região sob uma mesma imagem e padrões de serviço.

Desde a sua criação, tem vindo a implementar uma série de melhorias: renovação da frota com viaturas menos poluentes, maior frequência e cobertura de linhas, bem como uma aposta clara na uniformização da informação ao público, com canais acessíveis e centralizados.

No caso do concelho de Loures, incluído na Área 2 da operação, os ganhos em matéria de mobilidade têm-se refletido na cobertura geográfica, nos horários disponíveis e na fiabilidade do serviço.

A empresa afirma que continuará a trabalhar para garantir um transporte público de qualidade, ambientalmente responsável e ajustado às necessidades da população.



24 Abril 22:00
Ricardo Ribeiro
canta José Afonso

Concerto evocativo do 25 de Abril
com a participação do grupo
de cante **Ganhões de Castro Verde**

50
25 ABRIL
LOURES

25 Abril 21:30
Cantar Abril
Concerto
participativo
Conservatório Artallis

26 Abril 21:30
Concerto Evocativo
do Centenário
de Mário Soares
Orquestra Sinfónica de Loures

Pavilhão Paz e Amizade, Loures
Entrada livre mediante reserva de bilhetes
Lotação limitada

PROGRAMA



OBJETIVOS
DE DESENVOLVIMENTO
SUSTENTÁVEL

50
X2
DE MÓDULO
CRA
SIA
25
DE
ABRIL



cm-loures.pt





CLUBE DO PALCO CELEBRA DIA MUNDIAL DO TEATRO COM EXPOSIÇÃO E ESPETÁCULO

O Clube do Palco - Associação Cultural de Artes do Palco celebrou o Dia Mundial do Teatro, assinado a 27 de março, com a inauguração de uma exposição no Centro Comercial da Portela e a apresentação de um espetáculo no auditório do mesmo espaço. A inauguração da exposição contou com a presença do presidente da Junta de Freguesia de Moscavide e Portela, Ricardo Lima, e do vogal Tiago Batista. A mostra, criada pela professora Vera Ferreira a convite do diretor-geral do Centro Comercial da Portela, Paulo Miranda, traça um percurso visual da história do Clube do Palco, que há 12 anos desenvolve a sua atividade no Centro Cultural de Moscavide com o apoio da junta de freguesia. Em exibição até ao dia 5 de abril,

estão alguns dos figurinos mais marcantes criados por Cristina Cordeiro, usados em espetáculos ao longo da última década pelas várias turmas da escola. A exposição inclui ainda uma seleção de fotografias captadas por Carla Pais, que retratam momentos únicos das produções realizadas. Entre os musicais apresentados pelo Clube do Palco ao longo dos anos contam-se títulos como "Em Busca de Oz", "As Aventuras de Annie", "Shrek" e "A Bela e o Monstro".

Espetáculo com casa cheia e novas estreias anunciadas

No mesmo dia, o auditório do Centro Comercial da Portela foi palco de um espetáculo especial, com casa cheia, onde os alunos do Clube do Palco interpretaram temas dos seus

anteriores musicais e apresentaram excertos dos próximos espetáculos a estrear em 2025: "Grease" e "Matilda". Segundo a direção da associação, o Clube do Palco tem como missão usar o teatro como ferramenta de desenvolvimento pessoal, promovendo a autoconfiança, a descoberta de talentos e a expressão individual de crianças e jovens. "Temos testemunhado verdadeiras transformações em adolescentes que antes mal falavam e que hoje conseguem cantar ou representar perante uma plateia cheia", explica a equipa.

Atividades extracurriculares e pré-inscrições abertas

Além das aulas regulares de teatro musical, o Clube do Palco dinamiza clubes de teatro como atividade extracurricular em

escolas públicas e privadas, bem como workshops em períodos de férias letivas. As inscrições para o próximo ano letivo já estão abertas, com vagas limitadas. Os interessados devem solicitar o formulário de pré-inscrição através dos contactos da associação.

O Clube disponibiliza várias turmas:

Drama Jr (a partir dos 5 anos)

Kids Up (a partir dos 9 anos)

Teens (a partir dos 12 anos)

Os alunos têm aulas de canto, dança e representação, orientadas por uma equipa de professores especializados.

Testemunhos de quem vive o palco

Santiago Moreira, 17 anos, aluno da turma Teens, resume a experiência assim:

"O Clube do Palco representa

um lugar seguro, onde posso ser eu mesmo, onde não existe a pressão de ser sempre perfeito, onde há espaço para errar." Já Frederico Silva, pai do pequeno Vicente, de 6 anos (turma Drama Jr), destaca os benefícios emocionais da atividade: "É um lugar mágico, onde as crianças são livres, criativas e felizes. O Vicente adora cada momento que lá passa. Como pai, sinto que esta experiência tem contribuído imenso para o seu desenvolvimento físico e emocional."

Contactos úteis:

geral@clubedopalco.pt
917 551 443 |

Instagram: @clubedopalco
Carla Pais Fotografia:

www.carlapais.com

RP Print Center:

rp.printcenter@gmail.com



EDITAL

POSTO DE ABASTECIMENTO DE COMBUSTÍVEIS

Processo n.º D-27824

Em conformidade com a disposição n.º 9 da Portaria n.º 1188/2003, de 10 de outubro, com as alterações introduzidas pela Portaria n.º 1515/2007, de 30 de novembro, são convidadas as entidades singulares ou coletivas a apresentar, por escrito, a esta Direção Geral, sita na Av. 5 de Outubro, 208 (Edifício Sta. Maria), 1069-039 Lisboa, dentro do prazo de 20 dias, a contar da data da publicação deste edital, as suas reclamações contra a concessão da licença requerida pela entidade abaixo indicada, nos termos do Decreto-Lei n.º 267 /2002, de 26 de novembro, com a redação conferida pelo Decreto-Lei n.º 217 /2012, de 9 de outubro, podendo para o efeito examinar o respetivo processo.

Entidade: PLENERGY Port, Unipessoal Lda.

Localização do Posto de Abastecimento de Combustíveis:

Morada: E.N. 250 ao km 39,300 (lado esquerdo)

Localidade: Frielas

Freguesia: U. de Freguesias de Santo António dos Cavaleiros e Frielas

Concelho: Loures

Distrito: Lisboa

Finalidade: venda

Lisboa, 12 de Março de 2025

Bernardino Gomes

Chefe de Divisão DRAT/DSC

Por delegação de poderes - Despacho n.º 1394/2025 DR n.º 21/2025, II Série de 30/01/2025

APRESENTADO O TRAÇADO DO LIOS LOURES ENTRA NA NOVA ERA DA MOBILIDADE URBANA

Foi oficialmente apresentado o traçado do LIOS — Linha Intermodal Sustentável — um novo sistema de metro ligeiro de superfície que ligará os municípios de Loures, Lisboa e Oeiras. Com este projeto, Loures dá um passo firme rumo a uma mobilidade mais sustentável, acessível e eficiente, com impacto direto na vida de milhares de residentes. O LIOS será composto por duas linhas principais: a LIOS Oriental e a LIOS Ocidental. É precisamente a primeira que terá maior incidência no concelho de Loures, ao ligar Santa Apolónia, em Lisboa, à cidade de Sacavém. O percurso, com cerca de 8 quilómetros e 17 paragens, atravessa zonas densamente povoadas, servindo diretamente freguesias como Moscavide, Portela, Sacavém e Bobadela. O traçado agora divulgado inclui pontos estra-

tégicos como a Avenida dos Descobrimentos, na Portela, a estação da CP em Sacavém e a Quinta dos Remédios, na Bobadela. Ao todo, estima-se que cerca de 90 mil habitantes venham a ser beneficiados pela nova linha, que aposta numa resposta eficaz às necessidades de transporte quotidianas da população. A par da nova infraestrutura, está prevista também a reformulação das linhas da Carris Metropolitana que servem a zona oriental do concelho, com especial atenção às ligações às estações ferroviárias de Santa Iria de Azóia e Bobadela. O objetivo é potenciar a interligação entre os diferentes modos de transporte, reduzindo tempos de espera e facilitando a articulação entre metro ligeiro, comboio e autocarros. Para o presidente da Câmara Municipal de Loures, Ricardo Leão, o projeto é estratégi-

co: “O LIOS permitirá otimizar os tempos de percurso e oferecer uma experiência de deslocação mais rápida, confortável e adaptada à vida urbana. Estamos também a trabalhar para reforçar a oferta da Carris Metropolitana em zonas como São João da Talha e Santa Iria, garantindo uma rede de transportes verdadeiramente integrada.” Com este investimento, o concelho de Loures afirma-se como peça-chave na nova geração de mobilidade urbana da Área Metropolitana de Lisboa. A entrada em funcionamento do LIOS representa não apenas uma melhoria nas deslocações, mas também um contributo relevante para a descarbonização, a redução da pressão rodoviária e a valorização dos territórios. A mobilidade do futuro começa agora — e Loures estará na linha da frente.



EGGO
**CRESCEMOS
CONSIGO**



ficcoesmedia.pt



LIDL INAUGURA MAIOR CENTRO LOGÍSTICO DO PAÍS EM LOURES

Foi inaugurado em Loures o maior centro logístico do Lidl em Portugal. A nova infraestrutura, que representa um investimento superior a 115 milhões de euros, ocupa uma área de 54 mil metros quadrados e tem capacidade para armazenar até 44 mil paletes. Vai servir cerca de 100 lojas da zona centro do país e cria mais de 200 novos postos de trabalho diretos no concelho. A cerimónia de inauguração decorreu na sexta-feira, 21 de março, e contou com a presença do Ministro da Agricultura e Pescas, José Manuel Fernandes, do Secretário de Estado da Economia, João Rui Ferreira, do presidente da Câmara

Municipal de Loures, Ricardo Leão, e do CEO do Lidl Portugal, Hélder Rocha. Implantado numa antiga pedra desativada, o centro logístico de Loures destaca-se pela sua complexidade de engenharia e pelas soluções sustentáveis implementadas. Entre estas, incluem-se painéis solares com capacidade para abastecer 800 habitações por ano, sistemas de reaproveitamento de águas pluviais e certificação ambiental BREEAM. O investimento incluiu ainda a criação de novas vias de acesso e arranjos no espaço público, num total de 5 milhões de euros, reforçando a ligação a zonas habitacionais e industriais

da região. O presidente da Câmara Municipal de Loures, Ricardo Leão, sublinhou a importância deste investimento para o concelho: "Hoje inauguramos uma grande obra que será determinante para o desenvolvimento socioeconómico local. Loures está no centro do investimento." Para o Lidl, esta inauguração insere-se na celebração dos 30 anos de presença no mercado português, reforçando a sua capacidade logística e o compromisso com o país. A empresa emprega atualmente cerca de 9 mil pessoas em Portugal, contando agora com quatro centros logísticos: Santo Tirso, Torres Novas, Palmela e, agora, Loures.



NOVA PIZZA BOLONHESA



Molho de Tomate Caseiro, Queijo Mozzarella, Carne de Vaca Picada, Azeitonas e Orégãos

ENTREGA GRATUITA*

PORTELA

RUA DOS ESCRITORES (Quiosque)

TODOS OS DIAS
12h às 22h

☎ **967 936 610**

TAKE AWAY
ESPLANADA
ENTREGA

Zonas de Entrega:
Portela, Moscavide,
Urb. Jardins do Cristo Rei,
Parq. das Nações,
Sacavém e Olivais

* Entrega gratuita, com valor mínimo de 11.50€
De segunda a domingo das 18h às 22h



é lou jardins

NOVO
LANÇAMENTO COM
CONDIÇÕES
ESPECIAIS



UMA CASA DE FÉRIAS PARA TODOS OS DIAS

É possível viver a dois passos de Lisboa com o conforto reservado a quem está de férias. Ora veja!
Piscina / Ginásio / Sala Multiusos / Lobby decorado / Zonas verdes e de lazer / Cozinhas equipadas
/ Interiores amplos e agradáveis varandas / Estacionamento privativo / Excelentes acessos
/ Sustentabilidade e eficiência energética

T1 a T4, em condomínio fechado desde €296.180 | Agende já a sua visita ao andar-modelo!

ERA OLIVAIS olivais@era.pt · 218 542 070

M3F - Mediação Imobiliária, Lda. AMI 4697 | Cada Agência é jurídica e financeiramente independente.





RITA SARRICO É A CANDIDATA DO BLOCO DE ESQUERDA A LOURES



Deputada municipal de 29 anos lidera alternativa à gestão de Ricardo Leão. Habitação, Saúde e Urbanismo são as prioridades da candidatura bloquista.

O Bloco de Esquerda escolheu Rita Sarrico como candidata à presidência da Câmara Municipal de Loures nas eleições autárquicas de 2025. Com 29 anos, atriz e produtora, Rita Sarrico é deputada municipal e dirigente nacional do Bloco, tendo coordenado nos últimos quatro anos o trabalho autárquico da concelhia de Loures.

Eleita em 2021 para a Assembleia Municipal, Sarrico presidiu à comissão de Educação, Juventude, Cultura e Desporto, e destacou-se como principal voz da oposição à atual maioria PS/PSD, lê-se em comunicado do BE. Defensora ativa do direito à habitação, da requalificação das escolas e da melhoria das condições de vida das populações mais vulneráveis, Rita Sarrico assume agora o desafio de liderar uma candidatura “combativa, solidária e comprometida com a justiça social”.

“Loures vive uma crise social profunda. Desde que o PS assumiu o executivo em coligação com o PSD, a gestão do concelho tem sido marcada pela conivência com interesses privados, pela especulação imobiliária e pela ausência de respostas para os problemas reais da população”, afirma a candidata.

Sarrico acusa o presidente da Câmara, Ricardo Leão, de adotar “um discurso conservador, discriminatório e de perseguição aos mais vulneráveis”, aproximando-se de posições da extrema-direita. A candidata recorda episódios como as ameaças de impedir o acesso de crianças às refeições escola-

res por incumprimento dos pais, os despejos sem soluções habitacionais e a entrega do urbanismo “aos interesses dos grandes especuladores”.

“O Bloco tem estado na linha da frente da oposição a esta política. Estivemos com quem luta pelo direito à habitação, pela defesa dos serviços públicos e contra as injustiças sociais. Nunca virámos a cara às lutas essenciais deste concelho e continuaremos a dar voz a quem mais precisa”, sustenta.

A candidatura do Bloco de Esquerda pretende afirmar-se como uma alternativa de governação “solidária, humanista e centrada nas pessoas”. Rita Sarrico revela ainda que o partido está em diálogo com outras forças progressistas locais para construir uma solução autárquica que “responda às urgências da população e trave a política discriminatória do atual executivo”.

NOTAS BIOGRÁFICAS

A concelhia de Loures do Bloco de Esquerda escolheu Rita Sarrico como candidata à presidência da Câmara Municipal de Loures nas eleições autárquicas de 2025.

Com 29 anos, Rita Sarrico é atriz, produtora, deputada municipal e dirigente nacional do Bloco de Esquerda. Foi eleita para a Assembleia Municipal de Loures em 2021, tendo desde então coordenado o trabalho autárquico da estrutura local do partido. No âmbito do seu mandato, presidiu à comissão de Educação, Juventude, Cultura e Desporto e destacou-se pela intervenção em áreas como o direito à habitação, a requalificação do parque escolar e a defesa de melhores condições de vida para as populações mais vulneráveis.

Fundadora da estrutura AçãoReação, Sarrico tem promovido a acessibilidade na produção cultural e o acesso à cultura como direito transversal a todos os estratos socioeconómicos. Está ainda envolvida em várias plataformas de ativismo, como o ELLA, a MídiaNinja e o coletivo Feministas em Movimento (FEM).

A nível local, tem sido a principal voz da oposição ao atual executivo liderado por Ricardo Leão (PS), denunciando práticas que considera discriminatórias e penalizadoras para os mais vulneráveis. Entre os exemplos que aponta estão as ameaças de exclusão de crianças das refeições escolares por dificuldades de pagamento por parte das famílias, despejos sem soluções habitacionais alternativas e uma aproximação preocupante do discurso do executivo municipal às posições da extrema-direita.

RESTAURANTE

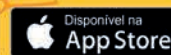
ESTÁDIO DA PORTELA

VENDAMOS COMIDA PARA FORA

CENTRO COMERCIAL DA PORTELA, Nº2 - 1º ANDAR | 219 435 201 | 916 141 090

Conheça o novo conceito de óculos criados especialmente para si. **Exclusivo na Zona Óptica.**

zonaoptica.pt



ATUALIDADE

Notícias de **Loures** 9

MERCADONA ABRE SUPERMERCADO EM SANTA IRIA DE AZÓIA

A Mercadona abriu quinta-feira, 20 de março, o seu primeiro supermercado no concelho de Loures, localizado em Santa Iria de Azóia, na Rua D. Afonso Albuquerque. A nova loja é a primeira de dez

que a cadeia espanhola prevê inaugurar ao longo de 2025 em Portugal, gerando 90 novos postos de trabalho estáveis, com contratos sem termo desde o primeiro dia.

A cerimónia de abertura contou

com a presença do presidente da Câmara Municipal de Loures, Ricardo Leão, acompanhado por elementos do executivo municipal, numa visita institucional às instalações.

Ricardo Leão destacou a relevância do investimento para o desenvolvimento do concelho: “A abertura desta primeira loja Mercadona em Loures confirma a atratividade do nosso território e o nosso compromisso com o desenvolvimento socioeconómico local. Este é um passo importante na criação de emprego e dinamização da economia.”

A nova loja conta com 1.900 m² de área de vendas, 209 lugares de estacionamento — incluindo espaços para carregamento de veículos elétricos — e 416 painéis solares que contribuem para uma redução de 20% no consu-

mo de energia. Dispõe ainda de zona para estacionamento de trotinetes e bicicletas, reforçando o compromisso da empresa com a mobilidade sustentável.

Oferta diversificada e responsabilidade social

O supermercado disponibiliza todas as secções habituais da Mercadona, incluindo Talho, Peixaria, Charcutaria, Padaria, Frutas e Legumes, Pronto a Comer, Garrafeira, Perfumaria e produtos para o lar e animais de estimação. Destaque para os corredores amplos, carrinhos ergonómicos e máquinas de sumo de laranja espremido na hora.

Como parte da sua política de responsabilidade social, a loja de Santa Iria de Azóia inicia desde já a doação diária de bens alimentares ao Centro Social e

Paroquial da Bobadela, uma instituição local com a qual a Mercadona celebrou um protocolo de colaboração. Em 2024, a empresa doou 1.300 toneladas de alimentos a mais de 80 entidades sociais em Portugal.

Expansão em Portugal continua

A Mercadona emprega atualmente cerca de 7.000 pessoas no país e fechou 2024 com um volume de vendas de 1.778 milhões de euros. Para 2025, prevê um investimento de mais 157 milhões de euros e a abertura de 10 novas lojas, incluindo uma em Frielas, também no concelho de Loures.

Os interessados em integrar a equipa da Mercadona podem consultar as vagas disponíveis em www.mercadona.pt.



ENTREGAS AO DOMICILIO
A partir de **30€**
de compras

Vinhos e Destilados Acessórios Produtos gourmet

+351 961 350 775
lojadovinhoportela@gmail.com
www.whynotwine.pt
WhyNotWine

Garrafeira

Why Not Wine



TODOS OS ANOS TRABALHAMOS PARA OFERECER EXPERIÊNCIAS ÚNICAS AOS NOSSOS VISITANTES.

O Jornal de Loures esteve à conversa com a gestora do Centro Comercial Continente de Loures, Isabel Pereira, que nos falou sobre a oferta atual, os projetos para 2025 e o papel do centro comercial na vida da comunidade local.

Qual é a oferta do CCC Loures para os seus visitantes?

Além do hipermercado Continente, o CCC Loures disponibiliza cerca de 60 lojas distribuídas por diversas áreas, como serviços de lavandaria, cabeleireiro, mecânica, loja de animais, produtos de cosmética, entre outros. De referir que este centro conta com insígnias de referência como a Decathlon, Worten, Leroy Merlin, Rádio Popular, e no ano passado inaugurou

ainda espaços comerciais de reconhecidas marcas como a Tiffosi, Pepco e Villanova.

Salientamos também a presença da Loja Solidária da Santa Casa da Misericórdia de Loures, que oferece um importante espaço para apoiar causas sociais.

Para além das lojas e serviços, temos uma programação anual de atividades e iniciativas de cidadania, pensadas para fortalecer a interação com o público. Destacamos, ainda, as ações em colaboração com a PSP de Loures, que têm tido sempre um grande impacto na nossa comunidade. Essas parcerias são fundamentais para estreitar laços com os nossos visitantes e promover um ambiente mais seguro e consciente.

Quais são as atividades que o Centro Comercial do

Continente de Loures tem preparadas para este ano?

Este ano já começámos a realizar os Ateliers Criativos, que decorrem mensalmente, no primeiro domingo de cada mês, com temáticas variadas, desafiando a criatividade das crianças. Estes ateliers envolvem desde trabalhos manuais a atividades gráficas, com o objetivo de proporcionar momentos divertidos e educativos em família.

Além disso, no Dia de Portugal, teremos a Noite de Fados, que celebrará, pelo terceiro ano consecutivo, a tradição deste género musical tão característico da nossa cultura. Será uma noite inesquecível, com a guitarra portuguesa a embalar a voz dos artistas convidados.

Este ano celebramos o nosso



Conheça o novo conceito de óculos criados especialmente para si. **Exclusivo na Zona Óptica.**

zonaoptica.pt

DISPONÍVEL NO
Google Play

Disponível na
App Store



ATUALIDADE

Notícias de **LOURES** 11

23.º aniversário e estamos a preparar um programa bastante completo e dinâmico para assinalar a data com a nossa comunidade. E, claro, a época de Natal será, como sempre, muito especial, com uma decoração deslumbrante e uma programação recheada de surpresas e atividades para toda a família.

Todos os anos trabalhamos para oferecer experiências únicas aos nossos visitantes. Já recebemos este ano o Coro de Santa Maria de Loures, que encantou todos com as tradicionais "Janeiras". Iremos, como habitual, celebrar várias efemérides ao longo do ano, como a Páscoa, Dia da Mãe, Dia da Criança, São Martinho, entre muitos outros momentos especiais.

O que está a ser feito para melhorar a experiência do cliente durante os períodos

de maior afluência?

Durante os períodos de maior afluência, como o Natal ou outras datas festivas, preparamos um ambiente organizado e agradável, com a presença de equipas treinadas para oferecer o melhor suporte.

Paralelamente, promovemos atividades lúdicas e dinâmicas pensadas para as crianças, permitindo que os pais ou acompanhantes possam desfrutar das compras e dos serviços com mais conforto e sem pressas.

Como está o centro comercial a adaptar-se à crescente procura por compras online e retiradas em loja?

Apesar do crescimento do comércio online, acreditamos que as lojas físicas continuam a ser essenciais para a estratégia de muitos negócios, pois oferecem uma experiência de compra que vai muito além

da transação. Apostamos em proporcionar um ambiente agradável, seguro e com uma relação próxima com o cliente.

Que mensagem gostaria de deixar aos clientes e à comunidade local?

Queremos expressar a nossa gratidão pela confiança e apoio contínuo da comunidade. O CCC Loures é, e continuará a ser, um local de encontro para toda a família, com o objetivo de criar momentos memoráveis e proporcionar experiências únicas. A nossa missão é continuar a oferecer atividades e serviços de qualidade, sempre a pensar nas necessidades dos nossos visitantes.

Que projeto gostaria de destacar para o futuro do Centro Comercial de Loures?

Embora não exista um projeto concreto de expansão neste momento, vemos com muito

bons olhos a possibilidade da expansão da linha de Metro vir a incluir uma estação no Centro Comercial de Loures. Sem dúvida, esta solução transformaria a dinâmica do espaço, facilitando o acesso e tornando-o ainda mais atrativo e acessível a todos.

APOIO

**CENTRO
COMERCIAL
CONTINENTE
LOURES**



25 *1974-2025* **DE ABRIL**

Para continuar, sempre!

www.jf-loures.pt





António Monteiro Fernandes
CFO & Finance Advisor
Iproperties - Rede Doutor Finanças

VENDE “PRODUTOS” OU “SERVIÇOS”? BULLSHIT!

Desde sempre que está instituído que se vende uma de duas coisas: “Produto”, ou “Serviço”... Na verdade, não poderia estar mais errado! Sem ofensa... é tudo Bullshit!

Vejam os: Existe alguém essencial para que possamos ter um processo de venda de qualquer “produto” ou “serviço”... chama-se Cliente!... Vamos antes chamar:

“Pessoa”!

Para iniciar esse processo, há uma coisa que é essencial: Haver uma Pessoa potencialmente interessada num “Produto” ou em usufruir de um “Serviço”.

É também incontornável saber-se expor à dita Pessoa as vantagens e benefícios que poderá obter em “adquirir” esse “produto” ou “serviço”.

Vejam agora enumerar alguns dos fatores que fidelizam, ver-

dadeiramente, as Pessoas:

Características do “produto” ou “serviço” que o tornam especial:

- As performances extraordinárias de um automóvel; Uma simplicidade de utilização de um gadget; A confiança sentida num serviço após-venda; O aconselhamento inicial, confidente, para definir que “produto” ou “serviço” mais se adequa; A eficácia e eficiência de um tratamento de uma doença grave, dolorosa e potencialmente letal; etc.

Se reparar, as características enumeradas acima, não são nem “produtos” nem “serviços” Então, se não se vendem “produtos” nem “serviço”, o que vendes tu então?...

Invariavelmente, e sem exceção, em todos os casos acima, ou em quaisquer outros que se possam enumerar, o que se vende é uma (ou mais) das seguintes “coisas”:

- Depois de teres um bom diagnóstico, percebemos que aquela Pessoa irá sentir “borboletas no estômago”

quando sentir a pujança do arranque daquele carro ou ouvir o som daquele motor a roncar, não vendemos um carro... vendemos “borboletas para o estômago”...

- Depois de percebermos o modo de vida daquela pessoa, descobrimos que aquele modelo iria simplificar totalmente o seu dia-a-dia, não lhe vendeste um gadget... vendeste-lhe paz e tempo!
- Depois de entendermos o que levou aquela pessoa a recorrer ao serviço após-venda, executamos tudo de forma correta, sem necessidade de repetir o serviço, e ainda conseguimos superar o que era esperado, não vendemos um serviço de excelência... vendemos descanso e confiança!
- Depois de escutarmos todas as necessidades, intrínsecas e extrínsecas, daquela Pessoa, indicámos, de uma forma inequívoca o “produto” ou “modelo” adequado, não vendemos esse “produto” nem esse “serviço”... vendemos uma certeza!
- Depois de conhecermos bem o diagnóstico daque-

la Pessoa, sem esperança, nem vontade de viver, e depois de estudarmos bem as possibilidades de ação, aplicámos o tratamento certo. Não vendemos um serviço de saúde, nem um tratamento... Vendemos-lhe a própria Vida!!!

Em suma, ao invés de um “produto” ou “serviço”, o que vendemos foi: Borboletas no estômago, paz, tempo, descanso, confiança, certeza e... a própria Vida! Vendemos SONHOS!

No trabalho, como na vida, familiar ou social, tenha sempre em mente o impacto que as nossas atitudes têm no outro... Certamente que passaremos a “vender” Felicidade a todos!

É exatamente este foco que faz com que, na iProperties, tenhamos tanto sucesso junto das Pessoas que recorrem a nós em busca de uma melhor saúde financeira!

Não oferecemos um serviço de Intermediação de Crédito... oferecemos tempo, alívio na carteira, paz de espírito e saúde mental para aproveitar melhor a vida!

Também quer? Fale connosco: forum.oeiras@rede.doutorfinancas.pt



iProperties
Oeiras

► BREVEMENTE

Loja Fórum Oeiras

Registo BdP:
0007781



António Monteiro Fernandes

+351 911 780 613 | antonio.monteiro.fernandes@rede.doutorfinancas.pt



O EXTRAORDINÁRIO FEITO NO SÉC XVII DE UM HOMEM NASCIDO EM SANTO ANTÃO DO TOJAL

Nicolau de Orta Rebelo, nascido em Santo Antão do Tojal, batizado em 13 de dezembro de 1570, conforme registo no Livro dos Baptismos, Casamentos e Óbitos daquela freguesia era filho de Henrique de Orta, fidalgo da Casa Real.

A sua vida singular foi, no dizer de Sousa Viterbo "(...) uma existência ativa que merece ser arrancada da sombra em que tem jazido até agora".²

Com dezasseis anos fixou-se em Lisboa para seguir a carreira das armas e o facto de ter casado com Maria Dabreu, filha de Ruy Mendes Homem, também cavaleiro fidalgo leva-o a partir em 1591 para Goa quando este último morre sem poder comandar uma viagem às Molucas a pedido de Filipe II de Espanha. Nicolau de Orta Rebelo obtém do Rei essa autorização e empreende uma odisséia notável que se encontra registada na forma de roteiro, constando na "Relação da Jornada que fez Nicolau Dorta Rabello, Natural de Santo António do Tojal Termo Da Cidade de Lisboa Partindo De Goa Na Nau São Jacinto, E Do Que Lhe Aconteceu Na Não Athe Tocar Na Ilha De São Lourenço. E De Como Se Tornou A Goa, E Cometeu O Caminho Por Terra Athe Chegar A Cidade De Marcelha E Do Mais

Que Na Jornada Lhe Aconteceu", 1605.³

Trata-se de uma narrativa que Jean Aubin ⁴ considerou tratar-se de uma literatura de viagens, uma obra que é uma fonte documental, já que Orta Rebelo evidencia na sua descrição o seu interesse e o detalhe histórico-Geográfico e etnográfico.⁴

Um facto marcante ocorre quando Nicolau de Orta Rebelo, já cavaleiro fidalgo, depois de ter desenvolvido uma carreira como funcionário público como escrivão de alfândega e soldado, regressa a Portugal embarcando em Goa a 30 de dezembro de 1605 na nau S. Jacinto. Descreve Orta Rebelo que a nau encalhou e depois de passar por muitos perigos e trabalhos decidiu regressar a Portugal por terra "(...) parecendo-me mais acertado fugir aos desastres, eperigos do mar, e cometer um caminho tão incerto, e duvidoso..."³

Acompanhado por Frei Gaspar de São Bernardino ⁵ sabemos que Orta Rebelo sai de Mombaça a 6 de Abril de 1606 percorrendo durante 9 meses a Pérsia, Mesopotâmia e Síria.

No seu percurso descreveu aspetos arquitetónicos, tais como as cidades rodeadas por muros de adobe, as mesquitas ou as torres de tijolos cozidos ao sol, "(...) He esta Cidade

de Babilonia grande, toda cercada de muro de tijolo com muitos Baluartes, obra toda perfeita e bem acabada (...)"³

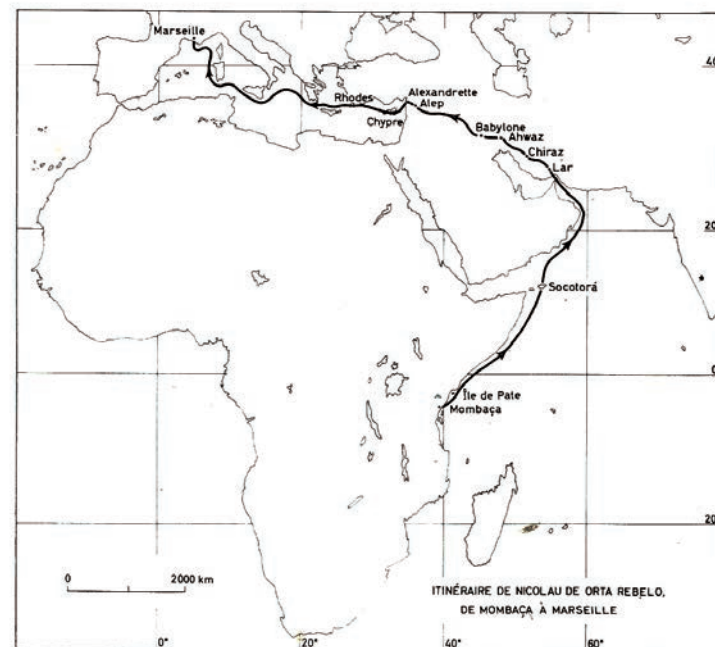
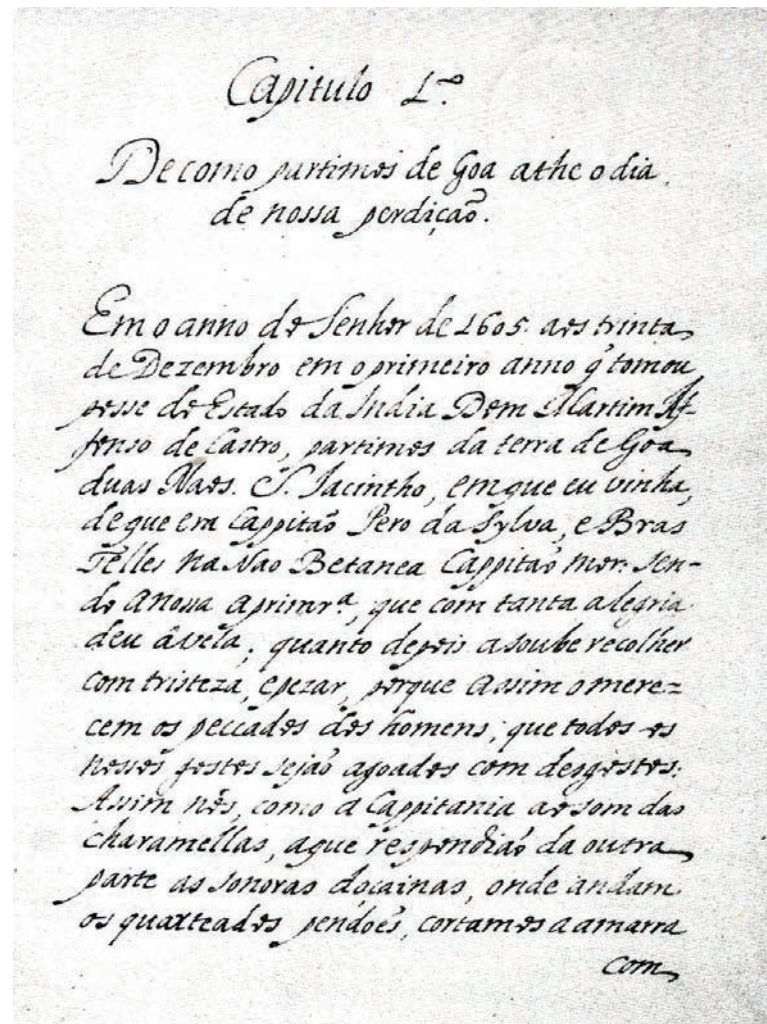
Orta Rebelo empreendeu assim esta longa jornada de dezembro de 1605 até abril de 1607, tendo viajado de Chipre numa embarcação até Marselha.

O seu interesse pelo Oriente leva-o a regressar de novo à Índia refazendo o mesmo percurso, desta vez viajando desde Madrid em novembro de 1607, chegando a Goa a 20 de Abril de 1608, tendo sido nomeado por Filipe III como escrivão pequeno ou de língua alfândega, ou seja intérprete.

Nicolau de Orta Rebelo instalou-se em Diu em 1624, tendo sido nomeado em 1629 tesoureiro do Senado de Goa e em 1635 é nomeado Conselheiro municipal de Goa. Com a Restauração e apoiando a Casa de Bragança, é nomeado por D. João IV em 1644, Juiz da Alfândega de Goa, cargo que será legado à sua filha Lucrecia de Rebelo.

É desta forma, de toda a relevância, assinar o percurso singular de Nicolau de Orta Rebelo que um dia partiu de Santo Antão do Tojal para o Oriente.

Maria de Fátima Grilo
Lic. História



Referências

¹ Arquivo Nacional da Torre do Tombo, Registos Paroquiais, Freguesia de Santo Antão do Tojal, Livro dos Baptismos, Casamentos e Óbitos, 1565-1600, fol. 22^ov

² Viterbo, Francisco M S, Viagens da Índia a Portugal por terra e vice-versa, Imprensa da Universidade, Coimbra, 1898

³ Serrão, Joaquim Veríssimo. Un voyageur portugais en Perse au début du XVIIe siècle. Nicolau de Orta Rebelo, Comité National Portugais pour la Célébration du 250^oe Anniversaire de la Fondation de la Monarchie en Iran, Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa, 1972

⁴ Austin, Jean, Une autre Relation du voyage de l'Inde en Chypre de Gaspar de S. Bernardino - 1969, Arquivos do Centro Cultural Português, Fundação Calouste Gulbenkian, vol. 1, Paris

⁵ São Bernardino, Frei Gaspar, Itinerário de índia por terra ate este reyno de Portugal, com a Descrição de Hierusalem, Lisboa 1953

GRÁTIS ▶ RECOLHA AO DOMICÍLIO NA PORTELA
▶ ORÇAMENTOS



925 320 809 • 219 456 514 pcassist1977@gmail.com | www.pcassistportela.com



Florbela Estêvão
Arqueóloga e museóloga

PAISAGENS E PATRIMÓNIOS

**DIA INTERNACIONAL DOS MONUMENTOS E SÍTIOS
LINHAS DE TORRES E O HOSPITAL DE SACAVÉM**

Mais uma vez celebra-se, no dia 18 de abril, o Dia Internacional dos Monumentos e Sítios, este ano com enfoque no tema o Património resiliente face às catástrofes e conflitos. Esta efeméride é promovida pelo International Council on Monuments and Sites (ICOMOS), organização não-governamental mundial associada à UNESCO. O Conselho Internacional dos Monumentos e Sítios é a única organização deste género que se dedica a promover a teoria, a metodologia e a tecnologia aplicada à conservação, proteção e valorização dos monumentos, conjuntos e sítios.

Na realidade, há muito que este dia é celebrado ao nível mundial, o mesmo acontecendo em Portugal, onde o organismo da tutela - o Património Cultural, I.P.- assume um papel de coordenação nacional, como entidade responsável. Para os interessados existe um menu no site deste organismo, onde todas as atividades desenvolvidas pelas mais diversas instituições são divulgadas, sugerimos a sua consulta: <https://www.patrimoniocultural.gov.pt/agenda/> Também, a Rede de Museus de Loures, oferece um programa específico que poderá consultar em: <https://www.cm-loures.pt/Conteudo.aspx?DisplayId=16535> Considerando o património cultural classificado no nosso concelho seleccionei as Linhas de Torres Vedras, precisamente por serem um sistema defensivo edificado maioritariamente em 1810, para defender a cidade de Lisboa e o seu importante porto comercial da 3ª Invasão Francesa, comandada pelo

general Masséna, oficial em quem o Napoleão depositava grande confiança. Esse período da história, o início do século XIX, foi particularmente difícil para os portugueses. A construção do sistema implicou um grande esforço da população civil, que sob orientação dos engenheiros militares, abandonaram os seus afazeres quotidianos e foram requisitados para trabalhar no alto das serras, participando na construção de mais de 150 fortificações militares de campo. Todavia, o esforço da população não se resumiu à sua cola-

boração nas Linhas de Torres, ela também foi essencial para a manutenção do exército anglo-luso, fornecendo alimentos, animais para abate e transporte, habitações para os “abalotamentos” de militares, ou seja, o aquartelamento de soldados em casas particulares. Mas, sem dúvida um dos impactos sociais e económicos mais consideráveis terá sido a devastação provocada pela passagem dos exércitos, pela pilhagem e violência sobre as populações e a fuga de milhares de pessoas que vieram para a região de Lisboa, princi-

palmente após a aplicação da política da “Terra Queimada”. Ora, o sistema defensivo conhecido como Linhas de Torres (atualmente integrado num projeto turístico e cultural designado por Rota Histórica das Linhas de Torres: <https://www.rhlt.pt/pt/>), é, sem dúvida, um património histórico, arquitetónico e militar que remete o visitante para um período da história nacional e internacional, onde os conflitos provocaram danos consideráveis, numa conjuntura que implicou uma nova definição da geopolítica internacional.

Mas, as Linhas de Torres devem ser, por sua vez, integradas num contexto mais alargado, nomeadamente a todo um sistema de apoio que fora das fortificações procurava dar resposta às necessidades. Por exemplo, em Sacavém, portanto, na retaguarda das Linhas de Torres, foi montado um Hospital Militar temporário. Para tal uma fábrica de estampanaria terá sido desativada para nela se instalar o dito hospital, assunto que abordarei na próxima crónica. Esse hospital militar recebia os soldados feridos em batalha, mas a presença deste equipamento implicou, por sua vez, a necessidade de se fazer um novo cemitério.

Consultando a correspondência de António Firmo Felner no Arquivo Histórico Militar, nomeadamente um documen-

to datado de 11 de novembro de 1810, este solicita autorização para realizar a compra de um terreno para o cemitério: “(...) Em consequência do Reverendo Prior do Lugar de Sacavém, me aviza, que no Semiterio da dita sua Parrochia, não tinha Sepultura em que se pode-se enterrar os Soldados que fallessem no Hospital Militar, que ali se acha(...)”, para reforçar esta necessidade o Reverendo Domingos Francisco Gonçalves, em 29 de outubro do mesmo ano afirma o seguinte: “A necessidade de Semiterio he úrgentissima, porque todas as Sepulturas da Igreja velha que Servia de Semiterio, Se achão cheas, não só dos Soldados que falecerão, mas também dos muitos daquelez infelices que fugiram percipidamente ao Inimigo vierão vencidos da fadiga da Saude e da mizeria acabar aqui o ultimo Suspiro.” Foram então tomadas todas as diligências para encontrar um terreno adequado a esta função, uma vez que a igreja já não podia receber mais corpos. De notar que o conflito implicou, em Sacavém, um aumento da mortalidade, tendo a paróquia que dar resposta aos seus paroquianos, mas igualmente aos soldados mortos no hospital e a muitos dos refugiados de guerra que fugiram para o interior das Linhas de Torres.

(Continua na próxima crónica)



Pormenor da paliçada do Forte da Ajuda Grande| Rota Histórica das Linhas de Torres.

CARTÓRIO NOTARIAL DE LOURES A CARGO DA NOTÁRIA ROSA MATOS ALVES

JUSTIFICAÇÃO NOTARIAL

Certifico, para efeitos de publicação, que foi lavrada neste Cartório, no dia cinco de Março de dois mil e vinte e cinco, exarada a folhas 37, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 426 - A, uma Escritura de Justificação, na qual, ANTÓNIO JOSÉ SOBRAL CATARINO e mulher ELISABETE DA COSTA RODRIGUES CATARINO, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, residentes na Rua do Carneiro, Lote 71, Bairro Alto de S. Lourenço, Santa Iria de Azóia, Loures se arrogam, com exclusão de outrem serem donos e legítimos possuidores, do direito a trezentos e cinquenta barra cento e quinze quinhentos e cinquenta e dois avos indivisos do prédio rústico, sito em Pirescoxe, freguesia da União das Freguesias de Santa Iria de Azoia, São João da Talha e Bobadela, concelho de Loures, inscrito na respectiva matriz predial sob o artigo 17 da Secção 1 B, descrito na Segunda Conservatória de Registo Predial de Loures, sob o número TREZENTOS E NOVENTA E UM, da freguesia de Santa Iria de Azoia. Que o referido imóvel lhes pertence por estarem eles justificantes na posse dele, há mais de vinte e um anos, sendo uma posse pacífica, contínua, pública e de boa fé, pelo que adquiriram o identificado direito por usucapião o que invocam para justificar o direito sobre tal imóvel para fins de registo na citada Conservatória.

Loures, 06 de Março de 2025.
A Notária,



Bruno Silveira
Consultor de Marketing digital

NÃO DÁ PARA AGRADAR A GREGOS E A TROIANOS

No marketing digital, é fácil cair na ilusão de que quanto mais pessoas atingirmos, melhor. Mas, como diz o ditado, quem tenta agradar a todos, acaba por não agradar a ninguém. Uma comunicação eficaz começa por saber exatamente com quem se quer falar — e, mais importante ainda, com quem vale a pena falar.

Público-alvo não é “toda a gente”

Muitas marcas baseiam-se apenas em dados demográficos: idade, género, localização. Mas duas pessoas com 35 anos, a viver na mesma cidade, podem ter estilos de vida e interesses totalmente distintos.

Pensemos em dois homens com o mesmo perfil: um é programador, trabalha remotamente e adora tecnologia; o outro é treinador de fitness e passa os dias rodeado de pessoas. A mesma mensagem dificilmente funcionará com ambos. E se a comunicação não for relevante, será ignorada — elementar.

Segmentar é investir melhor

Definir um público-alvo é focar energia onde há mais retorno. Para isso, é preciso conhecer o mercado e o comportamento dos consumidores, observar os concorrentes, entender o que torna a marca relevante, criar personas realistas e ajustar tudo regularmente.

Além disso, segmentar permite adaptar a linguagem, o tom e os canais de comunicação, o que melhora significativamente a ligação emocional com o público. E quando há ligação emocional, há mais confiança — e mais conversões.

Falar na linguagem certa

Falar bem é saber a quem se fala. Quando se conhece o público, é mais fácil escolher o tom certo, os canais ideais e resolver os problemas certos. E isso não só aumenta o impacto da mensagem, como também reforça o posicionamento da marca no mercado.

Menos é mais

No marketing digital, não é preciso gritar para se ser ouvido — é preciso comunicar com clareza e intenção.

Antes de lançar a próxima campanha, lembrem-se: não é suposto agradar a gregos e a troianos — é suposto agradar a quem realmente importa.

Mais informações sobre este tema envie email para bruno.silveira@siccreative.com



Alexandra Bordalo Gonçalves
Advogada

DAS NOTÍCIAS E DO DIREITO

MENTES VAZIAS E SINAIS DE LOUCURA

No mês em que celebramos a liberdade, a democracia, assistimos a notícias devastadoras.

Paga-se, nos Estados Unidos, a eleitores para trazerem outros para votar em juizes republicanos!

Sim, porque, pasme-se, há tribunais que aplicam a lei e revogam decisões do Presidente.

A separação de poderes é um instrumento absolutamente essencial do funcionamento dos países. Quer isto dizer, que se não sobreponem ou anulam.

A independência do poder judicial é absolutamente vital para que possamos

acreditar na justiça, mesmo quando não concordamos com a decisão.

Assisto a pronúncias e discursos públicos, cá e fora, absolutamente assustadores. Exibem ignorância, preconceitos diversos e fazem-nos temer pelo futuro.

Agradeço que por cá não tenhamos eleições de juizes, que os mesmos não façam campanha e se vinculem de forma tenebrosa a personagens sinistros.

Custa perceber a dificuldade de articulação de muitos jovens. Raia a incompreensão como as notícias falsas e fabricadas se tornam factos.

Respostas como: li na inter-

net; no insta, no face ou no tiktok banalizaram-se e demonstram a ausência de capacidade de análise e de crítica.

Estamos no domínio da loucura, de gente descebrebrada, prontinha para seguir cegamente o idiota de serviço, que fala mais alto, que tem mais seguidores, fans ou, simplesmente, aduladores à espera do benefício que desejam ou lhes foi prometido.

O livre arbítrio informado, esclarecido e livre é o que nos permite ser pessoa, dotada de individualidade e personalidade.

Os traços de carácter também se medem pelas esco-

lhas que fazemos, pelos compromissos que assumimos, pelas posições que adoptamos.

Umhas vezes enganamo-nos, outras não! E orgulhosos ficamos de ter escolhido e de o termos feito bem, com razão e consciência.

Mas nem tudo é mau. Acabo de ver imagens de videovigilância duma unidade de neonatologia quando aconteceu o sismo de Myanmar. Duas enfermeiras, uma com um bebé ao colo, os berços que se mexem, e as duas a tentar manter o equilíbrio e segurar os berços. Não pensaram em si próprias, mas sim na sua responsabilidade.

Ainda há esperança!

Que ao fim do dia, se aja da melhor forma, se tome a atitude certa, se adopte a posição que se deve, ainda que isso não traga elogios, popularidade ou ganhos de qualquer natureza.

Gosto de palavras como compromisso, responsabilidade e ética. Também gosto de consciência, idoneidade e lealdade.

Não faz mal ir contra a corrente se essa é a luz que me guia!

A verticalidade pode ser característica ingrata, mas no fim do dia gostamos do que vemos ao espelho e os nossos pensamentos não nos fazem pesadelos.

Saúde e Paz

CARTÓRIO NOTARIAL DE VOUZELA EXTRATO

Nuno António Martins Correia, Notário do Cartório Notarial de Vouzela certifica para efeitos de publicação, que iniciada a folhas 97 do Livro 252-N, deste Cartório, se encontra lavrada uma escritura de Justificação Notarial com data de hoje, na qual LUIZ HENRIQUES BATISTA, e ADELINA PRAZERES LAMEIRÃO BATISTA, casados na comunhão de adquiridos, ela natural de Cambra, e ele natural de Alcofra onde residem no lugar da Rua, ambas as freguesias do concelho de Vouzela na qual declaram serem donos da FRAÇÃO AUTÓNOMA designada pela letra B do prédio urbano em regime de propriedade horizontal sito na Rua Pero Vaz de Caminha, número dezassete na Pontinha, união de freguesias de Pontinha e Famões, concelho de Odivelas, composto de rés-do-chão B destinado a habitação, arrecadação e estacionamento na cave, inscrito na matriz predial sob o artigo 7334, descrito na Conservatória do Registo Predial de Odivelas sob o número mil trezentos e sessenta e sete B da freguesia de Pontinha e lá registada a aquisição a favor daquele Paulo Batista, pela Ap. 24 de 23/06/1992, com o valor patrimonial e atribuído de 80.636,81 euros.

Alegam os justificantes ter adquirido o referido imóvel, por mera doação verbal no ano de dois mil daquele titular inscrito, seu filho, Paulo Batista, sem respeito pela forma legal exigida.

Vouzela 3/3/2025.

O Notário: Nuno António Martins Correia

IRENE PAIXÃO DOS SANTOS LEITÃO NOTÁRIA

Rua D. Maria das Dores Sampaio, nº 14, loja C, 6300-687 Guarda

Líliã Patrícia Santos Marques Santos, colaboradora expressamente autorizada pela referida Notária, a praticar este acto, certifico para efeitos de publicação que por escritura outorgada hoje, neste Cartório, exarada a folhas 2 e seguintes do livro de notas para escrituras diversas 56-1 que, Paula Maria Martins Machado de Abreu Ferreira, natural da freguesia de Lousa, concelho de Torre de Moncorvo, residente na Rua Coronel Ernesto Melo Antunes, número 3, segunda cave esquerda, Guarda, casada sob o regime da comunhão de adquiridos, Carlos Alberto de Abreu Ferreira Machado, se declarou dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem há mais de vinte anos, pelo facto de em dia e mês que não pode precisar, do ano de dois mil, lhe ter sido doado verbalmente, com a natureza de bem próprio, por seus tios, Alice da Purificação Machado e João José Gil, residentes que foram na Rua Alexandre Herculano, número 24, segundo andar, freguesia de Odivelas, concelho de Loures, doação nunca titulada por escritura pública, pelo facto de seu tio ter ficado incapacitado e de ambos terem vindo a falecer, sem herdeiros legítimos, do seguinte prédio:

Fração autónoma designada pela letra E, correspondente ao segundo andar direito, destinada a habitação, do prédio urbano constituído em regime de propriedade horizontal, situado na Rua Alexandre Herculano, número 24, inscrito na respectiva matriz da freguesia de Odivelas sob o artigo 1487, com o valor patrimonial e atribuído de quarenta e nove mil quinhentos e quarenta e dois euros e quinze cêntimos, descrito na Conservatória do Registo Predial de Odivelas sob o número trezentos e um, da mencionada freguesia, inscrita a favor daqueles, João José e mulher, pela apresentação oito de dezoito de Julho de mil novecentos e oitenta e cinco, encontrando-se a propriedade horizontal, registada pela apresentação dezassete de vinte de Fevereiro de mil novecentos e oitenta e cinco. Que desde então, tendo-se operado a tradição material do bem, o tem possuído e usufruído, ou tem permitido o seu uso e fruição, habitando-o ou permitindo a sua habitação, procedendo a obras de conservação e restauro, consentando as janelas, pintando as paredes, tirando todas as utilidades pelo mesmo proporcionadas, tudo com ânimo de quem exercita um direito próprio, de forma reiterada e contínua, à vista de toda a gente da região, sem oposição de ninguém, sendo por isso a sua posse pacífica, pública, contínua e de boa fé, pelo que o adquiriu por usucapião, não tendo todavia dado o modo de aquisição, documento que lhe permita fazer a prova do seu direito de propriedade.

Está conforme o original.

Guarda, onze de Março de dois mil e vinte e cinco
Colaboradora

(Líliã Patrícia Santos Marques Santos)



João Calha
Consultor Informático

CONSULTÓRIO INFORMÁTICO

O QUE FAZER COM O FIM DO SUPORTE TÉCNICO DO WINDOWS 10?

Dados de 2024 apontam para que o Windows 10 seja o sistema mais utilizado em todo o mundo com cerca de 60% do mercado.

Com o fim do suporte do Windows 10 em 14 de outubro de 2025 as dúvidas dos utilizadores aparecem, o que devo fazer?

Deixo-vos as melhores soluções para este fim de suporte técnico:

Atualizar para o Windows 11

Esta é a primeira alternativa, fazer a atualização gratuita para o novo Windows 11:

Vá até Configurações > Atualização e Segurança > Verificar atualizações.

Para testar a compatibilidade instale o PC Health Check da Microsoft.

Se for compatível, basta seguir as instruções para a atualização gratuita.

Assim vai conseguir ter o Windows 11, mas com tudo o que tinha no seu antigo Windows 10.

Dica: faça sempre um backup de todos os seus documentos do computador antes de avançar com o update.

Continuar no Windows 10

Se decidir continuar no Windows 10 após 2025 o seu computador vai funcionar, mas sem atualizações de segurança que são muito importantes para evitar ataques ao seu dispositivo.

Para não correr riscos, o ideal é instalar um anti-vírus profissional e fazer pesquisas frequentes ao sistema. Não deve também fazer downloads suspeitos e faça backups regulares aos seus documentos importantes.

Comprar o Extended Security Updates

Empresas e utilizadores poderão pagar pelo suporte estendido (ESU) da Microsoft, que fornecerá atualizações de segurança por mais alguns anos. Em resumo, tem ainda algum tempo para decidir o que fazer com este final de suporte técnico do seu Windows 10, por isso teste se o seu computador é compatível com o Windows 11 e decida sem pressão.

Se tiver alguma dúvida envie um email para: pcassist1977@gmail.com



João Alexandre
Músico e Autor

NINHO DE CUCOS

**LUCY DACUS
FOREVER IS A FEELING**

Lucy Dacus acaba de lançar "Forever is a Feeling", quarto álbum de originais a solo, o primeiro com selo da gigante editora Geffen Records, muito a reboque do sucesso com o coletivo Boygenius de que Lucy faz parte e que foi já objeto de artigo no Notícias de Loures.

À beira de cumprir 30 anos de idade, este trabalho representa um assinalável momento de criação artística da cantora e compositora natural de Richmond na Virgínia, costa leste americana.

Após o álbum anterior "Home Video" de 2021, Lucy Dacus acabou por viver e usufruir intensamente da ascensão meteórica da sua banda Boygenius, com as parceiras Phoebe Bridgers e Julien Baker, a liderar a tabela de álbuns no Reino Unido, a atingir o top five nos EUA e a esgotar um concerto no Madison Square Garden. E é precisamente este crescimento que legítima e sustenta, pela base alargada de fãs, "Forever Is a Feeling".

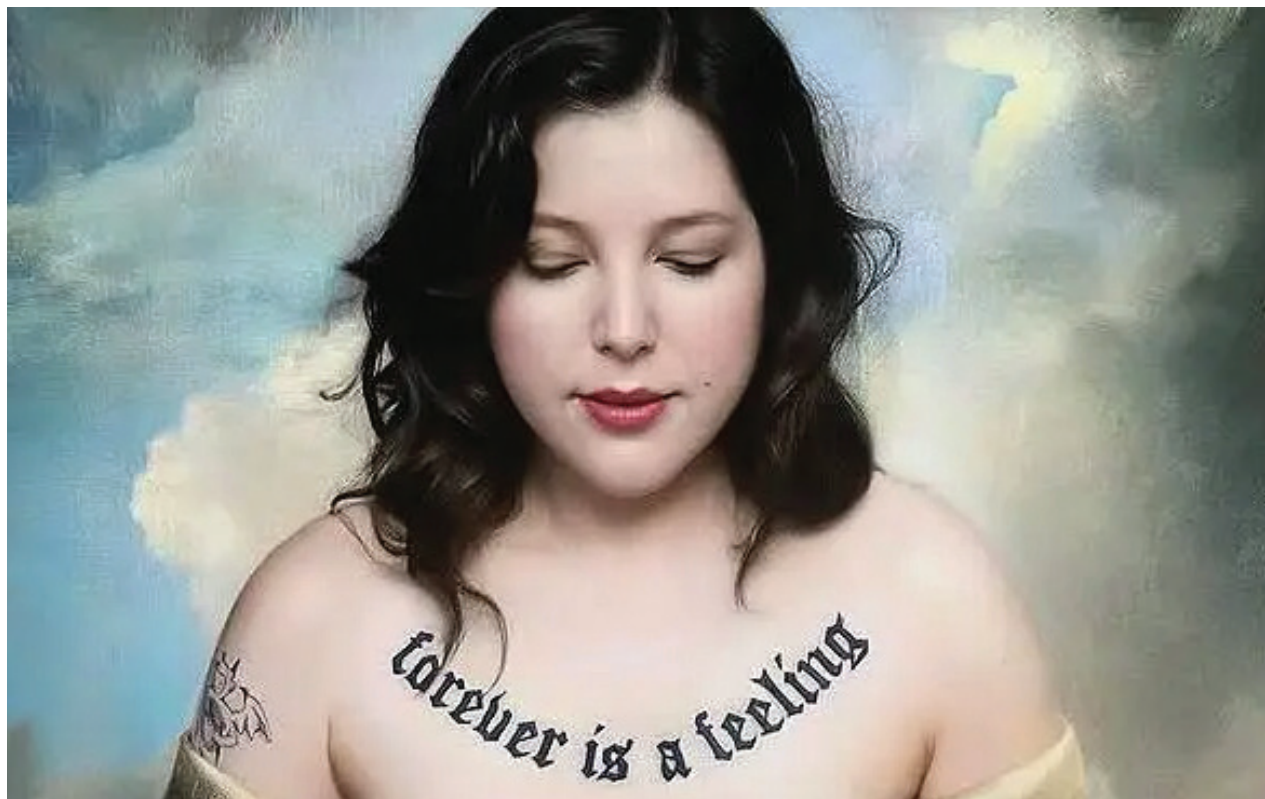
Produzido pela própria

Lucy Dacus e Blake Mills, o som agora bem mais expansivo, relativamente a "Home Video", inclui participações de Mills em vários instrumentos, as companheiras de banda nos coros e ainda Madison Cunningham nas guitarras e Phoenix Rousiamanis em violino e nos teclados, entre outras colaborações como a de Hozier no dueto "Bullseye", uma terna memória baseada na guitarra acústica e no pedal steel, sobre o amor sem arrependimentos após o final de uma relação.

Os 13 temas do álbum assumem formas diferentes, incluindo uma abertura dissonante "Calliope Prelude", o suspense do piano e das cordas em "Limerence" ao estilo cabaret, as texturas fortes e saturadas de "Talk" e o rock midtempo de "Most Wanted Man", cujos tons de guitarra mais pesados remetem para os Beatles, no entanto o tom geral do bloco instrumental/vocal é suave e terno, algo muito perceptível no excelente cartão de visita e single "Best guess", cujo o vídeo de figuras musicais andróginas transmite uma enorme felicidade.

Lucy Dacus demonstra em "Forever is a Feeling" ser uma das compositoras mais românticas e intensas da sua época no cenário indie rock. Desta feita aludindo ao folk intimista, de belos e polidos arranjos, como já haviam feito Cat Power e Angel Olsen, ideal para nos conduzir a uma jornada sentimentalista e das emoções pessoais em torno das suas tormentas amorosas mas sem ressentimentos.

É por tudo isto um trabalho muito positivo e a merecer a nossa atenção sem reservas.





Rui Pinheiro
Sociólogo

FORA DO CARREIRO

EN 10 OU VIA SACRA?

A Estrada Nacional nº 10, liga Cacilhas a Sacavém. Portanto, uma parte substancial situa-se na margem sul do Rio Tejo. Após a travessia da Ponte em Vila Franca de Xira, a dita artéria orienta-se em direcção a Sacavém e é sobre esta sua extensão, de cerca de 25 quilómetros, que vem nascendo uma verdadeira via sacra. Certamente, muitos portugueses têm noção que a denominada via sacra recria, espiritualmente, a jornada de Jesus Cristo carregando a cruz até ao calvário, percorrendo um caminho

de 14 estações. Há medida que vão nascendo rotundas neste troço da EN 10, mais o percurso de vai assemelhando à também conhecida Via Crúcis, ou seja, o caminho das cruces, ou Via Sacra, que cada vez mais pessoas têm de percorrer, com a sua própria cruz, porque escolheram vir residir para esta zona, nalguns casos, acredita-se, sem consciência do processo que aqui se desenrola de intensa e brutal urbanização de todo e qualquer pedaço de terra que esteja ainda livre de implantações urbanísticas.

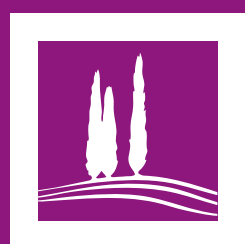
Como se sabe, nas últimas décadas, as autarquias têm sido sujeitas a uma pressão indecorosa para deixarem grassar a especulação imobiliária, as negociações associadas, os atentados ao ordenamento do território e a desconstrução da vida comunitária que por aqui se disfrutava. Os concelhos de Vila Franca e Loures (um mais, outro menos) têm visto um crescimento habitacional substancial, não obstante o saldo natural do país, que nos indica que cada vez somos menos portugueses (nascemos poucos e morremos cada vez

mais). A suposta e enganosa “evolução”, pela construção sem fim, tem muitas consequências na vida dos que habitam e trabalham ao longo da N 10. Um a longo prazo, outras a médio prazo e outras ainda com um carácter mais imediato. Não haverá rotundas, nem semáforos, que valham aos, cada vez mais, numerosos automobilistas, “drenados” quotidianamente para a N10 em direcção ao trabalho e em direcção a casa. A densidade de urbanização, associada à igualmente cres-

cente densidade de armazéns e logística resultam num completo “encharcamento” viário a todas as horas e transformam a Nacional 10 numa verdadeira Via Sacra rodoviária. É um insulto a todos, que as autarquias permitam este rumo e é um insulto que não exijam o prolongamento do metropolitano de Moscavide a Vila Franca de Xira (associado e aproveitando o caminho de ferro?). Precisamos de outro governo, mas também de autarcas com outra visão e outra ambição, que estes servem de pouco às comunidades...

126 DIAS e 30241 HORAS sem

- ▶ A LIGAÇÃO DO METROPOLITANO A LOURES E SACAVÉM
- ▶ A LIGAÇÃO DIRECTA DE SACAVÉM À SEGUNDA CIRCULAR
- ▶ A LIGAÇÃO VIÁRIA VARIANTE A BUCELAS
- ▶ A REQUALIFICAÇÃO DA FRENTE RIBEIRINHA DO TEJO
- ▶ CONSTRUÇÃO DE UM EQUIPAMENTO CULTURAL DE REFERÊNCIA NACIONAL METROPOLITANO
- ▶ O SISTEMA INTELIGENTE DE CONTENTORES SUBTERRÂNEOS



AGÊNCIA FUNERÁRIA LOURES

**FUNERAIS • TRASLADAÇÕES
CREMAÇÕES • ARTIGOS RELIGIOSOS**



219 830 665 • 919 317 250

Rua da República, 63 - A - Loures
geral@funerariadeloures.pt • www.funerariadeloures.pt

DIREITO DE PREFERÊNCIA

Sabine Siebert, nos termos do artigo 1380º do Código Civil Português e do artigo 24º do Decreto-Lei nº 384/88, de 25 de outubro, vem comunicar que possui um terreno rústico situado em Alrota, Bucelas, descrito na Conservatória do Registo Predial de Loures sob o nº. 2932 e inscrito na matriz predial sob o artigo 100 o qual pretende vender

O preço e condições de venda são os seguintes:

Preço:
100.000 Euros
(cem mil euros)

Forma de pagamento:
pronto pagamento

Nos termos legais, assiste o direito de preferência na aquisição deste terreno aos proprietários confinantes. Caso tenha interesse na compra, deverá exercer o seu direito no prazo de 8 dias a contar da data desta publicação.

Sabine Siebert
sabinesiebert@gmail.com



João Patrocínio
foodblogger @gastrono.minhas

GASTRONO.MINHAS

BOM PEIXE



É mesmo às portas de Lisboa, no limite do concelho de Loures, no Prior Velho, que viemos conhecer, - por sugestão de um leitor/seguidor nosso -, o Bom Peixe.

Então e não é que o Bom Peixe tem mesmo bom peixe?!

Funciona na base de Menus Completos, que variam de preço consoante a espécie de peixe que se escolher. Ou seja, se comermos carapaus é um preço e se comermos linguado é obviamente outro, mantendo sempre direito às entradas, bebida, sobremesa e café.

E é possível escolher mesmo o peixe que se deseja, bastando para isso fazê-lo no expositor bem recheado e pedi-lo ao responsável pelo espaço, o Filipe Silva, que nos ajuda na difícil tarefa de eleger o melhor, perante tanta variedade.

E é de facto uma montra digna de apreciação onde encontramos várias espécies todas em elevado estado de frescura. Desde o simples carapau para fritar, ao pregado, linguado ou rodovalho, passando pela posta de corvina ou goraz, ou os chocos e lulas.

O Filipe trabalha com peixe desde que deixou Braga para vir para Lisboa, tendo começado com venda ambulante e apenas algum tempo mais tarde se estabeleceu numa peixaria própria no Prior Velho, onde se manteve perto de vinte anos.

Assim, quis o destino que o

senhorio precisasse da Loja, o que determinou a procura de outro local.

Ora, nessa procura, encontrou há cerca de dois anos uma loja grande com dois espaços autónomos, onde instalou a peixaria e no outro pensou em abrir um restaurante de peixe.

E em boa hora o fez, pois se existe alguém que percebe de peixe é ele, o que determina o sucesso deste Restaurante com a ajuda da Esposa, do filho, e da equipa, que conseguem com muita simpatia, apresentar um excelente serviço com rapidez. Por tudo isso está quase sempre cheio. À hora que cheguei ainda havia mesas, mas depressa começou a formar fila à porta, o que aconselha marcação antes de ir.

A minha escolha incidiu numa Raia grelhada "à lagareiro", regada com bom azeite quente e alho, e acompanhada por batatinhas a murro e uns legumes cozidos. O Peixe, grelhado no ponto sem estar excessivamente seco, estava uma verdadeira especialidade.

Devo registar que, apesar de servir quase exclusivamente peixe grelhado, por norma, consegue ter uma ou duas sugestões de pratos do dia de tacho e também algumas alternativas de carne para grelhar.

Para quem gosta de peixe bem fresco é um local que recomendo, e que se deve ter em boa conta para ir individualmente ou em grupo.





Ricardo Andrade
Comissário de Bordo

ALEA JACTA EST?

Diz-se que Júlio César, ao tomar a decisão de atravessar o Rubicão com as suas legiões proferiu uma frase que se viria a tornar intemporal.

O “Alea jacta est” de então poderia até significar que os dados estão lançados quanto às Eleições Legislativas pois parece-me que as regras do jogo têm vindo a ser, aparentemente, definidas. No entanto penso que será prematuro dizer quer que as regras estejam todas definidas quer que o resultado do próximo acto eleitoral é previsível.

Temos, neste momento, listas partidárias aprovadas com cabeças de lista anunciadas, nomes de coligações essenciais aceites e reconhecidas pelo órgão competente e datas de debates televisivos publicitadas.

Poderíamos dizer que muito está definido mas o que não podemos deixar de ver é que não só muito ainda falta por dizer quanto aos programas e intenções dos concorrentes como é difícil de prever qual o rumo

que a campanha eleitoral irá tomar.

Dirão uns que esta campanha eleitoral será igual a todas as outras. Dirão outros que não querem nem saber. E dirão ainda alguns que esta campanha tem tudo para ser a mais “suja” e “lamacentas” de sempre.

Mais do que tentar fazer uma previsão ao estilo “Zandinga”, “Alcina Lameiras” ou “Maya” julgo que o importante seria que cada um de nós fizesse parte do que me parece ser uma essencial moralização das campanhas eleitorais no nosso país.

No que me toca não tomo a minha decisão de voto por quem é o mais bonito ou o mais feio. Não escolho onde vou colocar a minha cruz em função de clubismos ou fidelidades caninas. Não sigo este ou aquele na medida dos decibéis com que se tenta impor. Não olho apenas para o meu umbigo e para as minhas comodidades quando pondero quem eleger para lutar pelo futuro do país que acredito que podemos ter

e ser.

Mas ao ter esta atitude, tenho igualmente a obrigação de exigir ser tratado por quem concorre com o mesmo respeito que terei sempre por quem decide abraçar o desafio de concorrer a cargos públicos. Tenho que exigir que todos os candidatos se empenhem igualmente (independentemente do seu lugar numa lista ser mais acima ou mais abaixo) por interagir com os eleitores (como eu próprio) procurando dar-nos nota do que são as propostas com que se comprometem perante todos os seus concidadãos. Tenho que exigir que a Comunicação Social não se perca em “casos” e “casinhos” mas se concentre em “espremer” de todos os candidatos o maior número de informações sobre qual o rumo que pretendem para o nosso país e como pretendem atingir esse desígnio. Tenho que exigir responsabilizar todos quantos decidam não irem votar, como forma de protesto, por colaborarem com tudo aquilo que criticam. Tenho que exigir que quem se preocupa cuida e por isso se eu me preocupo com o meu futuro, dos meus pais e dos meus filhos, também tenho que cuidar informando-me e não me alheando de uma das mais importantes eleições dos últimos anos. Hoje como sempre, acredito que somos todos donos dos nossos destinos e por isso... cá estarei para fazer a minha parte nunca deixando que a culpa morra solteira por parte de quem não respeite uma das maiores armas que o cidadão normal tem que é ... o próprio sistema democrático.



José Luís Nunes Martins
Investigador

DE TEMPESTADE EM TEMPESTADE

A nossa existência é semelhante a uma longa viagem através de mares muitas vezes revoltos. Brisas suaves e ventos fortes alternam-se. Embora quase nunca consigamos prever quando acaba o que está e chega o que virá.

Esperamos a paz no meio da tormenta, mas quase nunca nos damos conta de que os tempos de bonança também acabam, mais cedo ou mais tarde.

Navegar por entre tempestades exige que levemos pouco conosco, para que não percamos muito e nos julguemos perdidos por causa disso. Tudo passa, o que mais importa saber é o que resta no final de cada capítulo.

Devíamos valorizar sempre quem fica conosco nos piores momentos, aqueles que não nos abandonam quando caímos, que nos ajudam a ficar de pé e a sair dos temporais. Quase todos afastam-se com subtilidade depois, afinal, como não são necessários, nem precisam do nosso agradecimento, ou vão ajudar outros ou... voltam (tantas vezes sozinho) às tempestades das suas vidas.

Alcançar a felicidade exige arris-

car o fracasso, mas muitos preferem não tentar. Por outro lado, outros, com fé, conhecem a certeza de que não há comparação entre o que se perde por fracassar e aquilo que se perde por não tentar.

Muitas vezes, as tempestades estão dentro de nós e é a nossa alma que é chamada a sobreviver ao que não temos vontade de lhe fazer... mas fazemos.

Mas a alma, como o amor, resiste a tudo, pode até nem se reconhecer depois de ter passado a tempestade, chega até a não se lembrar do que se passou, por vezes nem sequer está segura de que já seja tempo de paz... No entanto, há algo de muito valioso em qualquer tempestade: confere sentido à nossa vida, aperfeiçoam-nos, ainda que julguemos que é tudo ao contrário disso. Amar faz de nós melhores. Sempre.

O amor tem a leveza da brisa e a força da tempestade. Dá-nos conforto no meio da tormenta e mantém-nos longe da desgraça face às mudanças violentas.

Tudo passa, só o amor é que não tem fim!



UMA IDEIA SAI À RUA

Nuno Paulino
Dramaturgo Urbano

A ARTE NÃO RESPEITA TIRANOS

YOUR
EYENESS
CUSTOMIZADOS

Crie os óculos com a sua personalidade

Agora tem o poder de criar óculos exclusivos para si, com **mais de 1000 possibilidades** que combinam design com o seu gosto único.



Conheça o novo conceito de óculos criados especialmente para si. **Exclusivo na Zona Óptica.**

zonaoptica.pt



ZONA ÓPTICA
Cuidamos dos seus olhos